

50000

избранных рецептов
для
МУЛЬТИВАРКИ



Наталья Викторовна Семенова
50 000 избранных рецептов для мультиварки
Серия «Сам себе повар (Рипол)»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8879537

50 000 избранных рецептов для мультиварки / [сост. Н. Семенова].: Энтраст Трейдинг; Москва;

2015

ISBN 978-5-386-07974-1

Аннотация

В последние годы большой популярностью стала пользоваться мультиварка – незаменимая помощница на кухне современной хозяйки. С ее помощью можно готовить, подогревать, консервировать.

Благодаря этой книге вы сможете порадовать своих домочадцев прекрасной выпечкой, праздничными блюдами, питательными супами, вкусными горячими блюдами и разнообразными гарнирами, а также проявить заботу о близких, нуждающихся в специализированном питании: книга содержит большое количество рекомендаций по приготовлению диетических блюд и блюд детского питания.

Содержание

Введение	8
Супы	10
Овощной суп-пюре	10
Суп-лапша	11
Тыквенный суп-пюре	12
Суп из куриных сердечек	13
Запеченный постный суп	14
Суп молочный с вермишелью	15
Суп с сайрой и пшеном	16
Суп-уха из форели	17
Томатный суп с нутом	18
Фасолевый суп	19
Гороховый суп	20
Суп с фрикадельками	21
Суп с лисичками	22
Рассольник	23
Куриный суп с домашней лапшой	24
Щавелевый суп	25
Сырный суп	26
Красный борщ с фасолью	27
Щи с аджикой	28
Суп с вермишелью	29
Сырный суп с картофелем	30
Солянка вегетарианская	31
Рыбная солянка	32
Харчо с горбушей	33
Диетический суп	34
Щи из квашеной капусты	35
Шурпа	36
Рыбный суп с петрушкой, картофелем и кукурузой	37
Суп с фасолью и болгарским перцем	38
Минестроне с курицей	39
Суп с говядиной	40
Армянский суп воспнапур	41
Португальский зеленый суп	42
Суп с грецкими орехами и сыром с голубой плесенью	43
Суп из баклажанов с грибами	44
Суп из брокколи и цветной капусты	45
Куриный суп с миндалем	46
Суп на кокосовом молоке с креветками	47
Китайский куриный суп с кукурузой	48
Итальянская рыбная похлебка	49
Томатный суп с курицей и макаронами	50
Куриный суп с пшеном	51
Суп из цветной капусты и белой фасоли	52
Суп-лапша с омлетом	53

Суп с говядиной и капустой	54
Мясной гороховый суп	55
Суп с клецками	56
Суп с говядиной и тыквой	57
Фасолевый суп с говядиной	58
Чечевичный суп с говядиной	59
Солянка	60
Суп со свининой	61
Суп со свининой и овощами	62
Суп «На курьих ножках»	63
Суп гороховый со свининой	64
Суп с семгой	65
Суп из индейки	66
Куриный суп с лапшой	67
Гороховый суп с копченостями	68
Сырный суп с копчеными ребрышками	69
Куриный суп с вермишелью и яйцами	70
Суп куриный с вермишелью	71
Легкий куриный суп	72
Суп с лососем	73
Суп рыбный с зеленью	74
Грибной суп	75
Рыбный суп	76
Картофельный суп с курицей	77
Грибной суп со сметаной	78
Щи	79
Щи с черносливом	80
Острые щи	81
Щи с зеленью	82
Щи с квашеной капустой	83
Щи с чесноком	84
Борщ с добавлением сахара	85
Борщ украинский	86
Борщ с поджаркой	87
Борщ классический	88
Уха классическая	89
Уха из карпа	90
Уха из форели	91
Вторые блюда	92
Блюда из мяса и птицы	92
Говядина с картофелем	92
Говядина с брокколи	92
Говядина с черносливом	92
Гуляш из говядины	92
Говядина в вине	93
Говядина под сыром и майонезом	93
Мясо с картофелем, капустой и грибами	93
Тушеная говядина с помидорами	93
Говядина с овощами	93

Мясные ежики	94
Тефтели	94
Котлеты	94
Рубленые котлеты с грибами	94
Телятина с грибами	94
Свинина с картофелем	95
Свинина в молоке	95
Свинина с картофелем и овощами	95
Гуляш из свинины	95
Тушеное мясо с овощами	95
Мясо по-французски	96
Жаркое	96
Тушеное мясо с картофелем и грибами	96
Свинина в пиве	96
Свиные котлеты	97
Свиные ребрышки в соусе	97
Тушеный кролик с картофелем	97
Баранина с картофелем	97
Запеканка из мясных рулетов с лавашем	97
Курочка в маринаде	98
Куриное филе с гречкой	98
Курица с овощами и тыквой	98
Курица с грибами	98
Курица в сырно-томатном соусе	98
Курица в кунжутных семечках	99
Куриная грудка в сливочном соусе	99
Паровые тефтели из курицы с пекинской капустой	99
Курица с фунчозой	99
Мясные ежики	100
Индейка под клюквой и сыром	100
Индейка по-турецки	100
Фаршированная курица, запеченная в тесте	100
Голубцы	101
Ленивые голубцы	101
Фарш с рисом	101
Фарш в лимонном соусе	101
Паровой фарш	102
Гречневая каша с фаршем	102
Фаршированный перец	102
Фаршированные томаты	102
Фаршированный кабачок	103
Фаршированные кабачки	103
Запеченный картофель с фаршем	103
Тушеная капуста с фаршем	103
Овощное рагу с фрикадельками	104
Овощное рагу с фаршем	104
Тефтели	104
Тефтели с подливой	105
Тефтели в томатном соусе	105

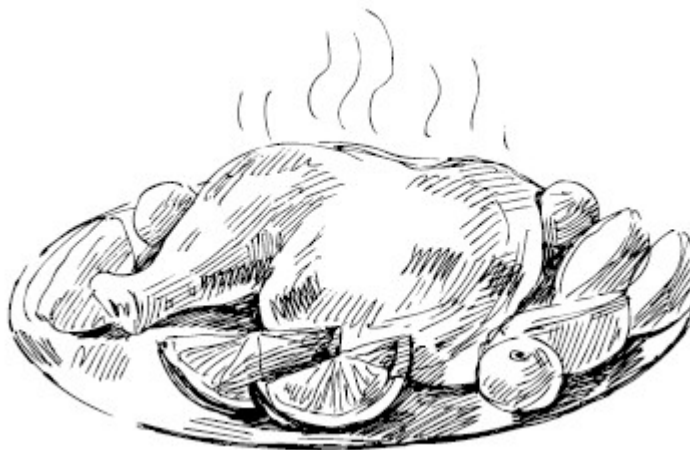
Тефтели с овощами	105
Тефтели со сливочной подливой	105
Фрикадельки	106
Котлеты	106
Котлеты из говядины со шпинатом	106
Котлеты из фарша-ассорти	106
Паровые котлеты	107
Куриные паровые котлеты	107
Суфле из мясного фарша	107
Фаршированные «ракушки»	107
Макароны по-флотски	108
Запеканка из мясного фарша	108
Блинчики с мясным фаршем	108
Манты	108
Гуляш из свинины	109
Тушеная свинина с овощами	109
Тушеная свинина с картофелем	109
Гуляш из говядины с овощами	109
Гуляш из говядины в сметанном соусе	110
Бефстроганов	110
Овощное рагу с говядиной	110
Тушеная капуста с говядиной	111
Тушеная говяжья печень	111
Печень в сметанном соусе	111
Кролик в сметанном соусе	111
Тушеный кролик с картофелем	112
Перепела с картофелем	112
Куриные крылышки в томатном соусе	112
Курица в сметанном соусе	113
Запеченное куриное филе	113
Куриные рулетики	113
Куриное филе в сливочном соусе	113
Тушеная курица в чесночном соусе	114
Курица с фасолью	114
Гуляш из курицы	114
Курица с овощной подливой	114
Куриное мясо с черносливом	115
Курица с овощами	115
Курица с гречкой	115
Тушеные куриные сердечки	116
Куриная печень в соусе	116
Куриная печень в молочном соусе	116
Холодец со свининой и говядиной	116
Быстрый холодец	117
Холодец с говядиной	117
Холодец из свинины с луком и морковью	117
Холодец из свинины с маслинами	118
Холодец с курицей	118
Буженина из свиной шеи	118

Буженина с лимонным соком	118
Необычная буженина	119
Маринованная буженина	119
Рулет из телятины	119
Свиные рулеты с черносливом	119
Свиной рулет с орехами	120
Рулет с говяжьей печенью	120
Рулеты из говядины с грибным соусом	120
Рулеты из свинины с овощами	121
Мясные рулеты с орехами и черносливом	121
Рулет с куриной печенью	121
Мясные рулеты с ананасом и сыром	122
Печеночный паштет	122
Паштет из куриной печени	122
Куриный паштет	122
Конец ознакомительного фрагмента.	123

50 000 избранных рецептов для мультиварки

Составитель Наталья Семенова

Введение



Мультиварка появилась в нашей жизни относительно недавно и уже стала незаменимой на кухне. Это современное изобретение значительно облегчает приготовление пищи и особенно популярно среди мужчин, которые любят технические новинки. Мультиварка отличается от уже привычных скороварок, рисоварок и др. Этот компактный прибор, который не занимает на кухне много места, может заменить не только уже названные устройства для приготовления блюд, но и микроволновые печи, хлебопечки.

Мультиварки выпускаются разными производителями и отличаются по дизайну, конструкции и объему. При ее выборе в магазине все подробности можно узнать у продавца. Главное, что в любой мультиварке существуют стандартные режимы работы. С их помощью можно готовить плов, гречку, молочные каши, выпечку, отваривать и тушить. К дополнительным режимам работы мультиварок относятся: отсроченный старт, замачивание круп, медленный спуск пара, подогревание в течение 12 часов, регуляция температуры.

У мультиварки 6 основных режимов работы, но количество блюд, которые можно приготовить с их помощью, огромно. Это первые и вторые блюда, гарниры, десерты, варенье и многое другое.

Разумеется, чем больше режимов работы у прибора, тем он дороже. Однако и простая мультиварка чудесным образом упростит ежедневное приготовление пищи для всей семьи. Стоит обратить внимание на то, что функция медленного спуска пара и наличие встроенного шнура для электропитания делают прибор более безопасным.

Приготовление пищи в мультиварке не занимает много времени и сил. Достаточно выбрать на панели прибора нужный режим работы и вскоре вы получите вкусное и полезное блюдо. Основу мультиварки составляет пластиковый корпус. В него встроены электронные системы, запускающиеся с помощью кнопок на панели управления, и металлическая емкость.

Процесс приготовления пищи достаточно прост. Вы закладываете в емкость мультиварки подготовленные продукты, герметично закрываете ее крышкой и включаете определенную рабочую программу. Конструкция мультиварки не позволит ее содержимому «убежать» и испачкать плиту. Как только пища будет готова, вы услышите звуковой сигнал. Таким образом, время приготовления блюда будет строго выдержано и вы оказываетесь застрахованы от пригорания или недоваривания еды.

Уход за мультиваркой очень прост. Емкость, в которую закладываются продукты, имеет антипригарное покрытие. Ее легко вымыть посудной губкой с моющим средством.

Мультиварка позволяет готовить пищу разными способами. В ней можно приготовить отварные, паровые, печеные и тушеные блюда. Это наиболее полезные для здоровья виды кулинарной обработки продуктов, не требующие добавления большого количества масла или других жиров. В таких блюдах максимально сохраняются все полезные питательные вещества (белки, витамины, минеральные элементы). Именно поэтому мультиварка необходима в первую очередь тем, кто придерживается правильного питания и здорового образа жизни. Очень помогает она при приготовлении детского и диетического питания. С помощью мультиварки можно побаловать себя и выпечкой.

Супы

Овощной суп-пюре

300 г форели, 1 кочан цветной капусты, 1 кабачок, 1 морковь, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 11 %-ные сливки, растительное масло, специи (любые), соль.

Форель отварите на пару. Установите мультиварку на режим «Выпечка» на 30 мин., не закрывая крышку. Обжарьте нарезанные лук и морковь до золотистого цвета на растительном масле.

Цветную капусту разберите на соцветия, нарежьте кабачок кубиками, поместите все ингредиенты в мультиварку, добавьте специи (любые), соль, измельченный чеснок.

Налейте горячую воду в кастрюлю, чтобы вода полностью покрыла овощи. Установите режим «Тушение» на 20 мин., затем выключите и блендером измельчите содержимое. Добавьте сливки и тушите еще 10 мин. Форель порежьте на мелкие кусочки и за лейте приготовленным в мультиварке супом.

Суп-лапша

400 г курицы, 80 г яичной лапши, 2–3 картофелины, 1 луковица, 1 морковь, 1 столовая ложка растительного масла, 1,3 л воды, зелень (любая), перец черный молотый, соль.

Сначала обжарьте на растительном масле морковь и лук на программе «Выпечка» в течение 10 мин. Затем положите в чашу мультиварки мясо и обжаривайте до сигнала, в середине промежутка переверните. Мультиварку можно выключить. Положите в чашу лапшу, картофель, налейте воду, посолите, приправьте специями и включите режим «Тушение» (1 ч.). Когда суп будет готов, он должен немного настояться, затем посыпьте зеленью и можно подавать на стол.

Тыквенный суп-пюре

300 г тыквы, 4 картофелины, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 морковь, 15–20 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, 400 мл сливок, 350 мл воды, соль.

Овощи очистите и нарежьте. Включите мультиварку в режиме «Выпечка». В чашу мультиварки влейте растительное масло. Лук мелко нарежьте, чеснок измельчите, картофель нарежьте кубиками, морковь натрите на крупной терке, тыкву нарежьте небольшими кубиками. Отправьте в мультиварку, добавьте воду и соль. Доведите режим «Выпечка» до конца, затем включите режим «Тушение» на 1 ч. После этого измельчите готовый суп в блендере. Введите в пюре сливки, перемешайте. Если суп оказался густой, добавьте кипяченой воды.

Суп из куриных сердечек

500 г куриных сердечек, 1 ½ мультистакана бурого риса, 2–3 картофелины, 1 луковица, 1 морковь, 2 ½ л воды, специи (любые), соль.

Обжарьте на режиме «Выпечка» нарезанные лук и морковь до золотистого цвета. Добавьте хорошо промытый рис, куриные сердечки, нарезанный картофель и залейте водой. Положите специи и соль, закройте крышкой, установите режим «Тушение» на 2 ч.

Запеченный постный суп

800 г помидоров (в собственном соку), 300 г белой фасоли (консервированной), 100 г стручковой фасоли, 2–3 сладких болгарских перца, 2 картофелины, 1–2 баклажана, 1 кабачок, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка оливкового масла, 250 мл воды, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Нарежьте баклажаны кубиками, немного посолите и оставьте на 15 мин. Затем соль смойте и отожмите. Измельчите лук и чеснок. Картофель почистите, помойте и нарежьте кубиками. Если помидоры законсервированы в целом виде, раздавите вилкой. Сладкие перцы очистите от плодоножек и семян, нарежьте крупными кубиками. Кабачок нарежьте так, как вам нравится. В кастрюлю мультиварки сложите баклажаны, кабачок, лук, чеснок, болгарский перец. Сбрызните оливковым маслом и установите режим «Выпечка» на 30 мин. Когда овощи подрумянятся, добавьте перец, соль, лавровый лист, помидоры вместе с соком, картофель, воду, фасоль консервированную и фасоль стручковую. Перемешайте, установите режим «Выпечка» на 60 мин. При подаче на стол посыпьте зеленью.

Суп молочный с вермишелью

500 мл молока, 50 г вермишели «паутинка», 1 столовая ложка сахара (без верха), соль.

Молоко влейте в кастрюлю мультиварки и включите режим «Пароварка» на 10 мин. Когда молоко закипит, всыпьте в него сахар, соль и добавьте вермишель, перемешайте. После того как прозвучит сигнал об окончании программы, оставьте суп на 10 мин.

Суп с сайрой и пшеном

1 банка сайры (консервированной), 2–3 картофелины, 1–2 помидора, 1 морковка, 1 луковица, 3 столовые ложки пшена, специи (любые), 1,7–2 л горячей воды, зелень (любая), соль.

Овощи вымойте и почистите. Картофель и морковь нарежьте соломкой, лук и помидоры – мелкими кубиками.

Сайру разомните вилкой. Все ингредиенты выложите в кастрюлю мультиварки. Туда же всыпьте промытое пшено, добавьте 2 горошины душистого перца, лавровый лист, соль, воду и готовьте на режиме «Суп» в течение 1 ч.

Суп-уха из форели

500–700 г форели, 4–5 картофелин, 1–2 луковицы, 1 морковка (крупная), 2 столовые ложки риса, 1 пучок зелени (любой), 2–2 ½ л воды (теплой), лавровый лист, душистый перец, черный молотый перец, соль.

Рыбу вымойте и сложите в кастрюлю мультиварки. Картофель нарежьте небольшими кубиками, морковь натрите на крупной терке. Лук очистите и, не нарезаая, сложите в мультиварку. Добавьте специи и половину пучка зелени. Всыпьте рис. Добавьте 2–2 ½ л воды. Включите режим «Суп» на 1 ½ ч. Когда режим закончится, рыбу выньте, лук и зелень удалите. Затем разделайте рыбу и верните ее обратно в кастрюлю. Посыпьте суп мелко нарезанной зеленью.

Томатный суп с нутом

600 г томатов (измельченных) или томатной мякоти, 200 г нута (сухого), 1 морковь, 1 луковица, 1 сладкий перец, 2 зубчика чеснока, 4 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка паприки, 0,25 чайной ложки молотого кориандра, 0,25 чайной ложки чили (сушеного), 3–4 мультистакана воды, зелень (любая), перец, соль.

На ночь в холодной воде замочите нут. После этого варите нут до готовности в течение 40 мин. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» и добавьте растительное масло. Морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, выложите в чашу мультиварки и обжарьте на масле в течение 10 мин. Перец нарежьте кубиками и добавьте к луку с морковью.

Обжаривайте еще 7 мин. Добавьте специи (любые), измельченный чеснок, хорошо перемешайте и жарьте еще несколько минут. После этого в чашу выложите нут и влейте томатное пюре. Добавьте соль, воду и готовьте в режиме «Выпечка» в течение 30 мин.

Фасолевый суп

1 мультистакан фасоли (на 5-лит ровую мультиварку), 2–3 картофелины, 2 луковицы (небольшие), 1 морковка, 2 столовые ложки растительного масла, 4 л воды, перец, приправы (любые), соль.

Морковь и лук мелко нарежьте и выложите в кастрюлю мультиварки. Добавьте растительное масло и включите режим «Выпечка» на 20 мин. Затем всыпьте замоченную с вечера фасоль. Залейте 4 л воды и активируйте режим «Тушение» на 1 ч. Через час добавьте картофель, нарезанный кубиками, и оставьте на режиме «Тушение» на 1 ч. Затем добавьте соль, перец и приправы. Когда режим «Тушение» завершится, включите режим «На пару» на 10 мин.

Гороховый суп

250 г свинины, 1 ½ мультистакана гороха, 3 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 20 г сливочного масла, специи (любые), соль.

Мелко нарезанный лук, тертую морковь, мясо и сливочное масло поместите в чашу мультиварки и включите режим «Выпечка» на 20 мин. Затем засыпьте промытый горох и залейте горячей водой так, чтоб она покрывала горох. Включите режим «Тушение» на 2 ч. Когда режим закончится, добавьте нарезанный небольшими кубиками картофель и отправьте в кастрюлю. Добавьте соль, специи и снова включите режим «Тушение» на 1 ч.

Суп с фрикадельками

350–400 г мясного фарша (любого), 1–2 картофелины, 1 морковка, 1 луковица, 1 помидор, 2 столовые ложки растительного масла, зелень (любая), специи (любые), соль.

Мелко нарезанный лук и тертую морковь выложите в кастрюлю мультиварки. Добавьте растительное масло и включите режим «Выпечка» на 20 мин. Крышку можно не закрывать.

Затем добавьте натертый на мелкой терке помидор и оставьте в режиме «Выпечка» еще на 5 мин. Из фарша сформируйте шарики-фрикадельки. В кастрюлю влейте воды до нужного количества, лучше кипятка, и положите фрикадельки. В режиме «Выпечка» варите 30 мин., затем добавьте нарезанный кубиками картофель и включите режим «Тушение» на 1 ч. (можно готовить и на режиме «Выпечка», но тогда суп будет сильно кипеть). За 10 мин. до окончания варки добавьте соль и специи.

