

**PHILIPS**

Мультиварка

Книга рецептов



HD4726

Полезные блюда  
каждый день



# Содержание

Краткое руководство по использованию мультиварки	3
Вопросы и ответы	4

## Программы мультиварки

Программа «Разогреть» / Разогрев блюда в мультиварке	8
Программа «Рис» / Рис рассыпчатый	10
Программа «Каша» / Овсяная каша	12
Программа «Плов» / Плов	14
Программа «На пару» / Брокколи на пару	16
Программа «Варить» / Винегрет	18
Программа «Суп» / Суп-пюре из тыквы	20
Программа «Жарить» / Жареная картошка с грибами	22
Программа «Тушить» / Тефтели куриные в сливочном соусе	24
Программа «Запекать» / Буженина	26
Программа «Выпечка» / Кекс с сухофруктами	28
Программа «Йогурт» / Йогурт	30
Программа «Мультиповар» / Яблоки печенные с медом и орехами	32

## Блюда для завтрака

Каша пшенная с тыквой	
Молочная рисовая каша	
Творожная запеканка с изюмом	

## Первые блюда

Борщ	40
Грибной суп	42
Солянка	44

## Основные блюда

### Мясные

Холодец	46
Говядина тушеная с черносливом	48
Гуляш	50
Куриный сальтисон	52
Курица в медовом соусе	54
Фаршированный перец	56
Картофель с мясом	58
Макароны с соусом болоньезе	60
Кальцоне с цыпленком и брокколи	62

### Рыбные

Рыбная запеканка по-португальски	64
Форель на пару	66

### Овощные

Вегетарианское карри	68
Картофельный гратен «Дофинуа»	70

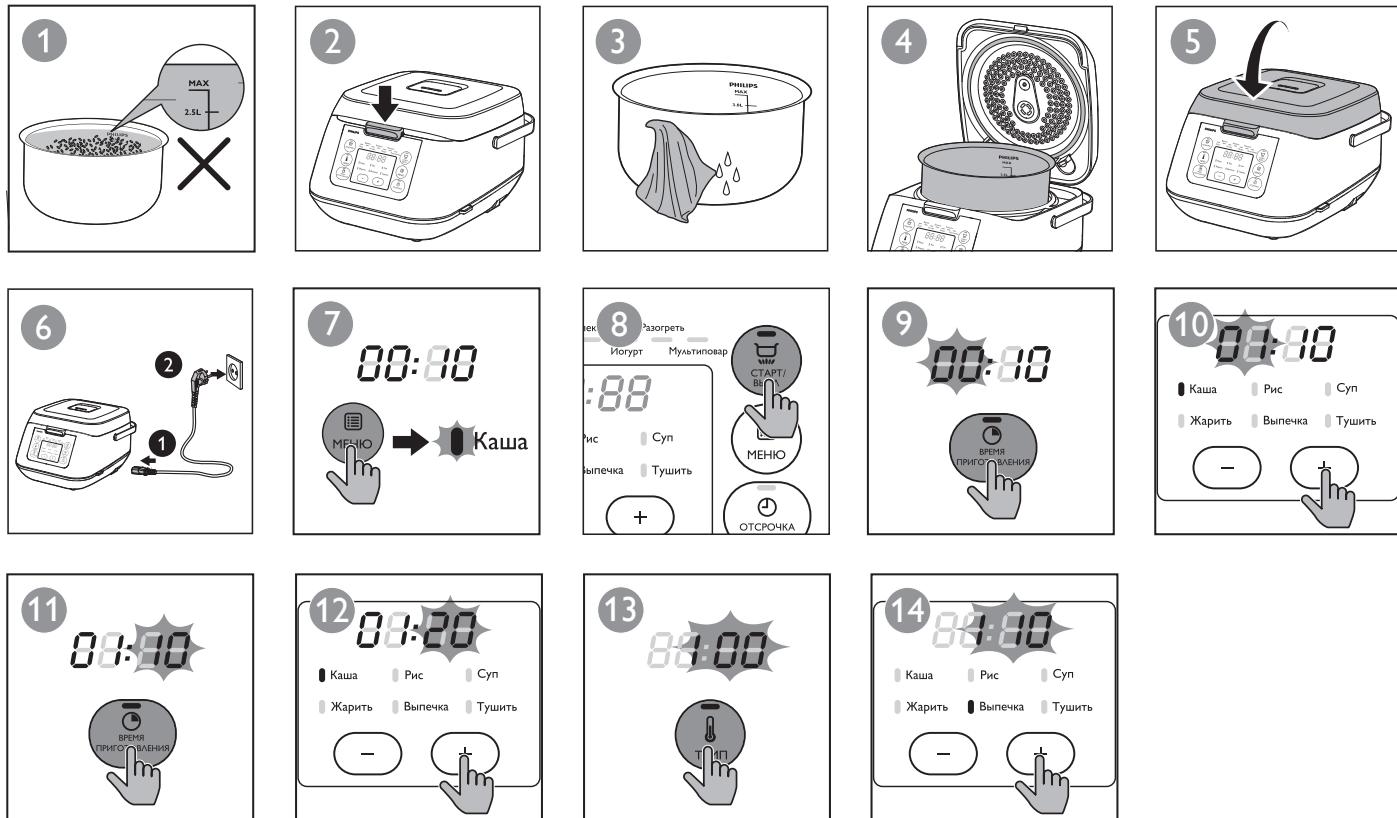
### Десерты и напитки

Клюквенный морс	72
Манник	74
Яблочный пирог	76

### Простое приготовление любимых блюд

79

# Краткое руководство по использованию мультиварки



# Вопросы и ответы

## Как начать работу с мультиваркой?

Откройте крышку мультиварки (**рис. 2 на стр. 3**), досуха вытрите чашу снаружи (**рис. 3 на стр. 3**) и поместите ее в мультиварку (**рис. 4 на стр. 3**). Выберите любой рецепт в данной книге, подготовьте продукты и положите их в чашу. Если требуется по рецепту, закройте крышку (**рис. 5 на стр. 3**). Подключите мультиварку к сети (**рис. 6 на стр. 3**) и выберите нужную программу приготовления.

### ПРИМЕЧАНИЯ

- Не подключайте мультиварку к сети без установленной чаши.
- Не ставьте в мультиварку чашу, мокрую снаружи.

## Как установить отсрочку старта программы?

Ингредиенты некоторых блюд можно кладь в чашу заранее (например, фасоль или гречневую крупу с водой). В таких случаях программу можно запускать не сразу, а с отсрочкой. Отсрочку старта можно настроить для всех программ приготовления, кроме «РАЗОГРЕТЬ», «ЖАРИТЬ» и «ВЫПЕЧКА». Диапазон настройки — от 1 до 24 часов.

1. Нажмайтe кнопку «МЕНЮ», пока не начнет мигать индикатор нужной программы приготовления, или воспользуйтесь кнопками «+» и «-».
2. Вместо кнопки «СТАРТ/ВЫКЛ» нажмите кнопку «ОТСРОЧКА». На дисплее начнет мигать время отсрочки в часах, установленное по умолчанию.
3. С помощью кнопок «+» и «-» установите необходимое время отсрочки старта в часах.
4. Снова нажмите кнопку «ОТСРОЧКА». На дисплее начнет мигать время отсрочки в минутах.
5. С помощью кнопок «+» и «-» установите необходимое время отсрочки старта в минутах.
6. Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды, чтобы подтвердить заданное время отсрочки.

7. По истечении установленного времени приготовление будет завершено. Например, если вы в 10:00 установили значение отсрочки старта, равное 8 часам, блюдо будет приготовлено к 18:00.
8. Прозвучат сигналы, индикатор выбранной программы погаснет.
9. Мультиварка автоматически перейдет в режим подогрева (в этом случае загорится индикатор «ПОДОГРЕВ») или в режим ожидания, в зависимости от выбранной программы.

### ПРИМЕЧАНИЯ

- Если после нажатия кнопки «ОТСРОЧКА» вы за 10 секунд не совершите никаких действий с мультиваркой, в следующие 15 секунд она будет подавать звуковые сигналы. При этом вы все еще сможете установить время отсрочки. Если же и в эти 15 секунд вы не нажмете ни одну кнопку, мультиварка перейдет в режим ожидания.
- Кнопка отсрочки старта не работает в режиме ожидания.
- Если указанное вами время отсрочки старта будет меньше времени приготовления, программа запустится немедленно.

## Как выбрать программу приготовления?

Чтобы выбрать нужную программу приготовления блюда в мультиварке, посмотрите примеры приготовления блюд в данной книге рецептов. В разделе «Программы мультиварки» приведено краткое описание каждой предустановленной программы, а в таблице на стр. 78 приведены основные параметры программ (время приготовления, температура, настройки). Эта информация поможет вам понять, какая программа подходит для приготовления желаемого блюда. Помимо предустановленных программ, вы также можете воспользоваться программой «МУЛЬТИПОВАР» для

приготовления блюд с индивидуальными настройками времени и температуры.

Чтобы выбрать нужную программу приготовления, последовательно нажмите кнопку «МЕНЮ», пока не начнет мигать индикатор программы, указанной в рецепте (**рис. 7 на стр. 3**). Есть и другой способ: нажмите кнопку «МЕНЮ», а потом выбирайте программу кнопками «+» и «-».

В зависимости от рецепта выбранную программу можно запустить сразу или сначала изменить время приготовления и температуру, установленные по умолчанию (см. ниже). Чтобы запустить программу, нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды (**рис. 8 на стр. 3**).

## Как работает программа «МУЛЬТИПОВАР»?

Все параметры программ мультиварки Philips тщательно выверены нашими инженерами и позволяют легко готовить ваши любимые блюда. Если вы хотите приготовить блюдо по своему оригинальному рецепту, требующему определенных настроек, отличных от предустановленных, воспользуйтесь программой «МУЛЬТИПОВАР».

Программа «МУЛЬТИПОВАР» отличается широкими возможностями настроек. Время приготовления можно менять от 5 минут до 10 часов, а температуру — от 30°C до 160°C. Это позволит вам готовить практически любые блюда по собственным оригинальным рецептам, подбирая оптимальное время приготовления и температуру для наилучшего результата. Вы найдете в книге ряд рецептов, в которых используется эта универсальная программа.

## Можно ли управлять функцией «ПОДОГРЕВ»?

Да, можно. После выбора программы приготовления (кроме «ЙОГУРТ») загорится индикатор функции «ПОДОГРЕВ» — это означает, что по окончании выбранной вами программы мультиварка автоматически перейдет в режим «ПОДОГРЕВ», поддерживая температуру готового блюда. Функцию «ПОДОГРЕВ» можно отключить до запуска программы. Для этого после выбора программы нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ»,

индикатор погаснет, а по окончании программы мультиварка перейдет в режим ожидания. Чтобы включить функцию поддержания температуры, снова нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ». Загорится индикатор данной функции, и по окончании программы мультиварка перейдет в режим поддержания температуры. Переход из режима ожидания в режим поддержания температуры блюда и наоборот осуществляется нажатием кнопки «ПОДОГРЕВ».

