

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ  
ПОДХОД

[www.aresa-techno.ru](http://www.aresa-techno.ru)

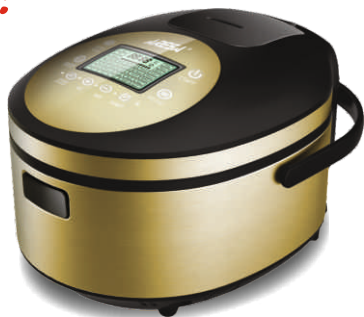
**ARESA**®

**ARESA®**  
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД

# Книга рецептов



*Готовим  
в мультиварке!*



[www.aresa-techno.ru](http://www.aresa-techno.ru)

# ARESA®

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД

[www.aresa-techno.ru](http://www.aresa-techno.ru)

## МУЛЬТИВАРКИ



### MC-931

### MC-930



Дорогие друзья!

Поздравляем Вас с приобретением многофункционального устройства по приготовлению вкусной, изысканной и здоровой пищи - мультиварки ARESA!

В ритме современной жизни ни на что не хватает времени и крайне тяжело уследить за правильным питанием... И тут Вам на помощь придет незаменимый помощник по-простому и быстрому приготовлению здоровой пищи, сделав Вашу жизнь проще и комфортнее.

Данная книга рецептов служит наглядным примером необъятных возможностей по простому приготовлению вкуснейших блюд. Используя наши рецепты, Вы всегда побалуете себя и ваших родных восхитительными супами, вторыми и сладкими блюдами, сохраняя полезные витамины и минеральные вещества продуктов.

Все рецепты, представленные в этой книге, просты и специально подобраны на основе ингредиентов находящихся у Вас «под рукой».

Все значения меры, пропорции и, соответственно, время приготовления, приведенные в данной книге рецептов, являются приблизительными, т.к. время приготовления различных блюд и их консистенция могут значительно варьироваться, в зависимости от объема и качества продуктов, а также от степени нарезки и измельчения.

После завершения программы проверьте готовность блюда. Если оно еще не готово или не совсем «дошло», рекомендуем тщательно перемешать (перевернуть) ингредиенты, затем установить необходимое, на Ваш взгляд, до полной готовности время на нужной программе и снова включить мультиварку. Если пища, наоборот, подгорела или пересохла, на будущее, выбирайте для данного блюда аналогичного объема меньшее время готовки.

Таким образом, Вы сможете определить и скорректировать оптимальное время приготовления для любого блюда, различного объема используемых продуктов и количества порций.

*Приятного аппетита  
и успехов в кулинарном творчестве!*

**ARESA**®  
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД



# Готовим в мультиварке!

## Гречка с шампиньонами

### Ингредиенты

- 2,5 мерных стакана гречки
- 200-300 г свежих шампиньонов
- 4 мерных стакана воды
- 2 луковицы
- 30 г сливочного масла
- перец, соль по вкусу



### Способ приготовления

1. Шампиньоны промыть. Шампиньоны и лук почистить, нарезать.
2. Обжарить лук на сливочном масле на программе «Жарка».
3. Добавить шампиньоны и продолжить обжаривание.
4. Добавить соль, красный и черный молотый перец.
5. Положить в кастрюлю гречку. Все перемешать, залить водой.
6. Готовить на программе «Гречка».

# Готовим в мультиварке!

## Плов

### Ингредиенты

- 500 г мяса (баранина или телятина)
- 4-5 мерных стаканов пропаренного риса
- 2-3 шт. моркови
- 5-7 луковиц
- 1 головка чеснока
- 3/4 ст. нута (турецкого гороха)
- специи, соль по вкусу
- растительное масло



### Способ приготовления

1. Нут замочить в холодной воде на 10-12 часов.
2. Промыть и замочить рис на 1 час.
3. Нарезать лук, морковь, чеснок, мясо.
4. Налить в кастрюлю масло и положить в нее нарезанные овощи, нут и мясо.
5. Помешивая, готовить на программе «Тушение» 45 минут.
6. После окончания программы добавить рис, специи и воду (2:1).
7. Не открывая крышку, готовить на программе «Плов».

# Готовим в мультиварке!

## Плов овощной

### Ингредиенты

- 2,5 мерных стакана риса
- 700-800 г свежих грибов (шампиньонов)
- 1 кабачок
- 2 красных перца
- 1/2 головки чеснока
- 2-3 ст.л. оливкового масла (подсолнечного)
- 5 мерных стаканов бульона
- специи, соль по вкусу



### Способ приготовления

- ❏ Порезать грибы, кабачок, перец, чеснок.
- ❏ Сложить в мультиварку, засыпать сверху рисом, перемешать.
- ❏ Добавить масло и бульон, специи.
- ❏ Готовить в режиме «Плов».

# Готовим в мультиварке!

## Плов с морепродуктами

### Ингредиенты

- 2 мерных стакана риса
- 500 г морепродуктов
- 2 луковицы
- 1 сладкий перец (зеленый или желтый)
- 5 мерных стаканов воды (бульона)
- 4 ст.л. томатного соуса
- 1/2 ч.л. молотого черного перца
- 1/2 лимона
- 3 ст.л. сливочного масла
- специи, соль, зелень по вкусу



### Способ приготовления

1. В кастрюлю положить сливочное масло.
2. Нарезать средними кубиками морепродукты, добавить также порезанные овощи.
3. Положить тщательно промытый рис. Залить водой или бульоном.
4. Добавить специи, соль по вкусу.
5. Готовить в режиме «Плов».
6. По окончании приготовления выложить плов на блюдо нижним слоем вверх. Полить соком лимона, украсить зеленью.

# Готовим в мультиварке!

## Рис по-провансальски с шампиньонами

### Ингредиенты

- 2 мерных стакана пропаренного риса
- 200-300 г свежих шампиньонов
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- сок одного лимона
- петрушка
- растительное масло
- соль, перец
- 5 мерных стаканов воды



### Способ приготовления

- 1 Шампиньоны вымыть, почистить, нарезать и замочить в воде с добавленным лимонным соком на 30 минут. Затем откинуть грибы на дуршлаг и дать воде стечь.
- 2 Мелко нарезать чеснок, лук и петрушку. Рис хорошо промыть.
- 3 Все положить в кастрюлю, добавить воду, посолить, поперчить.
- 4 Готовить на программе «Рис».