Суп с лисичками

350 г лисичек (свежих), 200 мл сливок, 4–5 картофелин, 1 морковка, 1 луковица, 20 г сливочного масла, зелень (любая), перец, соль.

На дно мультикастрюли выложите нашинкованный лук, морковь и небольшой кусочек сливочного масла. Включите в режим «Выпечка» на 20 мин. В это время вымойте, очистите и нарежьте картофель. Как только мультиварка даст сигнал, выключите ее и выложите в кастрюлю нарезанный картофель, затем лисички (предварительно сваренные). В чашу мультиварки добавьте сливки. Влейте воды до нужного количества и включите режим «Тушение» на 60 мин. Затем добавьте соль, перец и включите режим «Выпечка» на 5–10 мин. (При режиме «Тушение» суп томится, а при режиме «Выпечка» кипит.) Перед подачей посыпьте зеленью.

Рассольник

500 г мяса (любого), $\frac{1}{2}$ мультистакана перловки, $\frac{1}{2}$ мультистакана огуречного рассола, 2 огурца (крупных, соленых), 1 картофелина (крупная), 1 морковь (крупная), 1 луковица (средняя), 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 3 $\frac{1}{2}$ – 4 л воды, перец, приправы (любые), соль.

Мелко нарезанный лук и тертую морковь обжарьте на растительном масле на режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Затем добавьте в кастрюлю порезанные соломкой соленые огурцы и жарьте еще 10 мин. Туда же отправьте нарезанное небольшими кусочками мясо, замоченную с вечера перловку и картофель. Залейте водой. Добавьте соль, перец, огуречный рассол, томатную пасту и приправы. Готовьте на режиме «Тушение» в течение 2 ч.

Куриный суп с домашней лапшой

½ курицы, 1 луковица, 1 морковка, 200 мл борща (кислый квас из пшеничных отрубей) или сок из ½ лимона, 2 лавровых листа, 1 пучок зелени петрушки и укропа, 3–4 л воды, соль.

Для лапши: 1 яйцо, мука, соль.

Приготовьте бульон. Курицу тщательно вымойте и поместите в кастрюлю мультиварки, залейте водой. Готовьте на режиме «Тушение» в течение 4 ч. Через 1 ч. после начала приготовления добавьте в бульон тертую морковь, мелко нарезанный лук, лавровый лист и соль. Пока готовится бульон, займитесь приготовлением лапши. Замесите мягкое тесто, для этого в миску разбейте яйцо, добавьте соль, перемешайте, всыпьте муку и вымесите тесто. Накройте миску полотенцем и оставьте тесто на 15 мин. Затем раскатайте тесто в тонкую лепешку и дайте немного подсохнуть. Через 30–40 мин. нарежьте лапшу.

После того как бульон будет готов, выньте курицу из мультиварки, разделайте мясо на кусочки и верните обратно в бульон. Бульон доведите до кипения, добавьте лапшу, борщ, мелко нарезанную петрушку и укроп. Переключите мультиварку в режим «Варка на пару» на 20 мин.

Щавелевый суп

1 пучок щавеля, 3–4 л воды или куриного бульона, 3 картофелины, 3 яйца, перец, соль. Картофель очистите и нарежьте кубиками, щавель мелко нарежьте.

В кастрюлю мультиварки выложите картофель и щавель, влейте воду или куриный бульон. Добавьте соль, перец и готовьте на режиме «Суп».

Яйца сварите вкрутую. Как только режим «Суп» завершится, добавьте в щавелевый суп яйца и включите режим «Подогрев».

Сырный суп

100 г перловой крупы, 2 плавленых сырка, 2–3 картофелины, 1 морковка, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 2 л воды, приправа для супа, соль.

Промойте в холодной воде перловую крупу, картофель очистите, нарежьте кубиками и вместе с крупой отправьте в кастрюлю мультиварки, залейте холодной водой. Добавьте соль и включите режим «Тушение» на 2 ч. Лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле, добавьте к нему морковь, натертую на крупной терке, и жарьте еще 5 мин. Через 1 ч. откройте мультиварку и положите в суп пережарку и приправы для супа. Перемешайте. Сыр натрите на крупной терке и добавьте в суп за 15 мин. до готовности.

Красный борщ с фасолью

500 г куриного филе, 3–4 л куриного бульона, 1 мультистакан фасоли сахарной, ½ вилка капусты, 2 картофелины, 1 свекла (небольшая), 1 луковица, 1 морковь, 20 г сливочного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, зелень (любая), прованские травы, соль.

Фасоль замочите на ночь в холодной воде. Куриное филе отварите. В кастрюлю мультиварки положите масло, мелко нарезанный лук, тертую морковь, свеклу, томатную пасту и включите режим «Выпечка». Поджарьте в течение 5–7 мин., затем влейте куриный бульон. Затем добавьте нарезанное небольшими кусочками куриное филе, картофель и капусту. Положите соль и специи. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ½ ч. В конце приготовления добавьте нарезанные укроп с петрушкой, прованские сушеные травы. Готовьте на режиме «Варка на пару» в течение 10 мин.

Щи с аджикой

1 свиная косточка с мясом, $\frac{1}{2}$ вилка белокочанной капусты, 4–5 картофелин, 2 луковицы (небольшие), 1 морковь, 100 г томатной пасты, $\frac{1}{2}$ чайной ложки аджики, 3–4 л воды, перец черный горошком, соль.

Капусту нашинкуйте. Картофель нарежьте небольшими кубиками. Лук мелко нарежьте, морковь натрите на крупной терке. В кастрюлю мультиварки налейте воду и положите свиную косточку. Готовьте в режиме «Тушение» в течение 3 ч. Спустя 30 мин. добавьте в бульон черный перец и соль. Через 3 ч. косточку с мясом выньте, мясо отделите, нарежьте кусочками и отправьте обратно в мультиварку, затем добавьте нарезанный кубиками картофель и готовьте еще 30 мин. Затем добавьте капусту, морковь, лук и смесь аджики с томатной пастой. Продолжайте готовить щи еще 1 ч. в режиме «Тушение».

Щи с аджикой будут вкуснее, если оставить их в мультиварке в режиме «Подогрев». Именно тогда вкус щей получится еще более насыщенным и ярким.

Суп с вермишелью

500 г говядины, 200 г вермишели, 3 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 3–4 л воды, зелень (любая), перец, специи (любые), соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Овощи очистите и нарежьте.

В кастрюлю мультиварки налейте масло, обжарьте на нем мясо, лук, морковь. Затем добавьте картофель, воду, соль, перец, специи. Включите режим «Суп» на 1 ½ ч. За 10 мин. до завершения режима добавьте в суп вермишель. Готовый суп украсьте мелко нарезанной зеленью.

Сырный суп с картофелем

4 плавленых сырка, 3 картофелины, 1,8 л воды или куриного бульона, перец, соль.

Сырки натрите на крупной терке. Картофель очистите и нарежьте небольшими кубиками. В чашу влейте воду или бульон, добавьте картофель, тертый сыр, соль и перец. Закройте крышку мультиварки и выставьте режим «Суп». Когда режим подойдет к концу, откройте крышку, если сыр расплавился не весь, то поставьте на режим «Разогрев».

Солянка вегетарианская

3 картофелины, $\frac{1}{2}$ вилка капусты, 1 луковица, 1 морковка, 1 банка маслин, 2 столовые ложки растительного масла, 3 л томатного сока, белый перец, паприка, соль.

В чашу мультиварки влейте масло. Лук и морковь мелко нарежьте и отправьте в чашу. Включите режим «Выпечка» на то время, на которое рассчитан данный режим вашей мультиварки по инструкции. Картофель нарежьте небольшими кубиками и через 10 мин. положите в чашу, туда же добавьте маслины. Капусту нашинкуйте и отправьте в чашу, добавьте соль, перец, паприку. Перемешайте и тушите еще 10 мин. Затем влейте томатный сок и готовьте на режиме «Тушение» 1 ч.

Рыбная солянка

1 красная рыба (любая, свежая или соленая), 2 картофелины, 2 луковицы, 2 помидора, 1–2 огурца (соленых), 1 морковь, 2 столовые ложки растительного масла, 3 ½–4 л воды, сметана, зелень (любая), черный перец, соль.

Картофель, морковь, лук очистите и нарежьте соломкой. Рыбу нарежьте небольшими кусочками. Включите режим «Выпечка» на 20 мин., влейте в кастрюлю растительное масло, выложите лук, морковь, натертые на мелкой терке помидоры и жарьте в течение 10 мин. Затем добавьте нарезанные кубиками огурцы, и готовьте оставшиеся 10 мин. Затем в кастрюлю выложите картофель, рыбу, соль, перец, воду и включите режим «Тушение» на 1 ч. После завершения режима оставьте на режиме «Подогрев» еще на 10 мин. Подавайте со сметаной и зеленью.

Харчо с горбушей

1 горбуша (среднего размера), 2 помидора, 1 луковица, 1 морковка, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки суповой смеси (5 видов бобовых и круп), 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сухого корня пастернака и петрушки, 3–4 л воды, черный молотый перец, соль.

Приготовьте рыбный бульон. Затем рыбу выньте и разделите на кусочки, а бульон процедите. Морковь и лук очистите и мелко нарежьте. В чашу мультиварки влейте растительное масло, добавьте лук, морковь, протертые на мелкой терке помидоры и включите режим «Выпечка» на 20 мин. Через 10 мин. к овощам добавьте томатную пасту, чеснок, перемешайте и жарьте оставшиеся 10 мин. Далее добавьте суповую смесь, рыбу, бульон, соль, перец и включите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Диетический суп

1 куриное филе (подсоленное), 100 г цветной капусты, 100 г брюссельской капусты, 100 г кольраби, 1–1 ½ цуккини, 1 морковь, 1 помидор, 1 банка зеленого горошка, 500 мл воды, зелень шпината, соль.

Морковь натрите на крупной терке, цуккини мелко нарежьте и выложите в кастрюлю мультиварки. Туда же добавьте капусту, соль и залейте водой. В мультиварку установите чашу для варки на пару и уложите куриное филе. Включите режим «Варка на пару» на 25 мин. Когда режим завершится, овощи откиньте на дуршлаг, затем измельчите в блендере до состояния пюре. Выложите в блюдо, добавьте сметану, листья шпината и нарезанное на кусочки куриное филе.

Щи из квашеной капусты

500 г мяса (любого), 300–400 г квашеной капусты, 200 г шпината (замороженного), 3–4 картофелины, 1 морковь, 1 лук-порей, 3–4 л воды, черный молотый перец, соль.

Морковь и картофель очистите и нарежьте небольшими кубиками. В кастрюлю мультиварки выложите мясо, нарезанное небольшими кусочками, квашеную капусту, морковь, картофель, воду и включите режим «Тушение» на 1 ½ ч. За 10 мин. до готовности добавьте нарезанный колечками лук-порей, шпинат, соль, перец.

Шурпа

500–600 г баранины, 5 картофелин, 2 помидора, 2 морковки, ½ болгарского перца, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 3–4 л воды, специи (любые), перец черный молотый, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, обжарьте на растительном масле и выложите в чашу мультиварки. Очистите картофель, морковь и лук. Лук нарежьте полукольцами, морковь – небольшими кубиками, обжарьте и отправьте к мясу. Картофель нарежьте кубиками и добавьте в чашу. Помидоры поделите на восемь частей, перец нарежьте соломкой и отправьте в чашу к остальным ингредиентам. Влейте воду. Добавьте специи (любые), перец и соль. Включите на режим «Тушение» на 1 ч., потом еще на режим «Подогрев» на 10 мин.

Рыбный суп с петрушкой, картофелем и кукурузой

500 г филе трески, 200 г кукурузы (консервированной), 100 мл сливок жирностью 33 %, 4 картофелины, 2 зубчика чеснока, 2 пучка петрушки (больших), 1 пучок зеленого лука, 1 ½ л воды, 6 столовых ложек оливкового масла, перец, соль.

В чашу мультиварки влейте 1 ½ л горячей воды, положите рыбу, слегка подсолите и готовьте в режиме «Мультиповар» 10 мин. Откройте крышку, снимите пену и варите еще 7 мин. Шумовкой переложите рыбу на тарелку, бульон процедите.

Петрушку вымойте и обсушите. Лук вымойте, мелко нарежьте вместе с петрушкой. Чеснок очистите и измельчите. Картофель вымойте, очистите и нарежьте кубиками.

В чашу мультиварки добавьте оливковое масло, зелень и готовьте в режиме «Мультиповар» 5 мин., затем добавьте чеснок и картофель. Готовьте под крышкой в том же режиме 10 мин. Влейте рыбный бульон и варите в том же режиме еще 10 мин.

Половину листьев петрушки измельчите и добавьте в суп. Оставшуюся зелень петрушки залейте кипятком, оставьте на 1 мин., слейте и промойте под холодной водой. Отставьте в сторону. Суп перелейте в блендер и взбейте до состояния пюре. Рыбу разделайте на небольшие кусочки.

Суп-пюре верните в чашу, добавьте сливки, кукурузу, оставшиеся листики петрушки и рыбу. Положите соль, перец, включите режим «Подогрев» на 15 мин.

Суп с фасолью и болгарским перцем

300 г говядины, 100 г белой фасоли, 3 картофелины, 1 луковица, 1 морковь, 1 болгарский перец (небольшой), 1 лавровый лист, 1 столовая ложка оливкового масла, 3–4 л воды, специи (любые), зелень петрушки, соль.

Фасоль замочите на 1 ч. в холодной воде. Мясо нарежьте небольшими порционными кусочками.

Овощи очистите. Морковь, лук и картофель нарежьте небольшими кусочками. В кастрюлю мультиварки влейте масло, добавьте лук, морковь и обжарьте в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Когда режим завершится, добавьте мясо, картофель, фасоль, воду, соль, перец, специи (любые), лавровый лист и включите режим «Тушение на 90 мин. После завершения режима дайте супу немного настояться. Готовый суп украсьте нарезанной петрушкой.

Минестроне с курицей

400 г куриного филе, 150 г макаронных изделий, 100 г зеленого горошка, 50 г пармезана, ½ кочана цветной капусты, 2 помидора, 2 черешка сельдерея, 1 луковица, 1 морковь, 1 кабачок, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка оливкового масла, 1 л куриного бульона, перец, соль.

Куриные грудки вымойте и нарежьте небольшими кусочками. Лук, морковь, сельдерей и кабачок почистите и нарежьте кубиками. Цветную капусту вымойте и разберите на соцветия. Помидоры мелко нарежьте. Разогрейте в мультиварке на режиме «Жарка» сливочное и оливковое масло. Обжарьте лук в течение 4 мин. Добавьте морковь и сельдерей, жарьте еще 6 мин. Положите курицу, кабачок и готовьте 5 мин. Влейте куриный бульон, добавьте помидоры, цветную капусту, горошек, макароны соль и перец. Закройте крышку и готовьте в режиме «Суп» в течение 1 ч. Разлейте по тарелкам и посыпьте тертым пармезаном.

Суп с говядиной

500 г говядины, 300 г картофеля, 250 г помидоров, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, зелень (любая), специи (любые), вода, соль.

Лук очистите и нарежьте полукольцами. Мясо промойте и нарежьте небольшими кусочками. Налейте масло в чашу мультиварки, выложите нарезанный лук и обжаривайте 5 мин. в режиме «Выпечка». Добавьте к луку говядину, соль и специи и продолжайте готовить еще 30 мин. Налейте воду, включите режим «Тушение» и готовьте 40 мин. Очистите картофель и нарежьте кубиками. Выложите картофель в чашу мультиварки и готовьте еще 20 мин. Затем добавьте нарезанные кубиками помидоры и через 5 мин. выключите мультиварку. Перед подачей посыпьте зеленью.

Армянский суп воспнапур

4 столовые ложки красной чечевицы, 4 столовые ложки риса, 2 луковицы, 50 мл растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана изюма, $\frac{1}{2}$ стакана грецких орехов (очищенных), 6 горошин черного перца, 2–3 веточки петрушки, 1 пучок кинзы, 1 л воды, соль.

Чечевицу и рис промойте теплой водой. Лук очистите и мелко нарежьте. Изюм промойте. Грецкие орехи порубите ножом в мелкую крошку.

На режиме «Жарка» разогрейте в мультиварке растительное масло, обжарьте на нем мелко нарезанный лук до золотистого цвета в течение 4 мин. Добавьте изюм и орехи, готовьте 5 мин. Влей воду, добавьте чечевицу и рис, горошины черного перца, соль. Закройте крышку и готовьте в режиме «Варка на пару» 40 мин. Зелень вымойте, обсушите и измельчите. Добавьте в готовый суп.

Португальский зеленый суп

150 г свинины (бескостной), 150 г говядины (бескостной), 2 яйца (сваренных вкрутую), 1 морковь, 1 луковица, 1 пучок петрушки, кинзы, укропа и зеленого базилика, 2 столовые ложки растительного масла, 500 мл воды, перец, соль.

Мясо вымойте, обсушите и нарежьте небольшими кусочками. Лук и морковь очистите и нарежьте тонкой соломкой. Разогрейте в кастрюле растительное масло, в режиме «Мультиповар» обжарьте свинину с говядиной в течение 5 мин. Добавьте лук и морковь, готовьте еще 7 мин.

Влейте воду, добавьте соль, перец и готовьте в режиме «Мультиповар» в течение 1 ч. Яйца разомните вилкой в крупную крошку. Зелень вымойте, обсушите и измельчите. Добавьте в суп зелень и яйца и готовьте в режиме «Подогрев» еще 5 мин.

Суп с грецкими орехами и сыром с голубой плесенью

150 г сыра с голубой плесенью, 600 мл овощного бульона, 300 мл молока, 150 мл йогурта (натурального), 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 веточка тархуна и мяты, 3 черешка сельдерея, 2 столовые ложки грецких орехов, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка сливочного масла, ½ пучка петрушки, ½ пучка укропа, перец, соль.

Лук и чеснок очистите, сельдерей вымойте и обсушите. Все мелко нарежьте. Грецкие орехи истолките пестиком или порубите ножом. Зелень вымойте, обсушите и измельчите. Мультиварку включите в режиме «Жарка». Растопите сливочное масло, обжарьте в нем лук, чеснок и сельдерей в течение 5 мин. Добавьте муку и готовьте, помешивая, в течение 30 с. Постепенно влейте в чашу овощной бульон, а затем молоко. Добавьте сыр, грецкие орехи, йогурт, соль и перец. Закройте крышку, включите режим «Варка на пару» на 20 мин. После окончания режима добавьте в суп зелень и дайте настояться в течение 5–7 мин.

Суп из баклажанов с грибами

200 г опят (свежемороженных), 2 картофелины, 1 баклажан (большой), 1 морковка, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 500 мл молока, перец, соль.

Картофель, лук и морковь очистите и мелко нарежьте. Грибы разморозьте, промойте и обсушите. Баклажан вымойте и нарежьте небольшими кубиками. В чашу мультиварки влейте растительное масло, включите режим «Жарка» и обжарьте лук и морковь в течение 10 мин. Добавьте грибы и готовьте еще 5 мин. Влейте молоко, добавьте картофель, баклажан, соль, перец, воду (до нужной консистенции). Готовьте в режиме «Варка на пару» в течение 30 мин.

Суп из брокколи и цветной капусты

1 кочан брокколи, 1 кочан цветной капусты, 1 луковица, 0,3 стакана риса, 1 пучок укропа, 1 столовая ложка растительного масла, 500 мл куриного бульона, перец, соль.

Рис промойте. Брокколи и цветную капусту вымойте, разберите на небольшие соцветия. Лук почистите и нарежьте полукольцами. В чашу мультиварки влейте растительное масло. Включите режим «Жарка» и обжарьте лук в течение 5 мин. Положите цветную капусту и готовьте еще 6 мин. Добавьте рис, бульон, соль, перец и перемешайте.

Готовьте в режиме «Варка на пару» в течение 15 мин. Добавьте брокколи и готовьте еще 5 мин. Укроп вымойте, обсушите, измельчите и положите в готовый суп, перемешайте и сразу же разлейте по тарелкам.

Куриный суп с миндалем

400 г куриного филе, 600 г картофеля, 30 г сливочного масла, 20 г миндаля (молотого), 1 зубчик чеснока, 1 луковица (небольшая), 1 веточка укропа, 150 мл сливок жирностью 20 %, 600 мл воды, миндальные лепестки, перец, соль.

