Блюда на каждый день в МУЛЬТИВАРКЕ

Домашние технологии | Точные пропорции | Секреты приготовления

Л. Николаев

Блюда на каждый день в мультиварке

Серия «Лакомка»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6598716
Элга Боровская. Блюда на каждый в мультиварке: Эксмо; Москва; 2013
ISBN 978-5-699-66811-3

Аннотация

Растет количество желающих готовить в мультиварке, уникальном приборе, благодаря которому даже традиционные каждодневные блюда становятся вкуснее, а время, затраченное на их приготовление, можно употребить на другое полезное для вас дело. Новая книга по мультиварке предлагает появившиеся в последнее время новые рецепты, которых более 500.

Содержание

Мультиварки умеют все! 7
Закуски 10
Общие рекомендации 11
Холодец куриный 12
Холодец обыкновенный 13
Зельц куриный 14
Холодец свиной 15
Карбонад с дымком 16
Студень свино-говяжий 17
Холодец с курицей 18
Буженина 19
Буженина «Пикан» 20
Сало с прожилками 21
Сало по-украински 22
Окорок тамбовский 23
Шейка варено-копченая 24
Эскалоп деликатесный 25
Ветчина куриная 26
Цыпленок копченый 27
Телятина с грибами 28
Баранина с черносливом 29
Блюда из яиц 30
Общие рекомендации 31
Яичница с сосисками 32
Яичница с копченой курицей 33
Яичница с колбасой 34
Яичница молочная 35
Яичница с ветчиной 36
Омлет сытный 37
Яичница с копченым салом 38
Омлет 39
Яичница с беконом 40
Яичница с луком 41
Яичница с помидорами 42
Яичница «Охотничья» 43
Омлет с сыром и ветчиной 44
Омлет с брынзой и зеленью 45
Омлет с сыром, шампиньонами и зеленью 46
Омлет с цветной капустой и брокколи 47
Омлет с кабачком 48
Омлет по-болгарски 49
Яйца отварные обыкновенные 50
Яйца с майонезом 51
Яйца с кетчупом 52
Яйца со сметаной 53
Яйца с горчицей 54

Яйца с хреном 55
Яйца с аджикой 56
Яйца по-грузински 57
Супы, борщи, бульоны 58
Общие рекомендации 59
Супы овощные 60
Свекольник мясной 60
Суп с красной фасолью 60
Капустняк запорожский 60
Свекольник диетический 61
Суп гороховый ароматизированный 61
Фасолевый суп с квашеной капустой 61
Суп гороховый 62
Средиземноморский зеленый суп 62
Зеленый суп 62
Наваристый овощной суп 62
Мясной свекольник 63
Свекольник с курицей 63
Капустняк 63
Густой овощной суп 64
Фасолевый суп 64
Фасолевый суп с розмарином 65
Грибной суп 65
Суп из шампиньонов 65
Супы с копченостями 66
Гороховый суп с копчеными ребрышками 66
Гороховый суп 66
Суп-харчо 66
Гороховый суп с беконом 67
Суп-гуляш 67
Харчо 67
Суп гороховый с ветчиной 68
Гороховый суп с копченостями 68
Гуляш с грудинкой 68
Суп гороховый с копченой грудинкой 69
Быстрый яичный супчик 69
Яичный суп с болгарским перцем 69
Кулеш 70
Кулеш с тушенкой 70
Щи, борщи 71
Борщ «Любительский» 71
Томленый борщ из говядины 71
Борщ из свинины и говядины 71
Борщ из говядины 72
Борщ из свинины 72
Борщ по-флотски 73
Борщ с бастурмой 73
Томленый борщ из свинины 73
Томленый борщ из свинины и говядины 74

Щи сборные 74
Молдавский борщ 74
Борщ белгородский 75
Щи сборные с сельдереем 77
Щи из свежей капусты 77
Цветные щи 77
Щи из свинины 78
Грибные щи 78
Конец ознакомительного фрагмента. 79

Элга Боровская
Блюда на каждый в мультиварке

Мультиварки умеют все!

Эта кастрюлька, говорит одна моя знакомая, только крестиком не вышивает! Мультиварка – действительно кастрюлька, только электронно-электрическая, а вышивать ей и не нужно, она, кроме вышивания, много чего полезного делает на кухне. Готовит бессчетное множество блюд, варит, жарит, парит, тушит, запекает, выпекает, разогревает…

Чудесные электрические кастрюльки необыкновенно популярны в России из-за своей универсальности, точнее, из-за того, что позволяют хорошо сэкономить на приобретении современного кухонного оборудования. Наконец, просто освобождают место на кухне, функционально замещая множество стандартных кухонных устройств от медленноварки, пароварки и аэрогриля до яйцеварки, рисоварки, скороварки и множества других.

Что и говорить, кастрюлька действительно хороша! Поэтому я поздравляю вас с покупкой и… правильным выбором. В том, что он правильный и осознанный, я даже не сомневаюсь. Ведь прежде чем выбрать ту или иную модель мультиварки, а их, как вы сами в этом убедились, не просто много, а очень много, вы прислушались к советам знакомых и друзей, посмотрели презентационное видео на сайтах фирм производителей или поставщиков, рассмотрели фотографии разных моделей мультиварок, самостоятельно изучили параметры кухонных приборов, сопоставили их технические характеристики.

Если же вы еще не определились, какую мультиварку приобрести, позволю себе дать вам несколько советов и рекомендаций. Однозначного ответа на вопрос – какая из марок лучше – попросту нет. Одни исходят из раскрученности бренда, другие – из функциональности прибора, третьи – из стоимости, четвертые – из продвинутости.

Одним важно, чтобы мультиварка вписалась в интерьер, других совершенно не занимает внешний вид прибора, а интересует только надежность марки, срок гарантийного обслуживания и доступность сервиса.

Если вы собираетесь готовить только для себя или только для ребенка, вам будет вполне достаточно двухлитровой мультиварки. Если на всю семью или на несколько дней, вам понадобится мультиварка с объемом чаши от 4,5 л. Если у вас большая семья и вы часто принимаете гостей, любителей вкусно и сытно покушать, придется приобретать шестилитровую мультиварку!

Теперь о программном обеспечении. Имейте в виду, количество встроенных программ в мультиварке определяет не только ее функциональность, но и стоимость. Так 10-программная мультиварка позволит приготовить много различных блюда, но и обойдется она вам дороже, чем стандартная 6-программная.

Мощность мультиварки определяет скорость приготовления блюд. Чем выше мощность, тем больше скорость и опять-таки стоимость. А вообще будьте готовы к тому, что после покупки времени на кухне вы станете проводить больше.

Мультиварка избавит вас от обычной кухонной суеты, работая по принципу «загрузил-забыл», но увеличит общее время приготовления блюд примерно на 20%, как подсчитали пользователи.

Возможности мультиварки увеличивает и продвинутость модели. Вы не поверите, но есть и «говорящие» кастрюльки! Кастрюлька прокомментирует ваши действия и предостережет от оплошности. Заодно подучите иностранные языки! А один мой знакомый привез мультиварку из Кореи. Меню у нее на английском, а говорит она с ним на корейском.

Голосовое сопровождение, температурный сенсор, индукционный подогрев, 3D нагрев и прочие кулинарные «гаджеты» существенно расширяют возможности кухонного «девайса», но и существенно (и не всегда оправданно) повышают его стоимость.

Важный момент – сама покупка. Определитесь, поедете ли вы в специализированный салон лично, отправите туда мужа (жену) или сделаете заказ через интернет. У каждого из способов приобретения мультиварки есть свои плюсы и минусы.

Товар, приобретенный в интернет-шопе, всегда дешевле магазинного. Достаточно несколько кликов мышкой, и сервисная служба доставит вам мультиварку на дом в удобное для вас время. Но нет никакой гарантии, что вы обратились в «правильную» фирму, а не в однодневку, которых сейчас развелось немеренно.

Поездка в специализированный салон или магазин кухонной техники дает возможность разглядеть игрушку со всех сторон и потрогать руками! Только займет вся эта процедура намного больше времени. Кроме того, придется сделать покупку с неизбежной магазинной наценкой, выслушивая в процессе не всегда уместные и компетентные замечания продавцов.

Заполучив вожделенную игрушку, начните… с начала. Внимательно изучите инструкцию. Вы не поверите, как много полезного можно из нее почерпнуть!

В любом случае не начинайте с кулинарных экспериментов. Вначале хорошо освойте режим автоматического приготовления, потом полуавтоматического. И только после этого переходите к кулинарному творчеству.

Обычно в инструкции по эксплуатации есть набор стандартных рецептов. Начните с них. Менять пропорции, добавлять, убавлять, заменять вы начнете потом, когда хорошо освоите все стандартные режимы и все стандартные программы.

Особый вопрос – соответствие названий режимов и программ в мультиварках от разных производителей. Допустим, вам ужасно захотелось манной каши и плова по-азербайджански, а в меню вашего агрегата режимы «плов» и «молочная каша» отсутствуют. Как быть? Зайти на любой мультиварочный интернет-форум и почитать, что пишут люди.

А вообще имейте в виду, режим «варка», который в обязательном порядке есть в вашей мультиварке, прекрасно подходит для приготовления разнообразных каш и пловов.

Кстати говоря, методом проб и ошибок было установлено, каша прекрасно варится в режиме «суп»!

Возможности любой программы намного шире самого названия. Думаю, разработчики программ даже не предполагали, до чего может додуматься пытливый кулинарный ум пользователей мультиварок!

Возьмем тот же режим «плов». По умолчанию предполагалось, что в этом режиме хозяйки будут готовить исключительно один только плов – овощной, мясной, фруктовый, по-узбекски, по-таджикски, по-туркменски, по-афгански или даже по-персидски. А оказалось, что в этом режиме прекрасно можно приготовить великолепный печеный картофель, макароны по-флотски, пельмени и множество других блюд.