# Готовим в мультиварке!

## Рис с кальмарами

### Ингредиенты

- 150 г колец кальмара
- 40 г сладкого красного перца
- 1 помидор
- 2 зубчика чеснока
- 150 г пропаренного риса
- 300 мл рыбного бульона (или воды)
- растительное масло



### Способ приготовления

- 1 Рис, овощи промыть.
- 2 Нарезать помидор, перец - кубиками.
- 3 Приготовить соус: в кастрюлю положить кольца кальмара, помидор, перец, чеснок, растительное масло. Обжарить 15 минут на программе «Жарка».
- 4 Когда соус будет готов, добавить рис и бульон (или воду), закрыть кастрюлю крышкой и продолжить приготовление на программе «Рис».

# Готовим в мультиварке!

## Рис с зеленью

### Ингредиенты

- 200 г пропаренного риса
- 2 пучка свежего шпината
- 2 луковицы
- 1 средний лук-порей
- 1 зубчик чеснока
- петрушка, кинза
- 150 г сыра Моцарелла
- 25 г сливочного масла
- 500 мл куриного бульона (или воды)
- соль, перец



### Способ приготовления

- ❏ Рис предварительно хорошо промыть. Овощи, зелень помыть и мелко нарезать.
- ❏ Положить все ингредиенты в кастрюлю, хорошо перемешать.
- ❏ Готовить на программе «Рис».

# Готовим в мультиварке!

## Рис с карри и овощами

### Ингредиенты

- 200 г коричневого риса
- 200 г зеленой фасоли
- 2 моркови
- 1 сладкий зеленый перец
- 1/2 цукини (или кабачка)
- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 1 ч.л. карри
- соль
- оливковое масло



### Способ приготовления

- ☑ Рис замочить в холодной воде на 1 час.
- ☑ Мелко нарезать лук, кабачок (или кабачок), морковь, перец, чеснок, фасоль.
- ☑ Положить все в кастрюлю, добавить рис, карри, воду (3:1) и посолить по вкусу.
- ☑ Готовить на программе «Рис».
- ☑ При подаче на стол сбрызнуть оливковым маслом.



# Готовим в мультиварке!

## Пшенная каша с тыквой

### Ингредиенты

- 1 мерный стакан пшенной крупы
- 3 мерных стакана молока
- 200-300 г тыквы
- 30 г сливочного масла
- соль, сахар по вкусу



### Способ приготовления

- 1 Тыкву порезать.
- 2 Крупу хорошо промыть.
- 3 В кастрюлю положить крупу, тыкву, налить молоко. Посолить и добавить сахар.
- 4 Затем все перемешать и закрыть крышку.
- 5 Готовить на программе «Каша».

# Готовим в мультиварке!

## Луковый суп

### Ингредиенты

- 1 кг репчатого лука
- 1,5 л говяжьего бульона
- 150 г сыра Эмменталь
- 80 г сливочного масла
- 4 ст.л. оливкового масла
- 15 г молотого черного перца
- 1 ст.л. муки
- 1 ст.л. соли
- хлеб, тосты (для сервировки)



### Способ приготовления

- ☞ Лук, нарезанный тонкими кольцами, положить в кастрюлю.
- ☞ Добавить бульон, сыр и все остальные ингредиенты. Хорошо перемешать.
- ☞ Готовить на программе «Суп».
- ☞ По окончании посолить, поперчить по вкусу.
- ☞ Подавать горячим с ломтиками хлеба или тостами.

# Готовим в мультиварке!

## Рассольник

### Ингредиенты

- 1 куриная грудка
- 3-4 картофелины
- 4-5 соленых огурца
- 1 морковь
- 1 луковица
- 1/2 мерных стакана риса
- растительное масло
- соль, перец, приправы по вкусу



### Способ приготовления

- ❏ Хорошо вымыть и очистить все овощи.
- ❏ Картофель, морковь, лук, огурцы нарезать кубиками.
- ❏ На дно кастрюли налить растительное масло, обжарить лук и морковь на программе «Жарка» в течение 5 минут.
- ❏ Затем добавить огурцы, курицу, рис и в конце - картофель.
- ❏ Обжаривать еще 15-20 минут.
- ❏ После завершения программы «Жарка» долить воду до верхней отметки и включить программу «Суп».
- ❏ Готовить на программе «Суп».

# Готовим в мультиварке!

## Гороховый суп

### Ингредиенты

- 2 мерных стакана гороха
- копченые ребра
- 3 картофелины
- 1 морковь
- 1 луковица
- соль, перец
- зелень для сервировки



### Способ приготовления

- ☞ Хорошо вымыть и очистить все овощи.
- ☞ Картофель, морковь, лук нарезать кубиками.
- ☞ Лук и морковь обжарить на программе «Жарка» в течение 5-10 минут.
- ☞ Добавить в кастрюлю картофель, горох, ребра, залить водой.
- ☞ Посолить, поперчить по вкусу.
- ☞ Готовить на программе «Суп».
- ☞ Подавать с зеленью.

# Готовим в мультиварке!

## Сырный суп

### Ингредиенты

- 400 г плавленого сыра
- 1 маленький вилок цветной капусты
- 1 маленький молодой кабачок (пожеланию)
- 2 картофелины
- 1 морковь
- 1 луковица
- 100 г риса



### Способ приготовления

- ☑ Хорошо вымыть и очистить все овощи.
- ☑ Картофель, кабачок, морковь, лук нарезать кубиками. Цветную капусту разделить на соцветия.
- ☑ Тщательно перемешать с рисом.
- ☑ Обжарить в кастрюле овощи вместе с рисом на программе «Жарка» 15-20 минут.
- ☑ Затем залить холодной водой и далее готовить на программе «Овощи» или «Суп».
- ☑ После окончания программы добавить в суп плавленый сыр и оставить его в режиме «Поддержание температуры» на 30 минут.

# Готовим в мультиварке!

## Крем-пюре из шпината

### Ингредиенты

- 500 г шпината
- 4 мерных стакана молока
- 50 г сливочного масла
- 1/2 мерного стакана муки
- молотый белый перец
- тертый мускатный орех
- соль



### Способ приготовления

- 1 Шпинат хорошо промыть, отделить от стебельков, откинуть на сито.
- 2 Положить в кастрюлю все ингредиенты, хорошо перемешать, чтобы не было комков, затем добавить шпинат.
- 3 Готовить на программе «Овощи».