## Как настроить время приготовления?

Время приготовления можно изменить для всех программ, кроме программ «РИС», «ПЛОВ», «ЗАПЕКАТЬ». После выбора программы приготовления с помощью кнопки «МЕНЮ» на дисплее отобразится заданное по умолчанию время приготовления. Чтобы изменить его в соответствии с рецептом, нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ» (**рис. 9 на стр. 3**). Начнет мигать индикатор часов. С помощью кнопок «+» и «-» установите время в часах (**рис. 10 на стр. 3**). Снова нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ» (**рис. 11 на стр. 3**). Начнет мигать индикатор минут. Кнопками «+» и «-» установите время в минутах (**рис. 12 на стр. 3**).

## ПРИМЕЧАНИЯ

- Если после нажатия кнопки «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ» вы за 15 секунд не совершите никаких действий с мультиваркой, она перейдет в режим ожидания.
- Для программ «РАЗОГРЕТЬ» и «ЖАРИТЬ» максимальное время приготовления — 60 минут, поэтому после нажатия кнопки «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ» на дисплее сразу будет мигать индикатор минут.

## Как настроить температуру приготовления?

Температуру приготовления можно настроить в программах «ВЫПЕЧКА» (от 40°C до 160°C) и «МУЛЬТИПОВАР» (от 30°C до 160°C). Шаг изменения температуры составляет 10°C.

Для настройки температуры в программах «ВЫПЕЧКА» и «МУЛЬТИПОВАР» нажмите кнопку «ТЕМП» (рис. 13 на стр. 3). На дисплее отобразятся мигающие цифры — температура по умолчанию. С помощью кнопок «+» и «-» установите желаемую температуру приготовления (рис. 14 на стр. 3).

После этого можно запускать программу. Для этого нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.

## Что означают полоски, бегущие по дисплею во время работы некоторых программ?

В программах «КАША», «НА ПАРУ», «ВАРИТЬ», «РИС» и «ПЛОВ» время приготовления зависит от количества и пропорций ингредиентов.

В программах «КАША», «НА ПАРУ» и «ВАРИТЬ» отсчет времени приготовления начинается не сразу после запуска программы, а после закипания жидкости или достижения ею определенной необходимой температуры. До этого момента на дисплее отображаются бегущие полоски [■■■]. Они означают, что содержимое чаши разогревается.

В программах «РИС» и «ПЛОВ» время приготовления не регулируется и определяется микропроцессором автоматически. За 15 минут до окончания программы начинается обратный отсчет оставшегося времени приготовления, а до этого момента на дисплее отображаются бегущие полоски [■■■]. Они означают, что идет процесс приготовления, но микропроцессор еще не определил, когда его надо завершать.

## Где я могу найти больше рецептов для мультиварки Philips?

Вы можете найти рецепты, написанные совместно с профессиональными поварами и блогерами, задать вопросы и следить за обновлениями на страницах проекта «Готовим счастье» на сайте [Ledi@mail.ru](mailto:Ledi@mail.ru) — <http://multivarim.lady.mail.ru>.

Перейдите по этой ссылке и выберите



в строке «Мультиварка» модель HD4726, чтобы найти рецепты именно для вашей мультиварки.

## Как и в какой посуде готовить йогурт и другие молочные продукты?

В мультиварке HD4726 вы можете готовить йогурт, кефир и другие молочные продукты с помощью программы «ЙОГУРТ». Для приготовления молочной продукции используйте чашу мультиварки, тщательно вымытую и простерилизованную кипятком непосредственно перед началом приготовления. Для стерилизации можно налить в чашу воду и довести ее до кипения в мультиварке. Затем чашу надо охладить.

## Какое молоко нужно для приготовления йогурта?

Подойдет и свежее молоко, и пастеризованное, и ультрапастеризованное. Если вы используете ультрапастеризованное молоко, его предварительная температурная обработка не требуется. А свежее или пастеризованное молоко надо предварительно подвергнуть температурной обработке. Для этого налейте его в чашу мультиварки, выберите программу «ТУШИТЬ» и установите время приготовления 20 минут. По окончании программы остудите молоко до комнатной температуры. Далее следуйте рецепту приготовления йогурта в мультиварке.

## Как готовить молочные продукты с использованием заквасок?

В мультиварке HD4726 вы можете готовить йогурт, кефир и другие молочные продукты на основе специализированных заквасок. При приготовлении молочной продукции с использованием специализированной сухой закваски следуйте инструкции по приготовлению и хранению, приведенной производителем.

## Как долго можно хранить приготовленные в мультиварке молочные продукты?

Приготовленные в мультиварке йогурт, сметану, кефир и другие кисломолочные продукты рекомендуется ставить в холодильник сразу после приготовления. Предварительно убедитесь, что температура в вашем холодильнике соответствует требованиям хранения таких продуктов (от +2°C до +6°C), а его мощность достаточна для быстрого охлаждения того количества продукта, которое вы приготовили.

Предельное время хранения для домашних кисломолочных продуктов — 6 суток, оптимальное — не более 3 суток. Творог рекомендуется хранить при указанной температуре не более 3 суток.

Для кормления детей до 3 лет можно употреблять молочные продукты со сроком хранения при указанной температуре не более 3 суток. Перед употреблением хранившихся в холодильнике молочных продуктов обращайте внимание на их цвет и запах, пробуйте их перед тем как давать детям. При приготовлении молочной продукции с использованием специализированной сухой закваски следуйте инструкции по приготовлению и хранению, приведенной производителем.

Перед тем как ставить молочный продукт в холодильник, его можно переложить из чаши мультиварки в другую посуду (например, в стаканчики для йогурта). Этую посуду надо предварительно простерилизовать (особенно для детского питания) и охладить.

## Условные обозначения



Время подготовки



Время приготовления



Сложность рецепта



Количество порций

## Какое максимальное количество продуктов можно готовить в мультиварке?

На внутренней стороне чаши мультиварки есть отметка «МАХ» (максимум) ([рис.1 на стр. 3](#)). При закладывании ингредиентов в мультиварку следите, чтобы общее их количество не превышало этой отметки. Для варки объемных продуктов (курицы, мяса, овощей) сначала положите их в чашу, а только потом аккуратно залейте водой, чтобы она не поднялась выше предельной отметки.

## Меня не устраивает вкус блюда, приготовленного по рецепту из этой книги — что делать?

Блюда, представленные в этой книге, были приготовлены профессиональными поварами в соответствии с их видением рецептов. Вы можете менять количество, соотношение и состав ингредиентов в соответствии с вашими вкусовыми предпочтениями.

## Внешний вид приготовленного мной блюда отличается от фото в книге рецептов — что я делаю не так?

Блюда, представленные в этой книге, были приготовлены профессиональными поварами и оформлены фудстилистами, обладающими экспертными навыками выкладки и украшения блюд. Конечный результат может отличаться от показанного на фото и зависит от уровня мастерства каждого конкретного человека. Если на начальном этапе у вас не получается полностью повторить блюдо, помните, что терпение и практика помогут вам постепенно добиться желаемых результатов.

При возникновении дополнительных вопросов обратитесь к инструкции пользователя или позвоните по бесплатному номеру горячей линии 8 (800) 200-08-80. Подробности на официальном сайте компании Philips [www.philips.ru](http://www.philips.ru).



## Программа «Разогреть»

Данная программа позволит вам быстро подогреть приготовленные ранее блюда. Не нужно больше следить за блюдом, оно не перегреется и не подгорит (при правильном соотношении времени разогрева и количества пищи).

## Разогрев блюда в мультиварке



## Приготовление

- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Поместите в чашу разогреваемую порцию блюда, не превышая отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «РАЗОГРЕТЬ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «РАЗОГРЕТЬ»). На дисплее отобразится установленное по умолчанию время разогрева: 25 минут.
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите нужное время — от 5 до 60 минут, в зависимости от исходной температуры и количества пищи. К примеру, 4 порции гречки из холодильника разогреваются за 12 минут; 1 литр тыквенного супа-пюре — за 13 минут; 1,5 литра борща — за 15 минут; 4 порции куриных тефтелей — за 15 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева, сохраняя температуру блюда. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

# Программа «Рис»

**Данная программа позволяет готовить рассыпчатый рис и популярные блюда азиатской кухни из риса. Она прекрасно подходит для круп, требующих тщательной разварки (гречки, перловки, пшена), для приготовления гарниров из заранее замоченных гороха и фасоли.**

## Рассыпчатый рис



### Ингредиенты

Рис пропаренный	300 г
Вода	500 мл
Соль	по вкусу

\* Точное время приготовления определяется микропроцессором автоматически.

## Приготовление

- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Промойте рис и положите его в чашу. Залейте водой, посолите.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «РИС» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «РИС»).
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. На дисплее появятся движущиеся полоски. Они означают, что начался процесс приготовления. За 15 минут до окончания программы начнется обратный отсчет времени.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Разложите рис по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Вы можете менять количество воды в зависимости от сорта риса (как и других видов крупы) и своих вкусовых предпочтений. Ориентируйтесь на значения, указанные производителем на упаковке выбранного сорта. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- К готовому рису можно добавить по вкусу сливочное или ароматное растительное масло (например, кунжутное или подсолнечное с ароматом семечек).
- Рис прекрасно сочетается с рыбой на пару и куриными тефтелями в сливочном соусе.
- Чтобы рис получился вкуснее, перед варкой добавьте в чашу щепотку зиры и немного моркови, нарезанной маленькими кубиками или брусками.



## Программа «Каша»

**С данной программой вы сможете легко варить каши из любых круп для всей семьи как на молоке, так и на воде. Эти полезные, вкусные и сытные блюда особенно хороши с изюмом, ягодами и другими натуральными добавками.**

## Овсяная каша с изюмом



### Ингредиенты

Овсяные хлопья быстрого приготовления	100 г
Молоко 3,2% (ультрапастеризованное)	800 мл
Сахар	1 ст. л. (25 г)
Изюм	2 ст. л. (40 г)
Соль	по вкусу

\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Приготовление

- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Положите в чашу овсяные хлопья. Добавьте молоко, сахар и соль. Промойте изюм и добавьте его к остальным ингредиентам. Перемешайте.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «КАША» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «КАША»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 5 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы. На дисплее появятся движущиеся полоски. Они означают, что содержимое чаши разогревается. Как только жидкость достигнет нужной температуры, начнется обратный отсчет времени приготовления.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Разложите кашу по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Для снижения жирности каши разбавьте молоко водой по своему вкусу.
- Чтобы приготовить постную кашу, замените все молоко водой. Постную кашу можно разнообразить добавлением фруктовых и ягодных сиропов, варенья, свежих ягод, нарезанных чернослива и кураги.
- Вы можете изменять время варки и количество жидкости в зависимости от сорта хлопьев и своих вкусовых предпочтений. Ориентируйтесь на значения, указанные производителем на упаковке выбранного сорта. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- При приготовлении каши из традиционного «Геркулеса» увеличьте время приготовления до 20 минут. Пропорции ингредиентов менять не нужно.
- Вместо сахара кашу можно подсладить медом или кленовым сиропом. Можно добавить в нее бананы, кусочки спелого сладкого персика, виноград, орехи, корицу и ваниль (семена, экстракт или ванильный сахар).
- Овсянную кашу можно сделать «шоколадной», добавив перед варкой чайную ложку какао.
- Перед подачей на стол можно добавить в кашу кусочек сливочного масла.