Или, к примеру, режим «молочная каша», на котором великолепно варятся не только жидкие каши, но и легкие супы.

В режиме «гречка» можно готовить не одну только гречневую кашу, но и обрабатывать практически все твердые крупы, включая горох и фасоль, которые, правда, требуют предварительного замачивания.

Режим «выпечка» идентичен «обжариванию» и «жарке». Он прекрасно подходит не только для приготовления домашних печеностей – от тортов, пирогов и кексов до пышек и пирожков, но и для жарки мяса и овощей. Кроме того, на нем можно готовить разнообразные запеканки – овощные, мясные, рыбные, творожные и т.д.

Режим «тушение» идентичен «томлению». На нем готовятся блюда длительного приготовления – от супов и борщей до студня, холодца, окорока, буженины и топленого молока. На этой же программе можно подогреть оставленное «на утро» блюдо.

Удачи вам и… приятного аппетита!

Закуски

Холодец
Буженина
Ветчина

Общие рекомендации

Основные режимы приготовления холодных мясных закусок – «тушение» и «варка на пару – мясо». Если вы любите подрумяненное мясо, используйте режим «выпечка» в самом конце приготовления таких блюд, как буженина и ветчина.

Холодец куриный

Ножки куриные – 900 г, грудки куриные – 900 г, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., вода – 1 л, перец горошком – по вкусу, лавровый лист – 1 шт., чеснок – по вкусу, соль

Подготовьте куриные ножки, уложите в кастрюлю мультиварки. Сверху ножек положите подготовленные куриные грудки.

Почистите лук и морковь. Добавьте к мясу. Лук целиком, морковь тоже, если она среднего размера. Если крупная, можно разрезать на две части.

Налейте холодной воды так, чтобы над курятиной с овощами было примерно 4 см.

Установите таймер программы «тушение» на 5 часов.

За час до окончания работы программы посолите по вкусу, добавьте специи. Чеснок можно раздавить с помощью чеснокодавки или положить в холодец очищенные зубчики.

Достаньте куриные грудки, дайте остыть и мелко нарежьте.

Пока занимаетесь разделкой курятины, включите режим «тушение» еще на 40 минут.

После сигнала слейте бульон, процедите.

Мясо разложите в подходящую посуду, залейте процеженным бульоном. Дайте холодцу остыть, затем поставьте в холодильник.

Холодец обыкновенный

Ножки свиные – 2 шт., лук – 1 шт., чеснок – 4 зубчика, лавровый лист – 1 шт., вода – 1,2 л, горчица – по вкусу, соль – 2 ч. л.

Залейте свиные ножки водой на 1,5 часа, очистите, поскоблите. Сложите в кастрюлю мультиварки.

Почистите лук и положите целиком добавьте к мясу.

Налейте холодной воды и установите таймер программы «тушение» на 6 часов. После сигнала посолите, добавьте лавровый лист. Чеснок можно раздавить с помощью чеснокодавки или положить в холодец очищенные зубчики.

Закройте крышку и готовьте в режиме «тушение» еще 1 час. После сигнала слейте бульон, процедите. Мясо отделите от костей, мелко нарежьте, разложите в подходящую посуду, залейте процеженным бульоном.

Дайте холодцу остыть, затем поставьте в холодильник. Подавайте с горчицей.

Зельц куриный

Курица – 1,4–1,5 кг, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, перец болгарский – 1 шт., лавровый лист – 2 шт., чеснок – 1 головка, желатин – 1,5 ст. л., молотый черный перец – по вкусу, хрен – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Подготовленную курицу нарежьте крупными кусками, уложите в кастрюлю мультиварки, посолите, поперчите по вкусу.

Почистите лук, морковь и болгарский перец. Добавьте к мясу.

Болгарский перец разрежьте пополам, удалите косточки, лук положите целиком, морковь тоже, если она среднего размера. Если морковь крупная, можно разрезать на две части.

Добавьте немного воды с учетом того, что курица даст много сока. Установите таймер программы «тушение» на 2 часа.

Пока курица с овощами тушится, замочите желатин в 9 столовых ложках воды.

За час до окончания работы программы добавьте специи. Чеснок можно раздавить с помощью чеснокодавки или положить в холодец очищенные зубчики.

После сигнала слейте бульон, процедите.

Достаньте мясо, удалите кости, нарежьте на мелкие кусочки.

Положите мясо в мультиварку, добавьте бульона, влейте набухшего желатина, перемешайте. Готовьте в режиме «тушение» еще 30 минут.

После сигнала разложите холодец в подходящую посуду, дайте остыть и поставьте в холодильник. Подайте с зеленью и хреном.

Холодец свиной

Ножки свиные – 2 шт., говядина (мякоть) – 600 г, лук – 2 шт., морковь – 2 шт., перец горошком – по вкусу, лавровый лист – по вкусу, чеснок – по вкусу, соль

Очистите свиные ножки, поскоблите, если в этом есть необходимость, нарежьте мякоть говядины на крупные куски. Сложите в кастрюлю мультиварки.

Почистите лук и морковь. Добавьте к мясу. Лук положите целиком, морковь тоже, если она среднего размера. Если крупная, можно разрезать на 2 части.

Налейте холодной воды так, чтобы над мясом с овощами было 4–5 см.

Установите таймер программы «тушение» на 6 часов. За час до окончания работы программы посолите по вкусу, добавьте специи. Чеснок можно раздавить с помощью чеснокодавки или положить в холодец очищенные зубчики.

После сигнала слейте бульон, процедите.

Мясо мелко нарежьте, разложите в подходящую посуду, залейте процеженным бульоном.

Дайте холодцу остыть, затем поставьте в холодильник.

Карбонад с дымком

Свинина (карбонад) – 1 кг, чеснок – 5 зубчиков, перец черный молотый – 1/2 ч. л., ароматизатор «Костровок» – 1 ст. л., пакет для запекания – 1 шт.

Для рассола:

Вода – 1 л, соль – 1 ст. л., сахар – 1 ч. л.

Растворите соль и сахар в воде. Очистите и измельчите чеснок. Подготовьте свинину, натрите перцем и чесноком, залейте приготовленным рассолом и оставьте на ночь в холодильнике (можно мариновать мясо и дольше – будет только вкуснее!).

Достаньте мясо, переложите в пакет (или рукав) для запекания, равномерно со всех сторон обмажьте мясо ароматизатором. Плотно заверните пакет и обвяжите нитками.

Переложите пакет в контейнер-пароварку.

Налейте в чашу мультиварки воды, чтобы она была чуть выше самой нижней отметки. Контейнер-пароварку поместите в чашу и установите таймер программы «варка на пару» на 1 час.

После сигнала переложите карбонад на блюдо, не развязывая нитки и не вынимая мясо из пакета для запекания, охладите до комнатной температуры.

Как только мясо остынет, достаньте его из пакета, заверните в пищевую пленку и уберите в холодильник до полного охлаждения.

Охлажденное мясо нарежьте на порционные кусочки.

Студень свино-говяжий

Ножки свиные – 2 шт., говядина (с косточкой) – 1 кг, перец – по вкусу, лавровый лист – по вкусу, хрен или горчица – по вкусу, соль

Очистите свиные ножки, поскоблите. Помойте говядину, сложите мясо в кастрюлю мультиварки.

Налейте холодной воды так, чтобы вода только покрывала мясо.

Установите таймер программы «суп» на 5 часов. За час до окончания работы программы посолите по вкусу, добавьте специи. Чеснок можно раздавить с помощью чеснокодавки или положить в холодец очищенные зубчики.

После сигнала слейте бульон, процедите.

Мясо отделите от костей, мелко нарежьте, разложите по формочкам или в подходящую посуду, залейте процеженным бульоном.

Дайте холодцу остыть, затем поставьте в холодильник. Подайте с горчицей или хреном.

Холодец с курицей

Ножки свиные – 2 шт., курица – 1/2 шт., морковь – 1 шт., лук – 1 шт., лавровый лист – 2 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, горчица – по вкусу, соль

Очистите свиные ножки, поскоблите. Подготовьте курицу, порежьте на кусочки, сложите мясо в кастрюлю мультиварки.

Налейте холодной воды до верхней отметки.

Установите таймер программы «тушение» на 6 часов. За час до окончания работы программы посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи.

После сигнала слейте бульон, процедите.

Мясо отделите от костей, мелко нарежьте, разложите по формочкам или в подходящую посуду, залейте процеженным бульоном.

Дайте холодцу остыть, затем поставьте в холодильник. Подайте с зеленью и горчицей.

Буженина

Говядина – 1 кг, чеснок – 1 головка, масло растительное для смазки, перец – по вкусу, соль

Промойте и просушите мясо. Почистите чеснок, разрежьте каждый зубчик на 4 части, обваляйте в соли.

Нашпигуйте говядину чесноком (делайте прорезы узким ножом с острым кончиком), смажьте растительным маслом, посолите, поперчите по вкусу, положите в кастрюлю мультиварки и дайте постоять 15–20 минут.

Включите таймер режима «тушение» на 3 часа.

После сигнала дайте остыть, нарежьте на порционные кусочки, подайте в холодном виде.

Буженина «Пикан»

Говядина – 1 кг, чеснок – 1 головка, масло растительное для смазки, перец – по вкусу, соль

Промойте и просушите мясо. Почистите чеснок, разрежьте каждый зубчик на 4 части, обваляйте в соли.

Нашпигуйте говядину чесноком (делайте прорезы узким ножом с острым кончиком), смажьте растительным маслом, посолите, поперчите по вкусу, положите в кастрюлю мультиварки и дайте постоять 15–20 минут.

Включите таймер режима «тушение» на 2,5 часа. После сигнала включите режим «выпечка» на 20 минут.