# Готовим в мультиварке!

## Суп-пюре из шампиньонов

### Ингредиенты

- 500 г свежих шампиньонов
- 1 морковь
- 1 луковица
- 2 ст.л. муки
- 4 ст.л. масла
- 4 мерных стакана молока
- 1 мерный стакан бульона или воды лезон: 2 яичных желтка, 200 мл сливок (молока)



### Способ приготовления

- 1 Свежие шампиньоны промыть, очистить, мелко нарезать или пропустить через мясорубку.
- 2 Морковь, лук очистить и нарезать.
- 3 Все положить в кастрюлю, добавить столовую ложку масла.
- 4 Потушить на программе «Тушение». Добавить стакан воды или бульона и прокипятить. Готовые шампиньоны переложить в другую посуду.
- 5 Затем в кастрюле слегка поджарить две столовые ложки муки с двумя столовыми ложками масла, развести четырьмя стаканами горячего молока и стаканом овощного отвара (или воды), вскипятить, смешать с тушеными шампиньонами и варить еще 15-20 минут на программе «Суп».
- 6 Готовый суп протереть через сито или в блендере и посолить по вкусу.
- 7 Перед подачей заправить суп маслом и лезоном.

# Готовим в мультиварке!

## Кукурузная каша

### Ингредиенты

- 1 мерный стакан кукурузной крупы
- 1 л молока
- 30 г сливочного масла
- соль, сахар по вкусу



### Способ приготовления

- ☞ Положить в кастрюлю промытую крупу.
- ☞ Налить молоко.
- ☞ Добавить соль, сахар, перемешать.
- ☞ Положить сливочное масло и закрыть крышку.
- ☞ Готовить на программе «Молочная каша».
- ☞ После завершения программы открыть крышку, помешать кашу.
- ☞ Если каша еще жидкая, оставить ее на 40-50 минут в режиме «Поддержание температуры», чтобы она загустела.



# Готовим в мультиварке!

## Кукурузная каша с тыквой

### Ингредиенты

- 1 мерный стакан кукурузной крупы
- 300 г тыквы
- 1 л молока
- соль, сахар по вкусу



### Способ приготовления

- 1. Положить в кастрюлю промытую крупу и порезанную кусочками тыкву, влить молоко, посолить.
- 2. По желанию добавить сахар или мед.
- 3. Готовить на программе «Молочная каша».
- 4. После завершения программы оставить готовую кашу потомиться на 40-50 минут в режиме «Поддержание температуры».

# Готовим в мультиварке!

## Молочная рисовая каша с изюмом

### Ингредиенты

- 1 мерный стакан круглого риса
- 4 мерных стакана молока
- 1 яблоко
- 3 ст.л. изюма
- корица



### Способ приготовления

- ❶ Положить в кастрюлю промытую крупу, влить молоко. Добавить изюм и натертое на крупной терке яблоко.
- ❷ Готовить на программе «Молочная каша».
- ❸ Перед подачей на стол добавить корицу.

# Готовим в мультиварке!

## Рисовый пудинг

### Ингредиенты

- 50 г круглого риса
- 500 мл молока
- 4 ст.л. сахара
- 50 г апельсиновых корок или цукатов (по желанию)
- 50 г бренди (по желанию)
- 2 ч.л. какао-порошка
- корица



### Способ приготовления

- ❏ Положить все ингредиенты в кастрюлю.
- ❏ Готовить на программе «Молочная каша».
- ❏ Готовый пудинг выложить в креманку, посыпать какао-порошком и (или) молотой корицей.

# Готовим в мультиварке!

## Телятина с изысканными травами

### Ингредиенты

- 500 г телятины (мякоть)
- 2 луковицы
- 2 зубчика чеснока
- тимьян, эстрагон, розмарин, лавровый лист
- оливковое масла
- 2 ст.л. муки
- 100 мл белого вина (по желанию)
- соль, перец



### Способ приготовления

1. Телятину нарезать тонкими ломтиками, слегка отбить, положить в кастрюлю.
2. Добавить все остальные ингредиенты, специи, влить вино, посолить, поперчить по вкусу, хорошо перемешать.
3. Готовить на программе «Жарка» 15 минут. После чего перевернуть кусочки мяса на другую сторону и еще раз обжарить на программе «Жарка» или «Мясо» 10-15 минут.

# Готовим в мультиварке!

## Курица в лимонном маринаде

### Ингредиенты

- 500 г куриного филе
- сок двух лимонов
- 1-2 зубчика чеснока
- 10 горошин черного перца
- соль



### Способ приготовления

1. Куриное филе нарезать кубиками.
2. Приготовить маринад: выдавить сок из двух лимонов, добавить горошины черного перца, чеснок, соль.
3. Залить филе маринадом и поставить в холодильник на 1-2 дня.
4. Замаринованные кусочки обвалять в муке и обжарить в горячем масле на программе «Жарка».

# Готовим в мультиварке!

## Жареные куриные крылья под соусом

### Ингредиенты

- 500 г куриных крыльев
- 2 луковицы
- 3-4 зубчика чеснока
- 1-2 помидора
- 100 мл бульона (или воды)
- 1 ст.л. муки
- соль
- растительное масло



### Способ приготовления

- 1 Крылья пожарить с небольшим количеством растительного масла в кастрюле на программе «Жарка» 15 минут. После чего перевернуть их на другую сторону и еще раз обжарить на программе «Жарка» 15 минут.
- 2 Готовые крылья достать из кастрюли, отложить.
- 3 Далее приготовить соус. В кастрюле на том же масле спассеровать нарезанные лук, чеснок, помидоры, муку.
- 4 Добавить бульон или воду, довести до кипения.
- 5 Полученным соусом полить крылья при подаче на стол.

# Готовим в мультиварке!

## Жареные креветки

### Ингредиенты

- 200-300 г креветок
- 2 зубчика чеснока
- 1 ч.л. молотой паприки
- 1/2 ч.л. базилика
- 1 ст.л. растительного масла



### Способ приготовления

- 1 На дно кастрюли налить масло и обжарить на программе «Жарка» нарезанный чеснок.
- 2 После обжаривания чеснок достать из кастрюли. Положить в нее креветки и обжарить их на программе «Жарка» 15-20 минут. Затем перемешать и еще раз обжарить на этой же программе до полной готовности (пока все креветки не станут розового цвета).
- 3 Посыпать паприкой, базиликом.
- 4 Подавать горячими.

