

kambrook.ru

KAMBROOK

THE SMARTER CHOICE

Книга рецептов для мультиварки Kambrook APR401

KAMBROOK

Книга рецептов для мультиварки Kambrook APR401



Книга рецептов для мультиварки Kambrook APR401

Содержание

Каши

- 6 Каша рисовая
- 7 Каша манная
- 8 Каша овсяная
- 10 Каша гречневая

Супы

- 12 Суп картофельный с курицей
- 14 Суп с беконом и консервированным горошком
- 16 Харчо
- 17 Суп с фрикадельками
- 18 Сырный суп с семгой

- 19 Сливочный суп с семгой и креветками
- 21 Борщ
- 22 Грибной суп
- 24 Крем-суп овощной
- 25 Рассольник
- 26 Сливочный суп с лососем
- 27 Солянка сборная
- 28 Солянка с ветчиной
- 30 Солянка с охотничьими колбасками

Рыба и морепродукты

- 32 Судак на пару
- 35 Семга на пару
- 36 Лосось в кунжутной пасте
- 37 Рыба в томатном соусе
- 38 Мидии в белом вине
- 40 Морской окунь на пару
- 41 Фунчоза с мидиями и креветками
- 43 Рис с морепродуктами
- 44 Скунбрия в томате

Мясо

- 46 Горчично-медовые свиные ребра
- 48 Свинина под сыром
- 49 Карбонад к завтраку
- 50 Солянка по-грузински
- 51 Нежное мясо в кунжуте с медовым соусом терияки
- 53 Нежная баранина в красном вине с черносливом
- 54 Говядина в аджично-сметанном соусе
- 55 Свинина с курагой
- 56 Фаршированный перец
- 58 Тушеные куриные желудки
- 59 Курица со сливками
- 61 Плов
- 62 Лагман

Гарниры/Соусы

- 65 Ризотто с грибами
- 66 Баклажаны с соусом
- 67 Овощной гарнир
- 68 Баклажанная икра
- 70 Чоризо с тушеной фасолью
- 72 Болонский соус
- 73 Грибной соус
- 74 Красный соус
- 76 Лечо

Выпечка / Десерты

- 78 Мраморный чизкейк
- 80 Пирог к чаю
- 81 Классическая шарлотка
- 82 Бисквитный торт с клубникой и шоколадом
- 84 Десерт из груш
- 85 Апельсиновый пирог
- 87 Йогурт классический

Каши

Каша рисовая

- 200 г риса
- 600 мл молока (3,2%)
- 20 г масла сливочного
- соль, сахар по вкусу

- 1 Промойте рис.
- 2 В смазанную сливочным маслом чашу мультиварки выложите рис, влейте молоко, добавьте сахар, соль и тщательно перемешайте.
- 3 Закройте крышку. Установите режим **Каша**.

Каша получится более ароматной и сладкой, если добавить в нее цукаты.

Каша манная

- ½ мерного стакана манной крупы
- 1–2 ст. л. сливочного масла
- 4 мерных стакана молока
- 2 мерных стакана воды
- 1–2 ст. л. сахара
- 1 ч. л. соли

- 1 В смазанную сливочным маслом чашу мультиварки влейте холодное молоко, добавьте крупу, сахар, соль и тщательно перемешайте.
- 2 Закройте крышку. Установите режим **Рис**.

По желанию в готовую кашу можно добавить орехи или варенье.

Каша овсяная

- 150 г овсяных хлопьев
- 20 г масла сливочного
- 600–650 мл молока
- соль, сахар по вкусу

1 В смазанную сливочным маслом чашу мультиварки выложите хлопья, влейте молоко, добавьте сахар, соль и тщательно перемешайте.

2 Закройте крышку. Установите режим **Рис**.

По желанию в кашу можно добавить сухофрукты.



Каша гречневая

- 250 г гречневой крупы
- 550 мл воды
- 30 г сливочного масла
- соль по вкусу

- 1 Промойте крупу.
- 2 В смазанную сливочным маслом чашу мультиварки выложите крупу, добавьте воду, посолите и тщательно перемешайте.
- 3 Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 15 минут.

Супы

Суп картофельный с курицей

- 250–300 г мяса (курицы)
- 1 морковь
- 500 мл бульона
- 1 перец болгарский
- 1 головка лука репчатого
- соль, лавровый лист по вкусу
- 2 помидора
- 4 клубня картофеля

- 1 Промойте и обсушите мясо. Натрите на крупной терке морковь, кубиками нарежьте перец, измельчите лук.
- 2 Овощи (за исключением помидоров) и мясо обжарьте в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 20 минут.
- 3 Влейте в чашу мультиварки мясной бульон, добавьте нарезанный кубиками картофель, лавровый лист, соль.
- 4 Закройте крышку. Установите режим **Суп**.
- 5 За 10 минут до готовности добавьте мелко нарезанные помидоры.



Суп с беконом и консервированным горошком

- 1 головка лука репчатого
- 1 морковь
- 125 г бекона
- 2 клубня картофеля
- ½ банки консервированного зеленого горошка
- 2 ст. л. томатной пасты
- лавровый лист, зелень, соль, перец (молотый или горошком) по вкусу

- 1 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 25 минут.
- 2 Обжарьте измельченные лук и морковь в течение 10 минут.
- 3 Добавьте нарезанные полоски бекона и продолжайте готовить до окончания режима.
- 4 Добавьте нарезанный кубиками картофель, зеленый горошек, томатную пасту, лавровый лист и перец. Добавьте воду (отметка 1 литр), посолите.
- 5 Закройте крышку, установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.
- 6 За 3 минуты до готовности добавьте измельченную зелень.
- 7 По окончании процесса приготовления оставьте суп на 10 минут в режиме **Подогрев**.



