

ergo

КНИГА РЕЦЕПТІВ



ЗМІСТ

1. ПЕРШІ СТРАВИ / СУПИ	03
2. ДРУГІ СТРАВИ / СТРАВИ З М'ЯСА ТА ПТИЦІ	08
3. КАШІ	13
4. ДРУГІ СТРАВИ І СТРАВИ З ОВОЧІВ	17
5. ДРУГІ СТРАВИ / СТРАВИ З М'ЯСА ТА ОВОЧІВ	20
6. ДРУГІ СТРАВИ / СТРАВИ З РИСУ	22
7. ПАСТА / ПІЦЦА	24
8. ПИРОГИ / ВИПІЧКА	27
9. ДЕСЕРТИ	30

УВАГА:

Кожен з запропонованих рецептів є орієнтовним та потребує адаптації для відповідних користувачів. Результат може варіюватися відповідно якості інгредієнтів.

Режим: «Суп»

М'ясний суп з овочами



- Ломтики бекону з прошарком жиру - 4 шт.
- Рослинна олія - 2 ст. л.
- Цибулина - 1 шт.
- Зубчик часнику - 1 шт.
- Зелена цибуля - 1 шт.
- Морква - 1 шт.
- Гілка сельдерейу - 1 шт.
- Качан капусти - 1/4 ч.
- Горох - 30 г.
- Зелена квасоля - 3-4 шт.
- Томати без шкурки - 4 шт.
- Макарони чи спагетті - 30 г.
- Бульйон - 1 л.
- Сир пармезан, сіль, перець - за смаком

Спосіб приготування:

Бекон і овочі дрібно нарізати. У каструлю налити олію. Підсмажити на ній бекон, цибулю і часник до золотистого кольору. Додати інші овочі. Налити бульйон, довести до кипіння в програмі «Суп». Потім додати макаронні вироби, спеції за смаком. Закрити і варити ще 7-8 хвилин. Подавати разом з сиром пармезан.

Корисна порада:

Щоб суп з домашньою локшиною не вийшов каламутним, потрібно опустити локшину на хвилину у гарячу воду і відкинути на сито, а потім вже покласти в бульйон і варити до готовності. Таку саму пораду можна дати і відносно рисового супу: промити рис, покласти на 3 хвилини в киплячу воду, відкинути на сито, а потім засипати в бульйон.

Режим: «Борщ»

Борщ



- Червоний буряк - 250 г.
- Рослинна олія - 2-3 ст. л.
- Вода - 2 склянки
- Яловичина - 250 г.
- Приправа для борщу -1 ч. л.
- Лимонний сік - 1 ч. л.
- Цукор - 1 ч. л.
- Сметана - 1 склянка
- Сіль і перець - за смаком

Спосіб приготування:

Червоний буряк вимити, очистити від шкірки, дрібно нарізати брусочками і натушкувати на олії. Налити воду, посипати приправою. М'ясо нарізати кубиками, покласти в чашу і готувати в програмі «Борщ» 45 хвилин в закритому вигляді. Після приготування акуратно відкрити кришку. Страва готова до подачі.

Корисна порада:

Для щей і борщів найкраще підходить яловича грудинка, крайка (міжреберна м'якоть), огузок.

Режим: «Борщ»

Грибний суп



- Картопля - 2 шт.
- Нарізані гриби - 250 г.
- Молоко - 160 мл.
- Вода 500 мл.
- Курячий бульйонний кубік - 1 шт.
- Сіль, мелений перець, імбір' - за смаком
- Оливкова олія (тільки для змазування чаші)

Спосіб приготування:

У чашу мультиварки налити олію, покласти нарізану цибулю, закрити кришку, увімкнути будь-який режим на 3 хвилини. Після закінчення 3 хвилин відкрити кришку. Відкласти трохи, доведеної до золотистої скоринки, цибулі у миску. Налити гарячу воду в чашу мультиварки, покласти нарізану картоплю, гриби і бульйонний кубік, в меню вибрати програму «Борщ» за замовчуванням. Після закінчення програми відкрити кришку. Подрібнити овочі ручним блендером. Якщо він пластмасовий, це можна зробити прямо в чаші мультиварки. Якщо блендер у Вас металевий, тоді краще перекласти в звичайну каструлю і в ній подрібнити овочі в пюре. Покласти на дно тарілки трохи доведено до золотистої скоринки цибулю. Налити суп-пюре з грибів.