# Готовим в мультиварке!

## Перец фаршированный

### Ингредиенты

- 4-5 средних сладких перца (красный или зеленый)
- 400-500 г домашнего фарша
- 100 г ветчины или бекона
- 50-100 г риса
- 2 луковицы (1 - для подливы)
- 2 зубчика чеснока (1 - для подливы)
- 2-3 помидора
- растительное масло
- белый или черный молотый перец, соль
- 1/2 мерного стакана белого вина (по желанию) растительное масла
- петрушка, кинза, укроп, сметана для сервировки



### Способ приготовления

1. Рис отварить до полуготовности. Перец вымыть, срезать плодоножку, аккуратно удалить внутренности - семена и перегородки. Лук мелко порубить, ветчину нарезать маленькими кубиками, чеснок пропустить через пресс.
2. Фарш посолить, поперчить, соединить со всеми ингредиентами, хорошо перемешать. Начинить перцы подготовленным фаршем.
3. Приготовить подливу: обжарить мелконарезанные лук и помидоры в мультиварке на программе «Жарка», затем добавить немного воды, вино и растительное масло, перемешать.
4. Положить фаршированный перец в кастрюлю, залить получившейся подливой. Обжарить на программе «Жарка» 10-15 минут. После чего перевернуть их на другую сторону и еще раз обжарить на программе «Жарка» 10-15 минут.
5. Затем добавить немного воды и продолжить приготовление, включив программу «Тушение».
6. Подавать на стол со сметаной и рубленой зеленью.



# Готовим в мультиварке!

## Жареный картофель со сладким перцем

### Ингредиенты

- 500 г картофеля
- 1 сладкий красный перец
- 1 зубчик чеснока
- растительное масло
- соль



### Способ приготовления

- 📺 Овощи помыть и очистить.
- 📺 Нарезать картофель круглыми ломтиками.
- 📺 Нарезать перец соломкой, чеснок измельчить.
- 📺 На дно кастрюли налить растительное масло.
- 📺 Положить все ингредиенты, посолить по вкусу, перемешать.
- 📺 Готовить на программе «Жарка».

# Готовим в мультиварке!

## Жареные баклажаны с чесноком

### Ингредиенты

- 1 баклажан
- 1 головка чеснока
- соль
- оливковое масло



### Способ приготовления

- 1 Нарезать баклажаны круглыми ломтиками, посыпать солью и дать постоять 30 минут, чтобы ушла горечь.
- 2 Затем промокнуть их полотенцем и слегка обвалять в муке. Чеснок очистить и нарезать тонкими пластинами.
- 3 В кастрюле с небольшим количеством масла на программе «Жарка» обжарить чеснок.
- 4 Когда он слегка подрумянится, вынуть его из кастрюли, а в том же масле обжарить баклажаны.
- 5 После готовности баклажаны соединить с чесноком.

# Готовим в мультиварке!

## Жареные бананы с медом

### Ингредиенты

- 2 зеленых (неспелых) банана
- 3 ст.л. сахара
- мед
- коричневый сахар (для посыпки)
- растительное масло



### Способ приготовления

1. Бананы очистить и нарезать кружочками.
2. В холодной воде растворить сахар, замочить бананы на 30 минут, после чего достать их из воды, обсушить.
3. В кастрюле на программе «Жарка» сильно разогреть растительное масло и обжарить в нем бананы до образования румяной корочки.
4. Готовые бананы выложить на бумажное полотенце или абсорбирующую бумагу, чтобы впитались излишки масла.
5. Перед подачей на стол сервировать на блюде. Сверху посыпать коричневым сахаром, полить медом.

# Готовим в мультиварке!

## Лечо

### Ингредиенты

- 700 мл томатного сока
- 800 г сладкого перца
- 1 крупная луковица
- 2 дольки чеснока
- 20 горошин черного перца
- щепотка красного перца
- 2 лавровых листа
- 1 столовая ложка (без верха) соли
- 1 столовая ложка уксуса (9%)
- 3 столовые ложки растительного масла



### Способ приготовления

1. Залить в чашу мультиварки томатный сок. Включить режим «Тушение» на 40 минут.
2. Сладкий перец очистить от семян и плодоножек. Нарезать перец полосками.
3. Луковицу нарезать полукольцами. Чеснок мелко нарезать.
4. После закипания томатного сока в мультиварке (примерно через 15-20 минут) добавить в чашу сладкий перец, лук, чеснок, лавровый лист, перец горошком и красный перец.
5. Добавить соль, уксус и растительное масло. Перемешать содержимое чаши.
6. После окончания режима «Тушение» включить режим «Варенье» на 1,5 часа.

# Готовим в мультиварке!

## Аджика

### Ингредиенты

- 3-4 кг сладкого перца
- 2-3 кг помидор
- 3-4 шт. жгучего перца
- 1,5 головки чеснока
- 4 ст.л. соли
- 5 ст.л. сахара
- 100 гр уксуса (10%)
- 100 мл подсолнечного масла



### Способ приготовления

- ❏ Овощи помыть и очистить. Со сладкого перца удалить семена, помидоры порезать. Сладкий перец и помидоры пропустить через мясорубку.
- ❏ Перелить в чашу и поставить варить на программе «Варенье» 2 часа.
- ❏ В отдельную посуду пропустить через мясорубку жгучий перец и чеснок. Для придания блюду большей жгучести можно не удалять с перцев семена.
- ❏ Примерно за 20 минут до готовности, добавить жгучий перец, чеснок, соль, сахар и уксус, подсолнечное масло, перемешать и закрыть крышку.
- ❏ По готовности разлить аджику по банкам и закрыть.

# Готовим в мультиварке!

## Свиная рулька

### Ингредиенты

- 1 свиная рулька
- 300 г свинины
- 3-4 моркови
- 1 головка чеснока
- специи для мяса
- перец
- соль



### Способ приготовления

1. Свиную рульку и перед готовкой хорошо почистить ножом. Затем разрезать поперек и вытащить трубчатую кость.
2. Разрез рульки натереть смесью из перца и чеснока с солью.
3. Нашпиговать кусочек свинины чесноком, кружочками морковки и также натереть смесью из соли и чеснока с перцем. Положить мясной кусок на рульку и завернуть рулетиком в нее.
4. Обвязать рулет шпагатом и также натереть вышеуказанной смесью (в смесь для натирки можно положить горчицу).
5. Низ кастрюли мультиварки выложить капустными листьями (несколько штук). Налить на листья 1/2 стакана воды и поместить нашпигованную рульку в мультиварку.
6. Выставить программу «Жареный рис» и готовить, пока на свинине не появится румяная корочка. Затем перевести на программу «Тушение» и готовить около 3 часов.