# Программа «Плов»

**Данная программа предназначена для блюд, в которых крупы идеально сочетаются с другими ингредиентами: мясом, грибами, птицей. К таким блюдам относятся паэлья, гречневая каша по-купечески и множество видов других блюд из зерновых.**

## ПЛОВ



\* Точное время приготовления на программе «ПЛОВ» определяется микропроцессором автоматически.

### Ингредиенты

Баранина, свинина или говядина	250 г
Рис пропаренный	200 г
Лук репчатый среднего размера	2 шт. (160 г)
Морковь среднего размера	1 шт. (120 г)
Чеснок 3 зубчика	3 зубчика (15 г)
Специи для плова	0,5 ст. л. (15 г)
Масло растительное	2 ст. л. (40 г)
Вода	500 мл
Соль	по вкусу

## Приготовление

- Нарежьте мясо кусочками размером около 3 см.
- Нарежьте морковь брусками длиной 2 см и толщиной 0,3 см. Лук мелко нашинкуйте.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Налейте в чашу масло.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ЖАРИТЬ»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 25 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы. Не закрывайте крышку.
- Подождите 5 минут, пока масло хорошо разогреется. Затем по одному опускайте кусочки мяса в чашу и обжаривайте до румяной корочки. Если положить все мясо сразу, оно будет вариться или тушиться в собственном соку, а для плова нужно жареное мясо.
- Через 15 минут с начала приготовления добавьте лук и морковь. Обжаривайте, периодически перемешивая, до окончания программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Добавьте в чашу специи, перемешайте. Поверх мяса выложите промытый рис. Аккуратно залейте его горячей водой, чтобы она покрывала рис на 1,5–2 см. Посолите.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ПЛОВ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ПЛОВ»).
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы. На дисплее появятся движущиеся полоски. Они означают, что начался процесс приготовления. За 15 минут до окончания программы начнется обратный отсчет времени.

- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева.
- Откройте крышку, воткните в плов несколько целых зубчиков чеснока. Черенком ложки сделайте проколы до дна, чтобы выходил пар, но не перемешивайте плов.
- Оставьте плов на подогреве на 20 минут, чтобы он впитал все ароматы.
- Выключите подогрев, нажав кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Разложите плов по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Плов получается особенно вкусным при добавлении барбариса, кориандра, зирры или изюма. Их нужно класть вместе с рисом.
- Мясо можно обжарить не на масле, а на курдючном сале.
- Для разнообразия можно приготовить плов с куриным мясом, смешать рис с нутом, добавить изюм и сухофрукты.
- Выбирайте крепкие, прозрачные сорта риса со среднедлинными зернами. Не годятся мягкие индийские и тайские сорта риса: басмати, жасмин и подобные. Они быстро развариваются, и вместо плова получается каша. Лучше всего поискать на рынках узбекский или таджикский рис (девзира, ошпар и подобные). Хорошо подходит и итальянский рис, предназначенный для пасты.
- Для плова лучше всего подойдет баранья грудинка, но можно взять лопатку или заднюю часть.
- Прекрасный плов получается из свинины и говядины, а от телятины лучше отказаться: нежная и мягкая телятина не даст плову всей полноты мясного вкуса.



## Программа «На пару»

**Данная программа позволяет готовить самые полезные диетические блюда: овощи, котлеты, рыбу, манты. Кроме того, на пару можно стерилизовать детские пустышки, соски, столовые приборы.**

### Ингредиенты

Брокколи среднего размера	1 шт. (800 г)
Вода	150 мл
Соль и перец	по вкусу

## Брокколи на пару



\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Приготовление

- Разберите свежую капусту брокколи на соцветия, промойте их холодной водой.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Налейте воду в чашу мультиварки и поместите в нее чашу для приготовления на пару.
- Положите брокколи в чашу для приготовления на пару. Посолите и поперчите по вкусу.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «НА ПАРУ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «НА ПАРУ»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 5 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы. На дисплее появятся движущиеся полоски. Они означают, что содержимое чаши разогревается. Как только вода закипит, начнется обратный отсчет времени приготовления.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу (вместе с чашей для приготовления на пару).
- Разложите брокколи по тарелкам, по желанию полейте соусом и подавайте.

## Советы

- Замороженную брокколи не нужно размораживать перед приготовлением, достаточно ополоснуть холодной водой.
- Готовить на пару не только просто, но и полезно. Ведь этот способ не требует масла и хорошо сохраняет в продукте витамины.
- Брокколи, приготовленная на пару, сохранит свой внешний вид, яркий цвет и аппетитную хрусткость, что обязательно понравится детям.
- Брокколи прекрасно сочетается с легкими соусами вроде ткемали. Готовые соцветия можно полить ароматным оливковым маслом, добавить капельку лимонного сока и измельченный чеснок.
- Если перед приготовлением положить на каждое соцветие по пластинке сыра, он расплавится и сыграет роль соуса.
- К брокколи отлично подходит азиатский стиль. Сбрызните готовые соцветия сладким соусом чили и добавьте пару капель кунжутного масла. Если вы любите поострее, смешайте панировочные сухари с мелко рубленным перцем чили и посыпьте этой панировкой брокколи перед подачей.
- Выбирать брокколи надо на ощупь: ее кудрявые соцветия должны быть крепкими, зеленого или чуть фиолетового оттенка.
- Брокколи можно хранить в холодильнике около недели.
- Приготовленную на пару брокколи можно подавать с вареным рисом и лимонной заправкой.



## Программа «Варить»

**С данной программой вы сможете быстро отварить овощи для салатов или на гарнир, сосиски, макароны и многие другие продукты. Кроме того, программа удобна для приготовления полезных натуральных напитков — морсов, лимонадов, компотов.**

## Винегрет



### Ингредиенты

Свекла среднего размера	2 шт. (600 г)
Картофель среднего размера	3 шт. (300 г)
Морковь среднего размера	1 шт. (120 г)
Консервированный зеленый горошек	1/2 банки (175 г)
Соленые огурцы среднего размера	2 шт. (160 г)
Масло растительное	3 ст. л. (60 г)
Вода	около 1 л
Соль	по вкусу

\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Приготовление

- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Вымойте морковь, картофель и свеклу. Не очищая от кожуры, положите их в чашу.
- Залейте овощи водой, чтобы она покрывала их полностью, но не выше отметки «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВАРИТЬ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ВАРИТЬ»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 50 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы. На дисплее появятся движущиеся полоски. Они означают, что содержимое чаши разогревается. Как только вода достигнет нужной температуры, начнется обратный отсчет времени приготовления.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Выложите вареные овощи на тарелку, дайте им остывть, затем очистите.
- Нарежьте вареные овощи и соленые огурцы кубиками со стороной 1 см, добавьте зеленый горошек.
- Перед подачей к столу заправьте винегрет растительным маслом, добавьте соль по вкусу и перемешайте.

## Советы

- Ручной блендер Philips с насадкой для нарезки кубиками поможет быстро нарезать все овощи.
- Чтобы свекла не окрасила остальные продукты, заправьте ее маслом отдельно и только потом добавьте в винегрет.
- Для разнообразия картофель можно заменить консервированной красной фасолью, а горошек — квашеной капустой.
- Винегрету можно добавить остроты, мелко нарезав в него головку репчатого лука. К блюду прекрасно подойдет и свежий зеленый лук.
- Чтобы свекла не сильно пахла, добавьте при варке корочку черного хлеба.
- Чтобы легче очистить свеклу, сразу после варки положите ее на несколько минут в ледяную воду.
- Для винегрета лучше всего брать свеклу среднего размера, темно-красного цвета, с тонкой кожурой.
- Свеклу можно не нарезать, а натереть на крупной терке.



## Программа «Суп»

**Данная программа оптимальна для приготовления разнообразных бульонов и супов: борща, грибного супа, минestrone, куриной лапши и других первых блюд. Крупные куски мяса можно отварить до состояния нежнейшей буженины.**

### Суп-пюре из тыквы



#### Ингредиенты

Тыква среднего размера 1/2 часть (800 г)

Морковь среднего размера 1/2 часть (60 г)

Молоко 3,2% ультрапастеризованное 200 мл

Вода 100 мл

Сливки 33% 160 мл

Розмарин 2 веточки

Соль по вкусу

## Приготовление

- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Вымойте и очистите овощи, нарежьте их кубиками со стороной 1 см и положите в чашу.
- Добавьте молоко, воду, соль и целую веточку розмарина. Перемешайте.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «СУП» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «СУП»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 30 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети.
- Откройте крышку, достаньте чашу.
- Положите в чашу веточку розмарина, измельчите суп до однородной консистенции ручным блендером и разлейте по тарелкам.
- С помощью блендера с насадкой-венчиком взбейте сливки на низкой скорости в течение 1 минуты. Добавьте их к блюду и подавайте.

## Советы

- Вы можете менять количество воды в зависимости от того, насколько густой суп предпочитаете. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- Во время приготовления можно добавить по вкусу картофель, сельдерей, лук или кукурузу, а также немного отварных креветок или кусочков куриного филе.
- Ручной блендер Philips с насадкой для нарезки кубиками поможет быстро нарезать овощи.
- Вместо воды можно взять мясной или овощной бульон, вкус получится насыщеннее.
- Сливки можно заменить сметаной.
- Чтобы сделать суп более пикантным, положите в него в начале варки 10 г (примерно 1 см) свежего корня имбиря, нарезанного кусочками. Можно добавить немного мускатного ореха и корицы.
- Суп хорошо подойдет для детского питания с 9 месяцев, если не добавлять сливки. Их можно заменить 1 ст. л. (20 г) оливкового масла. Перед приготовлением проконсультируйтесь с педиатром и получите подтверждение, что у вашего малыша нет аллергии на указанные в рецепте продукты.
- При подаче к столу суп можно посыпать очищенными семенами тыквы или рубленой зеленью.

## Программа «Жарить»

**Данная программа поможет без лишних усилий готовить любые жареные блюда. Вы всегда сможете поджарить овощи, мясо или птицу, приготовить котлеты, картофель или зажарку для супов. Жарить рекомендуется с открытой крышкой.**

## Жареная картошка с грибами



### Ингредиенты

Картофель среднего размера 6 шт. (600 г)

Грибы свежие 200 г

Лук репчатый среднего размера 2 шт. (160 г)

Чеснок 2 зубчика (10 г)

Масло растительное 2 ст. л. (40 г)

Соль и перец по вкусу

## Приготовление

- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Налейте в чашу масло.
- Раздавите плоской стороной ножа неочищенные зубчики чеснока и положите в чашу.
- Нарежьте лук соломкой и добавьте в чашу.
- Нарежьте картофель дольками, грибы разрежьте на 4 части.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ЖАРИТЬ»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 30 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы. Не закрывайте крышку.
- Обжаривайте лук с чесноком в течение 5 минут, периодически помешивая.
- Положите в чашу картофель и грибы.
- Продолжайте обжаривать смесь в течение 15 минут (до появления корочки).
- Закройте крышку и готовьте блюдо еще 5 минут, чтобы оно пропиталось ароматами.
- Откройте крышку и готовьте еще 5 минут, посолите и поперчите.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Разложите картошку с грибами по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Можно использовать разные грибы: шампиньоны, лисички, белые грибы, опята, вешенки. Особенно вкусным получится блюдо из лесных грибов.
- Грибы очень пористые, поэтому они мгновенно впитывают воду и могут потерять вкус при промывании в большом количестве воды.
- Для особо насыщенного грибного аромата добавьте вместе со свежими грибами немного сухих грибов, предварительно размоченных в воде.
- Вместо масла для жарки можно использовать кусочек сала.
- В конце приготовления можно положить в чашу немного бекона, он обогатит блюдо тонким копченым ароматом. Для необычного вкуса можно добавить веточку розмарина или тимьяна.
- Обычный картофель можно заменить на мелкий картофель «Беби». Его не обязательно очищать и резать, достаточно хорошо промыть.
- Для более насыщенного вкуса положите в каждую тарелку с картошкой по ложке холодной сметаны или мягкого сливочного сыра (например, маскарпоне), а также горсть мелко тертого пармезана.
- Блюдо лучше солить примерно за 5 минут до конца программы, иначе грибы дадут лишнюю влагу и картофель будет тушиться.
- Готовить блюда на программе «ЖАРИТЬ» рекомендуется с открытой крышкой. Но если по каким-либо причинам вы захотите закрыть крышку, это не помешает работе мультиварки.