Корисна порада:

подавати суп, посипавши його попередньо невеликою кількістю чорного перцю і заправивши його декількома краплями оливкової олії або зі сметаною.

Режим: «Суп»

Суп з фрикадельками



- М'ясний фарш - 400 г.
- Зубчик часнику - 2 шт.
- Молоко-20 мл.
- Петрушка, сіль, перець - за смаком
- Сухарі
- Курячий бульйон - 1,5 л.
- Вермішель «Павутинка» - 1 жменя

Спосіб приготування:

Перетерти в ступці часник, петрушку, додавши сіль і перець. У склянку міксеру викласти фарш, яйце, молоко і розтерту приправу, все ретельно змішати. Додати мелені сухарі до отримання консистенції, при якій можна буде формувати фрикадельки. У чашу мультиварки додати 20 мл рослинної олії і підсмажити фрикадельки при відкритій кришці. При бажанні можна викласти на серветку, щоб видалити зайву олію. Додати овочі для приготування супу, налити бульйон. Вибрати режим «Суп» за замовчуванням. Почувши сигнал, відкрити кришку і додати вермішель, виставити будь-який режим, на якому можна довести суп до кипіння і дати йому ще 5-7 хвилин.

Корисна порада:

Подавати суп, прикрасивши дрібно нарізаною петрушкою.

Режим: «Суп»

Суп з квасолі й кальмарами



- Очищені кальмари - 400 г.
- Капуста - 400 г.
- Суха квасоля - 80 г.
- Часник - кілька зубчиків
- Сіль, перець духмяний горошком - за смаком
- Розмарин, олія рослинна - за смаком

Спосіб приготування:

На ніч замочити квасолю. Відварти листя капусти. Потім викласти відмокшу квасолю в мультиварку. Додати до неї сіль, перець духмяний (кілька горошин), очищені зубчики часнику (кілька штук) і розмарин. Вибрати режим «Суп» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Після закінчення часу варіння мультиварку відкрити і викласти в окрему ємність половину квасолі, потім протерти її через сито, щоб вийшло пюре. Приготовлене пюре з квасолі знову викласти у приготовлений бульйон в мультиварці з цілими квасолинами. Відварене капустяне листя розрізати смужками і також додати до квасолі в чашу. Перемішати. Кальмари нарізати шматочками (кільцями) і обсмажити на рослинній олії з нарізаним часником протягом 3 хвилин. Перед подачею розкласти обсмажені кальмари по тарілках і залити супом з квасолі.

Режим: «Смаження»

Кролик з мигдалем



- М'ясо кролика - 1 кг.
- Часник 4 зубчики
- Цибуля ріпчаста - 1 шт. (дрібно нарізана)
- Мигдаль - 15-20 шт.
- Оливкова або соняшникова олія - 1 мірний стакан
- Коньяк або виноградний бренді - 1/4 склянки
- Біле вино - 1 мірний стакан.
- Борошно
- Сіль, перець - за смаком

Спосіб приготування:

Розрізати кролика на 8 частин. Нарубати часник. Мигдаль просмажити і подрібнити.

Обваляти шматочки кролика в борошні, приправивши сіллю та перцем. Обрати в меню режим «Смаження». Встановити таймер на 15 хвилин! Через 8 хвилин з початку приготування вийняти шматочки кролика і дочекатися завершення заданого часу приготування. Потім додати шматочки кролика назад в чашу мультиварки, додати коньяк, біле вино і мигдаль. Вибрати в меню режим "Смаження". Встановити таймер приблизно на 1 годину. Мультиварка сама почне автоматичне приготування.

Режим: «Смаження»

Курячі ніжки під пивним соусом



- Куряча гомілка - 8 шт.
- Пиво - 1 мірний стакан (на Ваш вибір)
- Оливкова або соняшникова олія - 1/2 мірного стакану
- Цибуля ріпчаста - 6 шт. (невеликі голівки)
- Часник - 4 зубчики
- Лавровий лист
- Мелений чорний перець
- Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Налити оливкову олію в чашу мультиварки. Додати курячі ніжки. Обрати режим «Смаження». Встановити таймер на 10 хвилин. Потім додати в чашу цілком розрізані навпіл цибулини, зубчики часнику, пиво, лавровий лист, приправити перцем і перемішати. Обрати в меню режим «Смаження». Встановіть таймер на 40 хвилин. Мультиварка автоматично почне приготування.