# Готовим в мультиварке!

## Насыпной яблочный пирог

### Ингредиенты

- 1-1,5 кг яблок
- 120-150 г сливочного масла
- 1 стакан муки
- 1 стакан манной крупы
- 1 стакан сахара
- 1,5-2 ч.л. разрыхлителя муки
- корица
- ванилин



### Способ приготовления

- 1 Приготовить сухую смесь: смешать муку с разрыхлителем, сахар, манную крупу и ванилин (можно корицу).
- 2 Яблоки вымыть, очистить, натереть на крупной терке.
- 3 В смазанную маслом чашу выкладывать слоями: слой сухой смеси, слой тертых яблок. Таким образом чередовать слои до заполнения формы, последним слоем должна быть сухая смесь.
- 4 Сверху натереть на крупной терке хорошо охлажденное сливочное масло (можно просто порезать кусочками).
- 5 Выпекать сухой яблочный пирог на программе «Выпечка» 65 минут, затем на программе «Пирог» 40 минут. Пирог не переворачивать!
- 6 Готовый пирог полностью остудить в чаше. Затем при помощи контейнера-пароварки извлечь пирог из чаши.

# Готовим в мультиварке!

## Морской окунь с грибами

### Ингредиенты

- 500-700 гр филе морского окуня
- 100 гр шампиньонов
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 1-2 лимона
- соль, перец



### Способ приготовления

- ❏ Шампиньоны помыть, почистить, нарезать пластинами. Лук, чеснок измельчить.
- ❏ Положить на дно кастрюли грибы, лук, чеснок, сверху - филе окуня.
- ❏ Готовить на программе «Запекание».
- ❏ При подаче на стол сбрызнуть лимонным соком.



# Готовим в мультиварке!

## Лосось запеченный с сыром

### Ингредиенты

- 1-2 тушки лосося
- 2 помидора
- 5-10 пластин плавленого сыра
- орегано
- соль, перец
- растительное масло



### Способ приготовления

- 1 Лосось промыть, убрать кости, разрезать на порционные куски. Помидоры нарезать кружочками.
- 2 На дно кастрюли выложить помидоры, посолить, поперчить, добавить немного масла.
- 3 Затем положить куски лосося, сверху сыр и орегано.
- 4 Готовить на программе «Запекание».

# Готовим в мультиварке!

## Форель запеченная с лимоном

### Ингредиенты

- 2 небольших форели
- 2 лимона
- 1 головка чеснока
- гвоздика
- соль, белый перец
- растительное масло



### Способ приготовления

- 1. Тушку очистить, выпотрошить, промыть.
- 2. Один лимон нарезать тонкими кружочками. Чеснок очистить.
- 3. Тушку внутри посолить, поперчить и начинить порезанным лимоном.
- 4. На дно кастрюли налить немного растительного масла, выложить форель, зубчики чеснока, специи, полить выжатым соком второго лимона.
- 5. Готовить на программе «Запекание».

# Готовим в мультиварке!

## Шампиньоны, фаршированные овощами и ветчиной

### Ингредиенты

- 10 крупных шампиньонов
- 150 г ветчины
- 1-2 луковицы
- 2 зубчика чеснока
- перец красный сладкий молотый
- перец красный острый молотый
- 1 мерный стакан красного вина (по желанию)
- масло растительное
- соль



### Способ приготовления

- 1 Шампиньоны помыть, почистить, удалить ножки и аккуратно выскоблить из шляпок мякоть.
- 2 Ножки, мякоть грибов, ветчину, лук, чеснок очень мелко нарезать, посолить, поперчить, все перемешать.
- 3 Заполнить грибные шапочки подготовленным фаршем. Положить их в кастрюлю, добавить все остальные ингредиенты.
- 4 Готовить на программе «Запекание».

# Готовим в мультиварке!

## Творожная запеканка

### Ингредиенты

- 200-300 г творога
- 1-2 яйца
- 35 г муки (или манной крупы)
- 2-3 ст.л. сахара
- 1/2 ч.л. соли
- 35 г сливочного масла
- ванилин
- корица
- сахарная пудра (для сервировки)



### Способ приготовления

- 1 В творог добавить все ингредиенты.
- 2 Хорошо перемешать до получения однородной массы.
- 3 Дно кастрюли смазать маслом, выложить массу, сверху посыпать корицей.
- 4 Готовить на программе «Пицца» или «Пирог».
- 5 При подаче на стол посыпать сахарной пудрой.

# Готовим в мультиварке!

## Яблоки запеченные с медом

### Ингредиенты

- яблоки
- мед
- сок лимона
- корица
- грецкие орехи, изюм или курага
- сливочное масло



### Способ приготовления

- ❏ Из яблок вынуть сердцевину.
- ❏ Сбрызнуть соком лимона.
- ❏ Внутри каждого добавить 1 ст.л. меда, по желанию - грецкие орехи, изюм или курагу, посыпать корицей.
- ❏ Дно кастрюли смазать маслом, выложить яблоки.
- ❏ Готовить на программе «Запекание».

# Готовим в мультиварке!

## Хлеб без замеса

### Ингредиенты

- мука 400 г (250 пшеничной муки первого сорта + 150 ржаной)
- 8 г соли
- 300 мл холодной воды
- 8 г дрожжей
- 1 ст.л. сахара



### Способ приготовления

1. Муку просеять, смешать в миске с солью. Дрожжи распустить в воде, с сахаром.
2. Влить воду в муку, перемешать. Не месить.
3. Смазать руки растительным маслом, скатать колобок и положить в нагретую (на программе «Йогурт») мультиварку. Чтобы не отмывать ее потом, можно заслат пленкой или большим пакетом. Оставить на ночь (на 10-12 часов).
4. Выбродившее тесто аккуратно вывалить на хорошо подпыленный мукой стол (тесто довольно жидкое). Намасленными (1 ст.л. растительного масла) руками растянуть его в лепешку и завернуть начетверо (конвертом).
5. Положить на расстойку в смазанную растительным маслом подогретую мультиварку на 1-1,5 часа. Можно аккуратно заглядывать под крышку - контролировать процесс.
6. Выпекать 40-60 минут на программе «Выпечка». Можно не переворачивать.