## Программа «Тушить»

**Данная универсальная программа отлично подойдет для требующих долгого приготовления тушеных блюд из мяса, птицы, рыбы, овощей. Она идеальна и для приготовления мясных деликатесов, например куриного сальтисона или ветчины из рульки.**

## Тефтели куриные в сливочном соусе



### Ингредиенты

Фарш куриный	500 г
Сыр гауда	100 г
Перец болгарский среднего размера	1/4 часть (60 г)
Лук репчатый среднего размера	1/2 часть (40 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Сливки 33%	100 мл
Шампиньоны	60 г
Масло растительное	1 ст. л. (20 г)
Вода	70 мл
Соль, перец и зелень	по вкусу

## Приготовление

- Помойте овощи и грибы.
- Нарежьте шампиньоны и перец кубиками со стороной 0,5 см.
- Морковь и сыр натрите на мелкой терке.
- Добавьте в куриный фарш болгарский перец, лук, сыр, соль и черный перец. Тщательно перемешайте.
- Сформируйте из фарша тефтели диаметром 2–3 см.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Налейте в чашу масло и аккуратно выложите тефтели.
- Добавьте сливки и воду. Сверху положите морковь и шампиньоны.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ТУШИТЬ»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 30 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Разложите тефтели по тарелкам, полейте получившимся соусом и подавайте. По желанию украсьте блюдо рубленой зеленью.

## Советы

- Блюдо прекрасно сочетается с овощным ризotto, картофелем и спагетти.
- Тефтели можно приготовить из говяжьего или свиного фарша, при этом количество ингредиентов не меняется.
- Шампиньоны можно заменить вешенками или другими грибами.
- Блюдо подходит для питания детей от 3 лет, если исключить из него молотый черный перец. Перед приготовлением проконсультируйтесь с педиатром и получите подтверждение, что у вашего малыша нет аллергии на указанные в рецепте продукты.



## Программа «Запекать»

**Данная программа позволяет легко запекать большие куски мяса и птицы, а также готовить запеченные блюда из плотной рыбы. Она оптимальна для приготовления буженины, мясных рулетов, блюд в фольге или рукаве.**

## Буженина



### Ингредиенты

Свиная шейка	800 г
Морковь среднего размера	1 шт. (120 г)
Чеснок	3 зубчика (15 г)
Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Вода	50 мл
Соль и перец	по вкусу

## Приготовление

- Нарежьте морковь длинными брусками.
- Помойте кусок мяса. Проткните его ножом насквозь и поместите в прорезы бруски моркови и целые зубчики чеснока.
- Натрите мясо солью и молотым черным перцем.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Разрежьте очищенную луковицу пополам, разберите на части и равномерно выложите на дне чаши.
- Налейте в чашу воду.
- Положите в центр чаши подготовленный кусок мяса, чтобы он не касался стенок.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЗАПЕКАТЬ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ЗАПЕКАТЬ»).
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- Через 35 минут прозвучит сигнал. Откройте крышку и переверните мясо. Закройте крышку, нажмите кнопку «МЕНЮ» для продолжения программы. Блюдо будет готовиться еще 25 минут.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Перед подачей на стол нарежьте буженину кусочками толщиной 1–2 см, чтобы морковь была нарезана поперек.

## Советы

- Можно запекать кусок мяса немного большего размера, но не более 1 кг.
- По желанию вы можете готовить буженину без лука и воды.
- Фаршировать мясо можно не только морковью. Попробуйте ломтики сельдерея и сладкого перца, тонко нарезанные маслины, орехи (грецкие или кедровые), кислые ягоды (клюкву или бруснику).
- Если непосредственно перед приготовлением обдать мясо кипятком, оно получится более сочным.
- Если вы готовите буженину из говядины или нежирной свинины, нашпигуйте ее салом.
- Чтобы блюдо получилось ароматнее, измельчите в блендере листики ароматных трав (тимьяна, розмарина, шалфея) с оливковым маслом и чесноком. По желанию добавьте перец чили, горчицу и хрен. Покройте мясо получившейся панировкой перед приготовлением.
- Из буженины можно сделать сэндвичи. Ее можно подавать как закуску или основное блюдо. В последнем случае добавьте к ней любимый гарнир.
- Чтобы буженина получилась плотной и не разваливалась при нарезании, ее нужно сразу после приготовления поместить под легкий пресс и охладить до комнатной температуры.
- Буженину нежелательно хранить в полиэтилене, лучше использовать пергамент.



## Программа «Выпечка»

**Используйте данную программу  
для приготовления пирогов с  
разнообразными начинками, кексов,  
коржей для тортов и прочих десертов.  
Готовьте с ее помощью творожные,  
овощные, мясные, рыбные запеканки и  
другие изысканные блюда.**

## Кекс с сухофруктами



### Ингредиенты

Яйца	4 шт.
Сахар	150 г
Мед	2 ст. л. (60 г)
Мука	300 г
Масло сливочное	200 г
Сухофрукты	200 г
Разрыхлитель	1 ч. л. (12 г)

## Приготовление

- Достаньте масло из холодильника за полчаса до приготовления и оставьте при комнатной температуре.
- Смешайте в отдельной миске все сухие ингредиенты, кроме сухофруктов.
- Добавьте яйца, масло и мед. Хорошо перемешайте, добавьте сухофрукты и снова перемешайте. Тесто получится очень густым, но пусть это вас не пугает.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Выложите тесто в чашу.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВЫПЕЧКА» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ВЫПЕЧКА»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 50 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 160°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Дайте кексу остывть примерно 15 минут, затем выложите его на блюдо и подавайте.

## Советы

- В тесто можно добавить больше сухофруктов: до 300–400 г.
- В тесто можно добавить цедру апельсина и лимона, а также любые орехи — грецкие, арахис, миндаль.
- Поэкспериментируйте, добавив в тесто специи: по четверти чайной ложки мускатного ореха, гвоздики и ванили.
- По желанию подавайте кекс с шариком мороженого или соусом — ванильным, шоколадным, клубничным.
- Если добавить в тесто 50 г сметаны, то кекс станет нежнее.
- Вы можете приготовить для кекса сметанный крем. Смешайте 200 г сметаны (30%) и 50 г сахара. Взбейте эту смесь миксером или ручным блендером с насадкой-венчиком. Намажьте остывший кекс кремом, украсьте ягодами по вкусу и подавайте.
- Вы можете приготовить для кекса творожный крем. Смешайте 100 г творога (9%), 100 мл сливок (33%) и 40 г сахара. Взбейте эту смесь миксером или ручным блендером с насадкой-венчиком. Намажьте остывший кекс кремом, украсьте ягодами по вкусу и подавайте.
- Кекс можно покрыть сладкой глазурью. Смешайте сахарную пудру с соком лимона до образования мягкой глазури. Нанесите ее на кекс и оставьте застывать примерно на 5 минут.
- Из остатков кекса можно приготовить английский десерт трайфл. Разложите ломтики в прозрачные стаканы, чередуя с заварным кремом, йогуртом или взбитыми сливками, а также орехами, ягодами или вареньем, шоколадным или ягодным соусом. Дайте кексу минут 20 пропитаться этими ингредиентами в холодильнике и подавайте.
- Кекс будет румяным с обеих сторон, если по окончании программы перевернуть его и дать постоять 10 минут в режиме подогрева.
- Температура в программе «ВЫПЕЧКА» регулируется от 40°C до 160°C с шагом 10°C.



## Программа «Йогурт»

**Благодаря данной программе у вас в доме всегда будут свежие, вкусные и полезные кисломолочные продукты собственного приготовления: йогурт, кефир и сметана.**

### Ингредиенты

---

Молоко 3,2%  
(ультрапастеризованное) 2 л

---

Йогурт натуральный  
(без добавок) 250 мл

---

# Йогурт



## Приготовление

- Простерилизуйте чашу кипятком.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Налейте в чашу молоко, добавьте йогурт, перемешайте.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЙОГУРТ» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «ЙОГУРТ»).
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим ожидания.
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Перемешайте йогурт, по желанию накройте чашу крышкой и поставьте в холодильник минимум на 3 часа.

## Советы

- Перед тем как убрать йогурт в холодильник, его можно переложить в другую емкость.
- Чем дольше готовится йогурт, тем гуще он получается. В программе «ЙОГУРТ» время приготовления по умолчанию — 8 часов, но его можно менять от 6 до 12 часов. После выбора программы «ЙОГУРТ» нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», а затем кнопками «+» и «-» установите нужное время.
- При приготовлении кисломолочных продуктов все аксессуары должны быть тщательно вымыты и простерилизованы.
- Для приготовления йогурта и других кисломолочных продуктов используйте ингредиенты комнатной температуры.
- Йогурт можно подавать с ягодами, фруктами, сахаром, медом, вареньем или мюсли.
- Не добавляйте ягоды или фрукты во время приготовления йогурта: молоко прокиснет, получится простокваша.
- Для приготовления йогурта можно использовать специализированную закваску. В этом случае следуйте инструкции ее производителя на упаковке. Такие закваски продаются в аптеках.
- Используемый в качестве закваски магазинный йогурт должен содержать только молоко и кисломолочные бактерии. Лучше использовать продукт с минимальным сроком хранения.
- Вместо коровьего молока можно использовать козье.
- Из йогурта можно приготовить соус или маринад. Например, добавьте в йогурт немного тертого огурца, чеснока, лимонного сока или винного уксуса, по желанию — оливкового масла, соли и перца. Получится традиционный греческий соус дзадзики, который подают к овощам, мясу и рыбе.



## Программа «Мультиповар»

**С помощью данной программы вы сможете создавать любые блюда по собственным рецептам, подбирая оптимальное время приготовления и температуру для наилучшего вкуса.**

### Ингредиенты

Яблоки зеленые среднего размера	4 шт. (680 г)
Мед	4 ч. л. (40 г)
Грецкие орехи (дробленые)	8 ч. л. (80 г)
Вода	75 мл

## Яблоки печеные с медом и орехами



## Приготовление

- Вымойте яблоки, отрежьте у каждого верхнюю шляпку с плодоножкой, вырежьте сердцевину (не прорезая яблоко насквозь).
- В образовавшееся отверстие каждого яблока положите 1 ч. л. меда и 2 ч. л. орехов. Сверху накройте шляпкой.
- Досуха вытрите чашу снаружи и поместите ее в мультиварку.
- Подключите мультиварку к электросети.
- Налейте на дно чаши воды и аккуратно положите яблоки.
- Закройте крышку до щелчка.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «МУЛЬТИПОВАР» (на передней панели должна появиться мигающая индикация «МУЛЬТИПОВАР»).
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 20 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 160°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Начнется выполнение программы.
- По окончании программы прозвучат несколько сигналов, мультиварка перейдет в режим подогрева. На дисплее отобразится время подогрева. Чтобы выключить подогрев, нажмите кнопку «ПОДОГРЕВ».
- Отключите мультиварку от электросети, откройте крышку, достаньте чашу.
- Выложите яблоки на тарелки, немного остудите и подавайте.

