

«

»

---

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

(-).

220-240 ~ 50/60

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

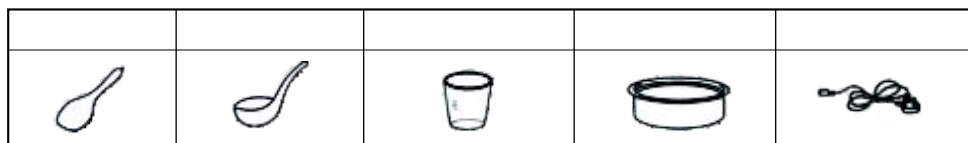
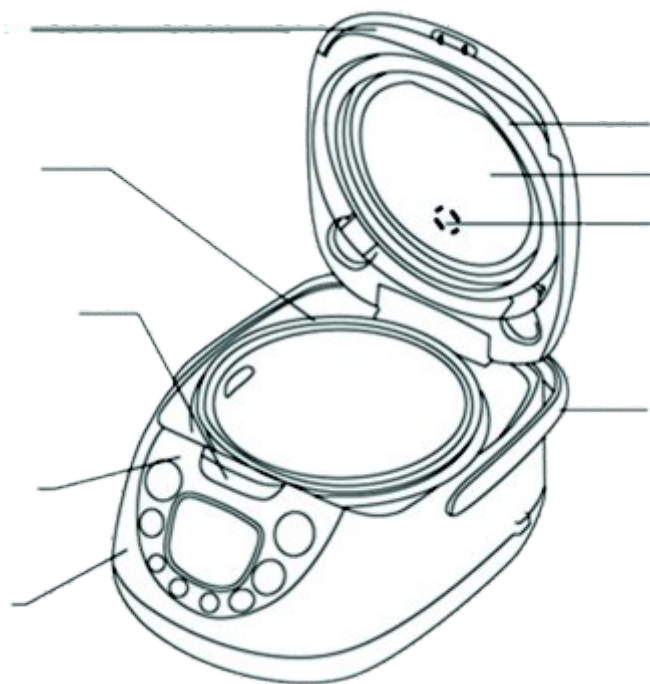
21.

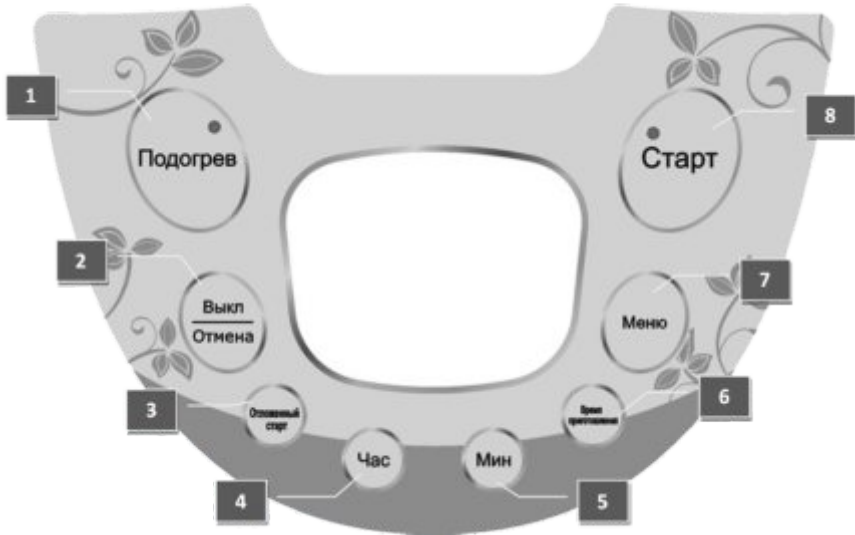
22.

23.

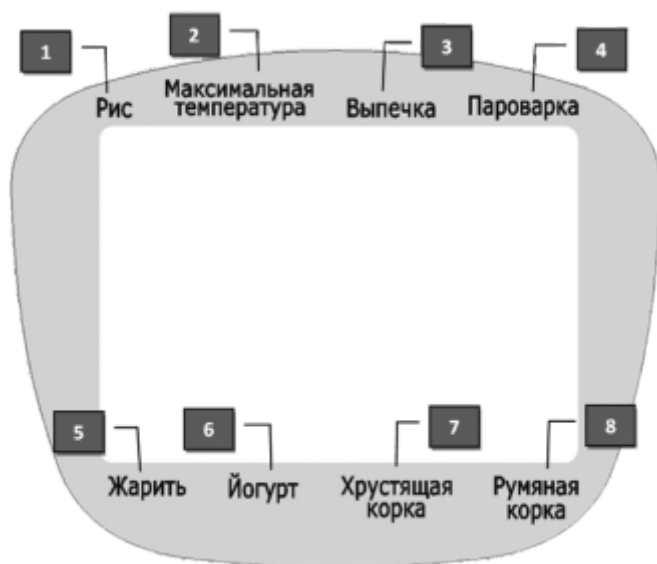








- 1 «            » -            /
- 2 «            /            » -
- 3 «            » -
- 4 «            » -
- 5 «            » -
- 6 «            » -
- 7 «            » -
- 8 «            » -