# Готовим в мультиварке!

## Лимонная шарлотка

### Ингредиенты

- 5 яиц
- 2 мерных стакана сахарного песка
- 2 мерных стакана муки
- 3 лимона (или апельсина)
- 2 ч.л. цедры лимона
- маргарин или сливочное масло (для смазки формы)
- сахарная пудра (для посыпки)



### Способ приготовления

1. Яйца слегка взбить венчиком, продолжая взбивать, добавить сахар и медленно ввести муку.
2. Лимоны вымыть, с двух лимонов мелкой теркой натереть цедру (не задевая белый слой). Лимоны очистить, разделить на дольки, удалить косточки. Добавить лимоны и цедру в тесто. Перемешать аккуратно.
3. Смазать форму маргарином (до середины формы). Вылить в нее тесто.
4. Готовить в режиме «Жареный рис» 65 минут. По окончании приготовления, выключить прибор, открыть крышку.
5. Готовую шарлотку оставить остывать 2-3 минуты.
6. Затем перевернуть кастрюлю и вытряхнуть шарлотку на блюдо. Сверху шарлотку посыпать сахарной пудрой.

# Готовим в мультиварке!

## Манник

### Ингредиенты

- 3 яйца
- 200 г манки
- 200 г сметаны (15-20%)
- 200 г муки
- 200 г сахара
- 1/2 ч.л. соды



### Способ приготовления

- 1 Соединить манную крупу со сметаной, перемешать и оставить набухать на 40-60 минут.
- 2 Растереть яйца с сахаром.
- 3 Соединить яичную и манную смеси и тщательно их перемешайте.
- 4 Добавить муку, соду и замесите тесто без комочков.
- 5 В смазанную маслом чашу мультиварки влить тесто и включить режим «Выпечка» или «Пирог» на 1 час.



# Готовим в мультиварке!

## Творожно-морковная запеканка

### Ингредиенты

- 0,5 кг творога
- 3 морковки
- 2 яйца
- 2/3 мерного стакана сахара
- 2 ст.л. грецких орехов



### Способ приготовления

- 1 Морковь потереть на мелкой терке и смешать ее со всеми ингредиентами.
- 2 Выложить в смазанную маслом чашу мультиварки и готовить на режиме «Выпечка» или «Пирог» 1 час.

# Готовим в мультиварке!

## Пицца

### Ингредиенты

- 2 яйца
- 4 ст.л. майонеза
- 4 ст.л. сметаны
- 9 ст.л. муки (без горки)
- для начинки сыр, колбаса, грибы и т.д.



### Способ приготовления

- 1 Смешать яйца, майонез, сметану и муку (тесто получается жидким).
- 2 Тесто вылить в смазанную чашу, сверху кладем любую начинку. Колбаса, грибы, помидоры, огурцы маринованные, или фарш обжаренный с луком, помидоры и т.д.
- 3 Сверху по желанию полить майонезом.
- 4 Далее посыпать тертым сыром. Поставить чашу в мультиварку, включить режим «Пицца» на 40 минут.

# Готовим в мультиварке!

## Котлеты на пару

### Ингредиенты

- 500 г мяса
- 1 луковица
- 4 зубчика чеснока
- 2 яйца
- соль, перец по вкусу



### Способ приготовления

- 1 Приготовить фарш. Добавить в него натертый лук и чеснок, яйца, посолить, поперчить по вкусу.
- 2 Тщательно перемешать.
- 3 Сформировать котлеты и выложить их в контейнер-пароварку.
- 4 В кастрюлю налить воду.
- 5 Готовить на программе «На пару». После ее завершения перевернуть котлеты на другую сторону и еще раз включить программу «На пару».

# Готовим в мультиварке!

## Рыба на пару

### Ингредиенты

- 300 г (филе) рыбы
- 1 долька лимона
- 2 моркови
- 1 луковица
- соль, перец по вкусу



### Способ приготовления

- ❏ Очищенную рыбу полить лимонным соком, поперчить по вкусу.
- ❏ Морковь нарезать кружочками, лук - полукольцами.
- ❏ Налить в кастрюлю воду.
- ❏ В контейнер-пароварку выложить рыбу, морковь и лук.
- ❏ Готовить на программе «На пару».

# Готовим в мультиварке!

## Овощи по деревенски на пару

### Ингредиенты

- 2-3 соцветия цветной капусты
- 1 картофелина
- 1 маленький цуккини (или кабачок)
- 150 г зеленой фасоли
- 1-2 стебля зеленой спаржи
- 50-100 г свежего или замороженного зеленого горошка
- 1 морковь
- соль
- оливковое масло
- по желанию можно добавлять (убирать) любые другие овощи



### Способ приготовления

1. Хорошо вымыть и очистить все овощи. Срезать жесткие, волокнистые части спаржи и концы у стручков фасоли. Морковь и картофель нарезать брусочками, цуккини - кубиками, стебли спаржи - наискось кусочками длиной 5 см, фасоль - соломкой.
2. Разложить все овощи в контейнере-пароварке, не смешивая их. Посолить по вкусу. В кастрюлю налить воду. Контейнер-пароварку поместить в кастрюлю. Готовить на программе «На пару».
3. Сервировать на блюде, не смешивая, сбрызнуть оливковым маслом.

# Готовим в мультиварке!

## Паштет из баклажанов

### Ингредиенты

- 2 небольших баклажана
- 2 зубчика чеснока
- сок половины лимона
- соль, перец
- оливковое масла



### Способ приготовления

1. Баклажаны вымыть и положить в контейнер-пароварку. Готовить на программе «Варенье» в течение 1,5-2 часов.
2. По истечении этого времени баклажаны извлечь из кастрюли, охладить, разрезать вдоль на две половины и ложкой удалить из них всю мякоть.
3. Полученную мякоть и чеснок взбить в блендере (чтобы чеснок стал мягче, можно поддержать его несколько минут в кастрюле на парус баклажанами).
4. Затем добавить оливковое масло и лимонный сок, хорошо перемешать да получения однородной массы, посолить, поперчить. Паштет готов.
5. Подается как холодная закуска и как самостоятельное легкое блюдо. Паштет можно также намазывать на хлеб.

# Готовим в мультиварке!

## Брокколи с лимоном и чесноком

### Ингредиенты

- 300 г брокколи
- 3 ст.л. оливкового масла
- 2 зубчика чеснока
- цедра и сок 1 лимона
- щепотка сушеного чили



### Способ приготовления

1. Разобрать брокколи на соцветия.
2. Чеснок мелко нашинковать.
3. Положить брокколи в контейнер-пароварку.
4. В кастрюлю налить 6 мерных стаканов воды.
5. Готовить на программе «На пару».
6. Затем отдельно на программе «На пару» нагреть масло, добавить чеснок, лимонную цедру и прогреть не более 20 секунд.
7. Снять, добавить лимонный сок и чили. Приправить солью и перцем.
8. Перед подачей на стол положить брокколи в блюдо, полить теплой заправкой и перемешать.