Куриные грудки вымойте и нарежьте небольшими кусочками. Картофель очистите и нарежьте небольшими кубиками. Лук и чеснок почистите и измельчите. Смажьте дно мультиварки сливочным маслом. Включите режим «Жарка» и обжарьте лук, чеснок и миндаль в течение 8 мин. Добавьте куриное мясо, картофель, сливки, воду, соль и перец.

Перемешайте, закройте крышку и готовьте в режиме «Суп» в течение 1 ч. Готовый суп украсьте укропом и миндальными лепестками.

Суп на кокосовом молоке с креветками

1 л кокосового молока, 700 г креветок (очищенных), 80 г белой фасоли, 3 столовые ложки сухих зерен горчицы, 1 луковица, 1 лайм, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка карри, зелень (любая), соль.

В кастрюлю мультиварки влейте масло, лук очистите и мелко нарежьте, положите в масло и жарьте на режиме «Выпечка» 10 мин. Отварите креветки в подсоленной воде, отдельно отварите фасоль, затем добавьте их к луку. Туда же влейте молоко, положите горчицу, карри, соль. Закройте крышку и включите режим «Суп» на 25–30 мин. В готовый суп добавьте немного сока лайма, украсьте мелко нарезанной зеленью и дольками лайма.

Китайский куриный суп с кукурузой

400 г куриного мяса, 200 г кукурузы, 2 помидора черри, 5–6 перьев зеленого лука, 1 сладкий красный перец, 1 белок, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка крахмала, 1 столовая ложка растительного масла, 2 чайные ложки молотого корня имбиря, 1 чайная ложка сахара, 2–3 веточки кинзы, 1 л куриного бульона, перец, соль.

Зеленый лук вымойте и нарежьте наискосок. Перец вымойте, удалите сердцевину и нарежьте тонкой соломкой. Чеснок очистите и измельчите. Корень имбиря почистите и натрите на крупной терке. Помидоры черри вымойте, разрежьте на четыре части, удалив плодоножку. Куриное мясо разрежьте на небольшие кусочки. Крахмал размешайте с сахаром в 2 столовых ложках воды. Влейте в чашу мультиварки растительное масло. Включите режим «Жарка» и обжарьте курицу в течение 7 мин. Добавьте зеленый лук, перец, чеснок и помидоры, обжарьте еще 6 мин. Добавьте кукурузу и имбирь. Влейте бульон и разведенный крахмал, положите соль и перец. Закройте крышку и установите режим «Суп» на 1 ч. Взбейте в миске белок и влейте его в готовый суп. Быстро размешайте. Суп подавайте горячим, посыпав мелко нарезанной кинзой.

Итальянская рыбная похлебка

600 г филе речной рыбы (любой), 150 мл сметаны, 2 морковки (небольшие), 1 сладкий перец, ½ луковицы, 3 столовые ложки муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка молотого красного перца, 1 л рыбного бульона, зелень петрушки, соль.

Рыбу вымойте и нарежьте порционными кусками. Морковь и лук почистите и нарежьте тонкими кружками. Сладкий перец вымойте, удалите сердцевину и нарежьте квадратиками. Включите мультиварку на режим «Жарка». Добавьте сливочное масло, обжарьте на нем, помешивая, муку и молотый красный перец. Добавьте морковь, лук, сладкий перец, рыбу и бульон. Положите в суп сметану и соль. Закройте крышку и готовьте в режиме «Варка на пару» 35 мин. В готовый суп добавьте нарезанную свежую зелень.

Томатный суп с курицей и макаронами

2 окорочка (средних), 100 г макарон, 2 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 1 банка томатов (в собственном соку), 2 столовые ложки растительного масла, 1 ½ л воды, чеснок, перец, соль.

Лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите. Морковь натрите на крупной терке. В мультиварку добавьте растительное масло, выложите туда овощи и включите режим «Жарка/Выпечка» на 15 мин. За несколько минут до окончания режима добавьте томаты. В это время почистите картошку и нарежьте брусочками. Вымойте окорочка, разделите на несколько порционных кусков. Откройте мультиварку, залейте воду, выложите картошку и курицу.

Добавьте соль, перец и хорошо размешайте. Включите режим «Суп» на 1 ½ ч. Макароны добавьте за 30 мин. до окончания режима.

Куриный суп с пшеном

$\frac{1}{2}$ курицы, 100 г пшена, 3 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 2 лавровых листа, 3 $\frac{1}{2}$ – 4 л воды, специи (любые), соль.

Курицу вымойте и положите в кастрюлю мультиварки. Добавьте воду, соль и целую очищенную морковь. Включите режим «Тушение» на 1 $\frac{1}{2}$ – 2 ч. Затем слейте бульон в отдельную кастрюлю. Картофель очистите и нарежьте небольшими кубиками. Пшено обдайте кипятком (это необходимо для того, чтобы убрать горечь). Картофель и пшено поместите в чашу мультиварки и залейте бульоном, добавьте специи и лавровый лист. Варите суп в режиме «Тушение» в течение 1 $\frac{1}{2}$ – 2 ч. В готовый суп добавьте порезанную кубиками морковь из бульона и кусочки вареного куриного мяса.

Суп из цветной капусты и белой фасоли

1 кочан цветной капусты, 800 г белой фасоли (консервированной), 3 зубчика чеснока, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки семян фенхеля, 2 веточки петрушки, 4–6 кусков белого хлеба.

Для бульона: 2–3 зеленых листа лука-порей, 1 луковица (большая), 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 веточка тимьяна, 2 веточки петрушки, 6 горошин черного перца, 2 горошины душистого перца, 1 ½ л воды, лавровый лист, соль.

Для бульона овощи очистите и нарежьте крупными кусочками. Поместите их в чашу мультиварки, влейте воду, добавьте зеленые листья лука-порей, петрушку, тимьян и душистый перец. Варите в режиме «Суп» 40–45 мин. Добавьте лавровый лист, соль и черный перец, варите еще 10 мин. Процедите бульон через мелкое сито. Капусту вымойте и разберите на небольшие соцветия. Фасоль отбросьте на дуршлаг и ополосните под проточной водой. Лук и чеснок очистите. Лук мелко нарежьте, чеснок измельчите. Петрушку вымойте и обсушите. Поместите капусту, фасоль, лук, петрушку и измельченный чеснок в мультиварку, влейте бульон.

Добавьте семена фенхеля и соль. Поставьте режим «Суп» на 60 мин.

Суп-лапша с омлетом

1 кг куриного супового набора, 125 г яичной лапши, 30 г сливочного масла, 3 яйца, 2 картофелины, 1 луковица (маленькая), 1 морковка, 2 горошины черного и душистого перца, 1 пучок петрушки, 2 л горячей воды, лавровый лист, соль.

Суповой набор вымойте, лук и морковь очистите и целиком положите вместе с суповым набором в кастрюлю мультиварки. Добавьте черный и душистый перец, лавровый лист. Залейте 2 л горячей воды и включите режим «Суп» на 2 ч. Бульон будет готов через 1 ½ ч. Достаньте из бульона курицу, лук, морковь, перец и лавровый лист. (Все, кроме курицы, можно выбросить.) Поместите в бульон картофель, нарезанный кубиками. В то время, пока картофель варится, приготовьте омлет: растопите на сковороде сливочное масло, вбейте яйца, добавьте соль и обжарьте на сковороде с двух сторон омлет в виде тонкого блинчика. Мясо отделите от косточек, вместе с омлетом нарежьте на небольшие кусочки и отправьте в бульон. После завершения режима добавьте в суп мелко нарезанную зелень. Готовому супу дайте настояться еще несколько минут.

Суп с говядиной и капустой

1 кг белокочанной капусты, 300 г говядины, 100 г сыра (любого, твердых сортов), 3 луковицы, 2 л воды, черный молотый перец, соль.

Капусту очистите от верхних листьев и тонко нашинкуйте. Лук очистите и измельчите. Часть сыра нарежьте небольшими кубиками, оставшийся натрите на терке. Включите режим «Мультиповар», установите температуру 160 °С, в чашу влейте воду и доведите до кипения. Потом добавьте все овощи и варите 10 мин. Положите нарезанное мелкими кусочками мясо, хорошо перемешайте. Готовьте 40 мин. Добавьте весь сыр, посолите, поперчите по вкусу и выключите мультиварку.

Мясной гороховый суп

300 г говядины, 250 г гороха, 2 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, специи (любые), вода, соль.

Горох замочите на ночь в воде. Мясо сварите до готовности и нарежьте соломкой. Картофель, лук и морковь очистите и нарежьте небольшими кусочками. Все ингредиенты выложите в чашу мультиварки, влейте воду. Установите режим «Тушение» на 2 ч. Через 1 ч. посолите суп и добавьте специи. Гороховый суп подавайте с гренками.

Суп с клецками

500 г мяса (любого), 4 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 2 лавровых листа, 2 столовые ложки растительного масла, 3–4 л воды, приправа для супа, перец, соль.

Для клецек: 1 яйцо, 50 мл кефира или молока, 3–4 столовые ложки муки (посмотреть по консистенции).

Мясной бульон отдельно сварите на плите. Затем выньте мясо, разрежьте его на небольшие кусочки, а бульон процедите. Приготовьте клецки. Для этого соедините ингредиенты и замесите тесто и, набирая его чайной ложечкой, опустите в кипящий бульон (можно замесить тесто, раскатать его в колбаску, нарезать на небольшие брусочки и запускать их все сразу).

Мультиварку включите на режиме «Выпечка», в чашу влейте растительное масло и обжарьте мелко нарезанный репчатый лук и тертую морковь. Затем добавьте отварное мясо, нарезанный кубиками картофель и бульон. Добавьте соль, лавровый лист, и приправу. Включите режим «Выпечка» на 40 мин.

За 7 мин. до завершения режима в суп забросьте все клецки и лавровый лист.

Суп с говядиной и тыквой

350 г говядины, 200 г тыквы (очищенной), 1 картофелина, 1 морковка, 1 луковица, 3 столовые ложки кондитерского мака, 1 ½ л воды, лавровый лист, молотый черный перец, соль.

Говядину хорошо вымойте, обсушите, нарежьте соломкой. Тыкву натрите на мелкой терке. Картофель, морковь, репчатый лук вымойте и очистите. Картофель нарежьте небольшими кубиками, морковь натрите на крупной терке, репчатый лук нарежьте маленькими кубиками. Подготовленные овощи и мясо выложите в чашу мультиварки, влейте воду. Добавьте кондитерский мак, лавровый лист, посолите и поперчите по вкусу. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. При подаче суп украсьте зеленью.

Фасолевый суп с говядиной

1 кг говядины, 500 г картофеля, 200 г фасоли (консервированной), 1 морковь, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка томатной пасты или кетчупа, растительное масло, красный молотый перец, базилик (сушеный), петрушка (свежая), лавровый лист, мясной бульон, соль.

Мясо сварите до готовности, нарежьте небольшими кусочками. Включите программу «Выпечка», налейте растительное масло в чашу мультиварки, прогрейте 5 мин. Затем положите целую очищенную головку лука, обжарьте до прозрачности, добавьте натертую морковь и готовьте еще 5 мин. Добавьте томатную пасту. Положите заранее нарезанный картофель, перемешайте и обжарьте до окончания программы. Добавьте консервированную фасоль, мясо и влейте мясной бульон до желаемой густоты, положите лавровый лист, красный перец, базилик и готовьте в режиме «Тушение» 30 мин. По окончании программы добавьте измельченный чеснок и свежую петрушку. Дайте немного настояться.

Чечевичный суп с говядиной

500 г говядины, 250 г чечевицы, 2–3 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, растительное масло, специи (любые), вода, соль.

Овощи вымойте и очистите. В режиме «Выпечка» пассеруйте на масле нарезанные соломкой морковь и лук. Выложите предварительно замоченную чечевицу, нарезанный кубиками картофель. Влейте бульон в объеме 1 ½ л, посолите, добавьте специи. Добавьте нарезанное крупными кусочками мясо. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ½ ч.

Солянка

400 г говядины, 300 г мясных продуктов (колбаса, язык, почки и проч.), 200 г ребрышек (копченых), 50 г каперсов, 4 огурца (соленых), 3 луковицы, 1 морковь, 1 столовая ложка томатной пасты, 500 мл бульона, маслины (без косточек), растительное масло, лавровый лист, специи (любые), зелень (любая), сметана, соль.

Лук и морковь очистите, тонко нашинкуйте. На дно чаши мультиварки выложите овощи. Готовьте в режиме «Выпечка» с добавлением растительного масла. В получившуюся зажарку добавьте копченые ребрышки и нарезанное кубиками мясо. Влейте бульон, включите режим «Тушение» и готовьте 1 ½–2 ч. Мясные продукты и огурцы нарежьте кубиками. За 30 мин. до готовности добавьте в мультиварку томатную пасту, огурцы, мясные продукты, лавровый лист, специи и нарезанные колечками маслины, посолите.

Если блюдо получается чересчур густым, влейте еще бульона.

Суп со свининой

600 г свинины, 300 г овощей (замороженных), 3 картофелины, 1 луковица, специи (любые), мясной бульон, соль.

Мясо сварите до готовности и нарежьте небольшими кусочками. Картофель очистите и нарежьте кубиками, положите целую луковицу, всыпьте замороженные овощи для супа, залейте мясным бульоном до отметки 1,2 л. Добавьте соль и специи (любые), включите режим «Суп» и готовьте 1 ч.

Суп со свининой и овощами

1 кг свинины, 400 г стручковой фасоли (замороженной), 30 г зелени (любой), 3 картофелины, 3 зубчика чеснока, 1 морковь, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1 ½ л мясного бульона, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук и морковь кубиками. Влейте в чашу мультиварки растительное масло и обжарьте их в режиме «Жарка» с открытой крышкой до золотистого цвета. Выключите мультиварку, добавьте нарезанный кубиками картофель, кусочки стручковой фасоли, нарезанное небольшими кусочками мясо. Добавьте специи (любые), влейте бульон. Готовьте в режиме «Тушение» 40 мин. Затем добавьте мелко нарезанные зубчики чеснока и зелень и готовьте еще 15 мин.

Суп «На курьих ножках»

400 г куриных ножек, 2–3 картофелины, 1 морковка, ½ луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, зеленый лук, вода, перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук полукольцами, морковь соломкой. Налейте в чашу масло и установите в мультиварке режим «Тушение». Выложите морковь и лук. Закройте крышку, через 3–4 мин. перемешайте. Налейте воду, положите в чашу куриные ножки. Установите режим «Варка на пару» на 15–20 мин. Потом добавьте нарезанный ломтиками картофель, посолите, поперчите. Готовьте в том же режиме еще 10 мин. Потом переключите мультиварку на режим «Тушение» на 10 мин. Перед подачей на стол посыпьте суп мелко нарезанным зеленым луком.

Суп гороховый со свиной

400 г гороха, 300 г свинины (не очень жирной), 1 морковка, 1 луковица, растительное масло, зелень (любая), вода, соль.

Горох залейте водой на несколько часов или на ночь.

Подготовьте продукты: мясо нарежьте небольшими кусочками, овощи очистите и вымойте, лук мелко нарежьте, морковь нарежьте кубиками. В чашу мультиварки налейте немного растительного масла и в режиме «Выпечка» обжаривайте мясо в течение 5 мин. К мясу добавьте лук и морковь, обжаривайте еще 10 мин. Выложите горох, влейте горячую воду и посолите. Установите режим «Тушение»/«Суп» на 1 ч. После сигнала переключите на режим «Подогрев», чтобы суп настоялся. При подаче посыпьте зеленью.

Суп с семгой

300 г семги (свежей), 200 г шпината, 200 г зеленого горошка (консервированного), 20 г сливочного масла, 2 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 1 столовая ложка нарезанного сельдерея, 200 мл молока, ½ чайной ложки тмина, специи для рыбы, вода, соль.

Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте полукольцами, морковь и картофель кубиками. В режиме «Выпечка» обжарьте лук и морковь на сливочном масле до золотистой корочки, добавьте картофель и обжаривайте 5 мин. все вместе. Добавьте специи (любые), влейте 1 ½ л воды в чашу мультиварки. Доведите содержимое до кипения, добавьте измельченный шпинат. Готовьте в режиме «Тушение» до полного разваривания шпината, после чего добавьте нарезанную кусочками семгу, зеленый горошек, сельдерей и тмин. Через 20 мин. влейте молоко, готовьте еще 10 мин. Суп готов.

Суп из индейки

400 г индейки, 200 г зеленого горошка (консервированного), 4 морковки, 2–3 картофелины, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 3 веточки тимьяна, 2 стебля сельдерея, 1 чайная ложка морской соли, 1 чайная ложка молотого черного перца, ½ чайной ложки молотого красного перца, лавровый лист, вода.

Филе индейки измельчите, чтобы получился фарш. Посолите, поперчите фарш по вкусу, тщательно перемешайте. Слепите из фарша небольшие котлетки и обжарьте их на слабом огне с двух сторон, примерно 5 мин. каждую сторону. После отложите их и дайте им остыть. Нарежьте овощи, после чего добавьте их в кастрюлю мультиварки, затем добавьте перец, консервированный горошек и котлеты. Залейте полученную смесь водой. Количество воды выбирайте в зависимости от того, какой густоты суп вы хотите приготовить. Посолите суп и добавьте лавровый лист и тимьян. Чтобы они не развалились в процессе варки, свяжите их вместе ниткой. Выберите режим «Тушение» и готовьте суп в течение 30 мин. Готовый суп украсьте зеленью. Подавайте вместе с гренками.

Куриный суп с лапшой

400 г куриного мяса (без костей), 80 г яичной лапши, 1 луковица, 1 морковка, 1,3 л воды, растительное масло, зелень (любая), черный молотый перец, соль.

Обжаривайте в мультиварке в режиме «Выпечка» на масле мелко нарезанные лук и морковь до прозрачности 10 мин. Затем положите нарезанное мясо и обжаривайте до сигнала, не забыв его спустя некоторое время перевернуть. Мультиварку выключите. Всыпьте лапшу, посолите, поперчите, влейте воду и включите режим «Тушение». Готовьте 1 ч. Дайте супу немного настояться и подавайте, посыпав зеленью.

Гороховый суп с копченостями

500 г говяжьих ребрышек, 300 г окорока (копченого), 200 г гороха, 2 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, растительное масло, лавровый лист, черный перец горошком, вода, соль.

Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук и морковь небольшими кубиками, затем обжарьте в чаше мультиварки с добавлением небольшого количества растительного масла в режиме «Выпечка». Добавьте к овощам говяжьи ребрышки, нарезанные кубиками копченый окорок, картофель, горох, лавровый лист. Посолите, поперчите. Влейте воду и готовьте в режиме «Тушение» 1 ½ ч. Затем отделите мясо от костей и нарежьте небольшими кусками, положите в суп.

Сырный суп с копчеными ребрышками

300 г ребер (копченых), 50 г плавленого сыра, 2 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, растительное масло, специи (любые), вода, соль.

Ребра выложите в чашу мультиварки, налейте воду и включите режим «Гречка». Овощи очистите. Лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на терке и все обжарьте на сковороде с небольшим количеством масла. Картофель нарежьте кубиками. Выключите режим «Гречка» и выньте ребра. В бульон положите картофель, обжаренные лук и морковь.

Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. Снимите мясо с ребер, мелко нарежьте и снова положите в суп. За 30 мин. до конца готовки добавьте натертый сыр.

Куриный суп с вермишелью и яйцами

500 г куриных голеней, 100 г вермишели «паутинка», 3 картофелины, 2 яйца, 1 морковь, 1 луковица, 2 л воды, лавровый лист, зелень (любая), специи (любые), соль.

Лук и морковь очистите. Морковь натрите на терке, лук оставьте целым. Выложите все в чашу мультиварки, добавьте куриные голени, лавровый лист, посолите и залейте горячей водой. Установите режим «Тушение» на 1 ½ ч. Очистите и нарежьте брусочками картофель, добавьте через 1 ч. вместе с вермишелью в мультиварку. Перемешайте. Яйца взбейте с солью, влейте в суп за 20 мин. до окончания готовки. Перемешайте. Перед самым окончанием готовки добавьте мелко нарезанную зелень. Оставьте суп в режиме «Подогрев» на 10 мин.

Суп куриный с вермишелью

1 кг курицы, 50 г вермишели, 3 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, душистый перец, лавровый лист, вода, соль.