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

« »  
« »  
« »  
« »  
« »  
« »  
« »  
« »

- 
- 
1. ( , , ),
  2. ( « »).
  - 3.
  - 4.
  5. ( ),
  - 6.
  - 7.
  - 8.
  9. ( )
  - 10.
  - 11.
  - 12.

- 
- 1)
  - 2) « »
  - 3) « ».
- \* :50 ( )

---

1) « » ,  
« ».  
\* : 25 .  
« »  
», « » « »  
« » 1 ,  
« » 5  
2) « » ,

---

1) « » , « » ;  
2) « » ,  
\* 3-5 « » « » .  
3) « / » «  
», « » .  
4) « » ,  
;

---

1) « » ,  
« » .  
\* : 25 .



»,  
« » « »  
1 ,  
« » 5  
2) « »,

---

1) « »  
« ».  
\* :6  
»,  
« » « »  
1 ,  
« » 5  
2) « »,

---

1) 3  
2)  
3)  
4) « »  
« ».  
\* :40  
»,  
« » « »

« » . « » 1 , .  
5) « », .

---

1) « » ,  
« ».  
\* : 50 .  
2) « », .

---

1) « » ,  
« ».  
\* : 70 .  
2) « », .

---

1)  
( ).  
2) « / / » ,  
« / / ».

---

1. « »
2. « »
3. « »
4. «+» «-» « ».

---

- ( ),
- 
- 
- 
- 
- 
-

- 
- 
- 
- 
- 

!

: 230  
: ~50  
: 860

: 4

!

**Ингредиенты:**

Лук - 1 шт. (нарезать четверть-кольцами)  
Морковь - 1 шт. (натереть на терке)  
Картофель - 4 шт. (нарезать кубиками)  
Белокочанная капуста - 1/4 вилка (или около 300 г) (нашинковать)  
Свекла - 1-2 шт. (порезать на части)  
Сушеный корень сельдерея - 1/2 ст. л.  
Томатная паста - 1 ст. л.  
Сок 1/2 лимона  
Соль, сахар, специи по вкусу

**Приготовление:**

1. Положите в Мультиварку лук, морковь, картофель, капусту, сельдерей, соль, специи, залейте водой.
2. Вставьте корзинку для варки на пару, положите в нее нарезанную свеклу.
3. Включите режим «Жарить» на 1 час.
4. Откройте Мультиварку: выньте корзинку, закройте мультиварку (не выключайте режим «Подогрев»).
5. Через 2-3 минуты когда свекла немного остынет, натрите ее на крупной терке (можно порезать мелкими брусочками), смешайте с лимонным соком и томатной пастой, положите все это в Мультиварку, перемешайте.
6. Нарезьте зелень, пропустите чеснок через пресс для чеснока, положите все в Мультиварку, добавьте соль-сахар по вкусу.
7. Доведите до кипения.

**Ингредиенты:**

Филе бедра индейки - 800 г  
Квашеная кислая капуста - 600 г  
Картофель - 5-6 шт. среднего размера  
Томатная паста - 2 ст.л.  
Сахар - 2-3 ст.л.(в зависимости от того, насколько кислая капуста)  
Приправа для супа, соль

**Приготовление:**

1. Положите капусту в Мультиварку, добавьте 0,5 стакана (который входит в комплект) воды.
2. Поставьте на режим «Жарить» на 1,5 часа.
3. Порежьте мясо на порционные куски.
4. Картофель почистите, но не режьте.
5. Капусту выложите из кастрюли, кастрюлю помойте, вытрите насухо.
6. Положите в кастрюлю мясо и картофель, залейте водой (до половины кастрюли).
7. Поставьте на режим «Жарить» на 1 час.
8. Через час достаньте картофель и в отдельной посуде разомните его с помощью картофелемялки, потом положите его обратно в Мультиварку.
9. Положите в кастрюлю капусту, приправы, томатную пасту, перец, зелень.
10. Поставьте на режим «Жарить» ещё на 1 час.
11. Желательно после истечения заданного времени потомить щи в режиме «Подогрев» еще около 30 минут.