Харчо

- 500 г говядины (грудинка)
- 1,2 л воды
- 100 г риса
- 2 головки лука репчатого
- 2 ст. л. томатной пасты
- 200 г помидоров
- 4 зубчика чеснока
- 1 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. хмели-сунели
- кинза, укроп, петрушка по вкусу
- соль, молотый красный перец по вкусу

- 1 Измельчите лук. Снимите кожицу с помидоров и нарежьте их кубиками. Грудинку нарежьте ломтиками. Промойте рис.
- 2 Обжарьте лук на оливковом масле в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 10 минут.
- 3 Добавьте помидоры, томатную пасту, рис и грудинку.
- 4 Влейте воду, посолите, добавьте специи. Закройте крышку, установите режим **Тушение**.
- 5 По окончании процесса приготовления добавьте измельченный чеснок. Оставьте суп в режиме **Подогрев** на 20–30 минут.
- 6 Перед подачей добавьте измельченную зелень.

Суп с фрикадельками

- 1 морковь
- 1 головка лука репчатого
- 250 г фарша
- 2 клубня картофеля
- лавровый лист, зелень, соль, перец (молотый или горошком) по вкусу

- 1 Измельчите лук, натрите морковь на мелкой терке. Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 25 минут. Обжарьте лук и морковь в течение 10 минут.
- 2 Сформируйте небольшие фрикадельки из фарша, добавьте к овощам и обжаривайте до окончания режима.
- 3 Добавьте нарезанный кубиками картофель, лавровый лист и перец.
- 4 Добавьте воду (отметка 1 литр), посолите. Закройте крышку, установите режим **Суп**.
- 5 За 3 минуты до готовности добавьте зелень.

Сырный суп с семгой

- 200–300 г филе лосося (семги)
- 2 плавленых сырка (по 100 г)
- 3 клубня картофеля
- 1 морковь
- 1 головка лука репчатого
- 3 ст. л. кедровых орехов (по желанию)
- 1 ст. л. оливкового масла
- 1 пучок укропа
- 1 л воды
- соль, перец черный молотый по вкусу

- 1 Натрите морковь на крупной терке, измельчите лук, нарежьте картофель кубиками, разделите плавленые сырки на 4 части.
- 2 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 15 минут. Обжарьте лук в режиме **Жарка** в течение 10 минут.
- 3 Добавьте морковь и продолжайте готовить до окончания режима. Добавьте кедровые орешки, перемешайте.
- 4 На обжаренные овощи выложите картофель, филе лосося (семги), сырки, влейте воду, посолите, поперчите.
- 5 Закройте крышку, установите режим **Пароварка** и время 30 минут.
- 6 При подаче украсьте мелко нарезанным укропом и черным молотым перцем.

Сливочный суп с семгой и креветками

- 500 г филе семги
- 1 головка лука репчатого
- 2 клубня картофеля
- 200 г 15%-ных сливок
- 100 г готовых креветок
- 1,5 л воды
- соль, специи, лавровый лист по вкусу

- 1 В чашу мультиварки налейте воду, положите нарезанный кубиками картофель, соль, лавровый лист и очищенный лук целиком.
- 2 Закройте крышку, установите режим **Настройка** (нормальный уровень воды) и время 30 минут.
- 3 За 10 минут до окончания режима добавьте сливки и семгу.
- 4 Перед подачей добавьте готовые очищенные креветки.



Борщ

- 300 г говядины
- 350 г картофеля
- 150 г свеклы
- 100 г лука
- 70 г моркови
- 200 г капусты
- 2 ст. л. томатной пасты
- 1,5 л воды
- растительное масло
- соль, специи, зелень по вкусу

- 1 Промойте и обсушите мясо, нарежьте кубиками. Измельчите лук, нарежьте соломкой свеклу, морковь, капусту и картофель.
- 2 Лук и морковь обжарьте на растительном масле в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 20 минут.
- 3 Оставшиеся ингредиенты выложите в чашу мультиварки, влейте воду, добавьте томатную пасту, соль, специи и перемешайте.
- 4 Закройте крышку. Установите режим **Суп**.
- 5 Готовый суп подавайте с чесночными пампушками и сметаной.

Грибной суп

- 1 головка лука репчатого
- 1 морковь
- 500 г картофеля
- 200–250 г консервированных грибов
- 1 л воды
- соль, специи, перец, лавровый лист по вкусу

- 1 Натрите морковь на крупной терке, лук нарежьте тонкими кольцами.
- 2 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 20 минут. Обжарьте лук и морковь в течение 10 минут.
- 3 Добавьте консервированные грибы, продолжайте готовить до окончания режима, периодически помешивая.
- 4 Добавьте нарезанный кубиками картофель, лавровый лист, специи.
- 5 Влейте воду, посолите по вкусу. Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.
- 6 По окончании процесса приготовления добавьте зелень и сметану (по желанию).



Крем-суп овощной

- 200 г капусты брокколи
- 200 г картофеля
- 800 мл воды
- 200 г цветной капусты
- 100 г моркови
- соль, специи по вкусу

- 1 Картофель и морковь нарежьте кубиками. Брокколи и цветную капусту разделите на соцветия.
- 2 Все ингредиенты выложите в чашу мультиварки, залейте водой, добавьте соль, специи и перемешайте.
- 3 Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 30 минут.
- 4 Готовый суп перелейте в отдельную емкость и взбейте блендером до однородной массы.
- 5 Перед подачей украсьте веточкой свежей зелени, семечками кунжута.

