

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ МУЛЬТИВАРКИ

GARLYN MR-DUO 5



Ещё больше рецептов
вкусных и полезных блюд
вы найдёте на нашем сайте.

До четырёх блюд одновременно с помощью одной компактной помощницы! GARLYN MR-Duo 5 заменит собой сразу две мультиварки и не займёт много места. Используйте обе чаши, для каждой из которых можно выбрать отдельную программу приготовления и температурный режим. Используйте контейнеры для приготовления на пару и готовьте до четырёх блюд одновременно.

Совмещайте приготовление первого и второго блюда, готовьте одновременно для взрослых и детей, для любителей мяса и вегетарианцев – с GARLYN MR-Duo 5 это быстро и просто!

10 предустановленных программ уже настроены на качественное приготовление первых и вторых блюд, закусок и десертов, выпечки и напитков. Всё, что нужно – выбрать подходящую программу. Готовить по собственным рецептам и экспериментировать с новыми теперь – ещё проще! Выбирайте оптимальный температурный режим и программируйте время приготовления с режимом GARLYN ШЕФ.

Широкий диапазон настройки позволит готовить выпечку и горячие блюда при температуре до 160°C, молочные блюда и кухню су-вид – при температуре 35-80°C.





GARLYN

у техники есть 



GARLYN – это не просто бытовая техника, а настоящий ключик к комфортной жизни.

Качественные приборы, которыми захочется пользоваться каждый день. Комфортное управление, широкий функционал, надёжность и безопасность, а также стильный современный дизайн – мы сочетаем всё это в каждой модели!

Откройте для себя линейку кухонных помощников GARLYN и превратите готовку в удовольствие без лишних хлопот! Готовьте любимые блюда и напитки в разы быстрее, открывайте новые возможности и экспериментируйте, а наша техника возьмёт самую сложную работу на себя.

Доверьте чистоту дома технике для уборки GARLYN! Коллекция включает классические и вертикальные пылесосы высокой мощности для тщательной уборки и по-настоящему умный робот-пылесос для ежедневного поддержания чистоты.

Мы предоставляем всем своим покупателям расширенную гарантию 1+1, а наш отдел работы о клиентах всегда на связи!



Фирменный магазин GARLYN в Москве

Познакомьтесь со всей линейкой бытовой техники и протестируйте её в специальной кухонной зоне.



Оглавление

Линейка бытовой техники GARLYN	8
GARLYN MR-Duo 5	
Технические характеристики	16
Комплектация	17
Возможности	18
Программы приготовления	20
Меню	
Рецепты	22
GARLYN MR-Duo 5 для детей	
Детское меню	102
Стерилизация, пастеризация и подогрев детского питания	112



Шнековая соковыжималка GARLYN J-700 Pro

- Бессеточный фильтр нового поколения
- Сохранение витаминов в готовом соке
- Загрузка плодов целиком – Горловина диаметром 85 мм
- Очистка фильтра за минуту
- Защита от перегрева и перегрузки – фирменная система M-Pro



Шнековая соковыжималка GARLYN J-600 MAX

- Медленный отжим с сохранением витаминов
- 7 встроенных программ
- 2в1: соковыжималка + овощерезка
- Приготовление сорбета
- Загрузка плодов целиком
- Функция быстрой очистки
- Сенсорная панель управления



Центробежная соковыжималка GARLYN J-500

- Готовый сок за секунды!
– Мощность 1200 Вт
– Скорость до 18 000 об/мин
- 4 программы отжима и встроенный дисплей
- Титановое покрытие фильтра
- Загрузка плодов целиком – Горловина 85 мм
- Защита от перегрева и перегрузки – фирменная система M-Pro



Хлебопечь GARLYN HOME BR-1000

- 15 программ приготовления
- Замес любых видов теста
- Приготовление йогурта и джема
- Выпечка весом до 1 кг
- Металлический корпус
- Пользовательский режим
- Выпечка по расписанию – таймер до 15 часов



Кофеварка GARLYN L70

- Эспрессо, латте, капучино и молочная пенка в авторежиме
- Программирование напитков на вкус пользователя
- Давление помпы 15 бар
- Для больших и маленьких чашек
- Функция быстрой очистки
- Автокапучинатор с вместительным резервуаром
- Информативная панель управления с удобной индикацией



Стационарный blender GARLYN S-300

- Профессиональный уровень мощности 1600 Вт
- Стекланный кувшин объемом 1,8 л
- Добавление ингредиентов в процессе
- Быстрая очистка
- 3 встроенных программы
- Защита от перегревов и перегрузок – фирменная система M-Pro



**Вакуумный блендер
GARLYN V-1000**

- Измельчение в вакууме – сохранение свежести и пользы овощей и фруктов
- Скорость до 30000 об/мин
- Кувшин из тритана объемом 1,75 л
- Функция быстрой очистки
- Автопрограммы приготовления и настройка таймера
- Информативный дисплей



**Кухонная машина
GARLYN S-350**

- Смешивание, взбивание и приготовление любых видов теста
- Планетарное вращение насадок
- Металлическая чаша объемом 5,5 л
- Мощность 1500 Вт
- 6 скоростей с плавной регулировкой
- Возможность расширить функционал дополнительными насадками