# Готовим в мультиварке!

## Тыква на пару

### Ингредиенты

- 500 г тыквы
- 50 г сливочного масла
- укроп
- соль по вкусу



### Способ приготовления

- 1 Тыкву очистить от кожуры, семян.
- 2 Разрезать на кубики.
- 3 В кастрюлю залить 4 мерных стакана воды.
- 4 В контейнер-пароварку выложить тыкву.
- 5 Готовить на программе «На пару».
- 6 После ее завершения перемешать тыкву и, при необходимости, еще на некоторое время включить программу «На пару».
- 7 Перед подачей на стол посолить, добавить сливочное масло и укроп.



# Готовим в мультиварке!

## Варенье из лесных ягод

### Ингредиенты

- 400 г лесной земляники
- 100 г черники
- 0,3-0,5 кг сахара
- 1 ст.л. воды



### Способ приготовления

1. Ягоды почистить и промыть, сложить в мультиварку, засыпать сахаром и слегка сбрызнуть водой.
2. Установить режим «Варенье» на 60 минут.
3. В ходе приготовления следить, чтобы смесь сильно не кипела, пару раз помешать.
4. По завершении цикла разлить варенье по банкам и закатать.

# Готовим в мультиварке!

## Варенье из клубники (смородины)

### Ингредиенты

- 1 литровая банка ягод (клубники или смородины)
- 1 литровая банка сахара



### Способ приготовления

- ❑ Ягоду перебрать от листиков и веточек и промыть.
- ❑ Переложить смородину в чашу мультиварки. Засыпать сахаром.
- ❑ Установить режим «Варенье» на 60 минут.

# Готовим в мультиварке!

## Свинные ребрышки тушеные с фасолью

### Ингредиенты

- 300 г белой фасоли
- 0,5 кг свиных ребер
- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- лавровый лист
- петрушка
- шафран
- соль



### Способ приготовления

1. Предварительно замочить бобы в холодной воде на ночь.
2. Луковицу, чеснок, зелень петрушки измельчить.
3. Ребрышки, бобы, чеснок, лавровый лист, петрушку положить в кастрюлю, посолить, поперчить, залить водой и готовить на программе «Тушение» 2 часа.
4. За 10 минут до готовности добавить шафран.

# Готовим в мультиварке!

## Телятина тушеная с шампиньонами

### Ингредиенты

- 500 г духовой телятины
- 1 сладкий красный перец
- 1 баночка консервированных резаных шампиньонов
- зеленый горошек
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 3-4 ст.л. томатной пасты
- гвоздика
- кориандр
- соль
- перец
- растительное масло



### Способ приготовления

- ❏ Мясо нарезать небольшими кусочками, слегка отбить.
- ❏ Лук, чеснок измельчить, перец нарезать кубиками.
- ❏ Положить в кастрюлю все ингредиенты, посолить, поперчить, хорошо перемешать.
- ❏ Готовить на программе «Тушение» 1,5-2 часа.

# Готовим в мультиварке!

## Курица тушеная с беконом и сладким перцем

### Ингредиенты

- 1/2 курицы
- 100 г бекона
- 2 сладких красных перца
- 250 г помидоров
- 3 зубчика чеснока
- соль, перец
- растительное масла



### Способ приготовления

- ❏ Курицу разрезать на порционные куски.
- ❏ Перцы очистить, нарезать соломкой.
- ❏ Помидоры нарезать дольками.
- ❏ Чеснок нарезать пластинами.
- ❏ Положить все ингредиенты в кастрюлю.
- ❏ Готовить на программе «Тушение» 2 часа, периодически помешивая.

# Готовим в мультиварке!

## Жаркое из печени

### Ингредиенты

- 500 г печени
- 350 г картофеля
- 1 сладкий красный перец
- 2 зубчика чеснока
- 1 луковица
- 300 мл бульона
- петрушка
- 1 ст.л. муки
- 1/2 ч.л. сахара
- соль, перец
- растительное масла



### Способ приготовления

- ❏ Печень хорошо промыть, вымочить в молоке, нарезать на порционные кусочки, слегка отбить.
- ❏ Овощи очистить и нарезать: картофель - крупными ломтиками, перец - кубиками или соломкой; лук, чеснок, петрушку измельчить.
- ❏ Положить все ингредиенты в кастрюлю.
- ❏ Добавить бульон, специи.
- ❏ Хорошо размешать.
- ❏ Готовить на программе «Тушение» 2-3 часа.

# Готовим в мультиварке!

## Мясо по-французски

### Ингредиенты

- 500 г мяса (мякоть)
- 2 моркови
- 2 луковицы
- 1 ч.л. цедры лимона
- 10 шляпок шампиньонов
- 2-3 ломтика копченостей
- 250 г сливок или сметаны
- 1/2 ст.л. муки
- соль, пряности по вкусу



### Способ приготовления

- ❏ Мясо нарезать порционными кусками, слегка отбить.
- ❏ Морковь, лук очистить и мелко порубить.
- ❏ Копчености нарезать соломкой.
- ❏ Все перемешать, добавить цедру, пол стакана воды и муку, соль пряности.
- ❏ Переложить в кастрюлю.
- ❏ Готовить на программе «Запекание».
- ❏ Через 1 час добавить сливки (сметану), грибы, перемешать и продолжать готовить еще 1 час.

# Готовим в мультиварке!

## Рагу овощное с говядиной

### Ингредиенты

- 250 г говядины (мякоть)
- 2 картофелины
- 1 маленький кочан цветной капусты
- 1 морковь
- 200 г брокколи
- 200 г зеленой фасоли
- 200 г тыквы
- 500 мл овощного бульона
- 1 ст.л. оливкового масла
- петрушка
- тимьян (чабрец)



### Способ приготовления

- ❶ Хорошо вымыть и очистить все овощи, у фасоли срезать концы.
- ❷ Мясо, картошку, тыкву нарезать кубиками, морковь - кружочками.
- ❸ Цветную капусту разделить на соцветия.
- ❹ Положить мясо и все овощи, кроме картофеля, в кастрюлю, добавить масло.
- ❺ Готовить на программе «Тушение».
- ❻ После завершения программы добавить в кастрюлю картофель, рубленую петрушку, тимьян, влить бульон, посолить, поперчить по вкусу, все перемешать.
- ❼ Включить программу «Тушение» еще раз.