Рассольник

- 200 г говядины (суповой набор)
- 80 г томатной пасты
- 80 г моркови
- 100 г огурцов соленых
- 100 г перловой крупы
- 1,5–2 л воды
- 100 мл огуречного рассола
- 30 мл масла растительного
- соль, специи по вкусу
- 400 г картофеля
- 130 лука репчатого

- 1 Промойте мясо, разрежьте на порционные куски. Перловую крупу замочите на 1 час.
- 2 Картофель нарежьте кубиками. Морковь, огурцы натрите на терке. Измельчите лук.
- 3 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 15 минут.
- 4 В чашу мультиварки выложите морковь, лук, огурцы, добавьте томатную пасту и растительное масло. Обжаривайте в течение 10 минут, периодически помешивая.
- 5 Добавьте рассол, готовьте до окончания режима. Выложите овощи в отдельную емкость.
- 6 В чашу мультиварки выложите мясо и перловую крупу, залейте водой, добавьте соль, специи и перемешайте. Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (минимальный уровень давления) и время 30 минут.
- 7 По окончании приготовления откройте крышку, снимите с бульона пенку, добавьте картофель и предварительно обжаренные овощи. Закройте крышку, установите режим **Настройка** и время 30 минут.

Сливочный суп с лососем

- 300 г лосося
- 100 г лука репчатого
- 50 г моркови
- 1 л сливок
- 40 мл соевого соуса
- 150 г картофеля
- 40 г кукурузы консервированной
- растительное масло
- соль, специи по вкусу

- 1 Рыбу и картофель нарежьте кубиками, морковь натрите на крупной терке, лук измельчите.
- 2 Обжарьте рыбу вместе с овощами на растительном масле в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 10 минут.
- 3 Добавьте картофель, кукурузу, сливки, соль, специи и соевый соус. Закройте крышку, установите режим **Суп**.

Суп получится более наваристым, если добавить в него сливочное масло.

Солянка сборная

- 100 г говядины (филе)
- 100 г свинины (филе)
- 100 г курицы копченой
- 100 г лука репчатого
- 100 г моркови
- 100 г огурцов соленых
- 80 г томатной пасты
- 100 г (10 шт.) оливок
- 50 г лимона
- 100 мл огуречного рассола
- 1 л воды
- соль, специи по вкусу

- 1 Промойте мясо в холодной воде и обсушите. Нарежьте мясо и курицу небольшими кусками, морковь и лук — кубиками, лимоны — дольками, огурцы натрите на крупной терке.
- 2 Морковь, лук, огурцы и томатную пасту выложите в чашу мультиварки.
- 3 Обжарьте в режиме **Жарка** в течение 10 минут.
- 4 Выложите в чашу мультиварки мясо, курицу, оливки, лимон, залейте водой, добавьте соль, специи и перемешайте.
- 5 Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.
- 6 Готовый суп оставьте в режиме **Подогрев** на 10–15 минут. Подавайте блюдо со сметаной или 35%-ными сливками.

Солянка с ветчиной

- 150 г ветчины
- 150 г колбасы полукопченой
- 150 г колбасы вареной
- 100 г огурцов соленых
- 50 г маслин
- 30 г лимона
- 50 г томатной пасты
- 150 г лука репчатого
- 1,5 л воды
- ½ лимона
- маслины без косточек
- растительное масло
- соль, перец по вкусу

- 1 Ветчину, колбасу, огурцы, лук нарежьте тонкой соломкой, маслины — кружками.
- 2 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 15 минут. Обжарьте ветчину и колбасу на растительном масле в течение 10 минут.
- 3 Добавьте овощи и готовьте до окончания режима. Добавьте томатную пасту, соль, перец, дольку лимона и воду. Закройте крышку, установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.
- 4 Готовую солянку подавайте со сметаной и долькой лимона.

Если во время приготовления добавить немного сока от маслин или огуречного маринада, то суп получится более ароматным.



Солянка с охотничьими колбасками

- 400 г говядины
- 100 г томатной пасты
- 200 г курицы копченой
- 100 г огурцов маринованных
- 130 г колбасок охотничьих
- 100 мл масла растительного
- 560 г картофеля
- 100 г лука репчатого
- 150 г моркови
- 100 мл огуречного рассола
- 1,5–2 л воды
- соль, специи по вкусу

- 1 Промойте говядину, нарежьте соломкой вместе с луком, морковью, картофелем, колбасками и курицей.
- 2 Выложите все ингредиенты в чашу мультиварки, залейте водой, добавьте томатную пасту, растительное масло, соль, специи и перемешайте. Закройте крышку, установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.
- 3 Готовый суп подавайте с долькой лимона, оливками и сметаной.

Рыба и морепродукты

Судак на пару

- 1 судак
- 1 головка лука репчатого
- 400 мл воды
- зелень, соль, перец по вкусу

- 1 Подготовленную рыбу промойте в холодной воде и нарежьте кусками шириной 5–6 см. Посолите и поперчите.
- 2 В чашу налейте воду и установите решетку для пароварки: вода не должна доходить до уровня решетки. Выложите на решетку рыбу, посыпьте зеленью. Сверху положите нарезанный кольцами лук.
- 3 Закройте крышку, установите режим **Пароварка** и время 15–20 минут.
- 4 Подавайте рыбу с отварным картофелем, посыпав зеленью.





Семга на пару

- 2–3 стейка семги
- прованские травы
- ½ лимона
- соль, перец по вкусу

- 1 В чашу налейте воду и установите решетку для пароварки: вода не должна доходить до уровня решетки.
- 2 Натрите стейки солью и выложите на решетку.
- 3 Посыпьте сухими травами и сбрызните соком лимона.
- 4 Закройте крышку, установите режим **Пароварка** и время 10–15 минут.