Дайте буженине остыть, нарежьте на порционные кусочки, подайте в холодном виде.

Сало с прожилками

Пузанина – 1 кг, чеснок – 2 головки, лавровый лист – 2 шт., перец красный, черный – по вкусу, пакет для запекания – 1 шт., вода – 5 мерных стаканов от мультиварки, соль – 2 ст. л.

Подготовьте сало, помойте и хорошо просушите бумажным полотенцем. Почистите 1,5 головки чеснока, разрежьте каждый зубчик на 4 части, обваляйте в соли.

Нашпигуйте свинину чесноком (делайте прорезы узким ножом с острым кончиком).

Измельчите лавровый лист, очистите и мелко порежьте оставшийся чеснок, добавьте соль и перец, хорошо перемешайте.

Натрите свинину смесью, переложите в пакет (или рукав) для запекания, плотно заверните и обвяжите нитками.

Переложите пакет в контейнер-пароварку. Налейте в чашу мультиварки воды. Контейнер-пароварку поместите в чашу и установите таймер программы «варка на пару-мясо» на 1 час.

После сигнала переложите сало в тарелку, не развязывая нитки и не вынимая из пакета для запекания, охладите до комнатной температуры.

Как только сало остынет, достаньте его из пакета, положите в полиэтиленовый пакет для пищевых продуктов и на 24 часа оставьте в холодильнике.

Сало по-украински

Свинина (с прожилками) – 1 кг, чеснок – 2 головки, специи для засолки – 1 готовый набор, перец – по вкусу, пакет для запекания – 1 шт., вода – 5 мерных стаканов от мультиварки, соль

Подготовьте сало, помойте и хорошо просушите бумажным полотенцем. Почистите 1,5 головки чеснока, разрежьте каждый зубчик на 4 части, обваляйте в соли.

Нашпигуйте свинину чесноком (делайте прорезы узким ножом с острым кончиком).

Натрите свинину готовой смесью для засолки, переложите в пакет (или рукав) для запекания, плотно заверните и обвяжите нитками.

Переложите пакет в контейнер-пароварку. Налейте в чашу мультиварки воды. Контейнер-пароварку поместите в чашу и установите таймер программы «варка на пару-мясо» на 1 час.

После сигнала переложите сало в тарелку, не развязывая нитки и не вынимая из пакета для запекания, охладите до комнатной температуры.

Как только сало остынет, достаньте его из пакета, положите в полиэтиленовый пакет для пищевых продуктов и на сутки оставьте в холодильнике.

Окорок тамбовский

Окорок свиной – 1 кг, ароматизатор «Костровок» – 2 ст. л.
Для рассола:
Вода – 1 л, сахар – 1 ч. л., соль – 1 ст. л.

Растворите соль и сахар в воде. Залейте окорок приготовленным рассолом и оставьте на сутки в холодильнике. Слейте рассол и оставьте мясо в холодильнике еще на 24 часа.

После того как свинина замаринуется, переложите в пакет (или рукав) для запекания, равномерно со всех сторон обмажьте ароматизатором «Костровок». Плотно заверните пакет и обвяжите нитками.

Переложите пакет в контейнер-пароварку. Налейте в чашу мультиварки воды, чтобы она была чуть выше самой нижней отметки. Контейнер-пароварку поместите в чашу и установите таймер программы «варка на пару-мясо» на 1 час.

После сигнала достаньте мясо, не развязывая нитки и не вынимая из пакета для запекания, положите в емкость с холодной водой на 10 минут.

Как только окорок охладится до комнатной температуры, достаньте его из пакета, заверните в пищевую пленку, переложите на тарелку и уберите в холодильник до полного охлаждения. Охлажденное мясо нарежьте на порционные кусочки.

Шейка варено-копченая

Шейка свиная – 1,5 кг, чеснок – 1 головка, черный перец – 1 ст. л., сахар – 1 ч. л., ароматизатор «Костровок» – 3 ч. л., соль – 2 ст. л.

Почистите чеснок, раздавите чеснокодавкой, смешайте с солью, сахаром и перцем. Равномерно обмажьте шейку чесночной смесью, переложите в пакет (или рукав) для запекания и оставьте на ночь в холодильнике.

Перед началом приготовления равномерно со всех сторон обмажьте шейку ароматизатором «Костровок». Плотно заверните пакет и обвяжите нитками.

Переложите пакет в контейнер-пароварку. Налейте в чашу мультиварки воды, чтобы она была чуть выше самой нижней отметки. Контейнер-пароварку поместите в чашу и установите таймер программы «варка на пару-мясо» на 50 минут. Мультиварку выключите.

Включите таймер режима «выпечка» на 15 минут.

После сигнала достаньте мясо, не развязывая нитки и не вынимая из пакета для запекания, положите в емкость с холодной водой на 5 минут.

Как только окорок охладится до комнатной температуры, достаньте его из пакета, заверните в пищевую пленку, переложите на тарелку и уберите в холодильник до полного охлаждения. Охлажденное мясо нарежьте на порционные кусочки.

Эскалоп деликатесный

Корейка – 600–700 г, помидор – 3 шт., тосты из белого хлеба – 4 шт., животный жир для жарки, перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Нарежьте корейку на эскалопы – ломтики толщиной 1,5 см. Несильно отбейте, посолите, поперчите по вкусу.

Установите таймер программы «жарка» на 50 минут, разогрейте жир и обжарьте эскалопы с одной стороны. Через 25 минут переверните на другую сторону. После сигнала мультиварку выключите.

Подготовьте 4 тоста из белого хлеба в тостере (или возьмите 4 кусочка белого хлеба). Положите на тарелку. Выложите эскалопы на тосты.

Очистите помидоры от кожицы, порежьте на половинки и обжарьте в жире, оставшемся после жарки мяса.

Положите обжаренные помидоры на тосты с эскалопами, украсьте зеленью.

Ветчина куриная

Грудки куриные – 4 шт., молоко – 1 л, перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Подготовленные куриные грудки посолите, поперчите по вкусу, добавьте специй, дайте помариноваться 1 час.

Налейте молоко в кастрюлю мультиварки, доведите до кипения, положите куриные грудки так, чтобы они были полностью покрыты молоком.

Включите таймер программы «тушение» на 1,5 часа.

После сигнала откиньте грудки на дуршлаг, дайте молоку стечь, переложите в тарелку, охладите до комнатной температуры, нарежьте на медальоны.

Поставьте в холодильник до полного охлаждения. Подайте ветчину охлажденной.

Цыпленок копченый

Цыпленок – 1,2 кг, ароматизатор «Костровок» – 2 ст. л.

Для рассола:

Чеснок – 4 зубчика, вода – 1 л, сахар – 1 ч. л., перец черный молотый – по вкусу, соль – 1 ст. л.

Растворите соль и сахар в воде. Выдавите чеснок с помощью чеснокодавки, добавьте черный перец. Залейте цыпленка приготовленным рассолом и оставьте на сутки в холодильнике.

После того как цыпленок замаринуется, переложите в пакет (или рукав) для запекания, равномерно со всех сторон обмажьте ароматизатором «Костровок».

Плотно заверните пакет и обвяжите нитками.

Переложите пакет в контейнер-пароварку. Налейте в чашу мультиварки воды, чтобы она была чуть выше самой нижней отметки. Контейнер-пароварку поместите в чашу и установите таймер программы «варка на пару-мясо» на 1 час. Мультиварку выключите.

Включите режим «подогрев» на 20 минут. После сигнала достаньте цыпленка, не развязывая нитки и не вынимая из пакета для запекания, охладите до комнатной температуры.

Достаньте из пакета, заверните в пищевую пленку, переложите на тарелку и уберите в холодильник до полного охлаждения. Охлажденное мясо нарежьте на порционные кусочки.

Телятина с грибами

Телятина – 750 г, грибы – 400 г, масло сливочное или топленое сало 1 ст. л., мука – 1 ч. л., вино – 1 рюмка, бульон либо вода – 1 мерный стакан от мультиварки, томат-пюре – 1 ч. л., лук – 1 шт., перец черный молотый – по вкусу, соль.

Нарежьте телятину небольшими кусками. Уложите в мультиварку и поджарьте в режиме «выпечка» 20 минут в сливочном масла или топленом сале вместе с мелко нарезанным луком. Промойте грибы. Нарежьте их тонкими ломтиками.

Когда телятина подрумянится, добавьте грибы. Помешайте деревянной ложкой. Посыпьте мукой и тушите в режиме «тушение» 30 минут.

Влейте вино и мясной бульон с размешанной в нем томатом-пюре. Посолите, поперчите по вкусу. Тушите под крышкой 30 минут крышкой в режиме «тушение» 30 – 40 минут до готовности.

Баранина с черносливом

Баранина – 1 кг, чернослив без косточек – 300 г, репчатый лук – 200 г, томат-пюре – 150 г, сало баранье, говяжье топленое или маргарин – 120 г, соус – 300 г, сахар – по вкусу, белое вино – 80 г, корица – по вкусу, гвоздика – по вкусу, соль

Нарежьте баранину на мелкие кусочки, посолите, поперчите, сложите в мультиварку обжарьте в режиме «выпечка» 20 минут с жиром.

Добавьте мелкорубленый пассерованный репчатый лук, томат-пюре, залейте и тушите 30–40 минут в режиме «тушение».

Затем добавьте предварительно вымытый чернослив, красный соус и тушите еще 20 минут. В конце добавьте белое вино, корицу, гвоздику, сахар по вкусу.

Подайте баранину с черносливом и соусом, в котором она тушилась.

Блюда из яиц

Яичница
Омлет

Общие рекомендации

Яичницу и омлет можно подавать как самостоятельное блюдо (например, на завтрак) или как горячую закуску.

Основные режимы приготовления блюд из яиц – «выпечка» и «варка на пару».

