

HYUNDAI

КНИГА РЕЦЕПТОВ

HYMC-1617



для мультиварок

ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ВИШНЕЙ

Ингредиенты:

Творог 9% – 500 гр
Йогурт греческий – 100 гр
Сахар – 90 гр
Соль – 3 гр
Крупа манная – 100 гр
Сахар ванильный – 10 гр
Яйцо куриное С1 – 5 шт
Вишня свежемороженая – 150 гр
Разрыхлитель – 2 гр
Сливочное масло – 10 гр

Приготовление:

1. Добавьте к творогу греческий йогурт, яйца, соль, сахар, манную крупу и взбейте все миксером. Затем всыпьте ванильный сахар, разрыхлитель, вишню и хорошо перемешайте.
2. Смажьте чашу для мультиварки сливочным маслом и слегка присыпьте манкой.
3. Переложите творожную массу в чашу мультиварки. Установите режим выпечки: $t - 130^{\circ}\text{C}$, время – 50 минут.
4. Аккуратно выньте чашу с готовой запеканкой и оставьте остужаться. Запеканка готова, приятного аппетита!



КУРИНЫЕ БИТОЧКИ НА ПАРУ С ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ

Ингредиенты:

Куриное филе – 300 гр
Сливки 20% – 70 мл
Хлебный мякиш – 70 гр
Рисовая мука – 20 гр
Белый перец молотый – 0,5 гр
Соль – 7 гр
Лук сушеный – 1 гр
Чеснок сушеный – 1 гр
Яйцо – 1 шт
Растительное масло – 3 мл
Тыква очищенная – 500 гр
Сливки 20% – 100 мл
Соль – 7 гр

Приготовление:

1. Приготовьте фарш. Положите в чашу блендера куриное филе, хлебные мякиши, рисовую муку, сушеные лук и чеснок, яйцо, соль, молотый белый перец, влейте сливки и измельчите все до однородной массы.
2. Смочите руки и сформируйте небольшие биточки.
3. Смажьте лоток пароварки растительным маслом и выложите туда сформированные биточки.
4. Порежьте тыкву на кусочки и положите в чашу мультиварки.
5. Туда же вставьте лоток пароварки. Залейте кипятком, закройте крышкой, включите программу «На пару» и готовьте 30 минут.
6. После приготовления переложите тыкву без бульона в стакан, влейте сливки, добавьте соль и измельчите погружным блендером до состояния пюре.
7. Выложите блюдо на тарелки. Приятного аппетита!



ЛОСОСЬ ИЛИ ТРЕСКА НА ПАРУ С ОВОЩАМИ

Ингредиенты:

Лосось / треска – 200 гр
Морковь очищенная – 70 гр
Брокколи – 70 гр
Цветная капуста – 70 гр
Цукини – 50 гр
Соль – 3 гр
Перец – 0,5 гр

Приготовление:

1. Выложите филе лосося или трески в чашу пароварки. Рядом положите очищенные и нарезанные овощи, посолите, поперчите.
2. Поместите чашу пароварки с рыбой и овощами в мультиварку. Закройте крышку, включите программу «На пару» и дождитесь закипания воды.
3. После закипания воды готовьте блюдо еще 15 минут.
4. Выложите блюдо на тарелки. Приятного аппетита!



МЯСНОЙ СОУС БОЛОНЬЕЗЕ

Ингредиенты для теста:

Говяжий фарш – 500 гр
Лук – 150 гр
Морковь очищенная – 70 гр
Томаты в собственном соку – 300 мл
Соль – 5 гр
Перец – 1 гр
Сахар – 10 гр
Розмарин – 2 гр
Тимьян – 1 гр
Вода – 300 мл
Растительное масло – 7 мл

Приготовление:

1. Влейте в чашу мультиварки растительное масло, включите программу «Жарка», дождитесь разогрева и добавьте говяжий фарш. Обжаривайте его до легкого румяного цвета.
2. Нарежьте лук и морковь мелкими кубиками и добавьте к фаршу. Жарьте еще 7 минут.
3. Всыпьте к фаршу соль, перец, сахар, розмарин, тимьян и перемешайте.
4. Нарежьте томаты в собственном соку кубиком и добавьте их к фаршу вместе с соком.
5. Залейте водой, включите режим «Тушение» на 30-40 минут. Периодически открывайте крышку и помешивайте.
6. Подавайте ароматный мясной соус с пастой, а также используйте его как основу для приготовления лазаньи и фарширования каннеллони. Приятного аппетита!



ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ

Ингредиенты:

Яйцо – 600 гр
Молоко – 300 мл
Брокколи – 70 гр
Томаты – 40 гр
Перец болгарский – 50 гр
Соль – 2 гр
Сахар – 2 гр
Сливочное масло – 7 гр

Приготовление:

1. Положите в миску яйца, молоко, соль, сахар и взбейте погружным блендером до однородной массы.
2. Нарежьте брокколи, томаты и перец мелким кубиком и добавьте к яичной массе, перемешайте.
3. Смажьте емкость мультиварки сливочным маслом и влейте яично-овощную смесь.
4. Вставьте чашу в мультиварку, включите программу «Мультиповар», установите температуру 80 °С, время – 45-50 минут.
5. Готовое блюдо выложите на тарелки. Приятного аппетита!