Режим: «Смажене м'ясо»

Смажена баранина



- Баранина - 400-500 г.
- Цибуля - 2-3 шт.
- Рослинна олія
- Сіль, перець - за смаком
- Приправи - за смаком

Спосіб приготування:

Баранину помити, нарізати на шматки. Цибулю нарізати напівкільцями. Встановити на мультиварці режим «Смажене м'ясо», налити трохи рослинної олії (не додавайте забагато олії, тому що баранина сама по собі жирна). Коли олія трішки розігріється, викласти м'ясо, обсмажити його до рум'яної скоринки. Додати цибулю, а потім обсмажити ще 5-7 хвилин. Посолити, поперчити, додати приправи за смаком. Потім вимкнути режим «Смажене м'ясо», встановити режим «Тушковане м'ясо» на 2 години.

Корисна порада:

В якості гарніру подайте рис. Гарним доповненням буде легкий грецький салат.

Режим: «Смаження»

Курячі крильця в медово-лимонному соусі



- Курячі крильця - 1 кг.
- Лимонна цедра - 1 лимон
- Лимонний сік - 1/4 мірного стакану
- Мед - 1 мірний стакан
- Кориця - 1 маленька чайна ложка
- Лавровий лист
- Мелений чорний перець
- Соєвий соус - 2 маленькі чайні ложки

Спосіб приготування:

Для приготування соусу необхідно змішати мед, корицю, соєвий соус, лимонний сік, цедру лимона. Помістити крильця в отриманий маринад на 4-5 годин. Потім витягнути крильця. Лимонно-медовий соус не виливати. Помістити курячі крильця в чашу мультиварки. Обрати режим «Смаження» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Після закінчення половини часу приготування додати медово-лимонний соус і все перемішати. Рекомендується перемішувати кожні 10 хвилин.

Корисна порада:

У маринад можна додати томатну пасту - це збагатить смак.

Режим: «Тушкування»

Курка каррі



- Олія - 2 ст. л.
- Часник - 1 зубчик
- Цибуля - 1 шт.
- Куряча грудка - 3 шт.
- Гриби - 100 г.
- Яблуко - 1 шт. (кисле)
- Курячий бульйон - 1 чашка
- Порошок каррі - 2-3 ч. л.
- Перець - 1 ч. л.
- Борошно - 1 ч. л. (з горкою)
- Молоко - 150 мл.
- Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Розігріти олію і обсмажити дрібно нарізані цибулю і часник. Куряче м'ясо очистити від шкіри і кісток, розділити на шматки. Покласти в чашу і злегка обсмажити. Гриби і очищене яблуко нарізати і покласти в мультиварку. Налити бульйон і добре перемішати, поступово додаючи спеції. Вибрати режим «Тушкування» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Змішати борошно і молоко і додати цю масу в чашу і перемішати. Тушувати, перевіряючи чи готове м'ясо. Подавати курку каррі з рисом і подрібленими арахісом, м'якоттю кокосового горіха і чатні (гостра приправа).

Корисна порада:

Грудка птиці (індички, курки або фазана) залишиться соковитою, якщо обгорнути її в смужку бекону.

Режим: «Молочна каша»

Пшоняна каша



- Пшоно - 1 мірний стакан
- Молоко - 4 мірних стакани
- Вершкове масло - за смаком
- Сіль, цукор - за смаком

Спосіб приготування:

Пшоно промити і висипати в чашу. Додати молоко, цукор і сіль. Готувати в режимі «Молочна каша» за замовчуванням. В готову кашу покласти масло за смаком.

Режим: «Гречка»

Каша гречана з м'ясом



- Гречана крупа - 2 мірних стакани
- Вода - 4 мірних стакани
- М'ясо (на Ваш вибір) - 300 гр.
- Морква - 1 шт.
- Цибуля ріпчаста - 1 шт.
- Сіль - за смаком
- Масло вершкове - за смаком
- Спеції - за смаком

Спосіб приготування:

На дно чаші мультиварки помістити шматок вершкового масла. Нарізати м'ясо невеликими шматочками. На масло викласти шматочки м'яса, розподіляючи рівномірно по дну чаші. Нарізати цибулю і подрібнити моркву на тертці. Викласти цибулю і моркву на м'ясо шарами. Промити гречану крупу. Викласти зверху на моркву і цибулю. Додати сіль і спеції за смаком. Налити води. Вибрати режим «Гречка» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Після закінчення приготування перемішати гречку з м'ясом. Подавати гарячим.