**Кухонная машина
GARLYN S-500**

- Функционал 5в1:
 - планетарный миксер
 - стационарный блендер
 - мясорубка
 - овощерезка
 - тестомеситель
- Планетарная технология вращения
- Чаша объемом 5,5 л
- Металлический корпус
- Мощность 1500 Вт
- Книга рецептов в подарок



Сушилка для овощей и фруктов GARLYN D-08

- 8 уровней в комплекте
- Регулировка температуры 35°C-70°C
- Приготовление йогурта и пастилы
- Приготовление вяленого мяса и рыбы
- 3 разборных уровня со съёмным дном
- Регулировка высоты уровней



Блендер погружной GARLYN HB-310

- 3в1: измельчение, блендирование, взбивание
- Мощность 1300 Вт - для быстрого результата
- Плавная регулировка скорости
- Турбо-режим
- Скорость до 16 000 об/мин
- Комплексная защита элементов M-Pro
- Надежная фиксация насадок



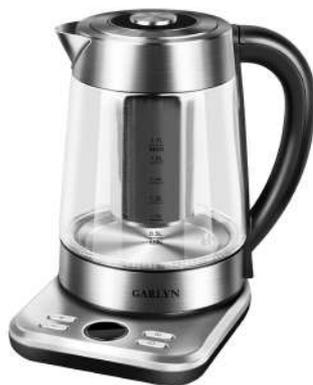
Блендер погружной GARLYN HB-320

- Функционал 9в1 – максимальная комплектация
- Мощность 1300 Вт
- Чаша объёмом 2 литра
- Скорость до 16 000 об/мин
- Функция нарезки кубиками
- Приготовление пюре и замес теста
- Автоматическая тёрка и шинковка
- Комплексная защита элементов M-Pro
- Надёжная фиксация насадок



**Чайник электрический
GARLYN K-100**

- Мощность 2150 Вт
- Индикация температуры воды – механический термометр
- Корпус из нержавеющей стали
- Вращение на подставке 360°
- Контактная группа Strix®



**Чайник электрический
GARLYN K-110**

- Мощность 2200 Вт
- Подогрев воды в диапазоне 40-90°C
- Поддержание температуры 2 ч
- Индикация температуры на дисплее
- Заварочный фильтр в комплекте
- Контактная группа Strix®
- Корпус из стекла и металла
- Вращение на подставке



**Вакуумный упаковщик
GARLYN V-400**

- Сохранение свежести и пользы продуктов
- Электронный контроль температуры
- Режимы для сухих и влажных продуктов
- Регулировка скорости
- Пакеты и рулон в комплекте



Робот-пылесос GARLYN SR-600

- HD-камера и 31 датчик для эффективной навигации
- Сухая и влажная уборка
- Непрерывная работа до 150 минут
- Построение карты и маршрута уборки
- Управление со смартфона
- Сила всасывания до 2500 Па
- Функция УФ-обеззараживания
- Уборка по расписанию
- Зонирование уборки: магнитная лента + ограничение пространства через приложение



Мясорубка GARLYN MG-3000

- Мощность 2200 Вт
- 5 кг фарша за 2 минуты
- Консистенция фарша - на выбор пользователя. 3 диска в комплекте
- 2в1: мясорубка + овощерезка
- Двойная защита двигателя, сменные адаптеры в комплекте
- Нож и диски из нержавеющей стали
- Насадки для колбасок и кеббе в комплекте



Мясорубка GARLYN MG-5000

- 5,5 кг фарша за 2 минуты
- 3в1: мясорубка + овощерезка + соковыжималка
- Мощность 2400 Вт
- Регулировка скорости
- Качественная нержавеющая сталь
- Фирменная защита двигателя M-Pro



**Кофемолка
GARLYN CG-01**

- Ручная регулировка помола
- Мощность 500 Вт
- Чаша, ножи и корпус из нержавеющей стали
- Вместимость 50 г
- Блокировка включения при открытой крышке



**Кухонные весы
GARLYN W-01**

- Нержавеющая сталь
- Измерение от 1 г до 5 кг
- Функция вычета веса тары
- Широкий выбор единиц измерения
- Удобный LCD-дисплей



**Тостеры
GARLYN TR-200 / GARLYN TR-350**

- 7 степеней обжарки
- Функция автоматического центрирования тостов
- Разморозка и подогрев
- Выдвижной поддон для крошек
- 2 отсека для загрузки



Электрогриль GARLYN GL-200

- Максимальная температура нагрева: 240°C
- 7 автоматических программ приготовления
- Выбор степени прожарки с индикацией готовности
- Съёмные панели с встроенным ТЭН – равномерный нагрев и долгий срок службы
- Функция ручного приготовления с программированием настроек



Контейнерный пылесос GARLYN CV-500

- Высокая мощность всасывания: 400 Вт
- Регулировка мощности
- Циклонный фильтр
- Радиус работы: 8 м
- Вместимость пылесборника: 2 л
- Турбощётка в комплекте



Мешковой пылесос GARLYN BV-300

- Высокая мощность всасывания: 450 Вт
- 5 режимов работы
- Вместимость пылесборника: 2,3 л
- Турбощётка в комплекте
- Встроенный дисплей