**Ингредиенты:**

*Перловая крупа - 1 мерный стакан*

*Картофель - 3-4 шт.*

*Морковь - 1 шт.*

*Лук репчатый - 1 шт.*

*Огурцы солёные или маринованные*

*Мясо*

*Соль по вкусу*

**Приготовление:**

1. Обжарьте лук и морковь в Мультиварке в режиме «Жарить».
2. Переложите обжарку из Мультиварки и вымойте внутреннюю кастрюлю.
3. Налейте в Мультиварку горячую кипячёную воду, положите мясо, посолите.
4. Поставьте режим «Жарить» на 1 час.
5. Пока мясо варится, замочите в воде перловую крупу.
6. После того, как Мультиварка перейдет в режим «Подогрев», положите обжарку, подготовленную перловую крупу, картошку и огурцы.
7. Включите режим «Жарить» еще на 1 час.

**Ингредиенты:**

Мясо курицы - 400 г  
Лук репчатый – 1 шт.  
Морковь – 1 шт.  
Лапша яичная – 80 г  
Зелень  
Вода - 1,3 л  
Соль  
Перец

**Приготовление:**

1. Обжарьте на режиме «Жарить» лук и морковь до прозрачности (10 минут).
2. Затем положите мясо и обжарите с двух сторон.
3. Добавьте воду, лапшу, посолите, добавьте специи.
4. Включите режим «Жарить» на 1 час.
5. После окончания процесса приготовления дайте супу настояться.
6. Подавайте, посыпав зеленью.

**Вторые блюда**

---

**Ингредиенты:**

Рис - 2,5 мерные чашки  
Свинина (не жирная) - 400 г  
Лук репчатый  
Морковь  
Масло растительное - 3-4 ст. л.  
Масло сливочное - 20-30 г

**Приготовление:**

1. Порежьте свинину, обжарьте на масле вместе с луком и морковью на режиме «Жарить».
2. Положите обжаренное мясо на дно Мультиварки.
3. Рис хорошо промойте и положите в Мультиварку, посолите, поперчите (можно приправить смесью 5 видов перцев), положите несколько зубчиков чеснока.
4. Залейте водой (5 мерных чашек).
5. Включите режим «Румяная корка».

**Ингредиенты:**

Говядина - 700 г

Лук репчатый – 2 шт.

Морковь – 5 шт.

Фасоль консервированная – 3 банки

Кетчуп или томатная паста

Чеснок - 2 зубчика

Соль, специи

**Приготовление:**

1. Положите в кастрюлю Мультиварки мелко нарезанный лук, нарезанное кусочками мясо, натёртую на терке морковь. Посолите.
2. Откройте банки с фасолью и перелейте всю жидкость в кастрюлю Мультиварки.
3. Включите режим «Жарить» на 2 часа.
4. За 30 минут до окончания программы, добавьте специи, кетчуп или томатную пасту, выложите фасоль, измельчённый чеснок. Перемешайте.

**Ингредиенты:**

Куриные окорочка - 3 шт. (950 г)

Яблоко - 1 шт.

Растительное масло

Соль по вкусу

Для соуса: по 1 ст.л. меда, кетчупа, горчицы и соевого соуса

**Приготовление:**

1. Налейте растительное масло в Мультиварку.
2. Включите программу «Жарить» (40 минут).
3. Положите куриные окорочка и обжарьте их с одной стороны 15 мин.
4. Переверните окорочка, добавьте соль.
5. Положите очищенное и нарезанное на кусочки яблоко и продолжайте обжаривать до сигнала.
6. Приготовьте соус. Для этого смешайте мед, кетчуп, соевый соус и горчицу.
7. Полейте этим соусом окорочка, включите программу «Рис» и готовьте до сигнала. После сигнала окорочка готовы.
8. При подаче полейте образовавшимся соусом.



**Ингредиенты:**

Любые части курицы - 700 г

Лук репчатый - 1-2 шт.

Сметана - 1 ст.л. с верхом

Лавровый лист - 1-2 шт.

Соль, перец

Растительное масло

**Приготовление:**

1. Включите Мультиварку в режим «Жарить» на 40 минут.
2. Налейте и подогрейте растительное масло. Это займет приблизительно 8-10 мин.
3. Курицу посолите и поперчите.
4. Лук нарежьте полукольцами.
5. Положите курицу в Мультиварку и обжарьте с одной стороны 15 мин.
6. Затем переверните, положите лук и продолжайте обжаривать до сигнала.
7. Далее в кастрюлю положите сметану и лавровый лист. Перемешайте.
8. Включите программу «Рис» и готовьте до сигнала.
9. На этой программе весь сметанный соус впитывается в куриное мясо, и оно получается необычайно вкусное и нежное.