Корисна порада:

Перед тим як залити гречку водою, її рекомендується трохи обсмажити на сковороді, поки не випарується волога (це не обов'язково, але просмажена гречка набагато смачніша).

Режим: «Молочна каша»

Каша рисова з молоком



- Рис круглий - 1 мірний стакан
- Молоко - 4 мірних стакани
- Сіль, цукор - за смаком
- Масло вершкове - 25 г.

Спосіб приготування:

Ретельно промити рис водою. Засипати рис в чашу мультиварки, додати молоко, сіль і цукор за смаком. Вибрати режим «Молочна каша» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Подавати кашу з вершками.

Корисна порада:

Додавши в таку кашу ягоди, варення, мед, мармелад або курагу можна отримати ексклюзивну страву.

Режим: «Молочна каша»

Вівсяна каша



- Вівсяні пластівці - 60-100 г.
- Молоко або вода - 500 мл.
- Вершкове масло - 15 г.
- Сіль, цукор - за смаком

Спосіб приготування:

Висипати вівсяні пластівці в чашу мультиварки. Посолити. Налити молоко і перемішати.

Вибрати режим «Молочна каша» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Перед тим як подати на стіл, покласти масло.

Корисна порада:

При приготуванні страв, до складу яких входять сіль і цукор (наприклад, каші), спочатку кладуть сіль за смаком і лише потім - цукровий пісок. Так Вам легше буде підібрати оптимальний баланс солі і цукру.

Режим: «На парі»

Цвітна капуста парова



- Цвітна капуста - 1 кг.
- Вода - 2 мірних стакани
- Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Розділити капусту на суцвіття. Помити і покласти в друшляк без ручки. Налити воду в мультиварку і покласти в неї скоринку хліба для усунення запаху капусти. Воду посолити і вскипятити. Вставити на підставку друшляк з капустою так, щоб вона не контактувала з водою. Вибрати в меню режим «На парі» за замовчуванням. Після завершення приготування можна обсмажити капусту на пательні, часто перевертаючи. Поперчити або посипати рубленою зеленню петрушки.

Режими: «Тушкування», «Смаження», «Бобові»

Квасоля



- Квасоля - 2 мірних стакани
- Прикопчене сало - 150 г.
- Картопля - 3 шт.
- Цибуля - 3 шт.
- Морква - 3 шт.
- Мелений червоний перець - за смаком
- Мускатний горіх
- Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Попередньо на ніч залити квасолю холодною водою. Вранці розбухлу квасолю варити до напівготовності в мультитварці в режимі «Тушкування» близько 30 хвилин. Потім воду слід злити, а квасолю викласти в окремий посуд. Підготувати овочі. Для цього необхідно: цибулю дрібно порізати, моркву або на крупну тертку, або порізати невеликими кубиками, картоплю теж порізати кубиками. Коли чаша мультитварки звільниться від квасолі, в режимі «Смаження» спочатку обсмажити цибулю, після додати підготовлену моркву. Через пару хвилин додати нарізане брусочками копчене сало. Обсмажуємо усе в тому ж режимі 3 хвилини. Тепер можна додати картопляні кубики і квасолю. Посолити, поперчити червоним меленим перцем, приправити мускатним горіхом. Акуратно перемішати спеціальною лопаткою. Залити продукти киплячою водою з чайника. Рівень води повинен бути трохи вище рівня овочів. Увімкнути режим «Бобові» і готувати 60 хвилин.

Режим: «На парі» Овочі на парі



- Зелена стручкова квасоля - 500 г.
- Цибулини (середнього розміру) - 2 шт.
- Морква (середнього розміру) - 2 шт.
- Картопля - 1 шт.
- Оливкова або соняшникова олія
- Лимон, сіль, перець - за смаком

Спосіб приготування:

Всі овочі попередньо слід добре помити водою і при необхідності почистити. Нарізати зелену стручкову квасолю. Почистити цибулини, моркву, картоплю. Наповнити чашу мультиварки водою і встановити пароварку. Покласти усі інгредієнти. Вибрати в меню режим «На парі» і встановити таймер на 20 хвилин. Мультиварка автоматично почне приготування.

Корисна порада:

Готові овочеві страви краще подавати на стіл відразу після приготування. Якщо підігрівати остигле блюдо, то вміст вітамінів в ньому зменшується.