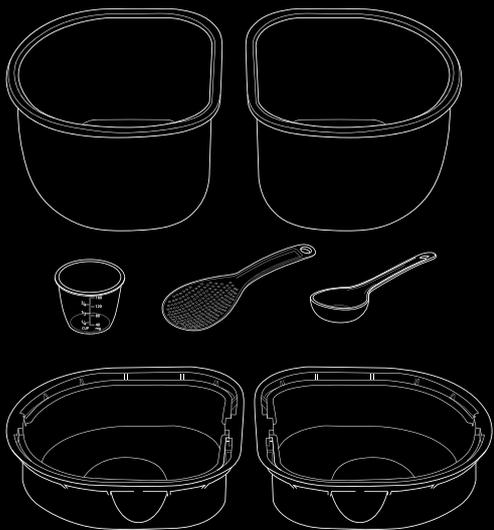
GARLYN MR-DUO 5

Технические характеристики

- 10 автоматических программ приготовления
- GARLYN ШЕФ – авторский режим приготовления с широким набором настроек
- 2 отдельных чаши объемом 1,5 л
- Антипригарное покрытие Daikin®
- Съёмные внутренние крышки чаш
- Температура приготовления от 35°C до 160°C
- Регулировка температуры и времени прямо в процессе приготовления
- Встроенный таймер с отсрочкой до 24 часов
- Автоподогрев готовых блюд
- Встроенный информативный дисплей

КОМПЛЕКТАЦИЯ МУЛЬТИВАРКИ

- Чаша
- Поддон для приготовления на пару
- Черпак и плоская ложка
- Мерный стакан
- Силиконовая лопатка
- Прихватки



ОСОБЕННОСТИ:

GARLYN MR-Duo 5 – это не только компактный помощник, занимающий минимум места на вашей кухне, но и многофункциональный прибор, способный заменить сразу несколько видов техники.

АВТОПОДОГРЕВ ГОТОВЫХ БЛЮД

Мультиварка автоматически будет поддерживать оптимальную температуру свежеприготовленных блюд до 12 часов.

ОТЛОЖЕННЫЙ СТАРТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Программируйте время начала приготовления по своему усмотрению. Удобная настройка позволит приготовить любимые блюда и напитки в нужное время. Свежеприготовленный завтрак или ужин без лишних хлопот.

СЪЁМНЫЕ КРЫШКИ ЧАШ

Удобная конструкция позволяет быстро и легко очищать крышки чаш после приготовления.

ОТКЛЮЧЕНИЕ ЗВУКОВЫХ СИГНАЛОВ И УВЕДОМЛЕНИЙ

GARLYN MR-Duo 5 – ваш незаметный помощник, оснащённый функцией отключения звуковых сигналов. Используйте в любое время суток с особым удобством.

Широкие возможности GARLYN MR-Duo 5



Блюда на пару



Варка



Су-вид



Домашний йогурт



Молочные каши



Крупы



Супы



Жарка



Фритюр



Тушение



Томление



Плов



Хлеб



Десерты



Пицца



Выпечка

Программы приготовления



СУП – оптимальный режим для приготовления супов и бульонов.



ПЛОВ – Программа рассчитана на создание блюд, приготовление которых подразумевает сочетание варки и запекания.



ТУШЕНИЕ – отлично справится с приготовлением бульонов и каш, холодцов и других блюд, которые необходимо «томить» при низкой температуре.



ПАР/ВАРКА – программа оптимально подходит для приготовления низкокалорийных блюд.



МОЛОЧНАЯ КАША – подойдет для приготовления различных каш на молоке, а также соусов и гарниров.



ЖАРКА – оптимально подойдет для приготовления стейков, бифштексов, мясных и рыбных блюд и многого другого.



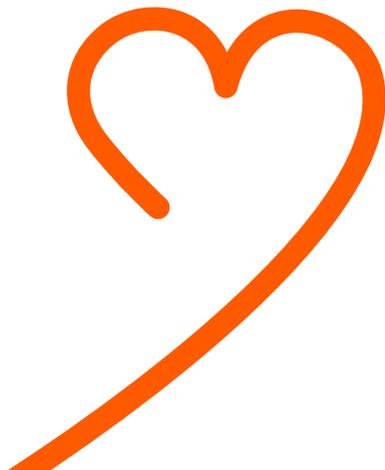
КРУПЫ – справится с приготовлением рассыпчатых каш из различных круп.



ЙОГУРТ/ТЕСТО – оптимальный режим для приготовления натурального домашнего йогурта и расстойки различных видов теста.



ВЫПЕЧКА – для приготовления десертов и выпечки, запекания горячих вторых блюд и гарниров.



GARLYN ШЕФ

– программа для приготовления по собственным рецептам. Настраивайте время приготовления в диапазоне от 1 минуты до 12 часов и устанавливайте температуру от 35°C до 160°C. Программа GARLYN ШЕФ позволяет не только готовить горячие блюда и выпечку, но и экспериментировать с молочной кухней и приготовлением пищи по технологии су-вид (sous-vide), а также с удобством разогревать блюда и напитки до нужной температуры или готовить детское питание.