Курицу вымойте, нарежьте на куски, варите в течение 10 мин. в отдельной кастрюле. Овощи вымойте и очистите. Картофель нарежьте кубиками, морковь натрите на терке, лук нарежьте маленькими кусочками. Курицу и овощи выложите в чашу мультиварки, влейте воду и установите режим «Тушение». Спустя 1 ч. добавьте специи и посолите. За 5–7 мин. до готовности всыпьте вермишель. После звукового сигнала установите режим «Подогрев» и оставьте суп потомиться 10 мин.

Легкий куриный суп

500 г курицы, 50 г риса, 30 г сливочного масла, 3 картофелины, 1 морковь, зелень укропа (свежая), вода, соль.

Курицу хорошо вымойте и нарежьте небольшими порционными кусками. Очищенные овощи измельчите: морковь нарежьте тонкими кружочками, картофель небольшими кубиками или брусочками. Рис промойте теплой водой. Выложите все продукты в чашу мультиварки, посолите, залейте кипящей водой и перемешайте. Установите режим «Суп»/«Тушение» на 1 ч. Укроп добавьте в суп в конце приготовления, предварительно слегка обжарив его на сливочном масле. Куриный суп подавайте с гренками из белого хлеба.

Суп с лососем

400 г лосося, 3 картофелины, 2 морковки, 1 луковица, семена укропа, 2 л воды, зелень укропа, зеленый лук, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. В чашу мультиварки выложите кусочки лосося, нарезанный кубиками картофель, обжаренные в растительном масле на сковороде лук и морковь, измельченную зелень укропа и лука, соль, перец и семена укропа. Влейте воду и готовьте в режиме «Суп» 60 мин.

Суп рыбный с зеленью

300 г картофеля, 200 г филе рыбы (любой), 1 морковка, 1 луковица, зелень (любая), приправа для супа, вода, соль.

Сначала сварите бульон. Налейте в чашу мультиварки воду до верхней отметки, опустите туда рыбу и готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. Из готового бульона выньте рыбу, добавьте нарезанный ломтиками картофель, натертую на крупной терке морковь и мелко нарезанный лук, посолите, добавьте приправу. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. Потом снимите пену и положите в суп рыбу. Перед подачей посыпьте зеленью.

Грибной суп

400 г шампиньонов, 100 г сливочного масла, 4 картофелины, 1 морковка, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка муки, зелень (любая), вода, черный молотый перец, соль.

Установите в мультиварке режим «Тушение», выложите в чашу сливочное масло. Очистите овощи и грибы. Нашинкуйте лук кольцами, морковь соломкой, добавьте к маслу. Нарежьте картофель и грибы ломтиками, выложите в чашу, влейте воду, чтобы она слегка покрывала овощи. Посолите и поперчите по вкусу. Через 40 мин. добавьте муку, хорошо размешайте, долейте воды до верхней отметки. Готовьте еще 20 мин. Затем положите нарезанную зелень и измельченный чеснок. Готовьте еще 10 мин. Суп готов.

Рыбный суп

500 г рыбы (любой), 100 г перловой крупы, 2 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, перец душистый горошком, лавровый лист, специи для рыбы, корень петрушки, соль.

Корень петрушки, лук, морковь и картофель вымойте, почистите и нарежьте. Крупу промойте.

Сложите все ингредиенты в кастрюлю, посолите, добавьте специи (кроме лаврового листа и перца). Залейте водой, поставьте в режим «Мультипovar» на 35 мин. Добавьте лавровый лист и перец, закройте и оставьте на 10 мин. Подавайте к столу, посыпав мелко нарезанной свежей зеленью.

Картофельный суп с курицей

500 г куриных голеней, 300 г картофеля, 200 г овощной смеси (замороженной), 1 луковица, зелень петрушки, зелень укропа, специи (любые), куриный бульон, соль.

Голени предварительно отварите до полуготовности. Овощную смесь разморозьте, лук нарежьте кубиками. Картофель нарежьте небольшими дольками и положите в чашу мультиварки вместе с остальными овощами, добавьте голени и залейте куриным бульоном. Посолите, добавьте специи. Готовьте суп в режиме «Тушение» в течение 1 ч. Готовый суп посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Грибной суп со сметаной

350 г грибов (любых, замороженных), 3 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень (любая), сметана, специи (любые), вода, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук мелко нарежьте, морковь натрите на терке, выложите в чашу мультиварки. Добавьте грибы. Влейте растительное масло, перемешайте и установите режим «Выпечка» на 20 мин. Спустя 10 мин. положите сливочное масло. Затем влейте воду, посолите и добавьте специи. Включите режим «Тушение» и готовьте 1 ч. Перед подачей на стол добавьте в тарелки по 1 столовая ложка сметаны и веточку зелени.

Щи

500 г говядины, 4 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 1 помидор, 0,25 вилка капусты, 50 мл растительного масла, лавровый лист, вода, черный молотый перец, соль.

Установите в мультиварке режим «Выпечка» на 40 мин. На дно чаши налейте масло, положите нарезанный полукольцами лук и закройте крышку. Нарежьте мясо маленькими кусочками, добавьте к луку. Натрите на крупной терке морковь и добавьте к луку с мясом. Готовьте до окончания программы. Капусту нашинкуйте тонкой соломкой, помидор мелко нарежьте, картофель нарежьте кубиками.

После сигнала выложите в мультиварку капусту, помидор и картофель. Влейте воду до максимальной отметки, добавьте соль и специи. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ½ ч.

Щи с черносливом

300 г свинины, 100 г квашеной капусты, 50 г чернослива, 3 картофелины, 2 луковицы, зелень (любая), вода, соль.

Нарежьте мясо кусочками и выложите в чашу мультиварки. Картофель, лук и чернослив нарежьте небольшими кусочками, добавьте к мясу. Влейте воду до максимальной отметки. Посолите по вкусу. Готовьте 1 ч. в режиме «Суп». Украсьте готовые щи зеленью и подавайте со сметаной или майонезом.

Острые щи

500 г телятины, 200 г белокочанной капусты, 3 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 1 помидор, 10 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, 1 чайная ложка красного молотого перца, зелень (любая), вода, соль.

Овощи вымойте и очистите. В чашу мультиварки выложите морковь, лук и мясо, нарезанные кусочками. Положите сливочное и растительное масло. Готовьте 30 мин. в режиме «Тушение». Затем добавьте нарезанный помидор и готовьте в этом же режиме еще 10 мин. Нашинкуйте капусту, картофель нарежьте ломтиками, зелень измельчите. Все выложите в мультиварку, посолите, готовьте в режиме «Выпечка» 40 мин., добавьте 100 мл воды. За 10 мин. до завершения программы добавьте перец и влейте кипящую воду, все тщательно перемешайте, немного посолите. Дайте щам настояться 10 мин.

Щи с зеленью

300 г мяса, 250 г белокочанной капусты, 3–4 картофелины, 2 морковки, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 помидор, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки, зелень укропа, лавровый лист, вода, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на крупной терке. Выложите все в чашу мультиварки, влейте масло и включите режим «Выпечка». Готовьте 15 мин. Мясо нарежьте кубиками и добавьте к овощам. Готовьте еще 15 мин. Картофель нарежьте кубиками, капусту нашинкуйте. Выложите в мультиварку. После сигнала посолите, добавьте перец, лавровый лист и измельченный чеснок. Влейте воду до максимальной отметки. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. Перед подачей украсьте листиками петрушки.

Щи с квашеной капустой

500 г мяса (любого), 150 г квашеной капусты, 3 картофелины, 1 морковка, лук-порей, шпинат, вода, черный молотый перец, соль.

Очистите и нарежьте кубиками морковь и картофель. Выложите в чашу мультиварки кусок мяса целиком. Влейте воду до верхней отметки. Добавьте квашеную капусту с морковью и картофелем. Готовьте 1 ½ ч. в режиме «Тушение». Выньте мясо за 10 мин. до готовности. Нарежьте его кусочками и положите обратно в мультиварку. Добавьте нарезанный кольцами лук-порей, замороженный шпинат. Посолите, поперчите. И готовьте еще 20 мин.

Щи с чесноком

500 г говядины, 250 г белокочанной капусты, 4 зубчика чеснока, 3 картофелины, 1 морковь, 1 помидор, 3 столовые ложки растительного масла, зелень (любая), специи (любые), вода, соль.

Очищенные морковь, лук, помидор нарежьте крупными кубиками и обжарьте на растительном масле в режиме «Жарка». Добавьте к овощам целый кусок мяса, нарезанный ломтиками картофель, измельченный чеснок, соль и влейте воду. Готовьте в режиме «Суп» 2 ч. За 30 мин. до готовности положите нашинкованную капусту и лавровый лист. Перед подачей посыпьте измельченной зеленью.

Борщ с добавлением сахара

300 г мяса (любого), 150 белокочанной капусты, 3 картофелины, помидора, 1-3 морковки, 1 луковица, 1 свекла, 1 зубчик чеснока, ½ чайной ложки сахара, специи (любые), вода, соль.

Овощи вымойте и очистите. Мясо и овощи нарежьте кусочками (кроме моркови и свеклы). Морковь и свеклу натрите на мелкой терке. Выложите все в чашу мультиварки и влейте горячую воду до верхней отметки. Готовьте 1 ½ ч. в режиме «Тушение». За 10 мин. до готовности посолите, добавьте специи и сахар.

Борщ украинский

300 г говядины, 150 г белокочанной капусты, 4 картофелины, 3 зубчика чеснока, 1 свекла, 1 морковь, 1 луковица, 1 болгарский перец, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 столовая ложка уксуса, 1 столовая ложка сахара, 2 ½ л воды, черный молотый перец, соль.

Мясо нарежьте кубиками. Овощи вымойте и очистите. Свеклу, морковь и перец нарежьте соломкой, картофель брусочками. Мелко нарежьте лук и петрушку. Капусту тонко нашинкуйте. Влейте масло в чашу мультиварки и обжаривайте лук и петрушку 5 мин. в режиме «Жарка» при открытой крышке. Добавьте морковь с перцем и свеклой, перемешайте и обжаривайте еще 5 мин. Затем добавьте мясо и готовьте еще 10 мин., постоянно помешивая. Переключите на режим «Тушение». Добавьте томатную пасту и 150 мл воды, сахар и уксус, перемешайте, закройте крышку и готовьте 10 мин. Потом положите капусту и картофель, перемешайте. Влейте воду до верхней отметки. Посолите, поперчите. Выберите режим «Суп» или «Тушение» и готовьте 40 мин. Мелко нарежьте чеснок и добавьте в борщ. Готовьте еще 10 мин.

Борщ с поджаркой

300 г мяса (любого), 200 г белокочанной капусты, 3 картофелины, 2 помидора, 2 зубчика чеснока, 1 морковь, 1 луковица, 1 свекла, 3 столовые ложки томатной пасты, 1 чайная ложка лимонного сока, растительное масло, специи (любые), вода, соль.

Нарежьте мясо кусочками, обжаривайте в режиме «Выпечка» 20 мин. на растительном масле. Овощи вымойте и очистите. Натрите на крупной терке морковь и свеклу. Нарежьте кубиками помидоры и лук. Лук с морковью добавьте к мясу в чашу и готовьте 15 мин. Затем добавьте помидоры, томатную пасту и тушите 10 мин. Выложите натертую свеклу и тушите еще 15 мин., положите измельченный чеснок. Положите специи, лимонный сок, ломтики картофеля, нашинкованную капусту, посолите, поперчите и влейте воду. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч.

Борщ классический

300 г говядины, 200 г белокочанной капусты, 4 картофелины, 1 морковь, 1 свекла (небольшая), 1 луковица, 1 столовая ложка томатной пасты, специи (любые), вода, соль.

Овощи вымойте и очистите. Морковь натрите на крупной терке, лук измельчите. Картофель нарежьте брусочками, нашинкуйте капусту. Выложите овощи и кусочки мяса в чашу мультиварки, налейте воду до верхней отметки. Сверху установите емкость для варки на пару и положите свеклу, нарезанную крупными кусочками. Закройте крышку мультиварки и готовьте в режиме «Тушение» или «Суп» 1 ч. Затем достаньте свеклу и натрите на крупной терке. Положите ее в мультиварку, добавьте томатную пасту, соль, специи и готовьте еще 1 ч.

Уха классическая

1 ½ кг рыбы (1 судак, 1 окунь, 1 ерш), 3 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, 100 мл водки, зелень петрушки, душистый перец горошком, вода, соль.

Рыбу очистите, отрежьте голову и хвост, хорошо промойте. Выложите в чашу мультиварки зелень петрушки, перец, лавровый лист, голову и хвосты. Влейте воду и установите режим «Тушение» на 2 ч. Пока готовится бульон, подготовьте остальные ингредиенты. Тушки рыб нарежьте на порционные куски. Овощи вымойте и очистите. Картофель и морковь нарежьте полукольцами, корень петрушки – кольцами, лук измельчите. За 1 ч. до готовности выньте головы и хвосты, положите вместо них кусочки рыбы. Через 10 мин. добавьте овощи. После сигнала откройте мультиварку и влейте водку, посолите и поперчите. Оставьте уху на 10 мин. в режиме «Подогрев». Подавайте, положив в тарелки дольку лимона.

Уха из карпа

1 ½ кг карпа, 100 г пшена, 4 картофелины, 1 луковица, 1 помидор, 1 столовая ложка водки, зелень укропа, вода, соль.

Рыбу выпотрошите и вымойте. Рыбу нарежьте крупными кусками, картофель – кубиками, лук очистите, но не режьте. Выложите все в чашу мультиварки: рыбу, пузырь, икру, картофель, лук, пшено, укроп. Влейте воду, посолите. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. За 15 мин. до готовности добавьте водку. Уху подавайте, посыпав зеленью.

Уха из форели

700 г форели, 4 картофелины, 1 луковица, 1 морковка, 2 столовые ложки риса, зелень (любая), лавровый лист, вода, черный молотый перец, соль.

Рыбу вымойте, выложите в чашу мультиварки. Картофель нарежьте небольшими кубиками, морковь – кружками. Лук очистите и целиком положите в мультиварку, Добавьте специи и зелень. Всыпьте рис. Влейте 2–2 ½ л воды. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ½ ч. Рыбу выньте. Лук и зелень удалите. Рыбу отделите от костей и снова положите в бульон. Посыпьте свежей измельченной зеленью.

Вторые блюда

Блюда из мяса и птицы

Говядина с картофелем

350 г говядины, 4 картофелины (средние), 1 помидор, 1 морковка, 1 луковица, ½ мультистакана воды, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Лук очистите, мелко нарежьте. Картофель и помидор нарежьте небольшими кубиками. Морковь натрите на крупной терке. Выложите мясо в чашу мультиварки, сверху – порезанный лук и натертую морковь. Добавьте картофель и помидоры. Посолите, поперчите. Влейте воду и включите режим «Тушение» на 2 ½ ч.

Говядина с брокколи

550 г говяжьего стейка, 300 г брокколи, 3 зубчика чеснока, 3 столовые ложки соевого соуса, 3 столовые ложки яблочного сока, 2 ½ столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка яблочного уксуса, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка кукурузного крахмала, 100 мл воды, перец, соль.

В миске смешайте соевый соус, яблочный сок, уксус, сахар, чеснок, соль и перец. Добавьте нарезанное мясо, перемешайте. Дайте постоять 15 мин. В чашу мультиварки влейте 1 ½ ст. л. масла, выложите мясо, включите режим «Выпечка» и жарьте до готовности. После этого мясо выньте, влейте в мультиварку воду, взбитую с солью, перцем и кукурузным крахмалом. Туда же отправьте брокколи и 1 столовая ложка растительного масла. Включите режим «Выпечка» и готовьте в течение 7 мин., помешивая, пока масса не загустеет. Затем добавьте к капусте мясо и жарьте еще 10 мин.

Говядина с черносливом

1 кг говядины, 350 г черного хлеба, 100 г чернослива, 5–6 луковиц, 4 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 мультистакан воды, лавровый лист, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Лук очистите, нарежьте полукольцами. Обжарьте мясо на режиме «Жарка» в течение 10 мин. Затем засыпьте лук и через 5–7 мин. добавьте чернослив, воду и томатную пасту. Готовьте на режиме «

Тушение» 60 мин. Во время тушения постепенно добавляйте хлеб, хорошо перемешивая. За 10 мин. до готовности добавьте соль, перец и лавровый лист.

Гуляш из говядины

1 кг говядины, 6–8 картофелин, 3 луковицы, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки паприки, 2 мультистакана воды, растительное масло, лавровый лист, перец, соль.

Мясо нарежьте полосками и обжарьте на растительном масле на сковороде в течение 5 мин. Картофель очистите и нарежьте кубиками. Лук очистите, мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле в мультиварке на режиме «Выпечка». К луку добавьте мясо, лавровый лист, паприку и муку. Посолите, поперчите. Перемешайте и готовьте 2–3 мин.

Влейте воду и готовьте 3 мин. Включите режим «Тушение» на 2 ½ ч. Через час положите картофель.

Говядина в вине

400 г говядины, 50 г томатной пасты, 2 морковки, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 красный болгарский перец, 100 мл красного сухого вина, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками и обжарьте на растительном масле в режиме «Плов» в течение 10 мин. Лук очистите, нарежьте полукольцами. Морковь и болгарский перец нарежьте кубиками. Добавьте подготовленные овощи, томатную пасту, вино и мелко нарезанный чеснок к мясу. Посолите, поперчите и включите режим «Тушение» на 1 ч.

Говядина под сыром и майонезом

400 г говядины, 150 г сыра (любого), 80 г майонеза, 2 картофелины (средние), 2 зубчика чеснока, 1 помидор, 1 луковица, растительное масло, перец, соль.

Говядину нарежьте полосками, отбейте, посолите и поперчите. Выложите мясо в чашу мультиварки и обжарьте на растительном масле в режиме «Выпечка» в течение 40 мин. Через 20 мин. мясо нужно перевернуть. Лук очистите, нарежьте полукольцами, картофель и помидор – кружочками. Чеснок мелко нарежьте. Выложите на мясо слоями подготовленные лук, помидор, чеснок и картофель. Посолите и поперчите.

Сыр натрите на терке, смешайте с майонезом и распределите сверху последнего слоя. Включите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Мясо с картофелем, капустой и грибами

500 г говядины, 200 г капусты, 100 г шампиньонов (обжаренных), 3 картофелины (средние), 1 морковка, 1 луковица, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, перец, соль.

Мясо нарежьте полосками. Лук очистите, нарежьте полукольцами. В чашу мультиварки влейте масло, выложите мясо и лук. Посолите, поперчите. Включите режим «Выпечка» на 20 мин. Добавьте в чашу нарезанные кубиками картофель и морковь, обжаренные грибы и нашинкованную капусту. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. Затем влейте сливки, томатную пасту и готовьте еще 1 ч.

Тушеная говядина с помидорами

800 г говядины, 5 помидоров, 2 луковицы, приправа для мяса, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Лук очистите, мелко нарежьте. Помидоры очистите, натрите на терке. Выложите все ингредиенты в чашу мультиварки, добавьте приправу, перец и соль. Включите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Говядина с овощами

700 г говяжьей вырезки, 500 г смеси овощей (замороженных), 6 картофелин (средних), 1 лимон, 2 столовые ложки растительного масла, приправа для мяса, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, посолите, полейте соком лимона, добавьте специи. Оставьте в маринаде на 1 ½ ч. Картофель почистите и нарежьте крупными кубиками.

Выложите мясо в чашу мультиварки, сверху – смесь овощей и картофель. Добавьте растительное масло и соль, готовьте в режиме «Выпечка» 40 мин.

Мясные ежики

1 кг фарша (50 % говядина, 50 % свинина), 250 г риса, 2 яйца, 1 луковица, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 мультистакана воды, сметаны, перец, соль.

Сформируйте шарики из фарша, риса, яиц и мелко нарезанного репчатого лука. Посолите и поперчите. Смешайте томатную пасту и сметану, чтобы получился соус. Выложите шарики в чашу мультиварки и залейте соусом. Влейте воду и включите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Тефтели

1 кг фарша (50 % говядина, 50 % свинина), 200 г риса, 1 яйцо, 1 луковица, 500 мл томатного сока, 200 мл сметаны, 1 столовая ложка муки, растительное масло, перец, соль.

Смешайте фарш с рисом, яйцом и мелко нарезанным луком, посолите и поперчите. Из подготовленного фарша сформируйте шарики. Разведите муку в небольшом количестве воды (теплой), добавьте томатный сок и сметану. Посолите и поперчите. В чашу мультиварки налейте растительное масло, выложите шарики и полейте соусом. Готовьте в режиме «Тушение» 1 ч.