Режим: «Тушковане м'ясо», «Тушкування» Тушкована яловичина з картоплею



- Яловичина - 250 г.
- Помідори (прокручені через м'ясорубку або дрібно нарізані) - 2 мірних стакани
- Цибуля ріпчаста велика - 1 шт.
- Картопля - 2 шт.
- Часник - 3 зубчики
- Морква - 1 шт.
- Гриби (на Ваш смак) - 4 шт.
- Біле вино - 1/4 мірного стакану
- Оливкова або соняшникова олія - 1/2 мірного стакану
- Лавровий лист - 2 шт.
- Мелений чорний перець - за смаком
- Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Овочі помити, почистити при необхідності. Картоплю і моркву нарізати кубиками. Цибулю нарізати півкільцями. Помістіть цибулю і олію в чашу мультиварки. Вибрати в меню режим «Тушковане м'ясо». Встановити таймер на 10 хвилин.

Додати решту інгредієнтів і вибрати в меню режим «Тушкування». Встановити таймер на 60 хвилин. Мультиварка автоматично почне приготування.

Корисна порада:

Готові овочеві страви краще подавати на стіл відразу після приготування. Якщо підігрівати остигле блюдо, то вміст вітамінів в ньому зменшується.

Режим: «Запікання»

Буженина



- Свинячий ошийок - 1 кг.
- Часник - 2 зубчики
- Оливкова олія - 3 ст. л.
- Сіль, перець, спеції - за смаком

Спосіб приготування:

Часник подавити, змішати з сіллю і спеціями і з усіх боків обмазати ошийок. Потім загорнути в кілька шарів алюмінієвої фольги і покласти в холодильник на ніч. На наступний день в знімну чашу мультиварки налити оливкову олію і викласти промаринований ошийок. Під'єднати мультиварку до мережі, вибрати режим «Запікання» і готувати в цьому режимі, при температурі 170°C, 75-80 хвилин. Після закінчення залишити м'ясо в мультиварці ще на 15 хвилин.

Режим: «Плов»

Плов



- Свинина - 400/500 г. або курка 800-900 г.
- Цибуля ріпчаста - 2 шт.
- Рослинна олія - 3 ст. л.
- Морква - 2 шт.
- Рис - 3 мірних стакани
- Вода або бульон - 2-2,5 мірних стакани
- Сіль, спеції - за вкусом

Спосіб приготування:

На дно чаші мультиварки налити олію. Додати нарізану невеликилли шматочками курку або свинину. Додати цибулю і моркву, нарізані соломкою або кубиками. Рис ретельно промити водою. Покласти рис в чашу мультиварки. Налити воду або бульйон. Додати сіль і спеції за смаком. Вибрати режим «Плов» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування.

Режим: «Смаження», «Плов» Різотто з курки і кролика



- Курка - 1/4 ч.
- Кролик - 1/4 ч.
- Зелений перець - 1/4 ч.
- Цибуля ріпчаста - 1/2 ч.
- Помідори (прокручені через м'ясорубку або порізані ножем) - 3/4 мірного стакану
- Сушений горох - 70 г.
- Шафран, сіль - за смаком
- Вода - 2 мірних стакани
- Рис - 2 мірних стакани

Спосіб приготування:

Всі овочі попередньо слід добре промити водою, почистити при необхідності. Нарізати перець і натерти цибулю. Помістити всі інгредієнти крім рису і гороху у чашу мультиварки. Перемішати, вибрати в меню режим «Смаження». Встановити таймер на 10 хвилин. Після приготування перемішати. Додати воду, рис і горох. Перемішати. Вибрати в меню режим «Плов» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування.

Режим: «Смаження», «Паста», «Підігрів»

Паста Болоньезе



- Оливкова олія - 1 ст. л.
- Цибуля ріпчаста - 1 шт.
- Морква - 1 шт.
- Стебло селери - 1 шт.
- Печериці - 300-400 г.
- Подрібнені томати у власному соку (можна замінити свіжими помідорами і томатним соком) - 250 г.
- Спеції - за смаком
- Часник - 1 зубчик
- Паста (макарони) - 250 г.
- Вода - 270 мл.
- Сир пармезан - 40-50 г.