# Готовим в мультиварке!

## Красная фасоль тушеная со сладким перцем

### Ингредиенты

- 250 г красной фасоли
- 1 сладкий красный перец
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- лавровый лист
- 1-2 ст.л. муки (по желанию)
- соль
- оливковое масло



### Способ приготовления

- ❏ Предварительно замочить бобы на ночь в холодной воде.
- ❏ Лук, чеснок измельчить, перец очистить и нарезать кубиками.
- ❏ Положить в кастрюлю все ингредиенты, добавить немного масла и воды, посолить по вкусу.
- ❏ Если хотите, чтобы блюдо получилось густым, можно добавить муку, хорошо размешать.
- ❏ Готовить на программе «Фасоль».

# Готовим в мультиварке!

## Картофель в соусе из помидоров

### Ингредиенты

- 500 г картофеля
- 0,5 кг помидоров
- 1/2 луковицы
- 1 ст.л. муки
- растительное масло
- соль, перец



### Способ приготовления

1. Картофель очистить и нарезать ломтиками толщиной 1 см.
2. Лук мелко нарезать.
3. С помидоров снять кожицу, протереть через сито.
4. Положить в кастрюлю лук, картофель, муку, хорошо перемешать, затем добавить получившееся томатное пюре.
5. Приправить солью и перцем по вкусу.
6. Добавить немного воды, чтобы покрыть продукты.
7. Далее готовить на программе «Овощи».

# Готовим в мультиварке!

## Морковь в медовом соусе

### Ингредиенты

- 3-4 шт. крупной моркови
- 1/2 мерного стакана меда
- 1/4 мерного стакана горчицы
- 1/4 мерного стакана сливочного масла
- 1/4 ст.л. молотого белого перца
- 1/4 ст.л. соли
- 2 ст.л. мелконарезанного лука
- 1 ст.л. мелконарезанной петрушки



### Способ приготовления

- ☞ Морковь помыть, очистить и нарезать кружочками.
- ☞ Положить в кастрюлю, добавить немного воды, слегка посолить.
- ☞ Готовить на программе «Тушение» до тех пор, пока морковь не размягчится. Затем откинуть ее на дуршлаг, дать воде стечь.
- ☞ Приготовить соус: в кастрюле растопить сливочное масло, добавить мед, горчицу, соль, перец и лук. Готовить на программе «Запекание» 3-5 минут.
- ☞ Готовым соусом полить морковь, посыпать петрушкой и подавать к столу.
- ☞ Замечательный гарнир к мясным блюдам.

# Готовим в мультиварке!

## Холодец

### Ингредиенты

- 2 свиные ножки (700 г)
- 1,5 кг говядины на кости
- 1,2 л воды
- 3 лавровых листа
- 1 морковь (120 г)
- 5-6 горошин черного перца
- 1 чайная ложка соли
- чеснок по вкусу



### Способ приготовления

- ❏ Свиные ножки поскоблить ножом и тщательно помыть.
- ❏ Сложить ножки в кастрюлю и залить холодной водой, оставить ножки в воде на 5 часов. Затем слить воду с ножек и промыть их еще раз.
- ❏ Помыть говядину, морковь очистить и помыть.
- ❏ Сложить в кастрюлю от мультиварки свиные ножки, говядину, морковь, лавровый листик и перец горошком.
- ❏ Залить мясо водой и добавить соль.
- ❏ Включить режим «Холодец» на 6 часов. При варке в мультиварке не образуется пена и бульон получается прозрачный.
- ❏ Достать мясо и ножки из бульона, переложить в миску, остудить и отделить мясо от костей. Морковку по желанию можно нарезать и уложить в формы как украшение.
- ❏ Разложить мясо по формам, в которых будет застывать холодец.
- ❏ Бульон процедить через двойную марлю (чтобы в холодце не осталось мелких костей).
- ❏ Разливаем бульон по формам.
- ❏ Остудить холодец и убрать в холодильник до полного застывания.

# Готовим в мультиварке!

## Грушевый десерт

### Ингредиенты

- 1 кг ванильного мороженого
- 4 крупные груши
- 50 г горького шоколада
- 200 мл жирных сливок
- 1 палочка корицы
- 2 ст.л. сахара
- взбитые сливки для сервировки



### Способ приготовления

- ❶ Крупные и спелые груши очистить, разрезать на половинки, удалить сердцевину.
- ❷ Положить в кастрюлю, залить водой, чтобы покрыть, добавить сахар, палочку корицы.
- ❸ Готовить на программе «Тушение». Охладить.
- ❹ Приготовить шоколадный соус: шоколад разломать на небольшие кусочки, положить в кастрюлю.
- ❺ Готовить на программе «Варенье» 10 минут, не закрывая крышку, постоянно помешивая и постепенно добавляя сливки, чтобы получилась однородная масса.
- ❻ После готовности дать немного остыть.
- ❼ Мороженое разделить на восемь порций, разложить в креманки.
- ❽ Сверху положить груши, полить теплым шоколадным соусом и украсить взбитыми сливками.

# Готовим в мультиварке!

## Сливочный йогурт

### Ингредиенты

- 1 л стерилизованного молока
- 0,5 л сливок (10%)
- 1 упаковка натурального йогурта (активия)



### Способ приготовления

- 1 Поместить в чашу мультиварки все ингредиенты и хорошо перемешать.
- 2 Готовить на режиме «Йогурт» 8 часов.
- 3 После йогурт охладить в течение двух часов в холодильнике. Йогурт готов.
- 4 Готовый йогурт подавать с фруктами или сиропом.

# Готовим в мультиварке!

## Йогурт

### Ингредиенты

- 1 л молока (2,5%)
- 2-3 ст.л. сахара
- 1 упаковка натурального йогурта (активия)



### Способ приготовления

- ☞ Молоко прокипятить с сахаром, дать остыть до теплого.
- ☞ Добавить активию, перемешать и разлить по стаканам или баночкам.
- ☞ Сверху накрыть пищевой пленкой или крышками.
- ☞ В чашу положить салфетку, поставить стаканы и налить теплой воды до уровня молока в стаканах (баночках).
- ☞ Включить мультиварку на режиме «Йогурт» на 10 минут, отключить и оставить в мультиварке на 8 часов (можно на ночь).

# Готовим в мультиварке!

## Ряженка домашняя

### Ингредиенты

- 3 л молока (2,5%)
- 300 мл сметаны (25%)



### Способ приготовления

1. Молоко залить в чашу и довести до кипения на режиме «Быстрая варка», затем перевести в режим «Йогурт» на 5,5 часов.
2. Подождать пока остынет (до 40°C).
3. Добавить в молоко сметану, хорошо перемешать, закрыть крышку и оставить в чаше мультиварки на ночь.