Лосось в кунжутной пасте

- 2–3 стейка лосося (филе)
- соль, черный молотый перец, лимон по вкусу

Для кунжутной пасты

- 30 г кунжута
- 2 ст. л. соевого соуса
- 1 зубчик чеснока
- 1 головка лука репчатого

- 2 ст. л. растительного масла
- имбирь молотый, молотые зерна кориандра, сухой тархун, сухой укроп по вкусу

- 1 Стейки посолите, поперчите, сбрызните лимонным соком. Измельчите лук.
- 2 Используя блендер, перемешайте до однородной массы кунжут, имбирь, кориандр, тархун, укроп и лук. Если смесь получится слишком густой, добавьте 1–2 ложки холодной воды.
- 3 Смажьте стейки полученной смесью и оставьте мариноваться на 15 минут.
- 4 Налейте воду в чашу мультиварки так, чтобы она не доходила до решетки.
- 5 Заверните стейки в фольгу, выложите на решетку для пароварки.
- 6 Закройте крышку, установите режим **Пароварка** и время 20 минут.

Блюдо подается как в горячем, так и холодном виде.

Рыба в томатном соусе

- 4 филе пикши (по 150 г)
- 1 головка лука репчатого
- 400 г консервированных помидоров
- ½ баклажана
- 2 ст. л. оливкового масла
- соль, перец по вкусу
- 1 зеленый перец

- 1 Овощи нарежьте кубиками. Добавьте масло в чашу, выложите рыбу и овощи, посолите, поперчите.
- 2 Закройте крышку, установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.

Мидии в белом вине

- ½ головки лука репчатого
- 3 зубчика чеснока
- 200 г консервированных помидоров
- 700 г свежих мидий
- 100 мл белого вина
- 2 лавровых листа
- 450 мл воды
- 1 ст. л. оливкового масла
- соль, перец по вкусу

- 1 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 25 минут.
- 2 Обжарьте измельченный лук, чеснок и помидоры на оливковом масле в течение 15 минут.
- 3 Добавьте промытые очищенные мидии, вино, лавровый лист, соль, перец и воду. Закройте крышку и готовьте до окончания режима.



Морской окунь на пару

- 1 окунь морской (филе)
- 2 зубчика чеснока
- 30 г томатной пасты
- 220 г помидоров
- 3 ст. л. сыра пармезан
- специи (для рыбы), соль, перец по вкусу

- 1 В чашу налейте воду и установите решетку для пароварки: вода не должна доходить до уровня решетки.
- 2 Рыбу нарежьте небольшими кусочками, выложите на решетку.
- 3 Посыпьте специями, посолите, поперчите. Измельчите чеснок, выложите на филе.
- 4 Сверху добавьте томатную пасту.
- 5 Нарежьте помидоры дольками, выложите их на кусочки рыбы, посолите и поперчите.
- 6 Натрите сыр на крупной терке. Посыпьте сверху.
- 7 Закройте крышку, установите режим **Пароварка** и время 30 минут.

Фунчоза с мидиями и креветками

- 400 г крупных замороженных креветок
- 300 г мяса мидий
- 50–100 мл воды
- 1 головка лука репчатого
- 4 зубчика чеснока
- 250 г сметаны (20%)
- 1 упаковка рисовой лапши
- соль морская по вкусу

- 1 Отварите креветки и очистите их.
- 2 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 40 минут.
- 3 Мидии выложите в чашу мультиварки и обжаривайте в течение 10 минут.
- 4 К мидиям добавьте мелко нарезанный лук, чеснок дольками и воду. Обжаривайте в течение еще 10 минут.
- 5 Добавьте сметану и креветки, посолите. Закройте крышку и готовьте до окончания режима.
- 6 Отдельно отварите рисовую лапшу согласно инструкции на упаковке.
- 7 На лапшу выложите морепродукты, при желании посыпьте сверху тертым сыром.



Рис с морепродуктами

- 300 г морского коктейля (замороженного)
- 300 г риса
- 30 мл оливкового масла
- 400 мл воды
- соль, специи по вкусу

- 1 Разморозьте морепродукты. Промойте рис.
- 2 В чашу мультиварки выложите все ингредиенты, добавьте масло, воду, соль, специи и перемешайте.
- 3 Закройте крышку и установите режим **Каша**.

Скумбрия в томате

- 2 скумбрии
- 1 головка лука репчатого
- 2 ст. л. томатной пасты
- 150 мл воды
- 1 лавровый лист
- соль, черный и белый перец по вкусу

- 1 Почищенную и выпотрошенную рыбу выложите в чашу мультиварки. Добавьте мелко нарезанный лук, лавровый лист, воду. Посыпьте специями и посолите.
- 2 Закройте крышку и установите режим **Тушение**.
- 3 По окончании приготовления добавьте томатную пасту, повторно установите режим **Тушение**.
- 4 Перед подачей остудите.

Мясо

Горчично-медовые свиные ребра

- 6 свиных ребер
- 2 ст. л. горчицы
- 3 ст. л. соевого соуса
- 3 ст. л. оливкового масла
- аджика сухая
- 1 ч. л. меда
- 200 мл воды

- 1 Для маринада смешайте соевый соус, горчицу (1 ст. л.), аджику и оливковое масло. Хорошо смажьте ребра, оберните пленкой и оставьте мариноваться на 3–4 часа.
- 2 Выложите в чашу ребра и обжарьте в режиме **Жарка** в течение 20 минут до румяной корочки.
- 3 В 200 мл воды разведите горчицу (1 ст. л.) и мед.
- 4 Добавьте полученный соус к мясу, закройте крышку, установите режим **Настройка** и время 45 минут.
- 5 Подавайте с тушеной стручковой фасолью.