Спосіб приготування:

Дрібно нарізати цибулю і стебло селери. Моркву натерти на тертці. Гриби нарізати пластинами. Помістити у мультиварку цибулю, моркву, селеру, гриби і полити олією. Вибрати в меню режим «Смаження». Встановити таймер на 10 хвилин. Додати томатне пюре, часник, сіль, перець, спеції. Повторно вибрати в меню режим «Паста». Встановити таймер на 10 хвилин. Покласти макарони і налити води. Вибрати в меню режим «Підігрів» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Перед подачею до столу посипати тертим пармезаном.

Режим: «Підігрів», «Піца» Італійська піца



- Дріжджі сухі - 1 ч. л.
- Буженина - 200 г.
- Сіль - 1/4 ч. л.
- Вода - 200 мл.
- Оливкова олія -1 ст. л.
- Сир моцарелла - 200 г.
- Перець болгарський - 1/2 шт.
- Оливки - 10 шт.
- Печериці свіжі - 10 шт.
- Борошно - 200 г.
- Томатна паста - 5 ст. л.

Спосіб приготування:

Просіяти борошно і додати в нього дріжджі і сіль. Влити воду і замісити тісто. Додати столову ложку олії і місити далі. З тіста зліпити кулю і присипати злегка борошном. Чашу мультиварки змастити олією, викласти на дно тісто. Увімкнути режим "Підігрів" на 20 хвилин. Після завершення приготування вимкнути і дати постояти 20 хвилин у мультиварці. Викласти на дошку тісто і ще раз вимісити 2 хвилини. Утворити з тіста тонкий круглий корж і викласти його на дно мультиварки. Змастити томатною пастою, наповнити начинкою (гриби попередньо злегка обсмажити з цибулею), посипати спеціями. Увімкнути у мультиварці режим «Піца» на 40 хвилин. Після закінчення випічки акуратно за допомогою лопатки перекласти піцу на тарілку. Італійська піца готова.

Режим: «Піца» Піца з овочами



- Сир -40 г.
- Кукурудза солодка консервована -20 г
- Баклажан - 20 г.
- Томат черрі - 15 г.
- Перець болгарський 15 г.
- Сметана 15-20% жирності - 30 г.
- Масло вершкове - 15 г.
- Естрагон - 0,5 г.
- Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Для начинки нарізати кубиками овочі і злити з кукурудзи воду. Змішати сметану з естрагоном. На великій тертці натерти сир. Дно чаші змастити вершковим маслом. Викласти тісто товщиною півтора сантиметра на дно мультиварки і змастити його соусом. Рівномірно викласти овочі, кукурудзу і посипати сиром. Вибрати режим «Піца» і встановити таймер на 30 хвилин.

Режим: «Випічка» Пиріг з форелі



- Борошно пшеничне вищого гатунку - 2 мірних стакани
- Сметана 20% жирності - 200 г.
- Масло вершкове - 100 г.
- Сода харчова - 1/2 ч. л.
- Цукор - 1.5 ст. л.
- Форель - 500 г.
- Перець червоний мелений солодкий (паприка) - за смаком
- Цибуля ріпчаста - 1 шт.
- Сік лимонний, свіжа зелень (петрушка, кріп) і сіль за смаком
- Оливкова олія - 2 ст. л.
- Яйце куряче - 1 шт.

Спосіб приготування:

Розтопити в мікрохвильовій печі вершкове масло. Додати сіль, соду, цукор і сметану. Перемішати, додати просіяне борошно. Руками замішати однорідне тісто, скатати його у кулю. Прибрати тісто в холодильник, не забувши накрити кришкою або плівкою, щоб воно не стало сухим. Потім нарізати невеликими кубиками форель і накапати оливковою олією і лимонним соком. Нарізати цибулю. Змішати його з сушеною зеленню і паприкою. Суміш додати до риби. Посолити і поперчити. У начинку додати сметану і сире яйце. Все ретельно перемішати. Дві довгих смужки паперу для випічки покласти хрест-навхрест в мультиварку. Викласти тісто і зробити бортики. Викласти начинку на тісто. Випікати в режимі «Випічка» за замовчуванням. Якщо риба жирна, то можна покласти менше оливкової олії і сметани.

Режим: «Випічка»

Шоколадний пиріг з волоським горіхом



- Яйце - 4 шт.
- Йогурт - 150-200 мл.
- Шоколад - 125 г.
- Цукор - 3/4 мірної склянки
- Борошно - 1/2 мірної склянки
- Розпушувач
- Оливкова або соняшникова олія - 1/4 мірної склянки
- Волоські горіхи - 100 г.
- Масло вершкове - 80-100 г.