## Советы

- Предпочтительнее использовать яблоки сортов «Гренни Смит» и «Антоновка».
- Перед приготовлением проткните яблоки зубочисткой в нескольких местах, чтобы они не лопнули.
- Чтобы приготовить более крупные яблоки, увеличьте время приготовления на 10 минут.
- Если вы любите особенно мягкие яблоки, немного увеличьте время приготовления.
- Для дробления орехов удобен ручной блендер Philips с насадкой-измельчителем.
- Яблоки можно запекать только с одним видом орехов или сочетать разные виды орехов в любых пропорциях. Кроме того, можно начинять яблоки курагой, изюмом и черносливом.
- Мед можно заменить сахаром с корицей.
- Этот десерт подходит для детей от 3 лет. Перед приготовлением проконсультируйтесь с педиатром и получите подтверждение, что у вашего малыша нет аллергии на указанные в рецепте продукты.
- При подаче к столу посыпьте яблоки сахарной пудрой, украсьте сливками.
- Программа «МУЛЬТИПОВАР» позволяет настраивать температуру приготовления от 30°C до 160°C с шагом 10°C и время приготовления от 5 минут до 10 часов с шагами 5 минут и 1 час.



Блюда  
для завтрака

# Каша пшенная с тыквой



\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Ингредиенты

Крупа пшенная	140 г
Молоко 3,2% (ультрапастеризованное)	800 мл
Сахар	5 ст. л. (100 г)
Тыква среднего размера 1/5 часть	300 г
Соль и масло сливочное	по вкусу

## Приготовление

- Промойте пшенную крупу и положите в чашу мультиварки. Добавьте молоко, сахар и соль.
- Тыкву нарежьте кусочками со стороной 1–1,5 см и выложите поверх крупы. Закройте крышку.
- Нажатиями на кнопку «МЕНЮ» выберите программу «КАША».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 25 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы добавьте сливочное масло и перемешайте. Выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Чтобы приготовить 8 порций, возмите вдвое больше всех ингредиентов. Следите, чтобы их общий объем не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- Вы можете изменять количество сахара в соответствии с вашими предпочтениями.
- Кашу можно подавать с медом или ягодами по вкусу.
- Если вы хотите разнообразить блюдо, перед началом приготовления добавьте нарезанную небольшими кусочками курагу (достаточно 4 штук).
- Чтобы сделать блюдо постным, замените молоко водой, а сливочное масло — оливковым.
- Не рекомендуется брать крупу, которая хранилась слишком долго: каша получится прогорклой и утратит полезные качества.
- Вы можете менять количество воды и время приготовления в зависимости от сорта крупы и своих вкусовых предпочтений. Ориентируйтесь на значения, указанные на упаковке выбранного сорта. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.
- По желанию украсьте блюдо зеленью.



# Блюда для завтрака

# Молочная рисовая каша



\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Ингредиенты

Рис круглозерный (не пропаренный)	240 г
Молоко 3,2% (ультрапастеризованное)	800 мл
Сахар	2 ст. л. (50 г)
Масло сливочное	30 г
Соль	по вкусу

## Приготовление

- Промойте рис и положите его в чашу мультиварки.
- Добавьте сахар, соль, сливочное масло и молоко. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «КАША».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 30 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Вместо молока кашу можно готовить на воде или на смеси молока с водой в любой пропорции.
- По желанию кашу можно приготовить из длиннозерного риса.
- Попробуйте смешать рис с пшеном в пропорции 1 : 1 — новый вкус привычного завтрака порадует вас и ваших близких.
- Вы можете менять количество воды в зависимости от сорта крупы и своих вкусовых предпочтений. Ориентируйтесь на значения, указанные производителем на упаковке выбранного сорта. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши мультиварки.
- Для более сливочного вкуса добавьте в готовую кашу кусочек масла.
- Перед подачей кашу можно слегка посыпать ванилью или корицей. Их можно добавить и в начале приготовления.
- Это блюдо прекрасно сочетается с черникой, клубникой и другими свежими ягодами.



# Блюда для завтрака



# Творожная запеканка с изюмом



## Ингредиенты

Творог (5% или 9%)	360 г
Яйца	1 шт.
Сахар	5 ст. л. (100 г)
Мука	130 г
Изюм	2 ст. л. (40 г)
Разрыхлитель	0,3 ч. л. (4 г)
Масло сливочное	0,5 ст. л. (10 г)
Ванилин	по вкусу

## Приготовление

- Залейте изюм кипятком, чтобы он стал мягче.
- Протрите творог через мелкое сито или взбейте ручным блендером с насадкой-венчиком до абсолютной гладкости.
- В отдельной емкости ручным блендером с насадкой-венчиком взбейте яйцо с сахаром. Не прекращая взбивать, по одной ложке добавьте весь творог, затем муку, ванилин и разрыхлитель.
- Слейте воду с изюма, промокните его бумажным полотенцем и осторожно смешайте ложкой творожную массу с изюмом.
- Смажьте чашу мультиварки маслом.
- Выложите полученную смесь в чашу. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВЫПЕЧКА».

- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 1 час.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 140°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, достаньте запеканку и подавайте.

## Советы

- Это блюдо можно подавать горячим или сначала остудить до комнатной температуры.
- В запеканку можно добавлять любые сухофрукты или цукаты. Можно попробовать и кусочки черного шоколада, кислые яблоки и даже кусочки мармелада.
- Если после смазывания маслом посыпать дно чаши столовой ложкой сахарного песка, у запеканки будет аппетитная карамельная корочка.
- Вместо муки вы можете добавить в запеканку 7 ст.л. (70 г) манной крупы. В этом случае разрыхлитель не нужен.
- Вместо сахара можно взять 2 ст. л. (60 г) сгущенки. От этого запеканка приобретет необыкновенный аромат и пикантность.
- Вместо ванилина можно добавлять в запеканку разные ароматизаторы: со вкусами амаретто, тирамису и так далее. Они продаются в кулинарных отделах супермаркетов.
- Чтобы запеканка получилась максимально полезной, нужен качественный творог: рассыпчатый, свежий и не слишком жирный.



Первые  
блюда

# Борщ



## Ингредиенты

Мясо (свинина или говядина)	300 г
Вода	2 л + 100 мл
Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Морковь среднего размера	1 шт. (120 г)
Помидоры (или томаты в собственном соку)	2 шт. (240 г)
Свекла среднего размера	1 шт. (300 г)
Картофель среднего размера	2 шт. (200 г)
Капуста белокочанная среднего размера	1/4 часть (400 г)
Чеснок	6 зубчиков (30 г)
Сок лимона или яблочный уксус	4 ст. л. (80 г)
Масло растительное	1 ст. л. (20 г)
Сахар	1 ст. л. (25 г)
Соль, перец и лавровый лист	по вкусу

## Приготовление

- Нарежьте мясо кубиками со стороной 1,5–2 см, натрите морковь и свеклу на средней терке, лук нарежьте полукольцами.
- Налейте в чашу мультиварки растительное масло.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 25 минут.

- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Не закрывайте крышку.
- Дайте маслу хорошо нагреться в течение 5 минут, чтобы на мясе сразу начала появляться корочка. Положите мясо в чашу и, помешивая, обжаривайте 10 минут.
- Добавьте лук и морковь, обжаривайте еще 5 минут.
- Добавьте нарезанные кусочками помидоры, свеклу, сахар и 100 мл кипятка. Закройте крышку и потушите все ингредиенты еще 5 минут.
- По окончании программы добавьте 2 литра кипятка и нарезанную соломкой капусту. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «СУП».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 55 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- Через 20 минут добавьте картофель, нарезанный брусочками длиной 3–5 см. Варите суп под закрытой крышкой до конца программы, периодически помешивая.
- По окончании программы добавьте примерно столовую ложку, лавровый лист, перец, измельченный чеснок и лимонный сок (или уксус).
- Оставьте борщ настаиваться с закрытой крышкой еще 10 минут, чтобы впитались ароматы.
- Выключите мультиварку, разлейте суп по тарелкам, подавайте со сметаной.

## Советы

- Чтобы получить борщ яркого цвета с выраженным свекольным вкусом, выбирайте сорта свеклы потемнее (столовые), которые хуже вывариваются. А если вы хотите получить лишь легкий аромат свеклы и сделать борщ красным за счет помидоров, берите розовую (суповую) свеклу: она выварится до белого цвета.
- По желанию вы можете добавить лимонный сок или уксус на этапе тушения свеклы, а не после окончания приготовления борща.

Больше советов в рецептах на [multivarim.lady.mail.ru](http://multivarim.lady.mail.ru)

# Первые блюда



# Грибной суп



## Ингредиенты

Вода	700 мл
Шампиньоны	200 г
Картофель среднего размера	2 шт. (200 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Лук репчатый среднего размера	1/2 часть (40 г)
Сыр плавленый	200 г
Чеснок	1 зубчик (5 г)
Соль и перец	по вкусу

## Приготовление

- Нарежьте лук, картофель и морковь кубиками со стороной 1 см. Шампиньоны нарежьте вдоль ломтиками толщиной 0,5 см.
- Положите эти ингредиенты в чашу мультиварки, добавьте соль, перец и воду. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «СУП».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 30 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- За 15 минут до окончания программы добавьте плавленый сыр. Помешивайте в течение 5 минут, сыр должен полностью расплавиться.

- Закройте крышку и готовьте до окончания программы.
- По окончании программы добавьте пропущенный через пресс зубчик чеснока и перемешайте.
- Выключите мультиварку, разлейте суп по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Вы можете использовать разные грибы: шампиньоны, лисички, белые грибы, опята, вешенки. Особенно вкусным получится блюдо из лесных грибов.
- Грибы очень пористые, поэтому они мгновенно впитывают воду и могут потерять вкус при промывании в большом количестве воды.
- Для приготовления супа-пюре в конце приготовления добавьте 20 мл сливок (20%) и измельчите суп блендером.
- Подавать суп можно с сухариками.



# Первые блюда

# Солянка



## Ингредиенты

Копченая колбаса	300 г
Мясные копчености	300 г
Соленые огурцы среднего размера	2 шт. (160 г)
Маслины (без косточек)	100 г
Картофель среднего размера	2 шт. (200 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Лук репчатый среднего размера	3 шт. (240 г)
Томатная паста	3 ст. л. (90 г)
Лавровый лист	4 шт.
Масло растительное	2 ст. л. (40 г)
Лимон среднего размера	1/2 часть (60 г)
Вода	2 л
Сметана	8 ст. л.
Соль, перец и зелень	по вкусу

## Приготовление

- Нарежьте лук и морковь соломкой.
- Налейте в чашу мультиварки масло, добавьте лук и морковь.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 25 минут.

- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- Обжаривайте лук и морковь 10 минут, периодически помешивая. В это время нарежьте колбасу и остальные копчености кубиками со стороной 1 см.
- Добавьте к овощам копчености и продолжайте обжаривать еще 5 минут, периодически помешивая.
- За 10 минут до конца программы добавьте томатную пасту и, помешивая, жарьте еще 2 минуты.
- Добавьте 2 литра воды и продолжайте готовить до окончания программы.
- По окончании программы закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «СУП».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 1 час 10 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- Через 30 минут добавьте нарезанный кубиками картофель и снова закройте крышку.
- За 10 минут до окончания программы добавьте нарезанные кружочками маслины, нарезанные кубиками со стороной 0,5 см соленые огурцы, сок лимона, соль, перец и лавровый лист. Готовьте до окончания программы.
- По окончании программы выключите мультиварку и дайте супу настояться под закрытой крышкой в течение часа.
- Разлейте суп по тарелкам, положите в каждую ломтик лимона, столовую ложку сметаны и немного нарубленной свежей зелени.

## Советы

- Вы можете менять количество воды в зависимости от того, насколько густой суп предпочитаете. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши мультиварки.
- По желанию вы можете добавить лимонный сок или уксус на этапе тушения свеклы, а не после окончания приготовления борща.

Больше советов в рецептах на [multivarim.lady.mail.ru](http://multivarim.lady.mail.ru)



# Основные блюда **мясные**

# Холодец



## Ингредиенты

Говядина на косточке	1300 г
Морковь среднего размера	1 шт. (80 г)
Лук репчатый среднего размера	1/2 часть (60 г)
Перец черный горошком	10 шт.
Чеснок	1 зубчик (5 г)
Вода	2,5 л
Соль, лавровый лист и зелень	по вкусу

## Приготовление

- Тщательно промойте кусок мяса. Целиком, не разрезая, положите его в чашу мультиварки.
- Залейте мясо водой. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ГУШИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 6 часов.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- За час до окончания приготовления добавьте в чашу очищенные морковь и луковицу (не разрезая, целиком), соль, перец и лавровый лист.
- По окончании программы выключите мультиварку, достаньте мясо, разберите его на волокна или мелко нарежьте.
- Измельчите чеснок, процедите бульон.
- Выложите мясо в форму. Добавьте чеснок, украсьте зеленью и аккуратно, по ножу залейте бульоном.
- Остудите блюдо и уберите в холодильник до полного застыивания.
- Готовое блюдо подавайте с хреном или горчицей.

## Советы

- Если с луковицы снять только верхнюю грязную шелуху, оставив чистую коричневую, это придаст бульону аппетитный золотистый цвет.
- Поверх мяса до заливания бульоном можно разложить ломтики сваренного вкрутую яйца, кружочки моркови или зерна граната.
- Чтобы холодец хорошо застыл, надо взять много костей: идеально подойдут свиные ноги и куриные лапы (но не окорочка), свиные уши, куриные шеи и любые другие части мяса с большим содержанием железистой ткани.
- Отличный холодец получится из старой деревенской курицы, а еще лучше — петуха.
- В холодец не нужно добавлять желатин. Хорошо томленный в мультиварке бульон идеально застынет без желатина.
- Солить холодец лучше ближе к концу, так как во время приготовления много жидкости выпарится и бульон может оказаться слишком соленым.
- Минимальное время приготовления холодца — 4 часа. Оптимальное время приготовления — 6 часов, но по желанию вы можете варить его 8 часов и более.
- Чтобы вкус холодца был более насыщенным, приготовьте его из нескольких видов мяса.
- Чем больше видов мяса используется для приготовления холодца, тем насыщеннее будет его вкус.
- Вместо традиционной горчицы и хрена к холодцу можно подать васаби («японский хрен»).
- Чтобы холодец выглядел празднично, красиво нарежьте овощи (например, морковь, стебли сельдерея, перец) и выложите их на дно чуть смазанной маслом формы вместе с зубчиками чеснока, горошинами перца и лавровыми листами. Сверху выложите мясо, залейте готовым бульоном и оставьте застывать. Готовый холодец аккуратно переверните и подавайте.



# Основные блюда **мясные**

# Говядина тушеная с черносливом



## Ингредиенты

Говядина	600 г
Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Чернослив (без косточек)	200 г
Томатная паста	2 ст. л. (60 г)
Масло растительное	4 ст. л. (80 г)
Базилик сушеный	1 ч. л.
Лавровый лист	2 шт.
Перец черный горошком	6–8 шт.
Соль	1,5 ч. л. (15 г)
Вода	100 мл

## Приготовление

- Нарежьте лук полукольцами, а морковь и мясо — брусками толщиной не более 1 см.
- Промойте чернослив прохладной водой.
- Налейте в чашу мультиварки масло, положите мясо.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 10 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Не закрывайте крышку.
- Обжаривайте мясо, периодически помешивая, в течение 5 минут.

- Добавьте лук, морковь и томатную пасту. Перемешайте и обжаривайте до окончания программы.
- По окончании программы добавьте воду, чернослив и специи. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ».
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Тушеную говядину с черносливом можно подавать как самостоятельное блюдо или с простыми гарнирами: макаронами, рисом, гречкой, картофельным пюре.
- По желанию замените томатную пасту на томаты в собственном соку (100–150 г), предварительно измельчив их с помощью блендера с погружной насадкой.
- Чтобы приготовить 8 порций, возмите вдвое больше всех ингредиентов и обжаривайте мясо на 10 минут дольше. Для этого после выбора программы «ЖАРИТЬ» установите время приготовления 20 минут. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.



Основные блюда  
**мясные**

# Гуляш



## Ингредиенты

Говяжья вырезка	600 г
Лук репчатый среднего размера	2 шт. (160 г)
Перец болгарский среднего размера	1 шт. (240 г)
Масло растительное	2 ст. л. (40 г)
Чеснок	4 зубчика (20 г)
Томаты в собственном соку	400 г
Вода	80 мл
Соль и перец	по вкусу

## Приготовление

- Помойте мясо и овощи.
- Нарежьте мясо, лук и перец кусочками размером около 2,5 см.
- Налейте в чашу мультиварки масло, положите мясо.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Не закрывайте крышку.
- Обжаривайте мясо, периодически помешивая, в течение 10 минут.
- Добавьте к мясу лук. Обжаривайте, периодически помешивая, в течение 3 минут.
- Добавьте болгарский перец и воду, продолжайте готовить до окончания программы.

- По окончании программы добавьте целые или разрезанные на 4 части томаты в собственном соку, мелко нарезанный или пропущенный через пресс чеснок, соль и перец. Перемешайте, закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ».
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Подавать гуляш можно с крупно нарезанной зеленью — петрушкой и кинзой.
- Чтобы приготовить 8 порций, возьмите вдвое больше всех ингредиентов и обжаривайте мясо на 10 минут дольше. Для этого после выбора программы «ЖАРИТЬ» нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 25 минут. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши.



# Основные блюда **мясные**

# Куриный сальтисон



## Ингредиенты

Курица	2 кг
Чеснок	10 зубчиков (50 г)
Перец черный горошком	по вкусу
Лавровый лист	2 шт.
Желатин	50 г
Вода	50 мл
Соль	1 ч. л. (10 г)

## Приготовление

- Промойте курицу, нарежьте на куски и положите в чашу мультиварки.
- Добавьте лавровый лист, горошины перца и соль. Закройте крышку.
- Нажатиями на кнопку «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 3 часа.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы откиньте готовую курицу на сито. Остудите, отделите мясо от костей и мелко нарежьте.
- Выделившийся из курицы сок процедите через марлю или мелкое сито и вылейте обратно в чашу.
- Положите в чашу куриное мясо и мелко нарезанные зубчики чеснока. Добавьте желатин, предварительно растворенный в 50 мл воды, размешайте. Закройте крышку.

- Нажатиями на кнопку «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 2 часа.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку и перелейте содержимое чаши в форму.
- Дайте сальтисону остить при комнатной температуре в течение часа, затем уберите в холодильник до полного застывания.
- Подавайте, украсив маслинами и зеленью.

## Советы

- Позэкспериментируйте с формами, в которых будет застывать готовое блюдо. Например, оригинальные фигурные формы получаются из нижних частей пластиковых бутылок (с отрезанным горлышком).



Основные блюда  
**мясные**

# Курица в медовом соусе



## Ингредиенты

Куриные ножки	8 шт.
Мед	5 ч. л. (50 г)
Соевый соус	100 мл
Горчица	1 ст. л.
Лимон среднего размера	1/2 часть (60 г)
Соль и перец	по вкусу

## Приготовление

- Приготовьте соус: смешайте мед, горчицу, соевый соус, сок половины лимона, соль и перец. Замаринуйте в получившемся соусе куриные ножки и поставьте в холодильник на 30 минут.
- Выложите ножки вместе с соусом в чашу мультиварки. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ».
- Нажмите на кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 30 минут.
- Нажмите на кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- Тушите ножки в соусе под закрытой крышкой, периодически переворачивая их.
- По окончании программы откройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите на кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 5 минут.

- Нажмите на кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- Обжаривайте ножки. Лишняя жидкость выпарится, мед карамелизуется и блюдо приобретет великолепный вкус. По желанию периодически помешивайте ножки во время приготовления.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам и подавайте с картофельным пюре или рисом.

## Советы

- Для более яркого вкуса мариновать курицу надо не менее 1–2 часов. Но если вы торопитесь, можно тушить курицу сразу, не маринуя.
- В соус можно добавить 0,5 ч. л. корицы, имбиря, чеснока, перца чили или табаско для более пикантного вкуса.
- Если вы предпочитаете острую заправку, добавьте больше горчицы — до 4 ст. л. Попробуйте смешать разные сорта горчицы, например русскую и французскую.
- Вместо ножек можно использовать куриные крылышки.



# Основные блюда **мясные**

# Фаршированный перец



## Ингредиенты

Фарш говяжий	300 г
Рис отварной	500 г
Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Помидор среднего размера	1 шт. (120 г)
Перец болгарский	4 шт. (800 г)
Вода	300 мл
Соль и перец	по вкусу

## Приготовление

- Помойте овощи.
- Мелко нашинкуйте лук, смешайте его с фаршем, добавьте рис, соль и молотый черный перец.
- Отрежьте у болгарских перцев верхнюю часть (выбрасывать не нужно) и очистите их от семян.
- Нарежьте помидор и морковь кубиками со стороной 1 см, положите их в чашу.
- Начините перцы фаршем, накройте верхушками и выложите поверх помидоров и моркови.
- Добавьте воду, посолите и поперчите. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «МУЛЬТИПОВАР».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 55 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 140°С.

- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам (рядом с каждым перцем — получившийся соус из моркови и помидоров) и подавайте.

## Советы

- Подавать фаршированный перец можно со сметаной.
- Блюдо хорошо подойдет детям, если не добавлять в него черный молотый перец.
- Говядину по желанию можно заменить курицей.
- Чем толще мякоть перца, тем полезнее и сочнее будет готовое блюдо. Более полезен перец красного цвета, поскольку в нем содержится больше антиоксидантов, чем в других сортах.
- Для этого блюда лучше всего подходит мясо молодого крупного рогатого скота. Наиболее ценным считается мясо 20-месячных, хорошо откормленных животных.