Готовьте по любимым рецептам и экспериментируйте с новыми идеями. Настраивайте программу приготовления по своему вкусу и наслаждайтесь результатом!

КАШИ

Манная каша	24
Овсяная каша	25
Рисовая каша	26
Сливочная кукурузная каша	27

СУПЫ

Солянка	28
Борщ с телятиной	29
Домашний суп с фрикадельками	30
Овощной суп Минестроне	31
Куриный суп с цуккини и чечевицей	32
Крестьянский суп по-итальянски	33
Суп Харчо	34
Куриный суп с лапшой по-азиатски	35
Том Ям	36
Фасолевый суп с бататом и ветчиной	37
Томатный суп с индейкой	38
Щавелевый суп	41

ЗАКУСКИ

Паштет из куриной печени	40
Лечо	41
Лобио	42
Плавленый сыр с опятами	44
Хумус	45
Ленивые вареники на пару	46
Икра из запечённых овощей	47
Оладьи из кабачков	48
Холодец из утки	49

ВТОРЫЕ БЛЮДА**Блюда из мяса птицы**

Жареная курица	50
Котлеты по-киевски	51
Куриная грудка с томатами и сыром	52
Куриное филе тушёное с ананасами	53
Плов из бедра индейки	54
Суфле из индейки	55
Тефтели из индейки	56

Блюда из мяса

Свинина тушёная с овощами	57
Свинина по-французски	58
Свинина с апельсинами	59
Тушёные свиные ребрышки в остром соусе	60
Говяжий стейк в мультиварке	61
Азу из говядины	62
Тушёная говядина с хурмой	63
Ромштекс из говядины	64

Блюда из рыбы

Красная рыба с овощами	65
Щука в сметанном соусе	66
Рыбное суфле	67
Филе трески запечённое	68
Котлеты из хека на пару	69
Стейк из форели	70

ГАРНИРЫ

Капуста тушёная с шампиньонами	71
Рис с овощами	72
Брокколи и цветная капуста под соусом Альфредо	73
Запечённый молодой картофель	74

СУ-ВИД/SOUS-VIDE | приготовление в вакууме

Форель су-вид	75
Филе лосося под укропным соусом	76
Утиная грудка с апельсином	77
Рулет из индейки с сулугуни	78
Стейк из говядины в вакууме	79

ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТЫ

Хлеб

Овсяный хлеб	80
Домашний белый хлеб	81
Ржаной хлеб	82
Цельнозерновой хлеб	83
Сырный хлеб	84

Выпечка

Тыквенный пирог с творожной начинкой	85
Ванильный бисквит	86
Апельсиновый бисквит	87
Сдобный кулич	88
Ореховый пирог со сгущёнкой	89
Шарлотка с грушей	90
Ягодный пирог на кефире	91
Бисквит «Три молока»	92
Банановый пирог	93
Традиционный манник	94

НАПИТКИ

Горячий шоколад	95
Клюквенный пунш	96
Клубничный кисель	97
Яблочный взвар	98
Морс из облепихи	99
Компот из черешни	100

ДЕТСКОЕ МЕНЮ

Тыквенное пюре с кабачком	104
Рыбное пюре	105
Суп-пюре со шпинатом	106
Фруктовое пюре	107
Суфле из мяса кролика	108
Рисовая каша с тыквой	109
Паровые котлеты из говядины	110
Пшённая каша протёртая	111



Манная каша

Ингредиенты:

- Манная крупа – 30 г.
- Молоко / Сливки – 400 мл.
- Сливочное масло – 30 г.
- Сахар – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Свежие ягоды для подачи (клубника, черника, малина) – по вкусу

Приготовление:

1. Выложите в чашу мультиварки манную крупу, сахар и соль.
2. Добавьте свежее молоко и хорошо перемешайте.
3. Выберите программу приготовления **«Молочная каша»**.

Время приготовления:

25 минут.

4. За 5 минут до готовности добавьте сливочное масло и хорошо перемешайте.
 5. Подавайте готовую манную кашу со свежими ягодами.
- Приятного аппетита!

Овсяная каша

Ингредиенты:

- Овсяные хлопья долгой варки – 90 г.
- Молоко / Сливки – 600 мл.
- Сливочное масло – 30 г.
- Сахар – по вкусу
- Соль – по вкусу

Для подачи – по вкусу:

Ягоды, орехи, сухофрукты, джем

Приготовление:

1. Выложите в чашу мультиварки овсяные хлопья, добавьте соль и сахар, сливочное масло и молоко.

2. Выберите программу приготовления **«Молочная каша»**.

Время приготовления: **1 час**.

*Если использовать овсяные хлопья мелкого размера, то время приготовления составит 25 минут.

3. Подавайте готовую овсяную кашу со свежими ягодами, орехами, джемом или сухофруктами. Приятного аппетита!





Рисовая каша

Ингредиенты:

- Рис круглозерный – 100 г.
- Молоко – 550 мл.
- Масло сливочное – 30 г.
- Соль – по вкусу
- Сахар – по вкусу

Приготовление:

1. Выложите рис в чашу мультиварки, налейте молоко, добавьте сливочное масло, соль и сахар. Хорошо перемешайте ингредиенты.
2. Выберите программу приготовления **«Молочная каша»**.