Свинина под сыром

- 400 г свинины (вырезка)
- 100 г твердого сыра
- масло растительное
- 100 г помидоров
- 100 г свежих шампиньонов
- соль, специи по вкусу

- 1 Мясо промойте, нарежьте на стейки, отбейте до толщины 1 см, натрите солью и специями.
- 2 Помидоры нарежьте кружочками, сыр натрите на терке, грибы разрежьте на 4 части.
- 3 В чашу мультиварки добавьте растительное масло, выложите мясо, сверху грибы, помидоры, сыр.
- 4 Закройте крышку, установите режим **Пирог** и время 30 минут.

Карбонад к завтраку

- 1 кг свинины (карбонад)
- 1 ст. л. горчицы
- соль, перец по вкусу
- 6–7 лавровых листов
- 3 ст. л. оливкового масла
- 5–6 веточек тимьяна
- сок 1 лимона

- 1 Промойте свинину в холодной воде, обсушите.
- 2 Приготовьте маринад, смешав горчицу, лимонный сок, оливковое масло, соль и перец.
- 3 Добавьте готовый маринад к мясу, перемешайте.
- 4 Смажьте мясо и оставьте мариноваться на 3–4 часа.
- 5 Когда мясо замаринуется, положите сверху и снизу лавровые листья, чередуя их с веточками тимьяна. Перевяжите кулинарным шпагатом.
- 6 Поместите мясо в чашу мультиварки.
- 7 Закройте крышку, установите режим **Выпечка** и время 1 час.
- 8 При необходимости добавьте в чашу немного воды.

Солянка по-грузински

- 500 г говядины
- 2 головки лука репчатого
- 3 соленых огурца
- 3 ст. л. томатной пасты
- 4 ст. л. сухого вина
- 2–3 зубчика чеснока
- 350 мл мясного бульона (воды)
- зелень петрушки, кинзы по вкусу
- перец черный, хмели-сунели, соль, базилик, паприка— по вкусу
- растительное масло

- 1 Говядину нарежьте кусочками и обжарьте вместе с мелко нарезанным луком в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 20 минут.
- 2 Добавьте томатную пасту, очищенные от кожицы и мелко нарезанные огурцы.
- 3 Добавьте 350 мл воды или бульона, вино, закройте крышку и установите режим **Тушение**.
- 4 За 10 минут до окончания приготовления добавьте специи, измельченный чеснок, зелень.
- 5 Посолите по вкусу.
- 6 При подаче посыпьте свеженарезанной зеленью.

Нежное мясо в кунжуте с медовым соусом терияки

- 1 кг свинины
- 1 ст. л. кунжута
- 100 мл воды
- растительное масло
- Для соуса**
 - 4 ст. л. меда
 - 2 зубчика чеснока
 - 4 ст. л. соуса терияки или соевого соуса

- 1 В разогретую чашу мультиварки добавьте масло, выложите мясо. Обжарьте мясо в режиме **Жарка** в течение 20 минут до образования румяной корочки. Выложите на тарелку.
- 2 Приготовьте соус: смешайте мед и соус терияки, добавьте измельченный чеснок.
- 3 Полейте мясо полученным соусом, обваляйте в кунжуте.
- 4 Переложите мясо обратно в чашу мультиварки. Добавьте воду, закройте крышку, установите режим **Тушение**.
- 5 При подаче полейте соусом, образовавшимся при тушении.



Нежная баранина в красном вине с черносливом

- 400–500 г баранины (вырезка)
- 150 мл сухого красного вина
- 200 мл воды
- 2 помидора
- 2 головки лука репчатого
- 4 зубчика чеснока
- 10–15 шт. чернослива без косточек
- майоран, базилик, черный перец, соль по вкусу

- 1 Промойте баранину в холодной воде, обсушите, нарежьте кусочками. Выложите в чашу мультиварки.
- 2 Смешайте воду с вином, добавьте к мясу.
- 3 Добавьте все остальные ингредиенты: лук нарежьте кольцами, чеснок измельчите, помидоры нарежьте дольками, чернослив оставьте целым.
- 4 Добавьте специи, посолите. Закройте крышку, установите режим **Тушение**.

Говядина в аджично-сметанном соусе

- 800 г говяжьей вырезки
- 1 головка лука репчатого
- 150 г сметаны
- 3 ст. л. аджики домашней
- растительное масло
- морская соль, смесь перцев по вкусу

- 1 Промойте говядину в холодной воде, обсушите, нарежьте кусочками среднего размера.
- 2 Чашу мультиварки смажьте растительным маслом, добавьте нарезанный полукольцами лук и мясо.
- 3 Смешайте сметану и аджику для соуса.
- 4 Залейте мясо соусом, посолите, поперчите и перемешайте. Закройте крышку, установите режим **Настройка** (минимальный уровень давления) и время 70 минут.

Свинина с курагой

- 800 г свинины (вырезка)
- 1 головка лука репчатого
- 1 морковь
- 1 перец болгарский
- 200 г кураги
- 3 ст. л. соевого соуса
- 250 мл воды
- растительное масло
- соль, специи по вкусу

- 1 Промойте свинину в холодной воде, обсушите, нарежьте небольшими кусочками. Курагу разрежьте пополам. Лук и перец нарежьте соломкой. Морковь натрите на крупной терке.
- 2 В миске смешайте воду, соевый соус, соль, специи.
- 3 Налейте в чашу мультиварки масло. Слоями выложите мясо, лук, морковь, перец, курагу. Залейте полученной смесью.
- 4 Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 40 минут.