Яичница с сосисками

Сосиски «Ганноверские» – 2 шт., лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Порежьте сосиски кружочками и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и сосисками. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к сосискам с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница с копченой курицей

Ножка куриная копченая – 100 г, лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Срежьте мясо с косточки, мелко порежьте курятину и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и курицей. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к курице с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница с колбасой

Колбаса – 100 г, лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л. масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Порежьте колбасу кубиками и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и колбасой. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к колбасе с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница молочная

Яйца – 6 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для смазки мультиварки, перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Взбейте яйца с молоком, тщательно перемешайте, посолите, поперчите по вкусу, добавьте специй.

Влейте яичную смесь в к мультиварки, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница с ветчиной

Ветчина – 100 г, лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета.

Порежьте ветчину кубиками и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и ветчиной. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к ветчине с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет сытный

Сарделька – 1 шт., лук – 1 шт., помидор – 1 шт., яйца – 4 шт., сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для жарки, зелень– по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на сливочном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета.

Очистите сардельку от кожицы, порежьте кружочками, почистите помидоры, нарежьте на четвертинки, обжарьте с луком. Мультиварку выключите.

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки к сардельке с овощами.

Установите таймер программы «выпечка» на 20 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 20 минут, выключите мультиварку вручную.

Подайте с зеленью.

Яичница с копченым салом

Сало копченое – 100 г, лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Порежьте сало кубиками и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и салом. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к салу с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет

Яйца – 4 шт., сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для смазки мультиварки, соль

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки.

Установите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница с беконом

Бекон – 100 г, лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Порежьте бекон кубиками и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и беконом. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к бекону с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница с луком

Лук – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к обжаренному луку, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница с помидорами

Помидоры – 2 шт., лук – 1 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Почистите помидоры, нарежьте на четвертинки и обжарьте с луком. Мультиварку выключите. Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к обжаренному луку с помидорами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Яичница «Охотничья»

Колбаски «Охотничьи» – 2 шт., лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 4 шт., молоко – 150 мл, мука – 1 дес. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Порежьте колбаски кружочками и слегка обжарьте с луком.

Почистите помидоры, мелко нарежьте и обжарьте с луком и колбасками. Мультиварку выключите.

Взбейте яйца с молоком, добавьте муку, соль, перец, тщательно перемешайте.

Добавьте яичную смесь к колбаскам с овощами, перемешайте. Включите таймер программы «выпечка» на 25 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 25 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет с сыром и ветчиной

Ветчина – 100 г, лук – 1 шт., помидор – 1 шт., яйца – 4 шт., сыр твердый – 50 г, сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для жарки, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на сливочном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Порежьте ветчину кубиками, почистите помидоры, нарежьте на четвертинки, обжарьте с луком. Мультиварку выключите.

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки к ветчине с овощами. Посыпьте сверху натертым на терке сыром.

Установите таймер программы «выпечка» на 20 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 20 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет с брынзой и зеленью

Лук – 1 шт., помидор – 1 шт., яйца – 4 шт., брынза – 100 г, сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для жарки, зелень – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на сливочном масле в режиме «выпечка» до золотистого цвета. Почистите помидоры, нарежьте на четвертинки, обжарьте с луком. Мультиварку выключите.

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки к ветчине с овощами. Посыпьте сверху натертой на терке брынзой.

Установите таймер программы «выпечка» на 20 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 20 минут, выключите мультиварку вручную.

Перед подачей на стол украсьте зеленью.

Омлет с сыром, шампиньонами и зеленью

Шампиньоны – 200 г, лук – 1 шт., яйца – 5 шт., сыр твердый – 50 г, сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для жарки, укроп – по вкусу, перец – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на сливочном масле в режиме «выпечка» до оливкового цвета. Почистите и порежьте шампиньоны, обжарьте с луком до выделения сока. Мультиварку выключите.

Смешайте муку с молоком миксером или вручную.

Добавьте яйца, сметану и мелко нарезанный укроп, посолите, поперчите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки к грибам с луком. Посыпьте сверху натертым на терке сыром.

Установите таймер программы «выпечка» на 30 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 30 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет с цветной капустой и брокколи

Яйца – 4 шт., овощная смесь – 1 упаковка, сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для смазки мультиварки, зелень – по вкусу, соль

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Уложите замороженные овощи в чашу мультиварки в один слой, залейте яично-сметанной смесью.

Установите таймер программы «выпечка» на 35 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 35 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет с кабачком

Яйца – 4 шт., кабачок – 1 шт., сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для смазки мультиварки, соль

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Натрите кабачок на крупной терке, сок слейте. Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки, добавьте натертый кабачок.

Установите таймер программы «выпечка» на 30 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 30 минут, выключите мультиварку вручную.

Омлет по-болгарски

Лук – 1 шт., помидор – 1 шт., перец болгарский – 1 шт., яйца – 4 шт., брынза – 100 г, сметана – 4 ст. л., молоко – 100 мл, мука – 1 ст. л., масло сливочное для жарки, зелень – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук и обжарьте на сливочном масле в режиме «выпечка» до оливкового цвета. Почистите помидоры, нарежьте на четвертинки, брынзу – кубиками, подготовленный болгарский перец – соломкой, слегка обжарьте все это с луком. Мультиварку выключите.

Смешайте муку с молоком миксером или вручную. Добавьте яйца и сметану, посолите по вкусу, перемешайте до образования однородной массы.

Влейте яично-сметанную смесь в чашу мультиварки к обжаренным овощам с брынзой.

Установите таймер программы «выпечка» на 30 минут.

Если минимальное время работы программы по умолчанию больше 30 минут, выключите мультиварку вручную.

Перед подачей на стол украсьте зеленью.

Яйца отварные обыкновенные

Яйца – 4 шт., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь при этом не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца с майонезом

Яйца – 4 шт., майонез – 4 ч. л., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте майонез.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца с кетчупом

Яйца – 4 шт., кетчуп – 4 ч. л., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте кетчуп.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца со сметаной

Яйца – 4 шт., сметана – 4 ч. л., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте сметану.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца с горчицей

Яйца – 4 шт., горчица кисло-сладкая – 4 ч. л., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте горчицу.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца с хреном

Яйца – 4 шт., хрен – по вкусу, вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте хрен.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца с аджикой

Яйца – 4 шт., аджика – по вкусу, вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте аджику.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Яйца по-грузински

Яйца – 4 шт., соус «Грузинский» – 4 ч. л., вода – 2 мерных стакана от мультиварки, масло сливочное для смазывания мультиварки, формочки силиконовые – 4 шт., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она доходила до нижней отметки. Разбейте яйца в формочки, смазанные размягченным сливочным маслом. Постарайтесь не повредить желток. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте соус.

Поместите формочки в контейнер-пароварку. Установите таймер программы «варка на пару» на 10 минут.

После сигнала достаньте формочки из мультиварки, чуть охладите, украсьте зеленью, подайте как горячую закуску.

Супы, борщи, бульоны

Супы овощные
Супы с копченостями
Щи, борщи
Солянки и рассольники

Общие рекомендации

Если в меню вашей мультиварки нет программы «суп», выбирайте «тушение». Потом прокипятите суп, используя программу «выпечка», чтобы он дольше не портился.

Вода для супа наливается по умолчанию не выше последней отметки чаши мультиварки. Если вы любите погуще, наливайте от полутора литров, меньше – не желательно.

Бульон – это вполне приличное самостоятельное блюдо и основа для приготовления любого мясного супа. Лично я предпочитаю варить суп из готового бульона. Мясо и специи выбирайте на свое усмотрение. Процесс приготовления более чем прост, только нужно соблюдать некоторые правила.

Полностью разморозьте мясо. Если вы варите свиной или говяжий бульон, срежьте мякоть с косточки (пригодится для второго блюда!), но не полностью, разумеется, чтобы бульон не вышел жидким.

Положите мясо в чашу мультиварки, налейте воды до верхней отметки, закройте крышку, включите программу «суп» на 1 час 30 минут. Бульон закипает примерно через 25–30 минут, то есть чистое время варки составит примерно 60–65 минут. Соль кладите сразу. На такое количество воды примерно половинку или три четверти столовой ложки.

Специи можно класть вместе с мясом, но лучше делать это за полчаса до окончания варки. Специи любые, на ваше усмотрение. Это может быть готовая суповая смесь пряностей или по отдельности – лавровый лист, кориандр, тмин, базилик, орегано, красный, черный или душистый перец.

Желательно добавлять в бульон очищенную луковицу и морковку. Я добавляю еще корень сельдерея – сушеный или свежий в зависимости от времени года.

Дайте бульону настояться, не открывая крышки мультиварки. Потом процедите и… приятного аппетита!

Супы овощные

Свекольник мясной

Свекла – 1 шт., картофель – 4 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., мясо (свинина или говядина) – 300 г, паста томатная – 1 ст. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., лавровый лист – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Установите таймер режиме «выпечка» на 45 минут. Мелко нарежьте лук и обжарьте на растительном масле до оливкового цвета. Натрите половинку свеклы на терке, мелко нарежьте морковь, прибавьте к обжаренному луку. Перемешайте и продолжайте обжаривать смесь в режиме «выпечка». Добавьте томатную пасту, затем мясо, нарезанное на порционные кусочки.

После сигнала мультиварки положите в чашу картофель, оставшуюся свеклу (нарезанную на кубики или натертую на терке), лавровый лист, соль, специи. Налейте горячую кипяченую воду до верхней отметки. Включите программу «тушение» на 1 час.