Время приготовления:
60 минут.

3. Готовую кашу хорошо остудите и подавайте к столу со свежими ягодами, фруктами, джемом или другими добавками по своему вкусу. Приятного аппетита!

Сливочная кукурузная каша

Ингредиенты:

- Кукурузная крупа – 100 г.
- Густые сливки – 80 г.
- Вода – 450 мл.
- Молоко – 100 мл.
- Сахар – по вкусу
- Соль – по вкусу

Приготовление:

1. Добавьте кукурузную крупу и сахар в чашу мультиварки. Хорошо перемешайте. Влейте воду и закройте крышку мультиварки.
2. Выберите программу приготовления **«Молочная каша»**.
Время приготовления: **1 час**.
3. По окончании работы программы добавьте в чашу мультиварки молоко и густые сливки. Хорошо перемешайте.
4. Выберите программу **«GARLYN шеф»**, установите температуру приготовления на **90°C**. Время приготовления: **40 минут**.
5. За 5 минут до окончания работы программы добавьте соль и хорошо перемешайте кашу.
6. После сигнала оставьте кашу под закрытой крышкой в режиме подогрева на 20 минут (по желанию). Приятного аппетита!





Солянка

Ингредиенты:

- Мякоть говядины (или телятины) – 130 г.
- Морковь небольшого размера – 70 г.
- Охотничьи колбаски (или краковская колбаса) – 50 г.
- Солёные (маринованные) огурцы – 40 г.
- Растительное масло – 40 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи (тмин, чеснок, гвоздика, перец) – по вкусу
- Картофель – 100 г.
- Копчёная курица – 80 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Маслины без косточки – 50 г.
- Томатная паста - 50 г.
- Вода – 750 мл.

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Мякоть говядины нарежьте небольшими кусочками или соломкой.	1. Мелко нарежьте охотничьи колбаски, копчёную курицу, лук, морковь, картофель и солёные огурцы.
2. В чашу мультиварки добавьте измельчённое мясо и воду.	2. Выберите программу приготовления «Жарка» . Время приготовления: 15 минут . Добавьте в чашу растительное масло.
3. Выберите режим приготовления «Суп» , время приготовления: 1,5 ч .	3. Выложите в чашу курицу, охотничьи колбаски, лук, морковь, солёные огурцы и томатную пасту. Готовьте периодически помешивая.
4. За 35–40 минут до окончания программы добавьте в чашу с бульоном готовую зажарку, а также - измельчённый картофель и маслины. Хорошо перемешайте и готовьте с закрытой крышкой.	

Приятного аппетита!

Борщ с телятиной

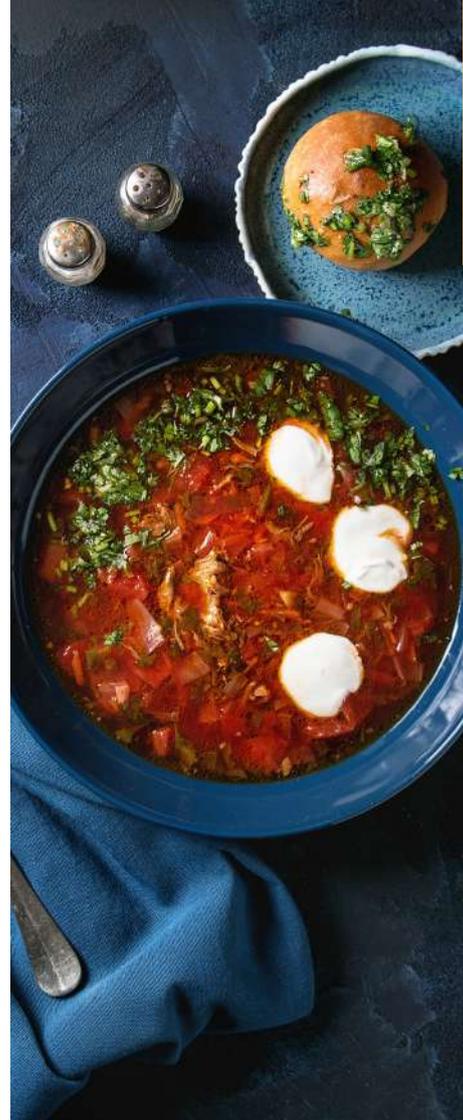
Ингредиенты:

- Телятина филе – 140 г.
- Картофель свежий – 100 г.
- Свёкла – 60 г.
- Капуста – 60 г.
- Репчатый лук – 40 г.
- Морковь – 50 г.
- Томатная паста – 35 г.
- Чеснок свежий – 5 г.
- Растительное масло – 20 мл.
- Вода – 750 мл.
- Специи (лавровый лист, перец чёрный, сумач, базилик, розмарин, паприка молотая, мускатный орех, укроп, петрушка) – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Нарезьте мякоть телятины небольшими кусочками.	1. Нарезьте овощи небольшой соломкой.
2. Выложите в чашу мультиварки мясо и добавьте воду.	2. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и выберите программу приготовления «Жарка» (время приготовления: 15 минут).
3. Используйте программу приготовления «Суп». Время приготовления: 1,5 ч .	3. Выложите свёклу, морковь, лук и томатную пасту в чашу мультиварки. Готовьте, периодически помешивая.
4. За час до окончания программы добавьте в бульон готовую овощную зажарку, а также картофель, капусту, чеснок, соль и специи по вкусу. Хорошо перемешайте и готовьте под закрытой крышкой.	