Фаршированный перец

- 600 г мясного фарша
- 150 г риса
- 1 головка лука репчатого
- 5–6 сладких перцев
- 200–250 мл воды или овощного бульона
- 2 ст. л. томатной пасты
- зелень, соль, специи по вкусу

- 1 Фарш смешайте с рисом, добавьте измельченный лук, соль, специи.
- 2 Размешайте в воде или бульоне томатную пасту.
- 3 Перцы очистите от семян, наполните каждый перец полученной массой, уложите в чашу мультиварки, добавьте воду или бульон до половины высоты перцев.
- 4 Закройте крышку, установите режим **Тушение**.



Тушеные куриные желудки

- 250 г куриных желудков
- 140 г помидоров
- 100 г лука репчатого
- 70 г моркови
- 60 г болгарского перца
- 50–100 мл воды
- растительное масло
- соль, специи по вкусу

- 1 Перец очистите от семян. Желудки промойте, нарежьте их и овощи соломкой.
- 2 В чашу мультиварки налейте растительное масло и обжарьте лук с морковью в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 10 минут.
- 3 Все остальные ингредиенты выложите в чашу, добавьте воду, соль, специи и перемешайте.
- 4 Закройте крышку, установите режим **Тушение**.

Курица со сливками

- 500 г курицы
- 500 мл сливок (33%)
- 200 г помидоров
- 50 г вяленых помидоров
- соль, специи по вкусу

- 1 Промойте курицу в холодной воде, обсушите, нарежьте кубиками.
- 2 В чашу мультиварки выложите курицу и помидоры, нарезанные кубиками, залейте сливками, добавьте вяленые помидоры, соль, специи и перемешайте.
- 3 Закройте крышку, установите режим **Суп**. Во время приготовления периодически открывайте крышку и перемешивайте блюдо.



Плов

- 500 г свинины
- 500 г длиннозерного риса
- 200 г моркови
- 140 г лука репчатого
- 15 г чеснока
- 700 мл воды
- 70 мл масла растительного
- соль, перец, специи (карри) по вкусу

- 1 Рис тщательно промойте и замочите в воде.
- 2 Нарежьте соломкой морковь и лук. Промойте свинину в холодной воде, обсушите, нарежьте небольшими кусочками.
- 3 На дно чаши мультиварки налейте растительное масло, выложите лук, морковь, мясо и обжарьте в режиме **Соте** с открытой крышкой.
- 4 Добавьте рис, чеснок, специи для плова, соль и влейте воду. Закройте крышку, установите режим **Тушение**.

Лагман

- 600–700 г свинины
- 1 морковь
- 2 головки лука репчатого
- 3 клубня картофеля
- 2 перца болгарских
- 1 сельдерей корневой
- 2 ст. л. томатной пасты
- 3 зубчика чеснока
- зелень (укроп, петрушка, кинза) по вкусу
- соль, специи по вкусу

- 1 Промойте свинину в холодной воде, обсушите, нарежьте средними кусками.
- 2 Переложите в чашу мультиварки, обжарьте на растительном масле в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 20 минут.
- 3 Добавьте нарезанные лук (полукольцами), морковь и сельдерей (соломкой). Перемешайте.
- 4 Добавьте нарезанные соломкой картофель и болгарский перец. Добавьте измельченный чеснок, специи, соль, перец и перемешайте.
- 5 Добавьте томатную пасту, воду (в зависимости от желаемой густоты лагмана).
- 6 Закройте крышку, установите режим **Настройка** (нормальный уровень давления) и время 50 минут.
- 7 Подавайте с лагманной лапшой, украсив зеленью.

Гарниры / Соусы



Ризотто с грибами

- 300 г риса арборио
- 200 г грибов
- 50 г растительного масла
- 600 мл воды (овощного или куриного бульона)
- 1 головка лука репчатого
- 30 г твердого сыра
- соль, перец по вкусу.

- 1 Нарежьте грибы крупно, измельчите лук.
- 2 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 20 минут.
- 3 Лук и грибы обжарьте на растительном масле в течение 10 минут.
- 4 Добавьте рис, перемешайте и готовьте до окончания режима.
- 5 Влейте воду или бульон, закройте крышку и установите режим **Рис**.
- 6 Натрите сыр на мелкой терке и посыпьте готовое блюдо.

Баклажаны с соусом

- 500 г баклажанов
- 2 зубчика чеснока
- зелень по вкусу
- 200 г сметаны
- 60 г томатной пасты
- соль, перец по вкусу

1 Разрежьте баклажаны вдоль, выложите в чашу мультиварки. Закройте крышку, установите режим **Выпечка** и время 20 минут. По окончании режима посолите, сбрызните оливковым маслом.

2 Отдельно смешайте сметану, томатную пасту, измельченный чеснок. Приправьте солью, перцем.

Соус должен быть лососевого цвета.

3 Смажьте полученным соусом баклажаны. Закройте крышку, установите режим **Рис**.

4 Готовое блюдо посыпьте зеленью.

Овощной гарнир

- 1 баклажан
- 1 болгарский перец
- 30 мл оливкового масла
- 1 цукини
- 1 зубчик чеснока
- соль, специи по вкусу
- 2 помидора
- 1 головка лука репчатого

1 Овощи нарежьте кубиками по 2 см. В чашу мультиварки налейте масло, выложите все ингредиенты, добавьте соль, специи и перемешайте.

2 Готовьте в режиме **Рис**.