Котлеты

500 г мякоти говядины, 350 г белого хлеба, 2 луковицы, 2 яйца, 3 зубчика чеснока, 1 мультистакан воды, панировочные сухари, перец, соль.

Пропустите через мясорубку мясо, лук, белый хлеб и чеснок. Добавьте яйца, соль, перец и перемешайте. Сформируйте котлеты и обваляйте их в сухарях. В чашу мультиварки налейте воду, выложите котлеты и готовьте на режиме «Готовка на пару» 35–40 мин.

Рубленые котлеты с грибами

700 г мякоти говядины, 300 г шампиньонов, 300 г панировочных сухарей, 2 луковицы, 2 яйца, 4 столовые ложки растительного масла, черный перец, соль.

Включите мультиварку в режиме «Жарка» («Выпечка»). Влейте в чашу 2 ст. л. масла и обжарьте мелко нарезанные грибы и лук. Мясо нарежьте маленькими кусочками, добавьте к нему яйца, соль, перец и перемешайте. Обжаренные грибы соедините с мясом. Сформируйте котлеты, обваляйте в панировочных сухарях. В чашу влейте оставшееся растительное масло, выложите котлеты, включите режим «Жарка» и обжаривайте котлеты с обеих сторон до полного приготовления.

Телятина с грибами

1 кг телятины, 400 г грибов (любых), 3 моркови, 2 луковицы, 1 столовая ложка меда, 1 ½ мультистакана воды, приправа для мяса, соль.

Лук очистите, мелко нарежьте и обжарьте в режиме «Поджаривание» в течение 10 мин. Добавьте нарезанные грибы и морковь. Затем выложите нарезанную полосками телятину. Добавьте мед, специи (любые), соль и воду. Готовьте в режиме «Мультиповар» 1 ч.

Свинина с картофелем

800 г свинины, 6–7 картофелин, 1 луковица, 6 зубчиков чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, приправа для свинины, зелень (любая), перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, очищенный картофель – кубиками. Лук очистите, мелко нарежьте. В чашу мультиварки налейте масло и обжарьте мясо с луком в режиме «Поджаривание» в течение 10 мин. Выложите картофель и готовьте 5 мин. Добавьте измельченный чеснок, зелень (любая), специи и соль. Готовьте в режиме «Низкое давление» 15 мин.

Свинина в молоке

500 г свинины, 500 мл молока (горячего), 1 лимон, 2–3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 чайная ложка семян кориандра, перец, соль.

Истолките в ступке кориандр, перец, соль и натрите полученной смесью мясо. Обжарьте чеснок на растительном масле в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Добавьте в чашу мясо, цедру лимона и молоко. Включите режим «Тушение» на 2 ч.

Свинина с картофелем и овощами

200 г свинины, 3 картофелины, 1 помидор, 1 морковка, 1 болгарский перец, 1 луковица, 5 г корня имбиря, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, картофель, помидор и болгарский перец – кубиками. Лук, морковь и имбирь мелко нарежьте. Выложите все подготовленные ингредиенты в чашу мультиварки, посолите и поперчите. Готовьте в режиме «Тушение» 30 мин.

Гуляш из свинины

400–500 г свинины, 1 луковица, 1 морковка, 1–2 столовые ложки муки, 500–700 мл воды, растительное масло, лавровый лист, специи (любые), соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Лук очистите, мелко нарежьте, морковь нашинкуйте соломкой. Мясо, лук и морковь обжарьте на растительном масле в режиме «Выпечка». Все поместите в чашу мультиварки, либо сначала обжарьте мясо, затем запустите овощи. На обжарку мяса уходит 20–30 мин. Посолите, поперчите, добавьте лавровый лист, посыпьте специями по вкусу. Залейте водой. Разведите муку в небольшом количестве воды и добавьте в подливу. Хорошо перемешайте. Включите режим «Тушение» на 1 ч. (если мясо жесткое, тушите 2 ч.).

Тушеное мясо с овощами

500 г свинины, 3–4 помидора, 2–3 сладких перца, 2 баклажана, 1 луковица, 1 морковка, 2–3 дольки чеснока, 300–500 мл воды, растительное масло, лавровый лист, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, лук очистите и мелко порежьте. Морковь натрите на крупной терке, баклажаны нарежьте кубиками, перец болгарский – соломкой. Помидоры измельчите в блендере или натрите на терке. В мультиварке на режиме «Выпечка» обжарьте мясо в течение 40 мин. Добавьте нарезанные баклажаны и болгарский перец. Лук и морковь обжарьте и добавьте к мясу. Туда же выложите протертые помидоры, воду, соль, перец и перемешайте.

Включите режим «Тушение» на 1 ч. Время зависит от жесткости мяса, иногда можно тушить еще 30 мин. За 10–15 мин. до готовности добавьте измельченный чеснок.

Мясо по-французски

500 г свинины, 250 г сыра (любого, твердых сортов), 60–70 г майонеза, 2 морковки, 2 помидора, 2 луковицы, перец, соль.

Свинину нарежьте полосками, отбейте, посолите и поперчите, обмажьте майонезом. Выложите мясо в чашу мультиварки и включите режим «Выпечка» на 30 мин. Лук очистите, нарежьте полукольцами. Морковь и сыр натрите на терке. Помидоры нарежьте кружочками. Выложите подготовленные овощи на перевернутое мясо и готовьте еще 30 мин. в том же режиме.

Жаркое

700 г свинины (нежирной), 200 г шампиньонов, 5 картофелин (крупных), 2 морковки, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1 мультистакан воды, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками, очищенный картофель – кубиками. Лук и морковь очистите, мелко нарежьте.

В чашу мультиварки налейте масло, выложите подготовленные ингредиенты, посолите и поперчите. Перемешайте и готовьте в режиме «Выпечка» 30 мин. Затем добавьте нарезанные грибы, перемешайте и готовьте еще 10 мин. Влейте воду и включите режим «Тушение» на 1 ч.

Тушеное мясо с картофелем и грибами

700 г свинины, 500 г картофеля, 200 г шампиньонов, 2 морковки, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 1 черешковый сельдерей, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки муки, 150 мл красного вина, 2 мультистакана горячей воды, перец, соль.

Мясо нарежьте кубиками, обваляйте в муке и обжарьте на растительном масле в режиме «Жарка» 5 мин.

Залейте в мясо воду и вино. Включите режим «Тушение» на 20 мин. Лук и чеснок очистите, мелко порежьте. Картофель, морковь и сельдерей нарежьте небольшими кубиками. Добавьте подготовленные ингредиенты и нарезанные грибы к мясу и готовьте в режиме «Тушение» 20 мин. Посолите и поперчите, доведите блюдо до готовности в режиме «Варка» в течение 10 мин.

Свинина в пиве

500 г свинины, 300 мл светлого пива, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Лук и чеснок очистите, мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле в режиме «Поджаривание» 10 мин. Добавьте мясо, перемешайте и готовьте еще 5 мин. Влейте пиво, посолите, поперчите и перемешайте. Готовьте в режиме «Выпечка» 40 мин.

Свинные котлеты

500 г свинины (вырезка), 7 ломтиков пшеничного хлеба, 2 луковицы, 2 яйца, 1 пакет панировочных сухарей, 200 мл молока 2 ½ %-ной жирности, 200–250 мл воды, специи (любые), соль.

Пропустите через мясорубку мясо и лук. Хлеб размочите в молоке, пропустите через мясорубку и смешайте с мясом. Туда же добавьте взбитые яйца, соль и специи. Из полученной смеси сформируйте котлеты, обваляйте в панировочных сухарях. В чашу мультиварки влейте воду и установите форму для приготовления блюд на пару. Выложите в форму котлеты, включите режим «Приготовление на пару» на 35 мин. Готовые котлеты можно подать с картофельными клецками.

Свинные ребрышки в соусе

1 кг свиных ребер, 60 г малинового варенья, 2 луковицы, 2 столовые ложки горчицы, перец, соль.

Натрите нарезанные свиные ребра солью и перцем и включите режим «Выпечка» на 15 мин. Лук очистите, нарежьте полукольцами. Смешайте малиновое варенье и горчицу. Добавьте лук и полученный соус к мясу. Готовьте в режиме «Выпечка» 1 ч.

Тушеный кролик с картофелем

400 г мяса кролика, 100 г сметаны, 4–5 картофелин, 1 морковка, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 2 мультистакана воды, перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Лук очистите, мелко нарежьте. Морковь натрите на терке. Обжарьте лук, морковь и мясо на растительном масле в режиме «Выпечка» 10 мин. Выложите на мясо нарезанный кубиками картофель. Смешайте сметану, соль, перец и воду. Залейте получившимся соусом содержимое мультиварки и включите режим «Тушение» на 1 ч.

Баранина с картофелем

1 кг баранины, 5–6 картофелин, 1 морковка, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, 100 мл воды, приправа для мяса, соль.

Лук очистите, мелко нарежьте и обжарьте в режиме «Поджаривание» в течение 10 мин. на растительном масле. Выложите нарезанную небольшими кусочками баранину, посыпьте специями. Добавьте нарезанные кубиками картофель и морковь, посолите. Залейте горячую воду. Включите режим «Тушение» на 3 ч.

Запеканка из мясных рулетов с лавашем

500 г домашнего фарша (свинина и говядина), 300 г репчатого лука, 4 листа лаваша (тонкого), 3 яйца, 5 столовых ложек майонеза, 1 столовая ложка кетчупа, зелень укропа, специи (любые), черный молотый перец, соль.

Лук мелко нарежьте и перетрите с небольшим количеством соли. Добавьте в фарш лук, соль, молотый черный перец, специи и мелко нарезанный укроп. Тщательно перемешайте. Выложите на ровную поверхность лист лаваша, намажьте на него ровным слоем ¼ часть фарша, затем сверните в плотный рулет. То же сделайте с остальными листами лаваша.

Оставьте на 10 мин. настояться. В это время взбейте яйца с кетчупом, майонезом и щепоткой соли. Уложите рулеты по спирали в чашу мультиварки. Залейте яичной смесью. Смесью должна покрывать рулеты полностью. Установите на 50 мин. режим «Выпечка». Оставьте на 10 мин. настояться, затем вынимайте.

Куручка в маринаде

5–6 куриных бедрышек, 6 столовых ложек аджики, 3 столовые ложки майонеза, 3 чайные ложки горчицы, перец, соль.

Смешайте аджику, майонез и горчицу для получения маринада. Посолите и поперчите бедрышки, окуните их в маринад. Выложите курицу в чашу мультиварки и включите режим «Поджаривание» на 10 мин. Обжарьте бедрышки с обеих сторон и далее готовьте в режиме «Высокое давление» 15 мин.

Куриное филе с гречкой

250 г куриного филе, 200 г гречки, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 2 ½ мультистакана воды, перец, соль.

Лук и морковь очистите и мелко нарежьте. Обжарьте их на растительном масле в режиме «Поджаривание» в течение 10 мин. Добавьте нарезанное небольшими кусочками куриное филе и готовьте еще 10 мин. В чашу мультиварки засыпьте гречку, залейте водой, посолите и включите режим «Гречка» на 30 мин.

Курица с овощами и тыквой

5–6 куриных бедрышек, 500 г смеси овощей, 300 г тыквы, 250 мл кефира, перец, соль.

Натрите куриные бедрышки перцем и солью и выложите в чашу мультиварки. Добавьте смесь овощей и нарезанную кубиками среднего размера тыкву. Залейте ингредиенты кефиром и включите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Курица с грибами

500 г филе курицы, 300 г шампиньонов, 1 луковица, 1 столовая ложка растительного масла, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка сливочного масла, 200 мл сливок, перец, соль.

Лук очистите, нарежьте полукольцами и обжарьте на растительном масле в режиме «Поджаривание» в течение 10 мин. Добавьте нарезанную небольшими кусочками курицу и муку. Посолите, поперчите и перемешайте. Выложите нарезанные грибы, подогретые сливки и сливочное масло. Готовьте в режиме «Выпечка» 40 мин.

Курица в сырно-томатном соусе

400 г филе курицы, 200 г сметаны жирностью 25–30 %, 100 г сыра (любого, твердых сортов, тертого), 2 столовые ложки томатной пасты или кетчупа, 100 мл воды, специи (любые), соль.

Нарежьте филе курицы на кусочки по 2–3 см. Смешайте сметану с кетчупом, солью и специями. Выложите курицу в мультиварку, залейте ее полученным соусом, закройте крышкой и оставьте мариноваться в выключенной мультиварке на 1 ½–2 ч. Влейте воду, перемешайте. Сверху посыпьте тертым сыром, не перемешивая, закройте крышку и поставьте на 1 ч. режим «Тушение». Готовое блюдо перемешайте. Подавайте с гарниром.

Курица в кунжутных семечках

1 кг курицы, 1 яйцо, ½ стакана кунжутных семечек, 7 столовых ложек соевого соуса, 2 столовые ложки меда, 2 столовые ложки красного молотого перца, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка лимонного сока, растительное масло, соль.

Курицу нарежьте небольшими кусочками. Смешайте красный перец, соевый соус, мед и лимонный сок. Замаринуйте в этой смеси курицу на 3 ч.

Взбейте яйцо. Обваляйте подготовленную курицу в муке и кунжute. Выложите курицу в чашу мультиварки и обжарьте с двух сторон в режиме «Поджаривание» 5–7 мин. Затем включите режим «Низкое давление» на 10 мин.

Куриная грудка в сливочном соусе

500 г куриного филе, 250 мл сливок жирностью 25 %, 200 мл воды, 1 столовая ложка растительного масла, специи (любые), соль.

Куриное филе нарежьте небольшими кусочками. В чашу мультиварки влейте масло и выложите мясо. Включите режим «Выпечка» на 10 мин. Сначала держите крышку мультиварки открытой, затем закройте. По прошествии нужного времени добавьте к филе соль и специи. Перемешайте и жарьте филе до тех пор, пока не выкипит вся жидкость. Затем добавьте воду и сливки. Тушите в течение 20–30 мин. Готовое филе можно подать с картошкой и смесью овощей.

Паровые тефтели из курицы с пекинской капустой

500 г фарша (70 % куриного филе, 30 % свинины), белая жесткая часть среднего кочана пекинской капусты, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 яйцо, 1 столовая ложка манной крупы, базилик (сушеный), черный молотый перец, соль.

Лук, пекинскую капусту, чеснок натрите на средней терке. Добавьте фарш, яйцо, манную крупу, соль, перец и базилик, перемешайте, оставьте на 15 мин. Сформируйте тефтели, выложите их на смазанную маслом решетку пароварки. Время приготовления на пару – 20 мин. К тефтелям можно подать свежие овощи, сметану или сметанный соус со свежей зеленью.

Курица с фунчозой

400 г филе курицы, 300 г болгарского перца, 200 г фунчозы, 200 г репчатого лука, 200 г моркови, 6 столовых ложек растительного масла, соевый соус, специи (любые), 750 мл воды.

Филе курицы нарежьте кусочками по 2–3 см. Овощи очистите, перец освободите от плодоножки и семян. Половину моркови натрите на терке, половину порежьте полукружиями. Лук мелко нарежьте, перец порежьте кубиками. Выложите в мультиварку курицу и овощи, полейте соевым соусом, добавьте воду и специи. Установите на 45 мин. режим «Тушение». После сигнала добавьте в чашу фунчозу и установите «Тушение» еще на 15 мин. Перемешайте готовое блюдо.

Мясные ежики

500 г мясного фарша (любого), 200 г риса, 200 мл сливок, 1 яйцо, 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 450 мл воды, черный молотый перец, соль.

Промойте рис и отваривайте его в 350 мл воды в мультиварке в режиме «Каша» в течение 15 мин. Остывший рис смешайте с мясным фаршем, яйцом, черным молотым перцем и солью. Сформируйте из фарша тефтели. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите тефтели. Обжаривайте их с двух сторон в режиме «Выпечка» по 10 мин. Разведите оставшейся водой томатную пасту и сливки и влейте получившийся соус в мультиварку. Промытую петрушку мелко порубите и посыпьте ею мясные ежики. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 10 мин.

Индейка под клюквой и сыром

500–600 г филе индейки, 150 г клюквы, 150 г сыра (любого), 250 мл воды, сахар, соль.

Слегка посолите филе индейки, выложите в кастрюлю мультиварки. Клюкву посыпьте сахаром, протрите в блендере, перемешайте с сыром, натертым на мелкой терке. Выложите полученную смесь на индейку, добавьте воду и установите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Индейка по-турецки

500 г филе индейки, 150–200 г грибов (любых, сушеных), 1 помидор, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка томатной пасты, специи (любые), соль.

Филе нарежьте кусочками среднего размера, лук нашинкуйте. На режиме «Выпечка» обжарьте лук до золотистого цвета, затем добавьте специи и промытые грибы. Помидор обдайте кипятком и снимите кожицу, размягчите его и положите в кастрюлю мультиварки. Томатную пасту разведите в небольшом количестве воды (2 ст. л.) и добавьте в мультиварку. Положите индейку и установите режим «Тушение» на 1 ½ ч.

Фаршированная курица, запеченная в тесте

1 курица весом 1 ½–1,7 кг, 450 г муки, 100 г гречки (полуготовой), 100 г грибов (любых, жареных), 100 г растительного масла, 40 г сливочного масла, 250 мл воды, специи (любые), майонез, соль.

Приготовление блюда необходимо начать за день. Курицу вымойте, высушите и натрите солью и специями, смажьте майонезом. Оставьте мариноваться в холодильнике на 1 сутки.

Замесите тесто, смешав муку, воду и 1 чайная ложка соли.

Курицу начините гречкой и грибами, укладывая поочередно гречку, небольшие кусочки сливочного масла и грибы. Тесто раскатайте слоем в 2–3 мм, положите на него курицу. Заверните тесто конвертом, чтобы курица полностью оказалась внутри него. Стыки теста защипните.

В чашу мультиварки налейте немного растительного масла, им же смажьте чашу. Курицу уложите в чашу, следя, чтобы в тесте не было дырок: весь сок должен остаться внутри.

Установите на 1 ½ ч. режим «Выпечка», затем аккуратно переверните и установите тот же режим еще на 1 ½ ч.

Голубцы

1 вилок белокочанной капусты, 1 помидор, 1 морковь, 500 г мясного фарша (смешанного), 200 г сметаны, 100 г томатной пасты, 90 г риса, 2 столовые ложки растительного масла, приправа «Хмели-сунели», вода, черный молотый перец, соль.

Промойте рис, переложите в мультиварку и залейте водой. Включите прибор в режиме «Каша» на 15 мин. Смешайте вареный рис с мясным фаршем, добавьте приправу и соль, перемешайте. Вымойте и очистите овощи.

Вилочку капусты разделите на листья и каждый лист немного отбейте. Томат и лук нарежьте мелкими кубиками, а морковь натрите на терке. Овощи (кроме капусты) обжарьте на растительном масле, затем добавьте томатную пасту, перемешайте и обжаривайте еще 2 мин.

Добавьте в томатный соус сметану, соль, перемешайте и варите 5 мин. Периодически помешивайте содержимое мультиварки.

На капустные листья положите фарш с рисом и заверните конвертом. Уложите голубцы в мультиварку и залейте не полностью водой, а сверху соусом. Включите прибор в режиме «Тушение» на 45 мин.

Ленивые голубцы

600 г мясного фарша (любого), 500 г капусты белокочанной, 200 г сметаны, 180 г риса, 100 г томатной пасты, 3 луковицы, 2 морковки, 3 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки растительного масла, вода, черный молотый перец, соль.

Промойте и отварите рис в мультиварке в режиме «Каша». Овощи вымойте и очистите. Капусту и лук нарежьте маленькими кубиками. Смешайте мясной фарш с луком и капустой, добавьте соль и черный молотый перец, перемешайте. Сформируйте из фарша шарики и обваляйте их в муке. Налейте на дно мультиварки растительное масло, разогрейте его и уложите шарики. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» и слегка обжарьте шарики с двух сторон. Морковь натрите на терке и выложите на мясные шарики. Смешайте сметану и томатную пасту и залейте полученной массой шарики. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1 ч.

Фарш с рисом

400 г мясного фарша (любого), 300 г риса, 1 помидор, 1 морковь, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 700 мл воды, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи, мелко их нарежьте. Налейте на дно мультиварки растительное масло и пассеруйте лук с морковью, позже добавьте томат. Используйте для этого режим «Выпечка» в течение 15 мин. Добавьте в мультиварку мясной фарш, перемешайте и готовьте на том же режиме еще 25 мин. Всыпьте в мультиварку промытый рис, налейте воду, добавьте перец и соль. Включите прибор в режиме «Плов» на 1 ч.