Суп с красной фасолью

Фасоль красная – 1 мерочный стакан от мультиварки, мясо (свинина или говядина)– 300 г., картофель – 3–4 шт., морковь – 1 шт., лук – 1 шт., капуста – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец молотый – по вкусу, паста томатная – 1/2 ст. л., соль

Замочите фасоль на 6 часов или на ночь в мультиварке. Положите в мультиварку мясо и подготовленную фасоль, залейте горячей кипяченой водой до верхней отметки. Установите режим «тушение» на 1 час.

Обжарьте на растительном масле лук и морковь с томатной пастой. После сигнала мультиварки добавьте картофель, капусту, обжаренные овощи. Посолите и поперчите по вкусу. Установите режим «тушение» на 45 минут.

Капустняк запорожский

Мясо (свинина) – 300 г, капуста квашеная – 400 г, картофель – 300 г, пшено – 3 ст. л., морковь – 2 шт., корень сельдерея – 50 г, лук – 2 шт., масло сливочное – 2 ст. л., сало свиное – 50 г, лавровый лист – 2 шт., перец черный – по вкусу, соль

Включите программу «жарка-овощи» («выпечка») на 5 минут, обжарьте на сливочном масле 1 луковицу, 1 морковь и корень сельдерея. Добавьте порезанную на порционные кусочки свинину, тушите смесь 2 минуты. Выключите мультиварку.

Влейте в чашу 1,5 л воды и варите в режиме «суп» 1 час. Достаньте мясо из чаши, бульон процедите. Мультиварку выключите.

Отожмите квашеную капусту, нарежьте соломкой вместе с оставшимися луком, морковью и картофелем. Пропустите через мясорубку сало, и разотрите с предварительно промытыми и высушенными зеленью и пшеном.

Поместите смесь в мультиварку, залейте процеженным бульоном (при необходимости долейте воды до верхней отметки) и варите в режиме «суп» 30–40 минут.

Разложите мясо по тарелкам. Подайте со сметаной.

Свекольник диетический

Свекла – 1 шт., картофель – 4 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., паста томатная – 1 ст. л., лавровый лист – по вкусу, масло оливковое для жарки – 2 ст. л., специи – по вкусу, соль

Установите таймер режиме «выпечка» на 45 минут. Мелко нарежьте лук и обжарьте на оливковом масле до оливкового цвета. Натрите половинку свеклы на терке, мелко нарежьте морковь, прибавьте к обжаренному луку. Добавьте томатную пасту, перемешайте и продолжайте обжаривать смесь в режиме «выпечка».

После сигнала мультиварки положите в чашу картофель, оставшуюся свеклу (нарезанную на кубики или натертую на терке), лавровый лист, соль, специи. Налейте горячую кипяченую воду до верхней отметки. Включите программу «тушение» на 1 час.

Суп гороховый ароматизированный

Горох – 1 мерочный стакан от мультиварки, мясо (свинина) – 350 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3 шт., паста томатная – 2 ст. л., ароматизатор «Костровок» – 1–2 ч. л., лавровый лист – 1 шт., масло растительное для жарки, соль – 2 ч. л.

Включите программу «жарка-овощи» («выпечка»), обжарьте свинину на растительном масле, затем лук и морковь. Добавьте томатную пасту, тушите смесь 2 минуты. Выключите мультиварку.

Установите программу «суп» на 1 час 30 минут. Положите в чашу предварительно замоченный горох (если вы купите быстро разваривающийся горох, то достаточно замочить его на время жарки овощей), лавровый лист и залейте горячей кипяченой водой до верхней отметки.

Посолите по вкусу, добавьте ароматизатор «Костровок». Варите в режиме «суп» полтора часа. Дайте супу настояться.

Классический жидкий дым используется в домашней кулинарии для придания аромата костра рыбным и мясным блюдам в пропорции: 1 ч. л. ароматизатора на 1 л супа.

Фасолевый суп с квашеной капустой

Фасоль белая – 200 г, мясо (говядина) – 400 г, картофель – 3 шт., морковь – 1 шт., лук белый – 1 шт., капуста квашеная – 100 г, масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец молотый – по вкусу, паста томатная – 1/2 ст. л., соль

Замочите фасоль на 6 часов или на ночь в мультиварке. Положите в мультиварку говядину, нарезанную на порционные кусочки, и подготовленную фасоль, залейте горячей кипяченой водой до верхней отметки. Установите режим «тушение» на 1 час.

Обжарьте на растительном масле лук и морковь с томатной пастой. После сигнала мультиварки добавьте картофель, капусту, обжаренные овощи. Посолите и поперчите по вкусу. Установите режим «тушение» на 45 минут.

Суп гороховый

Горох – 200 г, мясо копченое – 350 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3 шт., паста томатная – 2 ст. л., лавровый лист – 1 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., соль – 2 ч. л.

Включите программу «жарка-овощи» («выпечка»), обжарьте на растительном масле мелко нарезанные лук и морковь на растительном масле. Порежьте копченое мясо кубиками, положите к овощам, добавьте томатную пасту, тушите смесь 2 минуты. Выключите мультиварку.

Установите программу суп на 1 час 30 минут. Положите в чашу предварительно замоченный горох (если вы купите быстро разваривающийся горох, то достаточно замочить его на время жарки овощей), лавровый лист и залейте горячей кипяченой водой до верхней отметки.

Посолите по вкусу. Варите в режиме «суп» полтора часа. Дайте супу настояться.

Средиземноморский зеленый суп

Свинина – 150 г, мясо (говядина) – 150 г, морковь – 1 шт., лук белый – 1 шт., петрушка – 1 пучок, кинза – 1 пучок, укроп – 1 пучок, базилик – 1 пучок, яйца вареные – 2 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, соль

Нарежьте свинину и говядину на порционные кусочки, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5–7 минут.

Мелко нарежьте лук и морковь соломкой, смешайте с мясом и продолжайте обжаривать в режиме «выпечка» еще 5–7 минут. Мультиварку выключите.

Добавьте воды и готовьте в режиме «суп» 1 час.

После сигнала мелко порежьте зелень и яйца, перемешайте.

Добавьте смесь в суп и готовьте в режиме «подогрев» или «тушение» 5–7 минут. Дайте супу настояться. Подайте со сметаной.

Зеленый суп

Морковь – 1 шт., лук – 1 шт., петрушка – 1 пучок, кинза – 1 пучок, укроп – 1 пучок, базилик – 1 пучок, яйца вареные – 2 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, соль

Нашинкуйте лук, нарежьте морковь соломкой, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5–7 минут. Мультиварку выключите.

Долейте воды до верхней отметки, установите таймер режима «суп» на 1 час.

После сигнала мелко порежьте зелень и яйца, перемешайте. Добавьте смесь в суп и готовьте в режиме «подогрев» или «тушение» 5–7 минут.

Дайте супу настояться. Подайте со сметаной.

Наваристый овощной суп

Свинина – 300 г, огурцы соленые – 3 шт., картофель – 4 шт., морковь – 2 шт., лук – 2 шт., капуста белокочанная – 100 г, мука – 1 ст. л., паста

томатная – 1 ст. л., масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, сметана – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нарежьте мясо на порционные кусочки, обваляйте в муке и обжарьте в растительном масле в режиме «выпечка» до образования румяной корочки. Выключите мультиварку, переложите мясо на блюдо.

Нарежьте кубиками лук, морковь, и картофель и продолжайте обжаривать в режиме «выпечка» еще 5 минут. Выключите мультиварку, переложите овощи на блюдо.

Тонко нашинкуйте капусту, нарежьте кубиками соленые огурцы и обжарьте в масле в режиме «выпечка» 3 минуты. Выключите мультиварку, переложите овощи на блюдо.

Уложите в мультиварку слоями мясо, лук, морковь, и картофель, капусту и соленые огурцы, залейте 1 л горячей воды с разведенной томатной пастой, посолите и поперчите по вкусу, готовьте в режиме «суп» 1 час.

Подайте со сметаной и зеленью.

Мясной свекольник

Свекла – 1 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., мясо (говядина) – 300 г, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, сметана – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нарежьте мясо на порционные кусочки, обжарьте в растительном масле в режиме «выпечка» 7 минут. Мелко нарежьте лук, морковь и картофель, смешайте с мясом и продолжайте обжаривать в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте воды и готовьте в режиме «суп» 1–1,5 часа. Очищенную свеклу разрежьте на 2 части и положите на паровую вставку. Держите ее на вставке до конца варки, а за 5 минут до окончания режима натрите на терке и добавьте в суп вместе со специями, посолите.

Дайте супу настояться в режиме «подогрев» 10 минут. Подайте с зеленью и сметаной.

Свекольник с курицей

Свекла – 1 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., курица отварная – 400 г, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Срежьте куриное мясо с косточки, мелко нарежьте лук, морковь и картофель, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5–7 минут.

Добавьте воды до верхней отметки и готовьте в режиме «суп» 1–1,5 часа.

Очищенную свеклу разрежьте на 2 части и положите на паровую вставку. Держите ее на вставке до конца варки, а за 5 минут до окончания режима натрите на терке и добавьте в суп вместе со специями.

Дайте супу настояться в режиме «подогрев» 10 минут.

Подайте с зеленью.

Капустняк

Говядина – 400 г, капуста – 300 г, картофель – 4 шт., пшено – 3 ст. л.. морковь – 2 шт., корень сельдерея – 50 г, лук – 2 шт., масло сливочное для жарки, сало свиное – 50 г, лавровый лист – 2 шт., сметана – по вкусу, черный перец – по вкусу, соль

Включите программу «жарка-овощи» («выпечка») на 5 минут, обжарьте на сливочном масле 1 луковицу, 1 морковь и корень сельдерея. Добавьте порезанную на порционные кусочки говядину, тушите смесь 2 минуты. Выключите мультиварку.

Влейте в чашу 1,5 л воды и варите в режиме «суп» 1 час. Достаньте мясо из чаши, бульон процедите. Мультиварку выключите.