Баклажанная икра

- 1–2 баклажана
- 1 головка лука репчатого
- 1 морковь
- 1 болгарский перец
- 1 помидор
- 2–3 ст. л. томатной пасты
- 3–4 ст. л. оливкового масла
- 2–3 зубчика чеснока
- соль, перец, зелень, специи по вкусу

- 1 Баклажаны и морковь натрите на крупной терке. Лук, болгарский перец и очищенный помидор мелко нарежьте.
- 2 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 25 минут. В чашу мультиварки налейте масло, обжаривайте лук в течение 10–15 минут.
- 3 Добавьте болгарский перец, морковь, баклажаны, тщательно перемешайте. Продолжайте готовить до окончания режима.
- 4 Добавьте помидор. Закройте крышку, установите режим **Суп**.
- 5 За 20 минут до окончания режима добавьте томатную пасту, чеснок, соль, перец, специи.
- 6 Готовое блюдо посыпьте зеленью.



Чоризо с тушеной фасолью

- 400 г предварительно замоченной фасоли
- 160 г консервированных помидоров
- 1 зеленый перец
- 2 головки лука репчатого
- 2 клубня картофеля
- 200 г колбасы чоризо
- 500 мл овощного бульона
- 2 ст. л. оливкового масла
- 3 зубчика чеснока
- лавровый лист по вкусу
- соль по вкусу

- 1 Овощи нарежьте кубиками, колбасу соломкой, измельчите чеснок.
- 2 В чашу мультиварки налейте масло, обжарьте лук с перцем в режиме **Жарка** с открытой крышкой в течение 10 минут.
- 3 Все ингредиенты выложите в чашу мультиварки, добавьте бульон.
- 4 Закройте крышку, установите режим **Тушение**.



Болонский соус

- 700 г говядины
- 1 головка лука репчатого
- 3 стебля сельдерея
- 2 зубчика чеснока
- 3 ст. л. томатной пасты
- 400 г консервированных помидоров
- 1 ч. л. муки
- 250 мл говяжьего бульона
- 125 г грибов
- 1 ст. л. оливкового масла
- соль, перец, специи по вкусу

- 1 Установите режим **Жарка** с открытой крышкой и время 30 минут. Мелко нарежьте мясо,
- 2 Обжарьте мясо на оливковом масле в течение 20 минут. Добавьте измельченный лук и чеснок, тонко нарезанный сельдерей. Готовьте, помешивая, 5 минут.
- 3 Смешайте в отдельной емкости томатную пасту с мукой до консистенции густой сметаны.
- 4 Выложите полученную массу к мясу, добавьте измельченные очищенные помидоры. Продолжайте готовить до окончания режима при постоянном помешивании.
- 5 Добавьте остальные ингредиенты, тщательно перемешайте.
- 6 Закройте крышку. Установите режим **Медленноварка** и время 2 часа.

Грибной соус

- 2 головки лука репчатого
- 300 г консервированных грибов
- 100 г плавленого сливочного сыра
- 300 мл воды
- 2 ст. л. муки
- соль, перец, специи по вкусу

- 1 Установите режим **Жарка** и время 20 минут. Лук мелко нарежьте и обжаривайте в течение 10 минут.
- 2 Присыпьте обжаренный лук мукой, перемешайте.
- 3 Добавьте мелко нарезанные грибы и обжаривайте до окончания режима.
- 4 Добавьте сливочный сыр и перемешайте.
- 5 Влейте воду, посолите, добавьте специи по вкусу. Закройте крышку. Установите режим **Настройка** (минимальный уровень давления) и время 20 минут.

Соус прекрасно подойдет ко всем блюдам из любого мяса и овощей.

Красный соус

- 3 ст. л. томатной пасты
- 2 головки лука репчатого
- 350 мл бульона
- 2 ст. л. муки
- 1 морковь
- 1 ст.—л. зелени петрушки
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л. оливкового масла
- соль, сахар, чеснок, лавровый лист по вкусу

- 1 Морковь и лук очистите, измельчите с помощью блендера.
- 2 Установите режим **Соте** с открытой крышкой. Обжарьте лук и морковь на оливковом масле в течение 15 минут до золотистого цвета.
- 3 Добавьте томатную пасту, муку, готовьте до окончания режима.
- 4 Добавьте бульон. Посолите, поперчите, добавьте лавровый лист, сахар, измельченный чеснок, петрушку. Закройте крышку, установите режим **Каша**.
- 5 Полученную массу процедите, добавьте сливочное масло и красный перец (по желанию).



Лечо

- 200 г помидоров
- 200 г лука репчатого
- 200 г перца болгарского
- 100 г моркови
- 100 г цукини
- 100 г томатной пасты
- соль, специи по вкусу

- 1 Овощи нарежьте кубиками.
- 2 Все ингредиенты выложите в чашу мультиварки, добавьте томатную пасту, соль, специи и перемешайте.
- 3 Закройте крышку и установите режим **Тушение**.

Для остроты можно добавить в лечо перец чили.

Выпечка/Десерты

Мраморный чизкейк

- 340 г творога (9%)
 - 150 г сыра маскарпоне
 - 2 яйца
 - 1 ст. л. кукурузного крахмала
 - 120 г сахарной пудры
 - 150 г бисквитного печенья
 - 100 г сливочного масла
 - 1 ст. л. сахарного песка
 - пакетик ванильного сахара
 - соль на кончике ножа
- Для шоколадной массы**
- 80 г горького шоколада
 - 2 ст. л. молока
 - 1 ст. л. сахарного песка

- 1 Печенье измельчите в крошку. Растопите сливочное масло с сахаром, смешайте с измельченным печеньем.
- 2 Чашу мультиварки застелите пергаментной бумагой. Выложите массу в форму и сформируйте основание с бортиками. Уберите на 30 минут в холодильник.
- 3 Взбейте творог, сыр, сахарную пудру, соль, ванилин в блендере на низкой скорости, добавьте яйца, затем крахмал. Растопите шоколад в молоке с сахаром. Положите $\frac{1}{5}$ творожной массы в растопленный шоколад.
- 4 Вылейте в форму оставшуюся творожную смесь. Затем выложите шоколадную массу. Закройте крышку. Установите режим **Выпечка** и время 1 час. По окончании оставьте в режиме **Подогрев** на 30 минут.