**Ингредиенты:**

Филе телупии

Лук репчатый - 2 шт. небольшого размера

Морковь

Соль, специи по вкусу

**Приготовление:**

1. Нарежьте лук тонкими полукольцами.
2. Положите нарезанный лук на дно Мультиварки.
3. На лук уложите филе рыбы, посолите, посыпьте специями.
4. Натрите морковь на терке.
5. Положите тертую морковь на рыбное филе.
6. Включите Мультиварку в режим «Жарить» на 1 час.

**Ингредиенты:**

Капуста - 1 кочан

Мясной фарш - 0,7-1 кг

Рис - 0,5-1 мерный стакан

Лук репчатый - 3 шт.

Морковь - 2 шт. крупного размера

Томатная паста - 1-2 ст.л.

Сахар - 1 ст.л.

Специи, соль, перец по вкусу

**Приготовление:**

1. Разберите капусту на листья и отварите.
2. В фарш добавьте специи, 1 мелко нарезанную луковицу и рис (сырой).
3. На листья капусты уложите фарш с рисом, сверните конвертики.
4. Добавьте масло в Мультиварку, включите режим «Жарить».
5. Обжарьте лук, морковь, томатную пасту.
6. Выключите мультиварку, добавьте соль, перец, сахар.
7. Положите в Мультиварку голубцы, включите режим «Жарить» на 1,5 часа.
8. После сигнала оставьте голубцы в режиме подогрева еще на 30 минут.

**Ингредиенты:**

Картофель, морковь, свекла

Соленые огурцы / квашеная капуста - по вкусу

Лук репчатый

Растительное масло

Соль

**Приготовление:**

1. Картофель, морковь, свеклу очистите и нарежьте кубиками.
2. Налейте в Мультиварку воду и положите корзину пароварки.
3. Положите овощи на корзину. Включите режим «Пароварка» на 45 минут.
4. Корзину с готовыми овощами выньте, накройте полотенцем и дайте остыть.
5. Остывшую свеклу положите в миску и перемешайте с небольшим количеством масла. Затем добавьте остальные овощи, соленые огурцы (или немного квашеной капусты), нарезанный лук.
6. Посолите по вкусу, добавьте еще масла и перемешайте.

**Ингредиенты:**

Молоко\* - 1 литр

Натуральный йогурт - 1 баночка

**Приготовление:**

1. Вылейте в Мультиварку молоко, добавьте йогурт, размешайте.
2. Включите режим «Йогурт» (время устанавливается автоматически).
3. Нажмите «СТАРТ».

*\*Примечание: Для приготовления йогурта не используйте молоко с длительным сроком хранения.*

**Выпечка**

---

**Тесто:**

Растопленное сливочное масло - 150 г

Мука - 300 мл

Разрыхлитель - 1 ч.л.

Сахар - 100 г

Яйцо - 1 шт.

**Начинка:**

Творог - 2 пачки

Сметана - 2 ст.л.

Сливки (10-15%) - 3 ст.л.

Сахар - 100 г

Яйцо - 3 шт.

Ванильный сахар - 1 ч.л.

**Приготовление:**

1. Смешайте все компоненты для теста, тщательно вымесите тесто. Можно использовать для этого хлебопечку VITESSE Home.
2. Смешайте и взбейте миксером все компоненты начинки.
3. Форму Мультиварки смажьте сливочным маслом.
4. Выложите в мультиварку тесто, разравняйте руками по дну и по бортикам на высоту примерно 2-3 см.
5. Выложите и разравняйте начинку.
6. Включите Мультиварку в режим «Выпечка» на 100 минут.
7. После сигнала отключите режим подогрева и дайте постоять под крышкой еще минут 30.
8. Затем откройте крышку и дайте остыть блюду, прежде чем его перекладывать.

**Ингредиенты:**

Сахар - 1 стакан

Мука - 1 стакан

Яйцо - 3 шт.

Сода - 0,5 ч.л.

Панировочные сухари

Кислые яблоки - 1 кг

**Приготовление:**

1. Взбейте миксером яйца и сахарный песок.
2. Осторожно добавьте муку и аккуратно размешать. Добавить «гашеную» соду.
3. Почистите и порежьте яблоки.
4. Подогрейте Мультиварку, смажьте дно и бортики сливочным маслом, присыпьте панировочными сухарями.
5. Выложите на дно порезанные яблоки, сверху залейте тестом.
6. Включите режим «Выпечка» на 60 минут.