Готовый борщ подавайте со сметаной. Приятного аппетита!



Домашний суп с фрикадельками

Ингредиенты:

- Фарш домашний (свинина/говядина) – 140 г.
- Картофель – 200 г.
- Репчатый лук – 50 г.
- Морковь – 50 г.
- Томатная паста – 30 г.
- Чеснок – 5 г.
- Чеснок – 5 г.
- Растительное масло – 20 мл.
- Вода – 900 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи (укроп, петрушка, базилик, тимьян, лавровый лист) – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Измельчите картофель небольшими кубиками. Выложите его в чашу мультиварки и добавьте воду. Используйте программу приготовления «Суп», время приготовления: 1 час 20 минут .	1. Лук и морковь нарежьте мелкой соломкой.
2. Добавьте в фарш соль и специи по вкусу и сформируйте из готовой смеси шарики небольшого размера.	2. Налейте в чашу мультиварки растительное масло. Выберите программу приготовления «Жарка», время приготовления – 10 минут . Выложите в чашу измельченный лук и морковь, добавьте томатную пасту и хорошо перемешайте. Также периодически помешивайте за жарку в процессе приготовления.
3. За 50 минут до окончания работы программы «Суп» добавьте в чашу готовую овощную за жарку, мясные фрикадельки, а также измельченный чеснок, соль и специи. Хорошо перемешайте и готовьте под закрытой крышкой до окончания работы программы.	

Приятного аппетита!



Овощной суп Минестроне

Ингредиенты:

- Морковь – 90 г.
- Лук репчатый – 40 г.
- Корень сельдерея – 80 г.
- Картофель – 40 г.
- Цуккини – 40 г.
- Помидоры – 50 г.
- Зелёный горошек – 50 г.
- Цветная капуста – 60 г.
- Вода – 750 мл.
- Оливковое масло – 20 мл.
- Петрушка – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте и очистите овощи. Морковь нарежьте кружочками или измельчите на крупной тёрке. Лук и корень сельдерея мелко нарежьте. Остальные овощи измельчите кубиком.

2. Включите программу **«Жарка»**, время приготовления – **5 минут**. В чашу мультиварки добавьте оливковое масло, а затем выложите измельчённые лук, морковь и сельдерея. Обжаривайте овощи, периодически помешивая.

3. По окончании обжарки добавьте в чашу мультиварки все остальные овощи и влейте воду. Включите режим **«Суп»**, время приготовления – **30 минут**.

4. В конце приготовления добавьте соль и специи по вкусу. При подаче рекомендуется использовать свежую зелень. Приятного аппетита!





Куриный суп с цуккини и чечевицей

Ингредиенты:

- Филе бедра курицы – 400 г.
- Куриный бульон – 500 г.
- Вода – 100 мл.
- Чечевица коричневая – 90 г.
- Курага (или изюм) – 40 г.

- Цуккини (небольшого размера) – 120 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Перец болгарский – 100 г.
- Растительное масло – 40 мл.
- Чеснок – 3–4 г.
- Лук зелёный – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Специи (зира, кориандр, чёрный перец) – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Измельчите филе бедра небольшими кусочками. Чеснок мелко порубите.	1. Измельчите лук и болгарский перец.
2. Добавьте в чашу мультиварки небольшое количество растительного масла. Выложите туда нарезанное мясо, а также добавьте измельчённый чеснок, кориандр, зиру и чёрный молотый перец. Выберите программу приготовления « Жарка », время приготовления – 15 минут .	2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество растительного масла. Выложите туда измельчённый лук и болгарский перец. Установите программу приготовления « Жарка », время приготовления – 10 минут .
3. В чашу к обжаренному филе бедра выложите хорошо промытую чечевицу, готовую пассеровку из лука и перца, влейте куриный бульон и добавьте 100 мл воды. Установите программу приготовления « GARLYN Шеф »: температура томления 80°C , время приготовления – 6 часов .	
4. По окончании томления добавьте в суп измельчённый цуккини и курагу (или изюм), готовьте в режиме « GARLYN Шеф » при температуре 95°C , время приготовления – 15 минут .	

подавайте готовый суп, украсив его измельчённым зелёным луком. Приятного аппетита!

Крестьянский суп по-итальянски

Ингредиенты:

- Капуста белокочанная – 200 г.
- Фарш домашний (свинина, говядина) – 120 г.
- Сыр твёрдых сортов – 60 г.
- Сельдерей свежий (стебли) – 120 г.
- Вода – 850 мл.
- Петрушка – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте и очистите овощи, а затем мелко нарежьте.

2. Сыр натрите на средней тёрке. Фарш разомните с помощью вилки.

3. Включите мультиварку и выберите программу **«GARLYN шеф»**.

Температура приготовления: 150°C.