Во время приготовления не открывайте крышку!

- 5 Достаньте форму и остудите при комнатной температуре.



Пирог к чаю

- 200 г пшеничной муки
- 100 г поленты
- 100 г сахарного песка
- 500 мл молока
- 3 яйца
- 50 мл оливкового масла
- 3 сушеных инжира
- 50 г изюма
- 1 яблоко
- ½ ч. л. корицы
- 1 ч. л. соли
- цедра 2 апельсинов или 1 лимона
- масло сливочное

- 1 Отдельно смешайте поленту, муку, сахар, корицу, соль. Отдельно — молоко, яйца, оливковое масло. Соедините обе смеси и тщательно перемешайте.
- 2 Добавьте в полученную смесь нарезанные фрукты и цедру.
- 3 Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом и выложите в нее тесто.
- 4 Готовьте в режиме **Выпечка** 45 минут — 1 час.

Во время приготовления не открывайте крышку!

- 5 Пирог подавайте теплым со сметаной.

Классическая шарлотка

- 4 яйца
- 1 мерный стакан сахара
- 1 мерный стакан пшеничной муки высшего сорта
- 2–3 средних яблока
- 10 г сливочного масла
- ½ ч. л. разрыхлителя теста
- 1 лимон
- молотой корицы
- сахарная пудра по вкусу

- 1 Снимите кожуру с яблок, удалите сердцевину, нарежьте тонкими ломтиками, сбрызните лимонным соком.
- 2 Взбивайте яйца с сахаром не менее 10 минут до образования густой однородной массы.
- 3 При помощи лопатки замешайте муку в массу, добавьте разрыхлитель.
- 4 Дно и стенки чаши мультиварки смажьте маслом, половину теста вылейте в чашу. Сверху выложите яблоки и вылейте оставшуюся часть теста.
- 5 Закройте крышку, установите режим **Выпечка** и время 1 час.

Во время приготовления не открывайте крышку!

- 6 Перед подачей посыпьте шарлотку сахарной пудрой, корицей.

Бисквитный торт с клубникой и шоколадом

- 2 яйца
- 100 г муки
- 230 г сахарного песка
(½ в тесто, ½ в желе)
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 400 г сметаны
- 1–2 ст. л. желатина
- 300–400 г клубники
- 50 г шоколада
- 50 мл молока
- сливочное масло
- ванилин по вкусу

1 Взбейте белки с сахаром в густую пену, постепенно добавляя муку и желтки. Аккуратно вымесите, добавьте разрыхлитель и ванилин. Смажьте чашу маслом, выложите тесто. Закройте крышку, установите режим **Выпечка** и время 50 минут. По окончании процесса приготовления выньте из чаши, остудите.

Во время приготовления не открывайте крышку!

- 2 Клубнику вымойте, просушите. Взбейте сметану с сахаром. Желатин разведите в ½ стакана горячей воды, добавьте к сметане, перемешайте.
- 3 Выложите готовый бисквит на тарелку. Сверху на бисквит положите разрезанные пополам ягоды клубники (несколько ягод оставьте для украшения), залейте сметанным желе (предварительно выдержанным в холодильнике 5–10 минут). Уберите в холодильник.
- 4 В маленькую кастрюлю налейте молоко, мелко поломайте шоколад. Готовьте, помешивая, до получения однородной массы. Полейте торт шоколадной глазурью, уберите в холодильник.
- 5 Перед подачей украсьте торт оставшейся клубникой.



Десерт из груш

- 4–5 твердых груш
- лимонный сок
- 600 мл воды

Для соуса

- 2 апельсина (3–4 мандарина)
- 2 ч. л. сахарной пудры
- 2 ч. л. меда

- 1 Груши очистите, оставив хвостики, сбрызните лимонным соком.
- 2 В чашу налейте 600 мл воды и установите решетку для пароварки.
- 3 Выложите на решетку груши. Закройте крышку, установите режим **Пароварка** и время 15 минут.
- 4 Достаньте груши, полейте их соусом.
- 5 Соус: сок апельсинов (мандаринов), мед и сахарную пудру смешайте и доведите до кипения.

Апельсиновый пирог

- 4 яйца
- 230 г сахарного песка (1 стакан)
- 240 г муки (1,5 стакана)
- цедра 2 апельсинов
- ½ пакета разрыхлителя
- дольки апельсинов по вкусу

- 1 Тщательно перемешайте в блендере все ингредиенты, переложите в чашу мультиварки.
- 2 Добавьте дольки апельсина, разрезанные пополам.
- 3 Закройте крышку. Установите режим **Выпечка** и время 1 час.

Во время приготовления не открывайте крышку!



Йогурт классический

- 350 мл молока (3,2%)
- 350 мл сливок (10%)
- 300 мл простокваши (2,5%)

1 Молоко смешайте со сливками и простоквашей, вылейте в чашу мультиварки. Закройте крышку. Установите режим **Йогурт**.

2 Готовый йогурт поставьте в холодильник на 3 часа.

Для приготовления йогурта используйте ингредиенты комнатной температуры.

Книга рецептов для мультиварки Kambrook APR401 не является инструкцией по пользованию мультиваркой. Книга содержит рекомендации и советы по приготовлению блюд в мультиварке Kambrook APR401, разработанные для удобства наших покупателей.

Строгое соблюдение указанных в книге рецептур не обязательно. Вы можете изменять состав и количество ингредиентов на собственный вкус.