Спосіб приготування:

Збити яйця. Додати цукор. Збивати до отримання крему. Додати йогурт, оливкову олію і збивати, додаючи по черзі борошно і розпушувач. Подрібнити волоські горіхи.

Розтопити шоколад на водяній бані або в мікрохвильовій печі. Додати в отриману масу. Змастити чашу мультиварки вершковим маслом. Вибрати режим «Випічка» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Після завершення приготування дати пирогу охолонути. Можна сервірувати, прикрасивши шматочками шоколаду і волоського горіха. Готовність пирога можна перевірити за допомогою сірника. Якщо, проткнувши пиріг, на сірнику не залишилося тісто - пиріг готовий.

Режим: «Десерт»

Сирний пиріг



Тісто:

- Розтоплене вершкове масло - 150 г.
- Борошно - 300 г.
- Яйце - 1 шт.
- Розпушувач
- Цукор - 100 г.

Начинка:

- Вершки (10-15%) - 3 ст. л.
- Цукор - 100 г.
- Сир - 2 пачки (близько 500 г.)
- Сметана - 2 ст. л.
- Яйця - 3 шт.
- Ванільний цукор - 1 ч. л.

Спосіб приготування:

Змішати всі компоненти для тіста. Ретельно замісити тісто. Збити міксером всі компоненти начинки. Чашу мультиварки ретельно змастити вершковим маслом (щоб уникнути приліпання і підгоряння тіста). Викласти в чашу мультиварки тісто, розрівняти руками по дну і по бортику на висоту приблизно 2-3 см. Рівномірно розподілити отриману начинку. Вибрати режим «Десерт». Встановити таймер на 90 хвилин. Мультиварка автоматично почне приготування. Після завершення залишити під кришкою ще на 30 хвилин. Потім відкрити кришку і дати страві охолонути, перш ніж перекладати його з чаші мультиварки. Готовність пирога можна перевірити за допомогою сірника. Якщо, проткнувши пиріг, на сірнику не залишилося тісто - пиріг готовий.

Режим: «Варення» Яблучний джем



- Яблука (без шкірки і насіння) - 1 кг.
- Цукор - 500-550 г.
- Лимонна кислота - 4-5 г.

Спосіб приготування:

Чисті яблука очистити від насіння і шкірки, розрізати на невеликі шматки і покласти в каструлю мультиварки. Потім засипати цукром з додаванням лимонної кислоти. Незважаючи на об'ємну чашу, завантажувати багато фруктів не варто: в процесі кипіння джем може «втекти» і залити нагрівальний елемент приладу.

Встановити на мультиварці режим «Варення» за замовчуванням і довести масу до кипіння під кришкою. Під час приготування можна відкрити кришку і 1-2 рази перемішати. За смаком у джем можна додати трохи кардамону або імбиру. Після сигналу відкрити і ще раз ретельно розмішати - джем в мультиварці готовий, і його вже можна подавати до чаю. Аналогічно можна приготувати сливовий, абрикосовий і будь-який ягідний (змішаний) джем з цукром (інгредієнти 1:1; якщо ягоди дуже кислі, то кількість цукру потрібно збільшити до 1: 1,5).

При бажанні, щоб джем вийшов більш густим, перед самим вимкненням мультиварки необхідно додати желатин, заздалегідь розчинений у холодній воді (5 г. желатину на 2 столових ложки води, з розрахунку на 1 кг. підготовлених фруктів або ягід).

Режим: «Йогурт»

Йогурт



- Молоко (чим вище відсоток жирності, тим краще) - 500 мл.
- Йогурт без добавок - 50-100 мл.
- Цукор або мед - 3 ч. л.

Спосіб приготування:

Температура всіх інгредієнтів має бути еквівалентна кімнатній. Для отримання найкращого результату краще використовувати тільки натуральне домашнє молоко.

На дно чаші помістити невеликий рушник або тканинну серветку. Встановити ємності з інгредієнтами в чашу мультиварки. Залити водою так, щоб до краю ємності для йогурту залишалося 1,5 см. Вибрати режим «Йогурт» за замовчуванням. Мультиварка автоматично почне приготування. Після приготування помістити в холодильник на кілька годин.

Корисна порада:

Фрукти, варення, шоколад та інші солодощі краще додавати безпосередньо перед їжею.

ergo