ПЛОВ С ИНДЕЙКОЙ

Ингредиенты:

Рис басмати – 500 гр
Индейка бедро – 500 гр
Лук репчатый очищенный – 300 гр
Морковь очищенная – 500 гр
Барбарис – 0,5 гр
Курага – 1 гр
Куркума – 1 гр
Зира – 4 гр
Чеснок – 1 головка
Соль – 10 гр
Перец – 1 гр
Перец красный молотый – 5 гр
Вода – 700 мл

Приготовление:

1. Нарежьте бедро индейки крупными кусочками, а лук и морковь – соломкой.
2. Включите программу «Жарка». Влейте растительное масло, обжарьте кусочки индейки до румяного цвета, а затем добавьте к ним лук и морковь. Обжаривайте до мягкости моркови.
3. Нарежьте курагу крупной соломкой. Добавьте к индейке курагу и ягоды барбариса, затем всыпьте специи и соль, хорошо перемешайте.
4. Сверху выложите заранее промытый, залейте все 700 мл воды.
5. В центр вставьте одну головку чеснока.
6. Закройте крышкой и включите программу «Плов» на 20 мин.
7. Готовое блюдо выложите на тарелки. Приятного аппетита!



РИСОВАЯ КАША НА КОКОСОВОМ МОЛОКЕ С КИНОА

Ингредиенты:

Рис басмати – 150 гр
Киноа – 70 гр
Вода – 500 мл
Молоко кокосовое – 300 мл
Соль – 3 гр
Сахар – 70 гр

Приготовление:

1. Промойте рис и киноа. Положите крупы в чашу мультиварки, посолите, добавьте сахар, залейте молоком и водой.
2. Включите программу «Молочная каша» и установите время на 30 минут.
3. После приготовления оставьте кашу подогреваться еще 10 минут.
4. Разложите кашу по тарелкам. Приятного аппетита!



СОЛЯНКА СБОРНАЯ МЯСНАЯ

Ингредиенты:

Сосиски молочные – 200 гр
Колбаски охотничьи – 200 гр
Копченый куриный окорок – 250 гр
Отварной говяжий язык – 200 гр
Карбонат сырокопченый – 200 гр
Лук очищенный – 200 гр
Морковь очищенная – 200 гр
Томатная паста – 100 мл
Огурец соленый – 200 гр
Оливки без косточек – 100 гр

Каперсы – 30 гр
Маслины без косточек – 100 гр
Соль – 10 гр
Сахар – 10 гр
Лавровый лист – 2 шт
Черный молотый перец – 0,5 гр
Лимон – 0,5 шт
Паприка копченая – 5 гр
Красный молотый перец – 0,5 гр
Масло растительное – 20 мл
Вода – 2,5 л.

Приготовление:

1. Нарежьте сосиски и колбаски кружочками.
2. Копченый куриный окорок, отварной язык и карбонат нарежьте соломкой.
3. Влейте в чашу мультиварки растительное масло.
4. Включите программу «Жарка» и обжарьте все мясные ингредиенты до лёгкого румяного цвета.
5. Добавьте к мясу нарезанные соломкой лук и морковь. Жарьте до мягкости лука, а затем добавьте томатную пасту и слегка обжарьте.
6. Всыпьте все специи, положите оливки, маслины, каперсы, натертый на терке соленый огурец. Добавьте соль и сахар. Залейте водой.
7. Переведите мультиварку в режим «Суп». Варите в течение 30 минут.
8. Дайте солянке настояться под закрытой крышкой в течение получаса.
9. При подаче украсьте солянку долькой лимона и ложкой сметаны. Приятного аппетита!



ФРИКАСЕ ИЗ БЕДРА ИНДЕЙКИ

Ингредиенты:

Бедро – 700 гр
Лук репчатый – 200 гр
Морковь очищенная – 200 гр
Перец болгарский красный – 200 гр
Перец болгарский желтый – 200 гр
Сливки 20% – 200 мл
Соль – 4 гр
Масло растительное – 20 мл
Лук зеленый – 15 гр
Укроп – 10 гр
Вода – 200 мл
Крахмал – 5 гр

Приготовление:

1. Нарежьте филе индейки крупной соломкой. Включите программу «Жарка» и обжарьте индейку на растительном масле до легкого румяного цвета.
2. Затем добавьте нарезанные соломкой лук, морковь, болгарский перец. Обжаривайте до мягкости моркови.
3. Залейте 150 мл воды, закройте крышкой и тушите 10-15 минут.
4. Влейте сливки, перемешайте. Дождитесь закипания. Добавьте соль, перец, сахар.
5. Разведите 5 гр крахмала в 50 мл воды. Аккуратно влейте в фрикасе. Тщательно перемешайте.
6. Добавьте мелко порезанные укроп и зеленый лук. Перемешайте.
7. Подавайте блюдо к столу. Приятного аппетита!



ШУРПА ГОВЯЖЬЯ

Ингредиенты:

Говядина – 800 гр
Картофель очищенный – 300 гр
Морковь очищенная – 100 гр
Лук очищенный – 100 гр
Перец красный – 130 гр
Помидор – 100 гр
Перец острый (1 шт) – 20 гр
Зелень – 30 гр
Чеснок – 5 гр
Соль – 10 гр
Перец – 1 гр

Приготовление:

1. Положите в чашу мультиварки: крупно нарезанную говяжью грудинку, целые картофелины, крупно нарезанную морковь, разрезанный на половинки лук, крупно нарезанный болгарский перец, острый перец целиком, дольки помидора.
2. Добавьте соль, перец.
3. Залейте водой. Поставьте программу «Суп» на 2 часа.
4. После приготовления добавьте в шурпу мелконарезанные чеснок и зелень. Приятного аппетита!



hyundai-electronics.com.ru