Нарежьте соломкой капусту и оставшиеся лук, морковь и картофель. Пропустите через мясорубку сало, и разотрите с предварительно промытыми и высушенными зеленью и пшеном.

Поместите смесь в мультиварку, залейте процеженным бульоном (при необходимости долейте воды до верхней отметки) и варите в режиме «суп» 30–40 минут.

Разложите мясо по тарелкам. Подайте со сметаной.

Густой овощной суп

Свинина – 200 г, мясо (говядина) – 200 г, огурцы маринованные – 3 шт., картофель – 4 шт., морковь – 2 шт., лук – 2 шт., капуста белокочанная – 100 г, мука – 1 ст. л., паста томатная – 1 ст. л., масло растительное для жарки – 1 ст. л., зелень – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Нарежьте мясо на порционные кусочки, обваляйте в муке и обжарьте в растительном масле в режиме «выпечка» до образования румяной корочки. Выключите мультиварку, переложите мясо на блюдо.

Нашинкуйте лук, нарежьте кубиками картофель, морковь – соломкой обжарьте в режиме «выпечка» 5-7 минут. Выключите мультиварку, переложите овощи на блюдо.

Тонко нашинкуйте капусту, нарежьте кубиками маринованные огурцы и обжарьте в масле в режиме «выпечка» 3 минуты. Выключите мультиварку, переложите овощи на блюдо.

Уложите в мультиварку слоями мясо, лук, морковь, картофель, капусту и маринованные огурцы, залейте 1 л горячей воды с разведенной томатной пастой, посолите и поперчите по вкусу, готовьте в режиме «суп» 1 час.

Подайте с зеленью.

Фасолевый суп

Белая фасоль – 2 стакана, лук белый – 2 шт., масло оливковое для жарки – 2 ст. л., чеснок – 2 зубчика, бульон – 1,5 л, лавровый лист – по вкусу, перец молотый – по вкусу, укроп и петрушка свежие – по вкусу, соль

Включите программу «жарка-овощи» («выпечка») на 5 минут, обжарьте на оливковом масле мелко порезанные лук и чеснок. Выключите мультиварку.

Залейте фасоль 1,5 л бульона, добавьте обжаренные лук и чеснок, лавровый лист и варите в режиме «суп» 45–50 минут до полного размягчения фасоли.

Мультиварку выключите, бульон слейте и процедите. Переложите фасоль в отдельную емкость и измельчите (блендером) до пюреобразного состояния.

Поместите пюре в мультиварку, залейте процеженным бульоном, посолите, поперчите по вкусу. Дайте супу настояться в режиме «подогрев» 10 минут.

Подайте с укропом и петрушкой.

Фасолевый суп с розмарином

Белая фасоль – 2 стакана, лук – 2 шт., масло оливковое для жарки – 2 ст. л., чеснок – 2 зубчика, розмарин – по вкусу, бульон – 1,5 л, лавровый лист, перец молотый – по вкусу, соль

Включите программу «жарка-овощи» («выпечка») на 5 минут, обжарьте на оливковом масле мелко порезанные лук и чеснок. Выключите мультиварку.

Залейте фасоль 1,5 л бульона, добавьте обжаренные лук и чеснок, лавровый лист и варите в режиме «суп» 45–50 минут до полного размягчения фасоли.

Мультиварку выключите, бульон слейте и процедите. Переложите фасоль в отдельную емкость и измельчите (блендером) до пюреобразного состояния.

Поместите пюре в мультиварку, залейте процеженным бульоном, посолите, поперчите по вкусу, добавьте розмарина.

Дайте супу настояться в режиме «подогрев» 10 минут.

Грибной суп

Бульон – 1,5 л, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., картофель – 3 шт., грибы (шампиньоны) – 150 г, гречка – 1 мерный стакан от мультиварки, лавровый лист – 2 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец молотый черный – по вкусу, сметана – по вкусу, петрушка – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Добавьте гречку и продолжайте обжаривать в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте нарезанные кубиками картофель и шампиньоны, тщательно перемешайте овощную смесь и обжарьте в режиме «выпечка» 5 минут.

Залейте смесь бульоном (или горячей кипяченой водой), посолите, поперчите, добавьте специй по вкусу и готовьте в режиме «суп» («тушение») 1 час.

Подайте со сметаной.

Суп из шампиньонов

Морковь – 1 шт., лук – 1 шт., картофель – 3 шт., грибы (шампиньоны) – 300 г, лавровый лист – 2 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец черный – по вкусу, сметана – по вкусу. петрушка – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Добавьте нарезанные кубиками картофель и шампиньоны, тщательно перемешайте овощную смесь и обжарьте в режиме «выпечка» 5 минут.

Залейте смесь горячей кипяченой водой до верхней отметки, посолите, поперчите, добавьте специй по вкусу и готовьте в режиме «суп» («тушение») 1 час 20 минут.

Подайте со сметаной.

Супы с копченостями

Гороховый суп с копчеными ребрышками

Ребра свиные копченые – 3–4 шт., лук белый – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., горох – 1 мерочный стакан от мультиварки, паста томатная – 1 ст. л., лавровый лист – по вкусу, перец горошком – по вкусу, бульон – 1,5 л, петрушка, укроп, кинза – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Добавьте копченые ребра и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, потушите 3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель.

Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Положите в мультиварку предварительно замоченный и промытый горох.

Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушение» 1 час.

Подайте с зеленью.

Гороховый суп

Сосиски копченые – 6 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., горох – 1 мерочный стакан от мультиварки, паста томатная – 1 ст. л., лавровый лист – по вкусу, перец горошком – по вкусу, бульон – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Нарежьте сосиски кружочками, добавьте к овощам и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, потушите 3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель. Налейте бульон или горячую кипяченую воду до верхней отметки.

Положите в мультиварку предварительно замоченный и промытый горох. Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушение» 1 час.

Подайте с зеленью.

Суп-харчо

Говядина копченая – 200 г, рис – 1 мерочный стакан от мультиварки, лук – 1 шт., паста томатная – 2 ст. л., бульон (вода) – 1,5 л, чеснок – 4 зубчика, масло растительное для жарки – 2 ст. л., аджика – 1 ст. л., перец молотый – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Мелко нарежьте копченое мясо, обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, чеснок, аджику, соль и перец и потушите 3 – 4 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель.

Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Положите в мультиварку промытый рис.

Варите в режиме «тушение» 1 час.

Гороховый суп с беконом

Бекон – 200 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3 шт., горох – 1 мерочный стакан от мультиварки, паста томатная – 1 ст. л., бульонные кубики – 2 шт., лавровый лист – по вкусу, петрушка, укроп и кинза – по вкусу, перец горошком – по вкусу, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Добавьте нарезанный кубиками бекон и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, потушите 3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель. Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Положите в мультиварку предварительно замоченный и промытый горох.

Раскрошите бульонные кубики, полностью растворите их в небольшом количестве горячей воды (бульона).

Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушение» 1 час 20 минут.

Подайте с петрушкой, укропом и кинзой.

Суп-гуляш

Говядина – 500 г, лук – 2 шт., морковь – 2 шт., картофель – 4 шт., помидоры – 4 шт., паста томатная – 1 ст. л., чеснок – 3 зубчика, ароматизатор «Костровок» – 2 ч. л., масло растительное для жарки, вода – 1,5 л, кинза – по вкусу, укроп – по вкусу, паприка, хмели-сунели – по вкусу, перец черный – по вкусу. соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 7 минут. Нарежьте говядину порционными кусочками, добавьте к луку и моркови, перемешайте и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, очищенные от кожуры помидоры, чеснок, специи. Посолите, поперчите по вкусу и потушите 3–4 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель. Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Добавьте ароматизатор «Костровок», варите в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

После сигнала мультиварки добавьте кинзы и укропа и дайте настояться супу 10 минут в режиме «подогрев».

Харчо

Окорок копченый куриный – 1 шт., рис – 1 мерочный стакан от мультиварки, лук – 1 шт., паста томатная – 2 ст. л., бульон (вода) – 1,5 л, чеснок – 4 зубчика, масло растительное для жарки – 2 ст. л., хмели-сунели – 1 ч. л., перец – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Удалите косточку из окорока, мелко нарежьте мясо, обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, чеснок, хмели-сунели, соль и перец и потушите 3-4 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель.

Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Положите в мультиварку промытый рис.

Варите в режиме «тушение» 1 час.

Суп гороховый с ветчиной

Ветчина – 250 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3 шт., горох – 1 мерочный стакан от мультиварки, паста томатная – 1 ст. л., лавровый лист – по вкусу, перец горошком – по вкусу, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 5 минут. Добавьте нарезанный кубиками бекон и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, потушите 3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель. Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Положите в мультиварку предварительно замоченный и промытый горох.

Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушение» 1 час.

Гороховый суп с копченостями

Копченое мясо – 250 г, горох – 1 мерочный стакан от мультиварки, лук белый – 1 шт., морковь – 1 шт., лавровый лист – 1 шт., бульон (вода) – 1,5–2 л, перец горошком – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, вода, соль – 2 ч. л.

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» или «жарка» 5 минут.

Добавьте нарезанное копченое мясо и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут. Добавьте разведенную томатную пасту, потушите 3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу обжарьте нарезанный соломкой картофель. Налейте бульон или горячую кипяченую воду до верхней отметки.

Положите в мультиварку предварительно замоченный и промытый горох. Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушенее» 1 час 20 минут.

Подайте с зеленью.

Гуляш с грудинкой

Грудинка копченая – 400 г, лук – 2 шт., морковь – 2 шт., картофель – 4 шт., помидоры консервированные – 4 шт., паста томатная – 1 ст. л., чеснок – 3 зубчика, вода – 1,5 л, кинза – по вкусу, укроп – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., паприка – по вкусу, черный перец – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 7 минут. Нарежьте говядину порционными кусочками, добавьте к луку и моркови, перемешайте и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, очищенные от кожуры консервированные помидоры, чеснок, специи.