Фарш в лимонном соусе

750 г мясного фарша (смешанного), 3 луковицы, 3 морковки, ½ лимона, 75 мл мясного бульона, 75 мл сухого вина, 4 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Морковь нарежьте тонкой соломкой, а лук мелкими кубиками. Налейте в мультиварку растительное масло и обжарьте мясной фарш. Для этого включите режим «Выпечка» на 30 мин. Периодически перемешивайте фарш. Добавьте в мультиварку нарезанные овощи и включите тот же режим еще на 2 мин. Выжмите из половинки лимона сок в мясной фарш. Туда же влейте сухое вино и бульон. Все перемешайте и включите режим «Тушение» на 15 мин. Добавьте в готовящийся фарш черный молотый перец и соль по вкусу, перемешайте. Продолжайте тушить блюдо еще 30 мин. Периодически перемешивайте содержимое мультиварки. На гарнир к тушеному фаршу подавайте отварной рис, овощи.

Паровой фарш

500 г куриного или свиного фарша, 75 мл молока, 3 столовые ложки сметаны, 1 луковица, 1 пучок петрушки, вода, соль.

Очистите лук, промойте зелень петрушки и все мелко нарежьте. Затем добавьте в фарш молоко, соль, лук и зелень (любая), перемешайте. Переложите фарш в металлическое сито и поставьте его в корзину для варки на пару. В варочную емкость налейте воды. Включите мультиварку в режиме «Варка на пару» на 1 ч.

Гречневая каша с фаршем

300 г гречневой крупы, 300 г мясного фарша (любого), 1 морковка, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 700 мл воды, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте мелкими кубиками, а морковь натрите на терке.

Налейте в мультиварку растительное масло и обжарьте мясной фарш вместе с луком и морковью. Для этого включите режим «Выпечка» на 10 мин.

Периодически помешивайте содержимое мультиварки. Гречневую крупу промойте и добавьте к фаршу. Налейте в мультиварку воду и включите режим «Гречка» или «Рис» на 1 ч. За 15 мин. до готовности поперчите и посолите блюдо, затем перемешайте его.

Фаршированный перец

10 сладких перцев, 1 морковка, 1 луковица, 600 г мясного фарша (любого), 100 г сметаны, 90 г риса, 50 г томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 150–250 мл воды, черный молотый перец, соль.

Промойте и отварите в мультиварке рис. Используйте для этого режим «Каша» или «Рис». Овощи вымойте и очистите. Морковь натрите на терке, а лук мелко нарежьте. Налейте на дно мультиварки растительное масло и пассеруйте овощи. Добавьте их и рис к мясному фаршу, посолите, поперчите и перемешайте. Сладкий перец начините фаршем и уложите в мультиварку, залейте сверху смесью сметаны, воды и томатной пасты. Включите прибор в режиме «Тушение» на 30 мин.

Фаршированные томаты

6 помидоров, 1 зубчик чеснока, 1 луковица, 300 г фарша (смешанного), 130 г сыра (любого, твердых сортов), 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук и чеснок мелко нарежьте и добавьте в мясной фарш, перемешайте. Натрите сыр на терке и вместе с солью и черным молотым перцем положите в фарш. Срежьте у томатов верхушки (из них получатся крышечки). С помощью чайной ложки выньте мякоть из середины томатов. Наполните подготовленные томаты фаршем. Накройте томаты верхушками-крышечками. Смажьте дно емкости для варки растительным маслом и уложите фаршированные томаты. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1 ч.

Фаршированный кабачок

1 кабачок, 1 луковица, 350 г мясного фарша (любого), 50 г сыра (любого, твердых сортов), 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Кабачок нарежьте кружками толщиной 4–5 см. Ложкой выньте мякоть с семенами из каждого кружка кабачка. При этом не делайте в них сквозных отверстий. Лук нарежьте маленькими кубиками. В мясной фарш добавьте подготовленный лук, черный молотый перец и соль, перемешайте. Наполните фаршем кусочки кабачка. На дно мультиварки налейте растительное масло и уложите фаршированные куски кабачка. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 40 мин. Натрите на крупной терке сыр и посыпьте им фаршированные кусочки. Включите мультиварку в том же режиме еще на 10 мин.

Фаршированные кабачки

2 кабачка, 3 луковицы, 1 морковь, 1 помидор, 500 г мясного фарша (смешанного), 5 столовых ложек растительного масла, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Кабачки нарежьте кружками толщиной 5 см и удалите сердцевинку с семенами. Влейте в нагретую мультиварку 3 столовые ложки растительного масла и обжарьте кабачки с обеих сторон, установив режим «Выпечка». Переложите кабачки в отдельную посуду. Влейте в мультиварку оставшееся растительное масло и обжаривайте мясной фарш в том же режиме в течение 15–20 мин. Нарежьте репчатый лук маленькими кубиками, морковь тонкой соломкой, смешайте с черным молотым перцем и солью. Готовым фаршем наполните кабачки, сверху на фарш выложите горкой лук с морковью, украсьте кружочком помидора и выложите кабачки в мультиварку. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 10 мин.

Запеченный картофель с фаршем

4 картофелины, 1 луковица, 350 г мясного фарша (смешанного), 100 г сыра (любого, твердых сортов), 200 мл молока, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Картофель и лук вымойте и очистите. Нарежьте картофель тонкими ломтиками. Смажьте емкость для варки растительным маслом и уложите на дно половину картофеля. Сверху выложите слоями фарш и нарезанный лук, посолите. Далее уложите второй слой картофеля и тоже его посолите. Залейте все молоком и посыпьте тертым сыром. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 50 мин.

Тушеная капуста с фаршем

1 вилок белокочанной капусты, 5 картофелин, 1 луковица, 500 г мясного фарша (любого), 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте капусту и лук, а картофель тонкими ломтиками. Налейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте фарш в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Затем добавьте в мультиварку лук, перемешайте и обжаривайте еще 5 мин. Выложите к фаршу картофель, перемешайте и продолжайте готовить в том же режиме еще 10 мин. Затем положите капусту, поперчите, посолите и включите режим «Тушение» на 30 мин.

Овощное рагу с фрикадельками

4 картофелины, 1 кабачок, 1 морковь, 1 луковица, 1 яйцо, 500 г мясного фарша (любого), 3 столовые ложки растительного масла, 100 мл воды, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Морковь натрите на крупной терке, лук нарежьте маленькими кубиками, а картофель и кабачок средними кубиками. Налейте на дно мультиварки растительное масло и выложите туда лук с морковью.

Включите режим «Выпечка» на 10 мин. Затем добавьте в мультиварку картофель, соль, воду и включите режим «Тушение» на 1 ч. В мясной фарш добавьте яйцо, черный молотый перец и соль, перемешайте.

Сформируйте из полученного фарша фрикадельки. Перемешайте овощи в мультиварке и сверху выложите фрикадельки. Включите режим «Тушение» еще на 35 мин.

Овощное рагу с фаршем

4 картофелины, 2 сладких перца, 2 помидора, 2 луковицы, 400 г мясного фарша (любого), 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 1 пучок укропа или петрушки, 150 мл воды, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Сладкий перец нарежьте маленькими кусочками, а 1 ½ луковицы маленькими кубиками. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите лук со сладким перцем. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 20 мин. За это время несколько раз перемешайте овощи. Картофель нарежьте кружочками, а томаты маленькими кубиками. Половину головки репчатого лука нарежьте тонкой соломкой. Промойте и мелко порубите зелень. Выложите в мультиварку поверх обжаренных овощей слой картофеля, посолите и поперчите его. Далее выложите рыхлый слой мясного фарша (любого) и посыпьте его резаным луком. Следующий слой в мультиварке – томаты и зелень. Разведите в воде сметану и залейте полученной жидкостью содержимое мультиварки. Включите прибор в режиме «Варка на пару» на 20 мин. Затем переключите на режим «Тушение» и готовьте блюдо еще 1 ч.

Тефтели

500 г мясного фарша (любого), 100 г риса (вареного), 2 луковицы, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, по 2 столовые ложки пшеничной муки, томатной пасты, вода, черный молотый перец, соль.

Очистите и мелко нарежьте лук. Смешайте мясной фарш с луком, рисом, сырым яйцом, добавьте перец, соль и перемешайте. Сформируйте из фарша тефтели и уложите их в мультиварку. Смешайте пшеничную муку с томатной пастой и сметаной и залейте полученной массой тефтели. Налейте в мультиварку немного воды и включите режим «Тушение» на 1 ч.

Тефтели с подливой

500 г мясного фарша (любого), 90 г риса, 1 яйцо, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки пшеничной муки, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки томатной пасты, 300 мл воды, черный молотый перец, соль.

Очистите лук и нарежьте его маленькими кубиками. Отварите рис до полуготовности. Смешайте мясной фарш, яйцо, лук, рис, черный молотый перец и соль. Сформируйте из готового фарша тефтели и обваляйте их в муке. На дно нагретой мультиварки налейте растительное масло и выложите тефтели. Включите прибор в режиме «Выпечка» и обжаривайте тефтели с обеих сторон по 10 мин. В стакан горячей воды положите томатную пасту и соль, размешайте. Вылейте полученный томатный соус в тефтели и включите режим «Тушение» на 15 мин. Затем в оставшуюся теплую воду положите сметану и 1 столовая ложка пшеничной муки, перемешайте и тоже вылейте в тефтели. Продолжайте готовить блюдо в том же режиме еще 20 мин.

Тефтели в томатном соусе

500 г мясного фарша (смешанного), 80 г риса, 2 луковицы, 1 сладкий перец, 1 морковка, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, вода, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук мелко нарежьте. Добавьте в мясной фарш рис, половину измельченного лука, перец, соль, все перемешайте. Сформируйте из фарша тефтели. Морковь натрите на крупной терке, а сладкий перец нарежьте соломкой. На дно мультиварки налейте растительное масло и в режиме «Выпечка» обжарьте овощи. В конце пассерования добавьте в мультиварку томатную пасту и перемешайте. Выложите сверху тефтели и залейте их водой, посолите. Включите прибор в режиме «Мультиповар» на 15 мин.

Тефтели с овощами

500 г мясного фарша (любого), 50 г сыра (любого, твердых сортов), 2 помидора, 1 сладкий перец, 1 морковка, 1 луковица, 100 мл сливок, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте маленькими кубиками, сладкий перец тонкой соломкой, морковь натрите на крупной терке. Добавьте в мясной фарш половину лука, черный молотый перец и соль, перемешайте, сформируйте тефтели. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите тефтели. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 5 мин., затем переверните тефтельки и обжаривайте их еще 5 мин. Выложите сверху измельченные овощи, посолите, включите режим «Тушение» на 30 мин. Затем залейте тефтели с овощами сливками и посыпьте тертым сыром. Включите мультиварку в том же режиме еще на 10–15 мин.

Тефтели со сливочной подливой

1 кг мясного фарша (смешанного), 300 г риса (вареного), 100 г белого хлеба (свежего), 90 г панировочных сухарей, 2 зубчика чеснока, 2 луковицы, 1 яйцо, 1 морковка, 200 мл сливок, 200 мл куриного бульона, 50 мл молока, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, 250 мл воды, паприка, черный молотый перец, соль.

Белый хлеб замочите в молоке, измельчите до однородной массы и добавьте в мясной фарш. Вымойте и очистите овощи. Лук мелко нарежьте, а чеснок пропустите через чеснокодавилку. Яйцо, половину лука и чеснок, а также черный молотый перец и соль добавьте в фарш. Все хорошо перемешайте. Сформируйте из полученной массы тефтели и обваляйте их в панировочных сухарях. На дно мультиварки налейте растительное масло, нагрейте его и выложите тефтели. Включите режим «Выпечка» и обжаривайте их с каждой стороны по 10 мин. Оставшийся лук и натертую на крупной терке морковь пассеруйте на сковороде в растительном масле. Затем всыпьте муку и перемешайте. Смешайте горячую воду со сливками и паприкой и вылейте в сковороду, доведите до кипения.

Влейте в овощи куриный бульон и немного поварите сливочную подливу до нужной консистенции. Перед подачей на стол полейте тефтели подливой.

Фрикадельки

500 г фарша из говядины, 200 г фарша из свинины, 200 г панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, 500 мл мясного бульона, 100 мл молока, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки пшеничной муки, 2 яйца, 1 луковица, черный молотый перец, соль.

Очистите и мелко нарежьте лук. Растопите в мультиварке половину сливочного масла и обжарьте лук. Смешайте оба вида фарша, обжаренный лук, яйца, панировочные сухари, молоко, черный молотый перец и соль. Сформируйте из смешанного фарша фрикадельки.

Растопите в мультиварке оставшееся сливочное масло и выложите туда фрикадельки. Обжарьте их в режиме «Выпечка» с двух сторон и переложите в миску. Остатки сливочного масла в мультиварке смешайте с мукой и немного поджарьте. Затем влейте в мультиварку бульон, добавьте сметану, перемешайте.

Уложите в соус фрикадельки и готовьте еще 15 мин. в режиме «Тушение».

Котлеты

500 г мясного фарша (любого), 2 луковицы, 1 яйцо, 3 столовые ложки молока, растительного масла, черный молотый перец, соль.

Очистите и мелко нарежьте лук. Смешайте мясной фарш с луком, яйцом, молоком, черным перцем и солью. Сформируйте из готового фарша котлеты. Налейте в мультиварку растительное масло, нагрейте его и выложите котлеты и обжаривайте в режиме «Выпечка» по 15–20 мин. с каждой стороны.

Котлеты из говядины со шпинатом

500 г фарша из говядины, 1 картофелина, 1 яйцо, 1 пучок шпината, 4 столовые ложки растительного масла, зеленый лук, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи, промойте и обсушите зелень. Лук мелко нарежьте кубиками, шпинат мелко порубите. Картофель натрите на терке. Добавьте в говяжий фарш сырое яйцо, картофель, лук, шпинат, черный молотый перец и соль, перемешайте. Сформируйте из готового фарша котлеты. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите котлеты. Поджаривайте их с каждой стороны до зарумянивания (по 15–20 мин).

Котлеты из фарша-ассорти

600 г филе куриных грудок, 1 морковь, 1 кабачок, 1 луковица, 5 столовых ложек манной крупы, 3 столовые ложки растительного масла, вода, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите, затем нарежьте крупными кусками и измельчите блендером. Куриное филе мелко порубите до образования фарша. Смешайте мясной фарш и овощное пюре, добавьте в полученную массу манную крупу, перец и соль. Сформируйте из полученного фарша котлеты и уложите их в смазанную растительным маслом мультиварку. Включите режим «Выпечка» на 15 мин., затем переверните котлеты на другую сторону и поджаривайте их еще 15–20 мин.

Паровые котлеты

500 г говядины, 300 г свинины, 2 яйца, 2 луковицы, 1 картофелина, вода, черный молотый перец, соль.

Мясо промойте, обсушите и нарежьте на куски. Овощи вымойте, очистите и разрежьте на четвертинки. Мясо и овощи измельчите с помощью мясорубки. В полученный фарш добавьте яйца, черный молотый перец и соль, перемешайте. Сформируйте из фарша котлеты и выложите их в корзину для варки на пару. В емкость для варки налейте воды. Включите мультиварку в режиме «Варка на пару» на 40 мин.

Куриные паровые котлеты

300 г филе куриных бедер, 150 г батона, 2 луковицы, 1 морковь, 70 мл молока, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь натрите на терке. Размочите батон в молоке. Из куриного филе приготовьте фарш и добавьте в него измельченные овощи и батон. Посолите и поперчите полученную массу, перемешайте ее. Сформируйте из фарша котлеты и выложите их в корзину для варки на пару. На дно мультиварки налейте воды. Включите прибор в режиме «Варка на пару» на 30 мин.

Суфле из мясного фарша

500 г мясного фарша (любого), 200 мл сметаны, 200 мл молока, 2 яйца, 1 чайная ложка растительного масла, 600 мл воды, черный молотый перец, соль.

Залейте фарш водой и отваривайте в мультиварке в режиме «Варка на пару» в течение 30–40 мин. Смешайте блендером готовый фарш с яйцами, сметаной, молоком, черным молотым перцем и солью. Смажьте дно мультиварки растительным маслом и выложите взбитую массу. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 40 мин.

Фаршированные «ракушки»

200 г мясного фарша (любого), 25 «ракушек», 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, вода, соль.

Вымойте и очистите овощи. Лук мелко нарежьте, а морковь натрите на терке. В мультиварку налейте растительное масло и пассеруйте овощи. Затем выложите их в отдельную посуду, а в мультиварку уложите начиненные фаршем «ракушки». Залейте «ракушки» наполовину водой. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 45 мин. Периодически проверяйте состояние «ракушек» и при необходимости подливайте воду. Добавьте в обжаренные овощи черный молотый перец, соль, сметану и томатную пасту, перемешайте и доведите до кипения. Залейте фаршированные «ракушки» соусом и тушите еще 2 мин.

Макароны по-флотски

400 г мясного фарша (любого), 300 г макарон, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, зелень (любая), вода, черный молотый перец, соль.

Очистите и мелко нарежьте лук. Добавьте его вместе с солью и перцем в мясной фарш и перемешайте. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите фарш. Обжаривайте его в режиме «Выпечка» в течение 30 мин. В мультиварку всыпьте макароны, добавьте соль, перемешайте с фаршем и залейте кипятком. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 10 мин. Готовое блюдо перемешайте и посыпьте мелко рубленой зеленью.

Запеканка из мясного фарша

350 г мясного фарша (любого), 200 г сыра (любого, твердых сортов), 3–4 картофелины, 3 яйца, 1 луковица, 1 столовая ложка сливок, 1 чайная ложка растительного масла, базилик, соль.

Вымойте и очистите овощи. Картофель натрите на крупной терке и смешайте с фаршем. Лук нарежьте маленькими кубиками и вместе с перцем и солью добавьте в картофельно-мясную массу. Сыр натрите на терке, смешайте с яйцом, сливками и солью. Смажьте растительным маслом емкость для варки и выложите туда картофельно-мясную массу. Залейте сырно-яичной смесью. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 1 ч. Осторожно переверните запеканку на другую сторону и выпекайте еще 30 мин.

Блинчики с мясным фаршем

500 г фарша из говядины, 200 г пшеничной муки, 500 мл молока, 2 яйца, 1 луковица, 4 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка соды, $\frac{1}{2}$ чайной ложки лимонного сока.

Взбейте яйца с сахаром, добавьте молоко, соль и 2 столовые ложки растительного масла. Затем добавьте соду с лимонным соком и перемешайте. Медленно подсыпайте в яичную массу муку и осторожно перемешивайте. Смажьте дно сковороды растительным маслом и испеките блинчики из полученного теста. Очистите лук и мелко его нарежьте, смешайте с мясным фаршем. Налейте в мультиварку растительное масло и поджарьте фарш с луком. Для этого включите режим «Выпечка» на 15 мин. Периодически помешивайте фарш и следите за его консистенцией (откройте крышку для испарения лишней жидкости или долейте немного воды, бульона). Заверните готовый фарш в блинчики. Затем выложите начиненные блинчики в мультиварку и на 10 мин. включите режим «Выпечка».

Манты

Для теста: 200 г пшеничной муки, 1 яйцо, 1 чайная ложка растительного масла, соль, 50 мл воды.

Для фарша: 500 г свинины, 500 г говядины, 2 луковицы, черный молотый перец, соль.

Смешайте пшеничную муку с яйцом, водой и солью. Замесите тесто. Мясо измельчите с помощью мясорубки вместе с очищенным луком. Добавьте в фарш черный молотый перец и соль, перемешайте. Раскатайте тесто и нарежьте на куски. Положите на кусочки теста фарш защипните края. На дно мультиварки налейте немного воды. Смажьте растительным маслом корзину для варки на пару и уложите в нее манты. Включите мультиварку в режиме «Варка на пару» на 50 мин.

Гуляш из свинины

450 г свинины (постной), 1 морковь, 1 луковица, 1 ½ столовой ложки пшеничной муки, 1 столовая ложка растительного масла, 750 мл воды, черный молотый перец, соль.