# Основные блюда **мясные**

# Картофель с мясом



## Ингредиенты

Свинина	400 г
Картофель среднего размера	8 шт. (800 г)
Лук репчатый среднего размера	2 шт. (160 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Чеснок	1 зубчик (5 г)
Масло растительное	2 ст. л. (40 г)
Соль, перец и специи	по вкусу

## Приготовление

- Лук и морковь нарежьте соломкой, картофель — дольками, а мясо — кубиками со стороной 4 см.
- Налейте масло в чашу мультиварки.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 50 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Крышку не закрывайте.
- Подождите 3 минуты, пока масло нагреется, затем положите в чашу мясо и обжаривайте 10 минут, периодически помешивая.
- Добавьте лук и морковь, обжаривайте еще 5 минут, периодически помешивая.
- Добавьте картофель и продолжайте готовить, периодически помешивая.
- За 10 минут до окончания программы добавьте соль, перец, мелко рубленный чеснок и специи.

- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Вместо свинины можно взять куриные бедра или куриное филе.
- Обычный картофель можно заменить на картофель «Беби»: его надо хорошо помыть и не очищать.
- Для подготовки овощей удобен ручной блендер Philips с насадками для нарезки и шинковки.
- Вместе с картофелем можно добавить в блюдо шампиньоны, вешенки, белые или другие грибы.
- Блюдо можно украсить мелко нарубленной свежей зеленью.

A close-up photograph of a plate of spaghetti bolognese. The spaghetti is light-colored and twirled together. A generous portion of rich, red meat sauce is spooned over the pasta. A sprig of fresh green parsley is placed in the center of the dish, adding a pop of color. The background is blurred, showing some greenery, which makes the food stand out.

# Основные блюда мясные

# Макароны с соусом болоньезе



\* Отсчет времени приготовления на программе «ВАРИТЬ» начинается после закипания жидкости.

## Ингредиенты

Фарш (свиной или говяжий)	250 г
Макароны из твердых сортов пшеницы	250 г
Вода	2 л + 50 мл
Томаты в собственном соку	400 г
Красное вино	100 мл
Масло растительное	1 ст. л. (20 г)
Томатная паста	2 ст. л. (60 г)
Чеснок	1 зубчик (5 г)
Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Морковь среднего размера	1/2 часть (60 г)
Сельдерей среднего размера	1 стебель
Сыр пармезан (тертый)	50 г
Соль, перец и специи	по вкусу

## Приготовление

- Налейте воду в чашу мультиварки, закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 10 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.

- Как только вода закипит и начнется обратный отсчет времени, откройте крышку и положите макароны. Варите их с открытой крышкой, периодически помешивая.
- По окончании программы достаньте чашу, слейте воду и промойте макароны холодной водой, чтобы они не переварились.
- Вытрите чашу снаружи и верните в мультиварку.
- Мелко нарежьте лук, чеснок и сельдерей. Натрите морковь на мелкой терке.
- Налейте масло в чашу, добавьте лук, морковь и сельдерей.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 25 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Не закрывайте крышку.
- Обжаривайте овощи 5 минут, затем добавьте фарш и готовьте еще 10 минут, периодически помешивая.
- Добавьте томатную пасту, 50 мл воды, нарезанные помидоры и сок, мелко нарезанный чеснок, специи и вино. Перемешайте и продолжайте жарить, периодически помешивая.
- За 3 минуты до окончания программы положите в чашу отваренные макароны, чтобы они впитали соус и прогрелись.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам, посыпьте тертым сыром и подавайте.

## Советы

- Вы можете менять количество воды и время варки макарон в зависимости от их сорта и своих вкусовых предпочтений. Ориентируйтесь на значения, указанные производителем на упаковке выбранного сорта. Следите, чтобы общий объем продуктов не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши мультиварки.

Больше советов в рецептах на [multivarim.lady.mail.ru](http://multivarim.lady.mail.ru)

# Основные блюда **мясные**



# Кальцоне с цыпленком и брокколи



\* Для двух порций.

## Ингредиенты

Мука	300 г
Дрожжи сухие	1 ч. л. (10 г)
Соль	0,5 ч. л. (5 г)
Сахар	0,5 ч. л. (4 г)
Вода минеральная без газа	200 мл
Масло оливковое	2 ст. л. (40 г)
Отварное куриное филе	300 г
Брокколи среднего размера	1/5 часть (160 г)
Творог (5% или 9%)	100 г
Сыр пармезан (тертый)	50 г
Сыр российский (тертый)	50 г
Белок яичный	2 шт.
Чеснок	1 зубчик (5 г)
Петрушка	4 веточки
Соль и перец	по вкусу

## Приготовление

- Просейте муку горкой на стол, в центре сделайте углубление в виде широкой воронки. Всыпьте дрожжи, соль и сахар, добавьте оливковое масло.
- Круговыми движениями, подгребая муку с краев, замесите тесто, постепенно вливая воду.
- Очень хорошо отбейте тесто об стол, накройте полотенцем и оставьте подходить при комнатной температуре на 1 час.

- Разделите тесто на 4 части, скатайте каждую в виде шара.
- Раскатайте один шар в тонкий круг диаметром 16 см.
- Брокколи разморозьте при комнатной температуре, затем слейте лишнюю жидкость.
- Очистите и измельчите чеснок. Петрушку помойте, промокните салфетками, чтобы убрать лишнюю жидкость, и мелко нарежьте.
- Куриное филе нарежьте маленькими кусочками (около 0,5 см).
- Сделайте начинку: перемешайте филе, брокколи и творог с яичными белками, чесноком и петрушкой; добавьте тертый пармезан, посолите, поперчите и еще раз перемешайте.
- Равномерно выложите четверть приготовленной начинки на 1/2 круга теста, отступая от краев на 1 см.
- Свободные края круга обмажьте белком. Сложите тесто пополам и плотно прижмите края.
- Приготовьте таким образом две пиццы. Оставьте их на 15 минут, потом уложите на дно чаши мультиварки и посыпьте тертым российским сыром. Закройте крышку.
- Нажатиями на кнопку «МЕНЮ» выберите программу «МУЛЬТИПОВАР».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 20 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 140°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы достаньте пиццы и повторите вышеописанные действия для оставшегося теста и начинки. Выключите мультиварку.

## Советы

- Чтобы тесто не прилипало к рукам, вотрите в кожу немного растительного масла.
- Чтобы легко выложить пиццы из чаши, охладите чашу на полотенце, смоченном холодной водой.

Больше советов в рецептах на [multivarim.lady.mail.ru](http://multivarim.lady.mail.ru)

# Основные блюда рыбные

# Рыбная запеканка по-португальски



## Ингредиенты

Филе трески	500 г
Масло растительное	2 ст. л. (40 г)
Помидор среднего размера	1 шт. (120 г)
Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Масло сливочное	100 г
Мука	130 г
Молоко 3,2% (ультрапастеризованное)	70 мл
Сыр пармезан (тертый)	50 г
Соль, перец и зелень	по вкусу

## Приготовление

- Тщательно помойте рыбу и промокните салфеткой, чтобы убрать лишнюю воду. Нарежьте небольшими кусочками, посолите и поперчите.
- Нарежьте овощи колечками.
- Налейте в чашу мультиварки растительное масло, выложите слоями рыбу, колечки лука и помидоры. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «МУЛЬТИПОВАР».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 10 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 150°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.

- Пока рыба готовится, сделайте соус: растопите в кастрюле сливочное масло, добавьте муку. Активно мешайте вилкой, пока смесь не превратится в подобие гладкого теста. Она должна приобрести золотистый цвет.
- Добавьте в соус молоко, чтобы получилась консистенция нежирной сметаны. Продолжайте активно мешать (вилкой или ручным блендером с насадкой-венчиком). В соусе не должно остаться комочеков.
- Посолите и поперчите, снова перемешайте.
- По окончании программы откройте крышку и аккуратно выложите соус на рыбу. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «МУЛЬТИПОВАР».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 20 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 120°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- За 10 минут до окончания программы откройте крышку и посыпьте блюдо тертым сыром. Снова закройте крышку.
- По окончании программы выключите мультиварку, посыпьте блюдо рубленой зеленью, немного остудите и подавайте.

## Советы

- Если в соусе остались комочки, взбейте его до гладкости погружным блендером.
- Пармезан можно заменить другим тугоплавким сыром, например грюйером.
- Запеканку не обязательно посыпать сыром. Его можно добавить в сливочный соус.
- Треску можно заменить другой рыбой. Но она должна быть не очень жирной, иначе блюдо получится тяжелым. Очень хороши горбуша, кефаль, скумбрия, морской окунь. Для праздничного стола подойдет филе форели или дорады.

Больше советов в рецептах на [multivarim.lady.mail.ru](http://multivarim.lady.mail.ru)



# Основные блюда рыбные

# Форель на пару



\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Ингредиенты

Филе форели	800 г
Вода	150 мл
Лимон среднего размера	1 шт. (120 г)
Соль, перец и зелень	по вкусу

## Приготовление

- Налейте воду в чашу мультиварки и поместите в нее чашу для приготовления на пару.
- Помойте рыбу и просушите бумажным полотенцем. Затем натрите форель солью и перцем и положите в чашу для приготовления на пару. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «НА ПАРУ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 15 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите форель по тарелкам, полейте соком лимона и подавайте.

## Советы

- Вы можете приготовить небольшую форель целиком. Натрите разделанную рыбу изнутри и снаружи солью и перцем, полейте лимонным соком, набейте брюшко укропом (прямо со стеблями) и дольками лимона. Далее готовьте по рецепту.
- Это блюдо можно подать с миксом листьев салата и лимоном.
- Не стоит поливать филе лимонным соком в начале приготовления: оно станет более жестким и не таким нежным.
- В воду можно добавить немного белого вина и семян фенхеля. Тогда вкус станет интереснее.



# Основные блюда **овощные**

# Вегетарианское карри



## Ингредиенты

Лук репчатый среднего размера	1 шт. (80 г)
Репа среднего размера	1 шт. (120 г)
Морковь среднего размера	1 шт. (120 г)
Нут консервированный или вареный	200 г
Кабачок среднего размера	1 шт. (250 г)
Чеснок	2 зубчика (10 г)
Порошок карри	1 ст. л. (20 г)
Томаты в собственном соку	400 г
Масло оливковое	2 ст. л. (40 г)
Вода	около 1 л
Соль, перец и специи	по вкусу

## Приготовление

- Нарежьте лук, чеснок, репу, морковь и кабачок кубиками со стороной 1,5 см.
- Налейте в чашу мультиварки масло. Добавьте все овощи, кроме чеснока.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ЖАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды. Не закрывайте крышку.
- Обжаривайте овощи до конца программы, периодически помешивая.
- Добавьте помидоры и чеснок, налейте воду, чтобы она покрывала овощи на 1 см. Закройте крышку.

- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ТУШИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 55 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- За 30 минут до окончания программы откройте крышку, добавьте нут, соль, перец и карри. Перемешайте, закройте крышку.
- По окончании программы выключите мультиварку, разложите блюдо по тарелкам и подавайте.