Посолите, поперчите по вкусу и потушите 3–4 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель. Налейте бульон или горячую кипяченую воду. Варите в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

После сигнала мультиварки добавьте кинзы и укропа и дайте настояться супу 10 минут в режиме «подогрев».

Суп гороховый с копченой грудинкой

Грудинка копченая – 150 г, сосиски «Ганноверские» – 3 шт., горох – 150 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., лавровый лист – 1 шт., бульон (вода) – 1,5–2 л, перец горошком – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, вода, соль – 2 ч. л.

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» или «жарка» 5 минут.

Добавьте нарезанные кружочками сосиски, копченую грудинку и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Добавьте разведенную томатную пасту, потушите 3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу нарезанный соломкой картофель.

Налейте бульон или горячую кипяченую воду до верхней отметки. Положите в мультиварку предварительно замоченный и промытый горох. Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист.

Варите в режиме «тушение» 1 час 20 минут.

Подайте с зеленью.

Быстрый яичный супчик

Говядина – 300 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3–4 шт., яйцо куриное – 2 шт., вода – 1,5 л, лавровый лист – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, соль

Установите таймер режима «выпечка» на 30 минут. Обжарьте лук, морковь на растительном масле. Порежьте говядину на порционные кусочки, перемешайте с луком и морковью.

Дождитесь сигнала мультиварки, выключите с «подогрева» мультиварку.

Добавьте картофель, посолите, поперчите по вкусу, положите лавровый лист. Налейте воды или бульона и варите в режиме «тушение» 40 минут.

Взбейте яйца и, непрерывно помешивая, влейте в суп за 5 минут до окончания работы программы.

Подайте с зеленью.

Яичный суп с болгарским перцем

Грудинка копченая – 300 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3 – 4 шт., яйцо куриное – 2 шт., вода – 1,5 л, масло растительное для жарки

– 2 ст. л., смесь болгарского перца – 1 дес. л., петрушка и укроп свежие – по вкусу, лавровый лист – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» или «жарка» 5 минут. Добавьте нарезанную копченую грудинку и обжарьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Дождитесь сигнала мультиварки, выключите ее.

Добавьте нарезанный кубиками картофель, посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист и десертную ложку смеси болгарского перца.

Налейте воды или бульона и варите в режиме «выпечка» 35 минут.

Взбейте яйца и, непрерывно помешивая, влейте в суп за 5 минут до окончания работы программы.

Подайте с петрушкой и укропом.

Кулеш

Говядина копченая – 400 г, крупа пшенная – 150 г, лук – 2 шт., морковь – 1 шт., вода – 1,5 л, масло растительное – 1 ст. л., лавровый лист – по вкусу, перец – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» или «жарка» 5 минут.

Порежьте говядину, перемешайте с овощами, потушите с овощами 2–3 минуты. Выключите мультиварку.

Положите в чашу промытую пшенную крупу. Налейте бульон или горячую кипяченую воду до верхней отметки.

Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушение» 1 час.

Кулеш с тушенкой

Тушенка говяжья – 1 банка, крупа пшенная – 1,5 мерных стакана от мультиварки, лук – 2 шт., морковь – 1 шт., вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 1 ст. л., лавровый лист – по вкусу, перец – по вкусу, соль

Мелко нарежьте лук и морковь, обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» или «жарка» 5 минут. Добавьте тушенку, перемешайте и выключите мультиварку.

Положите в чашу промытую пшенную крупу. Налейте бульон или горячую кипяченую воду до верхней отметки.

Посолите, поперчите по вкусу, прибавьте лавровый лист. Варите в режиме «тушение» 1 час.

Щи, борщи

Борщ «Любительский»

Пастрома – 300 г, картофель – 3 шт., лук – 2 шт., свекла – 1 шт., капуста – 300 г, морковь – 2 шт., перец острый – 1/2 шт., паста томатная – 3 ст. л., сахар – 1 ст. л., уксус – 1 ст. л., сметана – по вкусу, лавровый лист – 2–3 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Порежьте пастрому на мелкие кусочки, нашинкуйте лук и морковь, готовьте на растительном масле в режиме «жарка-мясо» или «выпечка» 7 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом, сахаром и уксусом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема. Подайте со сметаной и зеленью.

Томленый борщ из говядины

Говядина на косточке – 500 г, свекла – 1 шт., капуста белокочанная – 200 г, картофель – 4 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., чеснок – 4 зубчика, масло растительное для жарки – 2 ст. л., паста томатная – 1 маленькая баночка, корень сельдерея – по вкусу, зелень свежая – по вкусу, вода – 1,5 л, специи – по вкусу, соль

Мелко нашинкуйте лук, морковь, свеклу и корень сельдерея, готовьте в режиме «жарка» 15 минут.

Порежьте говядину на порционные кусочки, нарежьте капусту соломкой, картофель – кубиками, чеснок лучше раздавите или порежьте очень мелко.

Поместите овощи и мясо в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки и готовьте в режиме «томление» 2,5-3 часа.

За полчаса до окончания работы программы посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи.

Подайте со свежей зеленью.

Борщ из свинины и говядины

Говядина – 200 г, свинина – 200 г, лук – 1 шт., перец болгарский – 1 шт.. свекла – 1 шт., чеснок – 3 зубчика, картофель – 3 шт., капуста – 100 г, паста томатная – 8 ст. л., вода – 1–1,5 л, специи, зелень – по вкусу, масло растительное для жарки – 1 ст. л., соль

Обжарьте говядину и свинину на растительном масле в режиме «выпечка» 15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к обжаренному мясу и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Измельчите в блендере болгарский перец и чеснок и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, залейте водой, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» 40 минут.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте со свежей зеленью.

Борщ из говядины

Говядина – 350 г, лук – 1 шт., перец болгарский – 1 шт., свекла – 1 шт., чеснок – 3 зубчика, картофель – 3 шт., капуста – 100 г, паста томатная – 8 ст. л., вода – 1–1,5 л, специи, зелень – по вкусу, масло растительное для жарки – 1 ст. л., соль

Обжарьте говядину на растительном масле в режиме «выпечка» 15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к говядине и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Измельчите в блендере болгарский перец и чеснок и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, залейте водой, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» 40 минут.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте со свежей зеленью.

Борщ из свинины

Свинина – 350 г, лук – 1 шт., перец болгарский – 1 шт., свекла – 1 шт., чеснок – 3 зубчика, картофель – 3 шт., капуста – 100 г, паста томатная – 8 ст. л., вода – 1–1,5 л, специи, зелень – по вкусу, зелень свежая – по вкусу, масло растительное для жарки – 1 ст. л., соль

Обжарьте свинину на растительном масле в режиме «выпечка» 15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к свинине и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Измельчите в блендере болгарский перец и чеснок и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, залейте водой, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» 40 минут.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте с зеленью.

Борщ по-флотски

Копченая грудинка – 250 г, картофель – 2 шт., лук – 1 шт., свекла – 1 шт., капуста – 300 г, морковь – 2 шт., перец острый – 1/2 шт., паста томатная – 3 ст. л., сахар – 1 ст. л., уксус – 1 ст. л., лавровый лист – 2–3 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., сметана – по вкусу, перец – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Порежьте грудинку на мелкие кусочки, нашинкуйте лук и морковь, готовьте в режиме «жарка-мясо» или «выпечка» 7 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом, сахаром и уксусом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте со сметаной и зеленью.

Борщ с бастурмой

Бастурма – 350 г, картофель – 4 шт., лук – 1 шт., свекла – 1/2 шт., капуста белокачанная – 300 г, морковь – 1 шт., перец острый – 1/2 шт., паста томатная – 3 ст. л., сахар – 1 ст. л., уксус – 1 ст. л., лавровый лист – 2–3 шт., масло растительное для жарки – 2 ст. л., сметана – по вкусу, перец черный молотый – по вкусу, зелень свежая – по вкусу, соль

Порежьте бастурму на мелкие кусочки, нашинкуйте лук и морковь, готовьте на растительном масле в режиме «жарка-мясо» или «выпечка» 7 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом, сахаром и уксусом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте со сметаной и свежей зеленью.

Томленый борщ из свинины

Свинина – 400 г. свекла – 1 шт., капуста – 200 г, картофель – 4 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., чеснок – 4 зубчика, паста томатная – 1 маленькая баночка, корень сельдерея – по вкусу, вода – 1,5 л, специи – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень – по вкусу, соль

Мелко нашинкуйте лук, морковь, свеклу и корень сельдерея, готовьте на растительном масле в режиме «жарка» 15 минут.

Порежьте свинину на порционные кусочки, нарежьте капусту соломкой, картофель – кубиками, чеснок лучше раздавите или порежьте очень мелко.

Поместите овощи и мясо в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки и готовьте в режиме «томление» 2,5–3 часа.

За полчаса до окончания работы программы посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи.

Подайте со свежей зеленью.

Томленый борщ из свинины и говядины

Свинина – 200 г, говядина – 200 г. свекла – 1 шт., капуста – 200 г, картофель – 4 шт., лук – 1 шт., морковь – 1 шт., чеснок – 4 зубчика, паста томатная – 1 маленькая баночка, корень сельдерея – по вкусу, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень свежая – по вкусу, специи – по вкусу, соль

Мелко нашинкуйте лук, морковь, свеклу и корень сельдерея, обжарьте на растительном масле в режиме «жарка» 15 минут.

Порежьте свинину и говядину на порционные кусочки, нарежьте капусту соломкой, картофель – кубиками, чеснок лучше раздавите или порежьте очень мелко.

Поместите овощи и мясо в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки и готовьте в режиме «томление» 2,5–3 часа.