Нарежьте мясо мелкими кусочками. Овощи вымойте и очистите. Морковь нарежьте тонкой соломкой, а лук маленькими кубиками. Налейте в мультиварку растительное масло и в режиме «Выпечка» пассеруйте овощи в течение 10 мин. Затем выложите в варочную емкость мясо и обжаривайте все еще 25 мин. Разведите в ½ стакана воды пшеничную муку, влейте в мультиварку, перемешайте. Вылейте туда же остальную воду, добавьте черный молотый перец и соль, перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1–1 ½ ч.

Тушеная свинина с овощами

500 г свинины (постной), 3 помидора, 2 баклажана, 2 сладких перца, 2 зубчика чеснока, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 ½ столовой ложки растительного масла, 200 мл воды, черный молотый перец, соль.

Свинину нарежьте кубиками. Овощи вымойте и очистите. Морковь и томаты натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, баклажаны нарежьте кубиками, а сладкий перец соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и положите кусочки свинины. Включите режим «Выпечка» на 25 мин. Периодически перемешивайте мясо. Добавьте в мультиварку измельченные лук и морковь и обжаривайте все еще 10 мин. Затем добавьте туда же нарезанные сладкий перец и баклажаны, томатную массу. Все перемешайте, поперчите, посолите, налейте воды.

Переключите мультиварку в режим «Тушение» на 40 мин. Измельчите чеснок и вместе с лавровым листом положите в мультиварку, все перемешайте и готовьте в том же режиме еще 30 мин.

Тушеная свинина с картофелем

500 г свинины (постной), 8 картофелин, 2 лавровых листа, 1 морковь, 1 зубчик чеснока, 1 пучок укропа, 2 столовые ложки растительного масла, 150 мл воды, черный молотый перец, соль.

Мясо вымойте и нарежьте кусочками. Вымойте и очистите овощи, мелко нарежьте лук и морковь, картофель нарежьте средними ломтиками. Чеснок пропустите через чеснокодавилку.

Налейте в мультиварку растительное масло, выложите мясо и обжаривайте его в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Добавьте к нему овощи, залейте водой, посолите и поперчите. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1 ч. 10 мин. Затем мелко порубите промытый укроп. Добавьте лавровый лист и зелень в почти готовое блюдо, перемешайте и тушите еще 15–20 мин.

Гуляш из говядины с овощами

1 кг говядины, 6 картофелин, 5 помидоров, 2 морковки, 2 сладких перца, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 ½ л воды, приправа для мяса, черный молотый перец, соль.

Мясо вымойте и нарежьте средними кусочками. Вымойте и очистите овощи. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите мясо.

Включите режим «Выпечка» на 20 мин. Периодически перемешивайте мясо. Нарежьте лук и морковь тонкой соломкой и добавьте к мясу. Обжаривайте все еще 10 мин.

Из томатов приготовьте пюре, а картофель нарежьте средними кубиками. Добавьте томатную массу и картофель в мультиварку, перемешайте, залейте водой.

Переключите прибор на режим «Тушение» на 1 ч. Сладкий перец нарежьте соломкой. Вместе с черным молотым перцем и солью добавьте его к основным продуктам, перемешайте. Тушите блюдо еще 40 мин.

Гуляш из говядины в сметанном соусе

500 г говядины, 200 г сметаны, 1 помидор, 1 сладкий перец, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, 100 мл воды, приправа для мяса, черный молотый перец, соль.

Налейте в мультиварку растительное масло, положите нарезанное кусочками мясо и включите режим «Выпечка» на 20 мин. Периодически помешивайте его. Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте лук, натрите на крупной терке морковь и томат, нарежьте соломкой сладкий перец и добавьте к мясу, посолите, перемешайте. Обжаривайте все еще 20 мин. Добавьте в сметану пшеничную муку, черный молотый перец и приправу для мяса, перемешайте. Разведите полученную смесь водой и влейте в мультиварку. Включите прибор в режиме «Тушение» на 1 ч. Добавьте к мясу лавровый лист и перемешайте. Готовьте блюдо в том же режиме еще 20 мин.

Бефстроганов

600 г говядины, 100 г сметаны, 2 луковицы, 1 лавровый лист, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 100 мл воды, черный молотый перец, соль.

Мясо вымойте и нарежьте брусочками. Лук очистите и нарежьте тонкой соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте лук в режиме «Выпечка» 10 мин. Добавьте к луку томатную пасту, сметану, черный молотый перец и соль. В небольшом количестве воды разведите пшеничную муку и влейте в мультиварку, все перемешайте.

В соус выложите мясо, перемешайте и готовьте в режиме «Тушение» 25 мин. Положите в мультиварку лавровый лист, перемешайте и тушите блюдо еще 15 мин.

Овощное рагу с говядиной

700 г говядины, 5 картофелин, 5 зубчиков чеснока, 3 луковицы, 2 кабачка, 2 баклажана, 2 сладких перца, 3 луковицы, 1 морковь, 1 пучок укропа, 1 пучок кинзы или петрушки, 150 мл растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, черный молотый перец, соль.

Мясо вымойте и нарежьте маленькими кусочками. Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук тонкой соломкой и пассеруйте в растительном масле в режиме «Выпечка» 10 мин. Добавьте к луку мясо, посолите, перемешайте. Включите режим «Тушение» на 1 ч. Морковь натрите на крупной терке, а остальные овощи нарежьте кубиками. Добавьте измельченные овощи к мясу, посолите, поперчите и перемешайте.

Тушите рагу еще 45 мин. Промытую зелень мелко нарежьте и вместе с томатной пастой положите в рагу, перемешайте, готовьте в том же режиме еще 15 мин.

Тушеная капуста с говядиной

1 вилок белокочанной капусты, 500 г говядины, 3 помидора, 1 морковка, 1 луковица, 1 пучок укропа или петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, 100 мл воды, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Мясо нарежьте средними кусочками, а лук мелко. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите мясо и лук, перемешайте. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 15 мин. Периодически перемешивайте жарящиеся продукты. Натрите на терке томаты, нашинкуйте капусту, мелко порубите промытую зелень. Выложите подготовленные овощи в мультиварку, посолите, поперчите, перемешайте и залейте небольшим количеством воды. Включите прибор в режиме «Тушение» на 2 ч., периодически перемешивайте содержимое мультиварки.

Тушеная говяжья печень

800 г говяжьей печени, 2 луковицы, 2 лаврового листа, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, 150 мл сливок, 500 мл воды, черный молотый перец, соль.

Печень промойте и очистите от пленок, нарежьте кусочками. Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук полукольцами. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите печень и лук. Включите режим «Выпечка» на 15 мин. Периодически помешивайте готовящиеся продукты. Добавьте в них пшеничную муку, перемешайте и обжаривайте все еще 5 мин. В теплую воду добавьте черный молотый перец, соль, перемешайте и влейте в мультиварку. Включите режим «Тушение» на 1 ч. За 10 мин. до готовности добавьте в блюдо лавровый лист и перемешайте.

Печень в сметанном соусе

700 г говяжьей печени, 2 луковицы, 1 помидор, 1 лавровый лист, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки пшеничной муки, 500 мл воды, черный молотый перец, соль.

Печень промойте, удалите пленки и нарежьте небольшими брусочками. Овощи вымойте и очистите, мелко нарежьте. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите кусочки печени и лук. Включите режим «Выпечка» на 15 мин. Несколько раз за это время перемешайте готовящиеся продукты. Разведите в небольшом количестве воды пшеничную муку и влейте в мультиварку, перемешайте и обжаривайте все еще 5 мин. Добавьте к печени томат, сметану, черный молотый перец, соль. Залейте все водой, перемешайте и готовьте в режиме «Тушение» еще 1 ч. За 15 мин. до готовности добавьте в блюдо лавровый лист и еще раз перемешайте.

Кролик в сметанном соусе

800 г мяса кролика, 250 г сметаны, 9 картофелин, 2 луковицы, 1 пучок укропа, приправа для мяса, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Мясо кролика нарежьте на кусочки среднего размера и выложите на дно мультиварки в один слой. Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте маленькими кубиками, а картофель ломтиками. Разведите сметану водой и добавьте приправу, черный молотый перец, соль, перемешайте. Залейте полученным соусом мясо. Картофель поместите в корзину для варки

на пару. Включите мультиварку в режиме «Плов» на 1 ч. Готовый картофель выньте из мультиварки.

Подавайте его как гарнир. Посыпьте мясо рубленой зеленью и перемешайте. Готовьте в том же режиме еще 15–20 мин.

Тушеный кролик с картофелем

500 г мяса кролика, 100 г сметаны, 9 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, 1 помидор, 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 200 мл воды, черный молотый перец, соль.

Мясо нарежьте небольшими кусочками. Вымойте и очистите овощи. Лук мелко нарежьте, морковь натрите на терке. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите подготовленные овощи и мясо. Включите режим «Выпечка» на 10 мин. Периодически перемешивайте содержимое мультиварки. Картофель нарежьте кубиками и выложите на мясо. Разведите в горячей воде сметану, добавьте черный молотый перец и соль, перемешайте. Полученным соусом залейте продукты в мультиварке. При необходимости добавьте воду, чтобы она полностью покрывала картофель. Включите прибор в режиме «Тушение» на 1 ч. Промойте и обсушите петрушку, мелко порубите. Посыпьте ею готовое блюдо и перемешайте.

Перепела с картофелем

3 перепелиных тушки, 5 картофелин, 1 сладкий перец, 1 луковица, 100 г сыра (любого, твердых сортов), 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки сметаны, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте репчатый лук. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте на нем лук в режиме «Выпечка» 10 мин. Картофель нарежьте кружочками и слоями выложите в мультиварку. Каждый слой немного посолите и поперчите. Перепелов разделайте на крупные куски, посолите, поперчите и уложите на картофель. Смешайте сметану с томатной пастой. Залейте полученным соусом содержимое мультиварки и готовьте в режиме «Выпечка» 40 мин. Нарежьте соломкой сладкий перец, натрите на крупной терке сыр. Отодвиньте перепелов в сторону и осторожно перемешайте картофель с луком. Уложите все в прежнем порядке. Посыпьте сыром и сладким перцем и включите мультиварку в режиме «Тушение» на 20 мин.

Куриные крылышки в томатном соусе

1 кг куриных крылышек, 100 г оливок (без косточек), 6 помидоров, 3 зубчика чеснока, 2 луковицы, 1 пучок укропа, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Крылышки вымойте и обсушите. Натрите их солью и черным молотым перцем и оставьте на 30–40 мин. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте тонкой соломкой, а чеснок пропустите через чеснокодавилку.

Мелко порубите промытый укроп. Оливки нарежьте колечками. Налейте на дно мультиварки растительное масло и выложите куриные крылышки. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 10 мин. Переверните крылышки на другую сторону и обжаривайте их еще 10 мин. Переложите куриные крылышки в отдельную посуду. В мультиварку заложите лук, чеснок и обжаривайте их 10 мин. в том же режиме.

Из томатов приготовьте пюре. Добавьте в мультиварку томатную массу, оливки и перемешайте. Положите в томатный соус обжаренные куриные крылышки и включите прибор в режиме «Тушение» на 50 мин. Почти готовое блюдо посыпьте зеленью и тушите еще 10 мин.

Курица в сметанном соусе

1 кг курицы, 150 г сметаны, 2 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, вода, черный молотый перец, соль.

Куриную тушку разделайте на порционные куски. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите мясо, поперчите и посолите его. Включите режим «Выпечка» на 15 мин. Переверните кусочки курицы на другую сторону и обжаривайте еще 15 мин. Смешайте сметану с небольшим количеством воды и залейте куриное мясо.

Переключите мультиварку на режим «Тушение» на 40 мин. Готовое блюдо посыпьте мелко нарезанной петрушкой.

Запеченное куриное филе

1 кг куриного филе, 200 г сметаны (средней жирности), 150 г сыра (любого, твердых сортов), 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Очистите чеснок и пропустите через чеснокодавилку. В сметану добавьте чесночную массу, черный молотый перец и соль, перемешайте. Куриное филе промойте и обсушите. Смажьте дно варочной емкости растительным маслом. Мясо обмакните в сметанной соус и поместите в мультиварку, сверху выложите остатки соуса и посыпьте тертым сыром.

Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 40 мин.

Куриные рулетики

1,2 кг филе куриных грудок, 250 г зелени петрушки и укропа, 100 г сыра (любого, твердых сортов), 3 зубчика чеснока, 1 помидор, 1 луковица, 3 столовые ложки майонеза, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Куриное филе вымойте и обсушите. Овощи вымойте и очистите. Томат и лук нарежьте мелкими кубиками, зелень измельчите, а чеснок пропустите через чеснокодавилку.

Сыр натрите на крупной терке. Добавьте в подготовленные овощи и сыр 2 столовые ложки майонеза и перемешайте. В филе сделайте надрезы и положите туда сырно-овощную массу. Сверните рулетики и обвяжите их нитками. Смажьте дно мультиварки растительным маслом и выложите начиненные куриные рулетики, сверху смажьте их майонезом.

Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 30 мин.

Куриное филе в сливочном соусе

500 г куриного филе, 100 мл сливок, 100 мл майонеза, 1 морковь, 1 луковица, 2 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки растительного масла, 200 мл воды, черный молотый перец, соль.

Куриное филе вымойте и обсушите, нарежьте на средние кусочки. Овощи вымойте и очистите. Морковь натрите на крупной терке, а лук нарежьте маленькими кубиками.

Налейте в мультиварку растительное масло и выложите куриное мясо, перемешайте и обжаривайте в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Добавьте к мясу овощи, посолите и готовьте в том же режиме еще 15 мин.

Разведите в воде пшеничную муку, добавьте сливки и майонез, черный молотый перец и перемешайте. Полученным соусом залейте куриное филе и переключите мультиварку на режим «Тушение» на 1 ч.

Тушеная курица в чесночном соусе

800 г куриных бедер или голеней, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки сливок, черный молотый перец, соль.

Кусочки курицы натрите черным молотым перцем и солью. Налейте растительное масло в мультиварку и выложите туда курицу. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 40 мин. Обжаривайте куриное мясо в течение этого времени с двух сторон. Очистите чеснок и пропустите через чеснокодавилку, положите его в сливки и перемешайте. Залейте кусочки курицы чесночным соусом и продолжайте готовить в режиме «Тушение» 15–20 мин.

Курица с фасолью

1 кг курятины, 350 г красной фасоли (консервированной), 200 г сметаны, 4 картофелины, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 пучок зелени, 2 столовые ложки растительного масла, красный молотый перец, вода, соль.

Вымойте и очистите овощи. Чеснок пропустите через чеснокодавилку. Курицу нарежьте на средние куски и натрите красным молотым перцем, чесноком и солью. Отставьте для маринования на 40 мин. Налейте в мультиварку растительное масло. Мелко нарежьте лук и вместе с курятиной выложите в мультиварку. Включите прибор в режиме «Выпечка» и обжаривайте мясо с каждой стороны по 10 мин. Налейте в мультиварку немного воды. На курицу выложите сметану. Картофель нарежьте средними ломтиками, посолите и поместите в корзину для варки на пару. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 30 мин. Если картофель будет готов к этому времени, то переложите его в отдельную посуду.

Подавайте его в качестве гарнира. К курятине добавьте мелко нарезанную зелень и красную фасоль, перемешайте и тушите еще 10 мин.

Гуляш из курицы

1 кг куриного филе, 3 луковицы, 2 морковки, 1 помидор, 1 сладкий перец, 1 лавровый лист, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 столовая ложка томатной пасты, 150 мл воды, черный молотый перец, соль.

Куриное филе вымойте и нарежьте кусочками. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте соломкой, а морковь тонкими ломтиками. На дно мультиварки налейте растительное масло и пассеруйте лук с морковью в режиме «Выпечка» 1 мин. Добавьте к пассерованным овощам куриное мясо и обжаривайте еще 15 мин. Сладкий перец нарежьте соломкой, а томат кубиками. Выложите их в мультиварку, добавьте пшеничную муку, томатную пасту, соль и воду. Все перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 30 мин. Добавьте лавровый лист, черный молотый перец, перемешайте и готовьте в том же режиме еще 20 мин.

Курица с овощной подливой

1 кг курятины, 1 морковка, 1 помидор, 1 сладкий перец, 1 луковица, 1 пучок укропа, 1 пучок щавеля, 2 столовые ложки растительного масла, 1 л воды, соль.

Нарежьте курицу на кусочки. Овощи вымойте и очистите. Нарежьте лук и сладкий перец тонкой соломкой, томат маленькими кубиками, а морковь натрите на крупной терке. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите курятину. Слегка обжарьте мясо в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Добавьте в мультиварку лук, сладкий перец, томат и морковь. Мясо с овощами посолите и залейте водой. Переключите мультиварку на режим «Тушение» и готовьте блюдо 25 мин. Зелень промойте и обсушите, мелко нарежьте и добавьте к основным ингредиентам. Готовьте все еще 5 мин.

Куриное мясо с черносливом

1 кг куриного мяса (бедро), 200 г чернослива (без косточек), 2 морковки, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 3 столовые ложки сметаны, 3 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки растительного масла, 1 ½ чайной ложки горчицы, 150 мл воды, черный молотый перец, соль.

Чернослив промойте и замочите в воде на 1 ч. Куриное мясо нарежьте крупными кусками. Налейте в мультиварку растительное масло и уложите курятину. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 15 мин. Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук и морковь тонкой соломкой. Добавьте измельченные овощи к мясу и обжаривайте все 10 мин. Разведите в воде горчицу, томатную пасту, сметану, черный молотый перец и соль. Полученным соусом залейте содержимое мультиварки. Включите режим «Тушение» на 1 ч. Мелко порубите чеснок. Добавьте в готовящееся блюдо чеснок и чернослив, все перемешайте и тушите еще 15 мин.

Курица с овощами

200 г куриного филе, 3 помидора, 3 картофелины, 1 кабачок, 1 баклажан, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 ½ столовой ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте лук и чеснок. Налейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте лук и чеснок в течение 10 мин. в режиме «Выпечка». Куриное филе нарежьте кусочками и выложите в мультиварку, перемешайте и обжаривайте 20 мин.

Кабачок, баклажан и картофель нарежьте кубиками, а томаты тонкими ломтиками. Добавьте подготовленные овощи к мясу, поперчите, посолите, перемешайте и готовьте в режиме «Тушение» 1 ч.

В течение этого времени мультиварку не открывайте. Готовое блюдо перемешайте.

Курица с гречкой

250 г куриного филе, 150 г гречневой крупы, 1 морковка, 1 луковица, 3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, 800 мл воды, соль.

Куриное мясо нарежьте кусочками. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите курятину. Обжаривайте ее в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь натрите на крупной терке. Добавьте овощи к мясу, перемешайте и обжаривайте 10 мин. Затем положите в мультиварку сметану, посолите, перемешайте и готовьте еще 5–10 мин. Промойте гречку и выложите ее к мясу с овощами, залейте водой и включите режим «Каша» на 40 мин. Готовое блюдо перемешайте.

Тушеные куриные сердечки

700 г куриных сердечек, 100 г сметаны, 1 морковь, 1 луковица, 1 лавровый лист, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, 100 мл воды, черный молотый перец, соль.

Овощи вымойте и очистите. Лук мелко нарежьте, а морковь натрите на крупной терке. Налейте на дно мультиварки растительное масло и обжарьте измельченные овощи. Для этого включите режим «Выпечка» на 10 мин. Добавьте к овощам куриные сердечки. Поперчите и посолите их, залейте водой. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 40 мин. Добавьте сметану и лавровый лист, перемешайте и тушите блюдо еще 20 мин.

Куриная печень в соусе

700 г куриной печени, 1 луковица, 1 лавровый лист, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки томатной пасты, 2 столовые ложки пшеничной муки, 500 мл воды, растительного масла, черный молотый перец, соль.

Очистите лук и нарежьте его тонкой соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте лук в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Печень промойте и нарежьте мелкими кусочками. Выложите ее к луку, перемешайте и поджаривайте 10 мин. при открытой крышке мультиварки. В холодной воде разведите пшеничную муку, добавьте сметану и томатную пасту, перемешайте. Залейте полученным соусом куриную печень, добавьте черный молотый перец, лавровый лист, соль и перемешайте. Переключите мультиварку на режим «Тушение» и готовьте блюдо еще 1 ч.

Куриная печень в молочном соусе

500 г куриной печени, 200 мл молока, 1 морковь, 1 луковица, черный молотый перец, соль.

Печень промойте и очистите, нарежьте на кусочки. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте кольцами, а морковь натрите на крупной терке. Выложите измельченные овощи и печень в мультиварку, посолите, поперчите и залейте молоком. Включите прибор в режиме «Тушение» на 1 ч.