Время приготовления: **60 минут**.

4. В чашу мультиварки влейте воду и доведите её до кипения. Затем выложите в чашу измельчённые овощи и дайте им повариться в течение 15 минут.

5. Добавьте в чашу мультиварки фарш и хорошо перемешайте. Оставьте готовиться на 25 минут.

6. Добавьте натёртый сыр, соль и перец по вкусу, хорошо перемешайте и выключите мультиварку.

Подавайте суп со свежей зеленью по вкусу. Приятного аппетита!



Суп Харчо

Ингредиенты:

- Говядина – 250 г.
- Лук репчатый - 110 г.
- Рис – 40 г.
- Грецкие орехи – 25 г.
- Соус Ткемали - 50 г.
- Чеснок – 5 г.
- Растительное масло – 20 мл.
- Томатная паста – 10 г.
- Мука пшеничная – 25 г.
- Вода – 1,2 л.
- Хмели-сунели – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу
- Петрушка – по вкусу
- Кинза – по вкусу
- Перец красный молотый - по вкусу
- Перец чёрный молотый – по вкусу
- Соль – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Измельчите говядину небольшими кусочками.	1. Выложите в чашу мультиварки грецкие орехи. Выберите программу приготовления «Жарка» : время приготовления: 6 минут .
2. Выложите в чашу мультиварки говядину и влейте 1,2 л. воды. Выберите программу приготовления «Суп» : время приготовления – 1,5 ч .	2. Обжаренные орехи измельчите в блендере или в ступке вместе с чесноком и молотым перцем.
3. За 50 минут до окончания программы в чашу мультиварки добавьте готовую зажарку из лука, измельчённые грецкие орехи с чесноком, соль, специи и хорошо промытый рис.	3. Измельчите репчатый лук и выложите его в чашу мультиварки, добавив небольшое количество растительного масла. Выберите режим приготовления: «Жарка» . Время приготовления: 15 минут .
4. За несколько минут до окончания приготовления добавьте в чашу мультиварки свежую измельчённую зелень.	4. Спустя 7 минут после начала обжарки добавьте к луку томатную пасту и разведённую в небольшом количестве воды муку. Хорошо перемешайте. Спустя 2-3 минуты добавьте в чашу соус Ткемали и хорошо перемешайте.

Приятного аппетита!



Куриный суп с лапшой по-азиатски

Ингредиенты:

- Филе бедра курицы – 400 г.
- Лапша рисовая (фунчоза) – 50 г.
- Зелёный горошек стручковый – 150 г.
- Морковь – 150 г.
- Имбирь свежий – 4 г.
- Куриный бульон – 300 мл.
- Вода – 200 мл.
- Красное сухое вино – 30 мл.
- Соевый соус – 40 мл.
- Рисовый уксус – 8 мл.
- Чёрный молотый перец – по вкусу
- Соль – по вкусу

Приготовление:

1. Филе бедра курицы нарежьте небольшими кубиками. Морковь и имбирь хорошо очистите и измельчите на тёрке (для моркови используйте крупную тёрку, а для имбиря – мелкую).

2. В чашу мультиварки выложите мясо курицы, морковь, имбирь. Добавьте красное сухое вино, рисовый уксус и одну столовую ложку соевого соуса, а также - чёрный молотый перец по вкусу. Залейте все ингредиенты водой и куриным бульоном.

3. Выберите программу **«GARLYN шеф»** и готовьте суп **2,5 часа** при температуре **95°C**.

4. За 5 минут до окончания работы программы приготовления добавьте в чашу рисовую лапшу и стручковый горох и накройте крышкой.

При подаче готового супа можно использовать соевый соус.
Приятного аппетита!





Том Ям

Ингредиенты:

- Бульон куриный – 500 мл.
- Томат – 140 г.
- Креветки - 100 г.
- Гребешки – 100 г.
- Кальмар – 50 г.
- Масло сливочное – 40 г.
- Лемонграсс сушёный (кусочками) – 12–15 г.
- Перец чили – 2 г.
- Кокосовое молоко – 90 мл.
- Сок лайма – 5 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Соус Шрирача/Табаско/Острая основа для супа «Том Ям» - по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Тщательно очистите кальмар и нарежьте его небольшими квадратными кусочками. Гребешки и креветки также тщательно очистите. Нарежьте лемонграсс небольшими кусочками.	1. В чашу мультиварки добавьте куриный бульон и кокосовое молоко. Выберите режим приготовления «GARLYN шеф» , время приготовления 25 минут . Установите температуру 100°C .
2. Выберите режим «Жарка» , время приготовления – 10 минут . В чашу мультиварки добавьте сливочное масло. Затем добавьте измельчённый лемонграсс. Обжаривайте 1–2 минуты.	2. В бульон выложите обжаренную смесь с морепродуктами. Также добавьте туда по вкусу острый соус (Чили, Шрирача или основу для супа Том-Ям), соль и перец по вкусу. Добавьте сок лайма. Выберите режим приготовления «GARLYN шеф» и установите температуру 100°C , время приготовления – 2–3 минуты .
3. Выложите в чашу морепродукты и хорошо перемешайте. Обжаривайте 2–3 минуты.	
4. Нарежьте томаты и острый перец небольшими кусочками, добавьте в чашу и обжаривайте смесь 1–2 минуты. Затем по вкусу добавьте измельчённый зелёный лук и обжаривайте еще 1–2 минуты.	