За полчаса до окончания работы программы посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи.

Подайте со свежей зеленью.

Щи сборные

Говядина – 200 г, свинина – 200 г, капуста свежая – 400 г, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., картофель – 4 шт., репа средняя – 1 шт., помидор – 3 шт., лавровый лист – 2 шт., чеснок – 4 зубчика, перец горошком – по вкусу, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки– 2 ст. л., укроп свежий или сухой – по вкусу, сметана – по вкусу, зелень – по вкусу, соль.

Обжарьте говядину и свинину на растительном масле в режиме «выпечка» 10–15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к мясу и готовьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Измельчите чеснок, добавьте в чашу мультиварки вместе с помидором, готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, добавьте лавровый лист, посолите, поперчите, посолите по вкусу и готовьте в режиме «суп» 1,5 часа.

Дайте щам настояться. Подайте с зеленью и сметаной.

Молдавский борщ

Говядина – 300–400 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., капуста – 300 г, свекла – 2 шт., паста томатная – 100 г, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень свежая – по вкусу, перец молотый черный – по вкусу, соль

Нарежьте говядину небольшими кусочками, готовьте на растительном масле в режиме «выпечка» 20 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к говядине и готовьте в режиме «выпечка» еще 20 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте со свежей зеленью.

2-й вариант

Свинина – 400 г, лук белый – 1 шт., морковь – 1 шт., картофель – 3 шт., капуста белокочанная – 350 г, свекла – 1 шт., паста томатная – 100 г, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., перец черный молотый – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Нарежьте свинину небольшими кусочками, готовьте на растительном масле в режиме «выпечка» 20 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к говядине и готовьте в режиме «выпечка» еще 20 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» или «суп» 1 час.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема. Подайте с зеленью и сметаной.

Подайте с зеленью.

3-й вариант

Говядина – 200 г, свинина – 200 г, лук – 2 шт., морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., капуста – 300 г, свекла – 1 шт., паста томатная – 100 г, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., сметана – 2 ст. л., перец красный молотый – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Нарежьте свинину небольшими кусочками, готовьте на растительное масле в режиме «выпечка» 20 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к говядине и готовьте в режиме «выпечка» еще 20 минут.

Натрите свеклу на терке, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «тушение» или «суп» 1 час. Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема. Подайте с зеленью и сметаной.

Борщ белгородский

Ребрышки свиные – 3–4 шт., картофель – 3 шт., капуста белокочанная – 150 г, свекла – 1 шт., морковь – 1 шт., огурец соленый – 1 шт., помидоры соленые – 3–4 шт., сахар – по вкусу, перец черный молотый – по вкусу, чеснок

– по вкусу, зелень свежая – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., соль

Нашинкуйте лук и морковь и обжарьте на растительном масле в режиме «выпечка» 10 минут.

Измельчите в блендере соленые помидоры и огурец, добавьте к луку и моркови с чайной ложкой сахара, готовьте в режиме «выпечка» 5 минут.

Натрите свеклу на терке, нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, добавьте свиные ребрышки, залейте водой, посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи и готовьте в режиме «тушение» 1,5 часа.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема.

Подайте со свежей зеленью.

2-й вариант

Свинина – 350 г, картофель – 3 шт., капуста – 300 г, свекла – 1 шт., морковь – 1 шт., огурец соленый – 1 шт., помидоры соленые – 3–4 шт., сахар – по вкусу, перец красный молотый – по вкусу, сметана – 2–4 ст. л., чеснок – по вкусу, зелень свежая – по вкусу, соль

Нарежьте свинину небольшими кусочками, готовьте на растительное масле в режиме «выпечка» 20 минут.

Нашинкуйте лук и морковь и готовьте в режиме «выпечка» 10 минут.

Измельчите в блендере соленые помидоры и огурец, добавьте к луку и моркови с 1 чайной ложкой сахара, готовьте в режиме «выпечка» 5 минут.

Натрите свеклу на терке, нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, залейте водой, посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи и готовьте в режиме «тушение» 1,5 часа.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема. Подайте с зеленью и сметаной.

Подайте со свежей зеленью и сметаной.

3-й вариант

Говядина – 250 г, свинина – 250 г, картофель – 3 шт., капуста – 250 г, свекла – 1 шт., морковь – 1 шт., огурец соленый – 1 шт., помидоры соленые – 3-4 шт., сахар – по вкусу, сметана – 2-4 ст. л., перец черный молотый – по вкусу, чеснок – по вкусу, зелень свежая – по вкусу, масло растительное для жарки – 2 ст. л., соль

Нарежьте свинину и говядину небольшими кусочками, готовьте на растительном масле в режиме «выпечка» 20 минут.

Нашинкуйте лук и морковь и готовьте в режиме «выпечка» 10 минут.

Измельчите в блендере соленые помидоры и огурец, добавьте к луку и моркови с 1 чайной ложкой сахара, готовьте в режиме «выпечка» 5 минут.

Натрите свеклу на терке, нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, залейте водой, посолите, поперчите по вкусу, добавьте специи и готовьте в режиме «тушение» 1,5 часа.

Дайте борщу настояться, перелейте в кастрюлю подходящего объема. Подайте со свежей зеленью и сметаной.

Щи сборные с сельдереем

Говядина – 200 г, свинина – 200 г, капуста свежая – 300 г, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., сельдерей – 1 шт., картофель – 4 шт., репа – 1 шт., помидор – 3 шт., лавровый лист – 2 шт., чеснок – 4 зубчика, перец горошком – по вкусу, вода – 1,5 л, масло растительное для жарки – 2 ст. л., укроп свежий или сухой – по вкусу, сметана – по вкусу, зелень – по вкусу, соль

Обжарьте говядину и свинину на растительном масле в режиме «выпечка» 10–15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, порежьте сельдерей, прибавьте к мясу и готовьте в режиме «выпечка» еще 5 минут.

Измельчите чеснок, добавьте в чашу мультиварки вместе с помидором, готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, добавьте лавровый лист, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «суп» 1,5 часа.

Дайте щам настояться. Подайте со сметаной и укропом.

Щи из свежей капусты

Говядина – 500 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., капуста белокочанная – 250 г, картофель – 4 шт., помидор – 1 шт., зелень свежая – по вкусу, перец черный и красный молотый – по вкусу, приправа – по вкусу, соль

Порежьте говядину крупными кусками, положите в чашу мультиварки, залейте водой и готовьте в режиме «суп» 1 час.

За 20 минут до окончания работы программы добавьте нарезанный кубиками картофель, нарезанный полукольцами лук, натертую на терке морковь и нарезанную капусту, долейте воды до верхней отметки. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте приправы.

После сигнала мультиварки добавьте нарезанный помидор, свежей зелени и дайте щам настояться в режиме «подогрев» 10 минут.

Подайте со свежей зеленью.

Цветные щи

Говядина – 350 г, капуста – 350 г, картофель – 4 шт., морковь – 1 шт., лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., перец болгарский – 1 шт., паста томатная – 2 ст. л., корень сельдерея – по вкусу, корень петрушки – по вкусу, вода – 2 л, чеснок – 3 зубчика, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень свежая – по вкусу, сметана – по вкусу, соль

Обжарьте говядину на растительном масле в режиме «выпечка» 15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к говядине и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Измельчите болгарский перец и чеснок, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом, готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи и коренья в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «суп» 1,5 часа.

Дайте щам настояться, подайте со сметаной и свежей зеленью.

2–й вариант

Свинина – 400 г, капуста белокочанная – 300 г, картофель – 4 шт., морковь – 1 шт., лук – 1 шт., помидоры – 2 шт., перец болгарский – 1 шт., паста томатная – 2 ст. л., корень сельдерея – по вкусу, корень петрушки – по вкусу, вода – 2 л, чеснок – 3 зубчика, масло растительное для жарки – 2 ст. л., зелень укропа – по вкусу, соль

Обжарьте свинину на растительном масле в режиме «выпечка» 15 минут.

Нашинкуйте лук и морковь, прибавьте к говядине и готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Измельчите болгарский перец и чеснок, добавьте в чашу мультиварки вместе с томатом, готовьте в режиме «выпечка» еще 10 минут.

Нарежьте картофель, нашинкуйте капусту, уложите овощи и коренья в чашу мультиварки, долейте воды до верхней отметки, посолите, поперчите по вкусу и готовьте в режиме «суп» 1,5 часа.

Дайте щам настояться, подайте со сметаной и зеленью.

Щи из свинины

Свинина – 400 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., капуста белокочанная – 250 г, картофель – 4 шт., помидор – 1 шт., зелень свежая – по вкусу, приправа – по вкусу, соль

Порежьте свинину крупными кусками, положите в чашу мультиварки, залейте водой и готовьте в режиме «суп» 1 час.

За 20 минут до окончания работы программы добавьте нарезанный кубиками картофель, нарезанный полукольцами лук, натертую на терке морковь и нарезанную капусту, долейте воды до верхней отметки. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте приправы.

После сигнала мультиварки добавьте нарезанный помидор, свежей зелени и дайте щам настояться в режиме «подогрев» 10 минут.

Подайте со свежей зеленью.

Грибные щи

Грибы (шампиньоны) – 500 г, картофель – 2 шт., капуста белокочанная – 300 г, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., перец болгарский сладкий – 1 шт., паста томатная – 1 ст. л., лавровый лист – 1 шт., масло сливочное для жарки – 2 ст. л., зелень укропа свежая – по вкусу, вода – 1,5 л, сметана – по вкусу, соль

Нашинкуйте морковь, лук, перец, порежьте грибы, добавьте разведенную томатную пасту и сливочное масло. Перемешайте и готовьте на сливочном масле в режиме «выпечка» 25 минут, периодически перемешивая овощно-грибную смесь.

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.