Холодец со свиной и говядиной

1 свиная нога, 1 ½ кг свиной рульки, 1 кг мякоти говядины, 2 морковки, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 корень петрушки, лавровый лист, 2 л воды, тмин, анис, черный молотый перец, душистый перец горошком, соль.

Для украшения: 4 желтка (сваренных вкрутую), 1 болгарский перец, ½ лимона, зелень укропа.

Вымойте говядину и нарежьте большими кусками. Рульку вымойте, обрежьте мясо с косточки, мясо нарежьте крупными кусками. Ногу тщательно очистите и вымойте, порубите. Овощи и корень вымойте, очистите, нарежьте крупно. В чашу мультиварки выложите ноги, рульку с обрезным мясом и говядину, овощи, специи (любые), посолите, влейте воду. Установите режим «Тушение» на 6 ч. Достаньте мясо из бульона, бульон процедите. Мясо мелко нарежьте. Лимон вымойте, нарежьте кружочками. Желтки разделите пополам. Перец вымойте, очистите, нарежьте кольцами. Укроп вымойте и мелко нарежьте. В каждую формочку для холодца положите кольцо перца, в середину половинку яйца, мясо, зелень (любая),

кружочек лимона, залейте бульоном. Формочки поставьте в холодильник, чтобы холодец полностью застыл.

Быстрый холодец

1 говяжья нога от коленного сустава и ниже весом (около 1 кг), 1 кг мякоти голени говядины, 2 морковки, 2 луковицы, 2 болгарских перца, 2 л воды, лавровый лист, душистый перец горошком, тмин, соль.

Ноги тщательно вымойте и очистите, порубите, чтобы помещались в чашу мультиварки. Мясо вымойте, нарежьте большими кусками. Овощи вымойте, очистите, нарежьте крупными кусками или положите целиком. Выложите все ингредиенты в чашу мультиварки, влейте воду. Установите режим «Тушение» на 6 ч. Достаньте мясо из бульона, мелко нарежьте. Бульон процедите. В формочки для холодца на дно положите мясо и залейте бульоном. Поставьте формочки в холодильник до полного застывания.

Холодец с говядиной

2 свиные ноги, 1 ½ кг мякоти говядины, 3 морковки, 3 луковицы, 3 зубчика чеснока, 1 яйцо (сваренное вкрутую), 2 ½ л воды, лавровый лист, душистый молотый черный перец, кориандр, соль.

Мясо вымойте и нарежьте средними кусками. Ноги вымойте, очистите, порубите, чтобы поместились в чашу мультиварки. Положите в чашу мультиварки ноги, мясо, лавровый лист, перец, кориандр, соль, влейте воду. Установите режим «

Тушение» на 6 ч. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте. Достаньте мясо и ноги из бульона, мясо мелко нарежьте, бульон процедите. Бульон снова влейте в чашу мультиварки, попробуйте на соль, если нужно, посолите, положите овощи и установите режим «Выпечка» или «Варка на пару» на 5–10 мин. Яйцо нарежьте кружочками. В каждую формочку для холодца положите по кружочку яйца, затем мясо, залейте бульоном с овощами, слегка перемешайте мясо с бульоном, не задевая яйцо на дне формочки. Формочки поставьте в холодильник на несколько часов до полного застывания.

Холодец из свинины с луком и морковью

2 свиные ноги, 1 кг мякоти свинины, 2 луковицы, 2 морковки (вареные), 1 головка чеснока, 1 пучок зелени, 2 л воды, лавровый лист, анис, черный молотый перец, соль.

Мясо вымойте, нарежьте средними кусками. Ноги тщательно вымойте и очистите, разрубите на несколько частей, чтобы поместились в мультиварку. Положите в чашу мультиварки мясо и ноги, очищенные головки лука целиком, влейте воду, добавьте лавровый лист, соль, перец, анис. Установите режим «Тушение» на 6 ч. Достаньте мясо и ноги из бульона, мясо мелко нарежьте, бульон процедите. Бульон снова влейте в чашу мультиварки, попробуйте на соль, если нужно, посолите и установите режим «Выпечка» или «Варка на пару» на 5–10 мин. Морковь нарежьте кружочками, чеснок очистите и нарежьте. Зелень вымойте. В каждую формочку для холодца положите по несколько листочков зелени, затем несколько кружочков моркови, мясо, чеснок, еще слой моркови, украсьте мелко нарезанной зеленью, залейте бульоном. Поставьте формочки с холодцом в холодильник, на несколько часов, чтобы он полностью застыл.

Холодец из свинины с маслинами

2 свиные ноги, 1 кг мякоти свинины, 30 г маслин (без косточек), 2 луковицы, 1 болгарский перец, 2 л воды, лавровый лист, душица, белый молотый черный перец, соль.

Мясо вымойте, нарежьте средними кусками. Ноги тщательно вымойте и очистите, рубите на несколько частей, чтобы поместились в мультиварку. Положите в чашу мультиварки мясо и ноги, очищенные головки лука целиком, залейте водой, добавьте лавровый лист, соль, перец, душицу. Установите режим «Тушение» на 6 ч. Достаньте мясо и ноги из бульона, мясо мелко нарежьте, бульон процедите. Бульон снова влейте в чашу мультиварки, попробуйте на соль, если нужно, посолите и установите режим «Выпечка» или «Варка на пару» на 5–10 мин. Перец вымойте, очистите и вместе с маслинами нарежьте колечками. В каждую формочку для холодца положите колечко болгарского перца и 5 колечек маслин в форме цветка, затем мясо, повторите слой перца и маслин, залейте бульоном. Поставьте формочки с холодцом в холодильник на несколько часов, чтобы он полностью застыл.

Холодец с курицей

1 говяжья нога от коленного сустава и ниже весом (около 1 кг), 1 ½ кг курицы, 1 морковь, 1 луковица, 50 г оливок (без косточек), 2 ½ л воды, лавровый лист, душистый перец горошком, тмин, соль.

Ноги тщательно вымойте и очистите, порубите, чтобы помещались в чашу мультиварки. Курицу вымойте, разрубите на несколько частей. Овощи вымойте, очистите, нарежьте крупными кусками или положите целиком. Выложите все ингредиенты в чашу мультиварки, кроме оливок, залейте водой. Установите режим «Тушение» на 5 ч. Достаньте курицу из бульона, отделите мясо от костей, мясо мелко нарежьте. Бульон процедите. Оливки нарежьте колечками. В каждой формочке для холодца выложите дно колечками оливок, положите мясо, затем еще слой оливок, залейте бульоном. Поставьте формочки в холодильник до полного застывания.

Буженина из свиной шеи

500 г мякоти свиной шеи, 50 г горчицы, 50 г майонеза, 1 головка чеснока, растительное масло, розмарин, душица, красный, черный, душистый молотый черный перец, соль.

Смешайте горчицу, майонез, розмарин, душицу, перец и соль. Чеснок очистите, произвольно нарежьте. Мясо вымойте, слегка обсушите бумажными полотенцами, нашингуйте чесноком, смажьте пряной смесью, оставьте настояться на несколько часов. В чашу мультиварки влейте немного масла, выложите мясо. Установите режим «Выпечка» и обжаривайте с каждой стороны по 15 мин. Переключите на режим «Тушение» на 2–3 ч. Когда мясо будет готово, остудите его, нарежьте средними кусками и подавайте на стол.

Буженина с лимонным соком

1 ½ кг мякоти свинины, 100 мл лимонного сока, адыгейская соль, растительное масло.

Мясо вымойте, слегка обсушите бумажными полотенцами. Натрите солью, полейте лимонным соком, положите в полиэтиленовый пакет, дайте промариноваться около 2 ч. Переложите в чашу мультиварки, влейте туда немного масла. Установите режим «Тушение» на 2 ч. Когда буженина будет готова, остудите ее до комнатной температуры, нарежьте и подавайте на стол.

Необычная буженина

1 кг мякоти свиной шеи, 250 г мякоти молодой говядины, 250 г куриного филе, 100 г клюквы, 100 г миндальных орехов, 100 г оливок (без косточек), 100 мл красного винного уксуса, 100 мл растительного масла, 2 головки чеснока, 1 луковица, 1 морковь, тмин, кориандр, соль.

Все мясо вымойте, слегка обсушите бумажными полотенцами. Очистите лук, морковь, чеснок. Лук и морковь мелко нарежьте. Положите в чашку чеснок, клюкву, орехи, влейте масло и уксус, перемешайте блендером до однородной массы. Свинину нарежьте «гармошкой», каждый надрез смажьте смесью. Курицу и говядину нарежьте небольшими тонкими полосками, положите эти полоски, чередуя друг с другом, в надрезы свинины. Лук и морковь также произвольно положите в эти надрезы.

Сверху украсьте половинками оливок. Положите мясо со смесью в полиэтиленовый пакет, перевяжите нитью, дайте настояться 2 ч. Выложите в чашу мультиварки и установите режим «Тушение» на 2 ч. Готовую буженину остудите, нарежьте и подавайте на стол.

Маринованная буженина

2 кг мякоти свиной шеи, 100 мл соевого соуса, 1 пучок зелени, 1 головка чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, кориандр, тмин, зелень петрушки (сухая, измельченная), зелень укроп (сухая, измельченная), орегано (сухой, измельченный), черный молотый перец, соль.

Мясо вымойте, слегка обсушите бумажными полотенцами. Чеснок очистите, раздавите в чеснокодавилке. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Смешайте в одной чаше соус, масло, приправы (любые), чеснок, зелень до однородной массы. Смажьте мясо полученным маринадом, оставьте в контейнере на 1 ч. Переложите мясо вместе с маринадом в чашу мультиварки, установите режим «Выпечка» и обжарьте с каждой стороны по 20 мин. Затем переключите на режим «Тушение» на 2–3 ч. Когда буженина будет готова, остудите ее до комнатной температуры, нарежьте и подавайте на стол.

Рулет из телятины

600 г телятины, 50 г ветчины, 100 мл мясного бульона, 40 мл оливкового масла, 1 луковица, 1 морковь, 1 пучок петрушки, 5 столовых ложек панировочных сухарей, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Измельчите лук, петрушку. Раскалите в чаше мультиварки масло на режиме «Жарка». Спассеруйте лук с панировочными сухарями и петрушкой. Мясо нарежьте полосками средней ширины. Тщательно отбейте каждую, поперчите, посолите, посыпьте сухарями, выложите на полоски лук, сухари, ветчину и маленький кусочек сливочного масла. Сверните в рулеты и свяжите нитками. Обжаривайте рулетики в чаше мультиварки на масле в режиме «Жарка» в течение 40 мин., затем добавьте мясной бульон, смените режим на «Тушение», готовьте до сигнала. После сигнала выложите на плоское блюдо и полейте соусом, в котором готовились рулеты.

Свинные рулеты с черносливом

400 г филе свинины, 200 г сметаны, 150 г чернослива (без косточек), 100 г сыра (любого, твердых сортов), любая зелень (любая), черный молотый перец, соль.

Нарежьте мясо небольшими кусочками, тщательно отбейте. Посолите, поперчите. Распарьте чернослив, сполосните холодной водой, измельчите. Сыр нарежьте кубиками небольшого размера. На каждый кусок мяса выложите по 1 ч. л. измельченного чернослива, кусочку сыра. Сверните рулетом и положите швом вниз в чашу мультиварки, залейте сметаной. Готовьте 40 мин. в режиме «Жарка». После сигнала выложите на блюдо на листья салата, посыпьте измельченной зеленью.

Свиной рулет с орехами

300 г филе свинины, 120 г бекона (копченого), 120 г грецких орехов (измельченных), 120 г шампиньонов, 60 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, 1 пучок кинзы, черный молотый перец, соль.

Вымойте грибы, нарежьте пластинками. Обжаривайте на сковороде на сливочном масле в течение 20 мин. Вымойте мясо. Сделайте поперечные надрезы, разверните, придайте таким образом более плоскую форму. Тщательно отбейте. Посолите, поперчите, натрите чесноком. Оставьте на 20 мин. Выложите нарезанный бекон, орехи и грибы на мясо, сверните в рулет. Нагрейте сливочное масло в чаше мультиварки. Выложите рулет в чашу. Готовьте 40 мин. в режиме «Тушение», переложите на разделочную доску, дайте остыть. Нарежьте рулет кольцами, выложите на плоскую тарелку и посыпьте мелко рубленой зеленью.

Рулет с говяжьей печенью

300 г говяжьей печени, 150 г сливочного масла, 50 мл 33 %-ных сливок, 1 пучок петрушки, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки измельченного арахиса, черный молотый перец, соль.

Промойте печень, удалите пленки и протоки, нарежьте соломкой. Раскалите растительное масло в чаше мультиварки, выложите печень и установите режим «Жарка» на 20 мин., поперчите, посолите, выньте и дайте остыть. Пропустите через мясорубку. Измельчите лук, обжарьте на сковороде на растительном масле. Пропустите через мясорубку и добавьте к печени. Влейте сливки и еще раз пропустите через мясорубку всю массу. Добавьте 100 г сливочного масла и тщательно взбейте миксером. Получившуюся печеночную массу выложите на пищевую пленку ровным слоем и уберите в холодильник на 30 мин. Затем растопите на водяной бане 50 г сливочного масла, и нанесите тонким слоем на печеночную массу. С помощью пленки сверните массу в рулет и уберите в холодильник на 2 ч. Измельчите зелень (любая), перед подачей на стол украсьте зеленью и арахисом.

Рулеты из говядины с грибным соусом

400 г филе говядины, 150 г свинины, 150 г шампиньонов, 20 г сливочного масла, 100 мл молока, 2 яйца, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, ¼ часть батона, 2 столовые ложки муки, 2 чайные ложки панировочных сухарей, вода, черный молотый перец, соль.

Говядину нарежьте порционными кусками, тщательно отбейте с обеих сторон, посолите, поперчите. Свинину пропустите через мясорубку, посолите, поперчите. Предварительно размочите хлеб в молоке, добавьте в фарш. На отбивные выложите по 1 ст. л. фарша, сверните в рулеты и запанируйте в яйцах и сухарях. В чаше мультиварки нагрейте сливочное масло, выложите рулеты, установите режим «Жарка» на 30 мин. Тем временем приготовьте соус: на отдельной сковороде в небольшом количестве сливочного масла обжарьте измельченные грибы и репчатый лук в течение 5 мин., вмешайте муку, влейте 5 ст. л. кипяче-

ной воды, все тщательно размешайте, чтобы не было комков. После сигнала залейте соусом отбивные, установите режим «Тушение» и готовьте 20 мин.

Рулеты из свинины с овощами

500 г свинины, 100 г ветчины, 50 г сливочного масла, 40 мл оливкового масла, 1 кочан цветной капусты, 1 морковь, 1 пучок петрушки, 5 столовых ложек панировочных сухарей, вода, черный молотый перец, соль.

Очистите овощи. Измельчите лук, морковь, петрушку, капусту разделите на соцветия. Вскипятите воду, посолите, опустите на 3 мин. капусту в воду, откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь. Раскалите в чаше мультиварки масло. Спассеруйте лук с панировочными сухарями и петрушкой. Нарежьте ветчину. Мясо нарежьте полосками средней ширины. Тщательно их отбейте, поперчите, посолите, на каждый кусочек выложите лук, морковь, капусту, ветчину и маленький кусочек сливочного масла. Сверните в рулеты и свяжите нитками. Запанируйте в сухарях. Обжаривайте рулетики в чаше мультиварки на сливочном масле в режиме «Жарка» в течение 40 мин., затем влейте мясной бульон, тушите до готовности. После сигнала переложите на плоское блюдо и полейте соусом, в котором готовились рулеты.

Мясные рулеты с орехами и черносливом

400 г свиного филе, 100 г куриного фарша, 100 г чернослива (без косточек), арахиса, сыра (любого, твердых сортов), 200 мл сливок 33 %-ной жирности, любая зелень (любая), черный молотый перец, соль.

Нарежьте филе свинины широкими полосками, тщательно отбейте. Посолите, поперчите. Распарьте чернослив и измельчите. Сыр нарежьте маленькими кубиками. Добавьте в куриный фарш чернослив и измельченный заранее арахис, посолите, тщательно перемешайте. На каждую отбивную выложите куриный фарш и кусочек сыра (любого, твердых сортов). Сверните рулетом и уложите швом вниз в чашу мультиварки, залейте сливками. Готовьте 40 мин. в режиме «Жарка». После сигнала переложите рулетики на блюдо, посыпьте измельченной зеленью.

Рулет с куриной печенью

300 г куриной печени, 120 г сливочного масла, 40 мл 33 %-ных сливок, 1 луковица, 3 столовые ложки растительного масла, 3 столовые ложки измельченного арахиса, 1 пучок зелени (любой), черный молотый перец, соль.

Промойте печень, измельчите в блендере. Раскалите растительное масло в чаше мультиварки, выложите печень и установите режим «Жарка» на 20 мин., поперчите, посолите, выньте и дайте остыть. Измельчите лук, обжарьте на сковороде. Пропустите через мясорубку и добавьте к печени. Влейте сливки и еще раз пропустите через мясорубку всю массу. Добавьте 100 г сливочного масла и тщательно взбейте миксером. Получившуюся печеночную массу выложите на пищевую пленку ровным слоем и уберите в холодильник на 30 мин. Затем растопите на водяной бане оставшееся сливочное масло и нанесите тонким слоем на печеночную массу. С помощью пленки сверните массу в рулет и уберите в холодильник на 2 ч. Измельчите зелень (любая), перед подачей на стол украсьте зеленью и арахисом.

Мясные рулеты с ананасом и сыром

450 г свиного филе, 100 г сыра (любого, твердых сортов), 20 г сливочного масла, 20 г ананаса (консервированного), 200 мл сливок 33 %-ной жирности, 5 столовых ложек панировочных сухарей, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок петрушки, черный молотый перец, соль.

Нарежьте филе свинины широкими полосками, тщательно отбейте. Посолите, поперчите.

Нарежьте сыр маленькими кусочками. Выложите по несколько кусочков ананаса, сыра и по кусочку сливочного масла на каждую отбивную. Сверните рулетом, запанируйте в сухарях и уложите швом вниз в чашу мультиварки, залейте сливками. Готовьте 40 мин. в режиме «Жарка». После сигнала выложите готовые рулеты на листья салата и посыпьте измельченной зеленью.

Печеночный паштет

400 г говяжьей печени, 50 г сливочного масла, 100 мл сливок 33 %-ной жирности, 20 мл белого вина, 1 луковица, 5 столовых ложек сливочного масла, кориандр, мускатный орех, черный молотый перец, соль.

Очистите и измельчите репчатый лук, растопите сливочное масло в чаше мультиварки, пассеруйте лук в течение 5 мин. Пропустите через мясорубку печень, посолите, поперчите, влейте сливки, вино, тщательно перемешайте.

Выложите в мультиварку печеночную массу, установите режим «Жарка» на 30 мин. Добавьте кориандр и мускатный орех. После сигнала готовую массу переложите в блендер, измельчите. Выложите паштет в глубокую емкость, поставьте в холодильник на 2 ч.

Паштет из куриной печени

350 г куриной печени, 100 г сливочного масла, 2 луковицы, 2 морковки, 2 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль.

Печень промойте, нарежьте маленькими кусочками. Вымойте и очистите овощи. Лук измельчите, натрите морковь на терке, порубите мелко чеснок. Нагрейте в чаше мультиварки сливочное масло, выложите печень, лук, морковь и чеснок. Посолите, поперчите. Установите режим «Выпечка», готовьте 20 мин. После сигнала переложите все в блендер, измельчите. Выложите паштет в емкость, поставьте в холодильник на 3 ч.

Куриный паштет

250 г куриных грудок, 120 г сливочного масла, 1 луковица, 1 морковка, 1 пучок зелени (любой), вода, черный молотый перец, соль.

Вымойте и очистите овощи. Промойте тщательно холодной водой куриные грудки. Выложите в корзину мультиварки для варки на пару. Установите режим «Варка на пару» на 25 мин. Готовые куриные грудки выложите в отдельную посуду, оставьте остывать. Измельчите зелень и лук. Растопите в чаше мультиварки сливочное масло, пассеруйте 7 мин. лук в режиме «Жарка» с открытой крышкой. Морковь нарежьте кружочками. Измельчите в блендере морковь, кусочки куриной грудки, жареный лук, влейте топленое масло и пюрируйте все. Выложите паштет в емкость, поставьте в холодильник на 2 ч. Перед подачей на стол украсьте зеленью.

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.