## Советы

- Нут можно заменить на чечевицу.
- Быстро нарезать овощи можно ручным блендером Philips с разными насадками.
- Это самостоятельное блюдо, но к нему можно подать рис, арабские лепешки или лаваш.



Основные блюда  
**овощные**

# Картофельный гратен «Дофинуа»



## Ингредиенты

Картофель среднего размера	7 шт. (700 г)
Сливки 33%	200 мл
Сметана 20%	200 г
Чеснок	1 зубчик (5 г)
Мускатный орех	на кончике ножа
Соль	1 ч. л. (10 г)

## Приготовление

- Почистите картошку, нарежьте кружочками 2–5 мм толщиной.
- Разрежьте чеснок пополам и натрите половинками дно и стенки чаши мультиварки. Оставшийся чеснок измельчите и положите на дно.
- Аккуратно смешайте в чаше мультиварки сливки, сметану, соль и мускатный орех. Попробуйте на вкус: соус должен быть слегка пересолен, так как картофель впитает часть соли.
- Выложите в подготовленную смесь нарезанный картофель, аккуратно перемешайте. Картофель должен быть полностью покрыт соусом. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВЫПЕЧКА».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 1 час 20 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 130°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.

- По окончании программы выключите мультиварку, нарежьте гратен на порции, украсьте зеленью и подавайте.

## Советы

- Ломтики картофеля не надо промывать от крахмала. Именно он в сочетании со сметаной придает блюду кремовую консистенцию.
- Быстро нарезать картофель поможет ручной блендер Philips с насадкой-комбайном или мультирезка.
- Вместе с картофелем можно добавить нарезанный соломкой репчатый лук (80 г) или лук шалот (50 г).
- Не рекомендуется использовать сливки меньшей жирности: они свернутся, и блюдо получится не таким красивым.
- Можно добавить в блюдо щепотку белого молотого перца, который хорошо сочетается с картофелем.
- За 10 минут до готовности можно посыпать гратен тертым сыром.

# Десерты и напитки



# Клюквенный морс



\* Отсчет времени приготовления начинается после закипания жидкости.

## Ингредиенты

Клюква	200 г
Сахар	5 ст. л. (100 г)
Вода	1 л

## Приготовление

- Хорошо промойте ягоды. Положите их в чашу мультиварки, добавьте сахар, залейте водой. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВАРИТЬ».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 10 минут.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, процедите морс, остудите, разлейте по бокалам и подавайте.

## Советы

- Чтобы приготовить 8 порций, увеличьте количество ингредиентов вдвое. Следите, чтобы их общий объем не превышал отметку «МАХ» (максимум) на внутренней стороне чаши мультиварки.
- Если в начале приготовления добавить в чашу немного мяты, цедры лимона или корицы, вкус напитка станет ярче.
- Клюкву для морса можно взять свежую, сушеную или замороженную (ее рекомендуется предварительно разморозить).
- Морсы можно варить из других ягод, из апельсинов и яблок. Комбинируйте ягоды и фрукты по вкусу.
- Чтобы получить особенно пикантный вкус, к напитку из апельсинов и яблок добавьте 50 г нарезанного дольками свежего имбиря.
- Вы можете менять количество сахара по вкусу. Если указанного в рецепте количества будет мало, добавьте еще немного по окончании программы.
- Сахар можно заменить медом, тогда напиток будет полезнее. Но мед следует добавлять только после приготовления напитка, когда его температура будет менее 80°C.

# Десерты и напитки



# Манник



## Ингредиенты

Кефир 2,5% (пастеризованный или ультрапастеризованный)	400 мл
Крупа манная	200 г
Мука	160 г
Сахар	200 г
Яйца	3 шт.
Масло растительное	1 ст. л. (20 г)
Масло сливочное	100 г
Разрыхлитель	1 ч. л. (12 г)
Сода	0,3 ч. л. (4 г)

## Приготовление

- Залейте манную крупу кефиром, перемешайте и дайте постоять 20 минут.
- Добавьте яйца, растопленное сливочное масло, сахар, муку, соду и разрыхлитель. Тщательно перемешайте.
- Смажьте чашу мультиварки растительным маслом и выложите в нее получившуюся смесь. Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВЫПЕЧКА».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 55 минут.
- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 160°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте ее 3 секунды.

- По окончании программы выключите мультиварку, дайте маннику остыть 15 минут и подавайте.

## Советы

- Чтобы растопить масло, нагрейте пустую кастрюлю на плите в течение 3 минут, выключите плиту, положите в кастрюлю масло, закройте крышку и оставьте на 1 минуту.
- Готовый манник можно посыпать сахарной пудрой, украсить фруктами, ягодами или полить шоколадной глазурью.



# Десерты и напитки

# Яблочный пирог



## Ингредиенты

Яйца	4 шт.
Сахар	300 г
Масло сливочное	10 г
Мука	300 г
Ванильный сахар	1 ч. л. (12 г)
Яблоки среднего размера	3 шт. (510 г)

## Приготовление

- Смажьте чашу мультиварки сливочным маслом, посыпьте сахаром.
- Очистите яблоки от кожуры и нарежьте тонкими ломтиками. Разложите их на дне чаши так, чтобы между ними оставалось немного свободного места.
- Яйца взбейте ручным блендером с насадкой-миксером на самой высокой скорости до образования очень плотной белой пены.
- Продолжая взбивать, постепенно добавьте сахар и ванильный сахар.
- Уменьшите скорость блендера до минимума и, продолжая взбивать, частями добавьте всю муку.
- Вылейте тесто на яблоки. Обращайтесь с тестом как можно бережнее, чтобы не повредить пузырьки воздуха, которые приадут пирогу пышность и объем.
- Закройте крышку.
- Нажатиями кнопки «МЕНЮ» выберите программу «ВЫПЕЧКА».
- Нажмите кнопку «ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ», затем кнопками «+» и «-» установите время 50 минут.

- Нажмите кнопку «ТЕМП», затем кнопками «+» и «-» установите температуру 150°C.
- Нажмите кнопку «СТАРТ/ВЫКЛ» и удерживайте 3 секунды.
- По окончании программы выключите мультиварку, достаньте чашу и дайте пирогу остить примерно 30 минут.
- Выложите пирог на блюдо, аккуратно перевернув чашу мультиварки, чтобы на блюде низ пирога оказался верхом.
- Посыпьте верх пирога сахарной пудрой. Подавайте с шариком мороженого и ягодным, карамельным или шоколадным соусом.

## Советы

- Чтобы придать пирогу более интересный вкус, попробуйте карамелизовать яблоки. Для этого растопите масло в программе «РАЗОГРЕТЬ», смажьте им чашу и добавьте 2 ст. л. (40 г) сахарного песка (можно с небольшой добавкой молотой корицы). Помешивая 5 минут, дайте сахару частично раствориться, затем равномерно распределите его по дну чаши и начинайте выкладывать яблоки. Далее действуйте по рецепту.
- Лучше использовать твердые зеленые яблоки кисло-сладких сортов. Они хорошо держат форму и придают пирогу приятную кислинку. А мягкие сорта и переспелые яблоки в пироге становятся «ватными», утрачивая вкус и полезные свойства.
- Вы можете по своему вкусу положить в пирог побольше яблок или заменить часть яблок грушами.
- Если тесто почему-то не поднимается, попробуйте взбивать белки отдельно. Взбейте белки и добавьте сахар. Снова взбейте эту смесь до очень плотного состояния, потом добавьте желтки и далее действуйте по рецепту.
- По желанию вы можете использовать меньше муки и сахара. При этом рекомендуется брать одинаковое их количество.

Ниже приведена таблица с описанием параметров программ мультиварки Philips HD4726. Она поможет вам лучше понять возможности данного прибора и позволит экспериментировать — подбирать оптимальные по температуре и времени программы в зависимости от типа блюда.

<b>Программа</b>	<b>Время приготовления по умолчанию</b>	<b>Настраиваемое время приготовления</b>	<b>Температура приготовления</b>
ПЛОВ	35 мин	определяется микропроцессором	130–140°C / не регулируется
ВАРИТЬ	20 мин	5 мин – 2 ч	90–100°C / не регулируется
НА ПАРУ	20 мин	5 мин – 2 ч	100°C / не регулируется
ЗАПЕКАТЬ	1 ч	не регулируется	120–130°C / не регулируется
ЙОГУРТ	8 ч	6 – 12 ч	40°C / не регулируется
РАЗОГРЕТЬ	25 мин	5 – 60 мин	85°C / не регулируется
МУЛЬТИПОВАР	2 ч	5 мин – 10 ч	100°C / 30–160°C
КАША	10 мин	5 мин – 2 ч	90–100°C / не регулируется
РИС	30 – 40 мин	определяется микропроцессором	130–140°C / не регулируется
СУП	1 ч	20 мин – 4 ч	90–100°C / не регулируется
ЖАРИТЬ	15 мин	5 – 60 мин	140–160°C / не регулируется
ВЫПЕЧКА	45 мин	20 мин – 2 ч	130°C / 40–160°C
ТУШИТЬ	1 ч	20 мин – 10 ч	90°C / не регулируется

## ПРИМЕЧАНИЯ

1. Время приготовления на программах «РИС» и «ПЛОВ» определяется микропроцессором автоматически.
2. В программе «ЗАПЕКАТЬ» в первые 35 минут приготовления температура составляет 130°C, в оставшиеся 25 минут — 120°C.
3. После запуска процесса приготовления для отключения программы нажмите на кнопку отмены («СТАРТ/ВЫКЛ») — мультиварка перейдет в режим ожидания.
4. Возможны незначительные отклонения температуры внутри чаши по отношению к установленному на дисплее значению в зависимости от объема заложенных продуктов и температуры окружающей среды.

# Простое приготовление любимых блюд



## Ручной блендер Philips HR2632

Для приготовления соуса, крема или нежного фарша, для измельчения и нарезки ингредиентов, для взбивания яиц, замешивания теста и т. п. используйте ручной блендер Philips со специальными насадками.



## Соковыжималка Philips HR1832

Для легкого приготовления свежего сока из фруктов, овощей и ягод используйте соковыжималку Philips с системой очистки за 1 минуту.

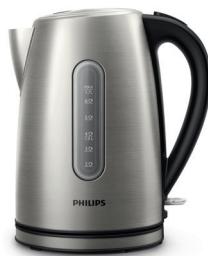


## Мясорубка Philips HR2713

Для приготовления фарша, паштетов, кебаба, домашних колбасок и т. п. используйте мясорубку Philips со специальными аксессуарами.

Новинка: камера подачи мясорубки Philips теперь открывается для удобства очистки!\*

\*У некоторых моделей



## Металлический чайник Philips HD9327

Для приготовления любимых напитков и приятного чаепития с близкими используйте стильный металлический чайник Philips с корпусом из нержавеющей стали.

Подробнее об уникальных характеристиках и ассортименте продукции Philips читайте на <http://cooking.lady.mail.ru>, [www.philips.ru](http://www.philips.ru) и [www.shop.philips.ru](http://www.shop.philips.ru).



© 2015 Koninklijke Philips N.V.

Все права защищены. Воспроизведение в полном объеме или частично запрещено без предварительного письменного согласия правообладателя. Информация, представленная в данном документе, не является частью какого-либо предложения или контракта и может быть изменена без предварительного уведомления. Компания не принимает на себя никакой ответственности за любые последствия ее использования.