Приятного аппетита!

Фасолевый суп с бататом и ветчиной

Ингредиенты:

- Батат – 350 г.
- Ветчина – 300 г.
- Белая консервированная фасоль – 250 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Сливки 10% - 50 мл.
- Куриный бульон – 450 мл.
- Тимьян сушеный – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Чёрный молотый перец – по вкусу

Приготовление:

1. Очистите батат и нарежьте его кубиками. Ветчину также нарежьте кубиками. Измельчите репчатый лук.
2. В чашу мультиварки выложите батат, ветчину, фасоль, репчатый лук. Добавьте соль и специи и влейте бульон.
3. Выберите программу приготовления «**GARLYN шеф**». Готовьте 5-6 часов при **75°C** или **2-3 часа при температуре 90°C**.
4. По окончании приготовления влейте в суп сливки и хорошо перемешайте.
5. Перед подачей можно слегка размять суп с помощью специального толкателя.

Приятного аппетита!





Томатный суп с индейкой

Ингредиенты:

- Филе индейки – 350 г.
- Томаты в собственном соку – 300 г.
- Томаты свежие – 300 г.
- Вода – 200 мл.
- Лук репчатый – 100 г.
- Чеснок – 10 г.
- Растительное масло – 40 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи (лист лавровый, петрушка, хмели-сунели, перец острый) – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Нарежьте филе индейки небольшими кусочками/кубиками.	1. Очистите и измельчите лук, чеснок и сельдерей.
2. Добавьте в чашу мультиварки небольшое количество масла. Выберите программу приготовления «Жарка» , время приготовления – 10 минут . Выложите в разогретую чашу измельченную индейку и обжаривайте, периодически помешивая в процессе.	2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество масла. Выберите программу приготовления «Жарка» , время приготовления – 10 минут .
3. Свежие томаты очистите от кожуры и измельчите с помощью тёрки до консистенции кашицы. Смешайте их с томатами в собственном соку. Добавьте в чашу мультиварки смесь из томатов и воду. Включите программу «Суп» , время приготовления – 20 минут .	В разогретую чашу выложите измельченный лук, спустя пару минут обжаривания добавьте к нему чеснок и сельдерей и хорошо перемешайте. Обжаривайте 2 минуты.
4. За 10 минут до окончания программы добавьте пассерованные овощи в суп, хорошо перемешайте и накройте крышкой. Готовьте до окончания программы.	

Приятного аппетита!

Щавелевый суп

Ингредиенты:

- Куриное мясо (можно использовать любое: как филе, так и мясо на кости) – 300 г.
- Щавель – 170 г.
- Картофель – 220 г.
- Морковь – 50 г.
- Лук репчатый – 50 г.
- Яйцо куриное – 45 г/1 шт.
- Вода - 350 мл.
- Растительное масло – 25 мл.
- Сок лимона – 10 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный (горошек или молотый) – по вкусу
- Свежая зелень (укроп, петрушка) – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Очистите и измельчите лук и морковь. Картофель очистите и нарежьте кубиками. Щавель тщательно промойте.	
2. Выложите в чашу мультиварки курицу и влейте воду. Добавьте перец и лавровый лист. Включите программу приготовления «Суп» , время приготовления – 30 минут .	2. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и включите программу приготовления «Жарка» . Время приготовления – 10 минут . Добавьте измельчённый лук и морковь, помешивайте в процессе приготовления.
3. Достаньте из бульона перец, лавровый лист и проваренную курицу. Добавьте в чашу с бульоном пассерованные овощи, нарезанный картофель. Посолите по вкусу. Добавьте лимонный сок. Включите программу приготовления «Суп» , время – 15 минут .	
4. Куриное яйцо взбейте с помощью венчика до однородной консистенции. Постоянно помешивая суп (для этого также используйте венчик) постепенно влейте взбитое яйцо. Помешивайте суп пока яйцо не схватится и не превратится в тонкие яичные нити.	
5. Отваренное мясо нарежьте на небольшие кусочки (при необходимости снять с костей). Щавель измельчите. За 5 минут до окончания работы программы добавьте в суп измельчённое мясо и щавель.	
6. Готовому супу дайте настояться под крышкой в течение 5-10 мин.	

Приятного аппетита!



Паштет из куриной печени

Ингредиенты:

- Печень куриная – 250 г.
- Морковь свежая – 100 г.
- Репчатый лук – 80 г.
- Сливки 20% - 50 мл.
- Масло сливочное – 80 г.
- Яйца куриные – 1 шт
- Сахар – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Зелень петрушки – по вкусу
- Коньяк – по вкусу

Приготовление:

1. Куриную печень хорошо промойте и очистите её от пленки и прожилок. Нарежьте очищенную печень крупными кусками.
2. Морковь и лук почистите и измельчите.
3. Включите мультиварку в режиме **«Выпечка»** и установите время приготовления **30 минут**. В чашу мультиварки добавьте 25 г. сливочного масла, а затем выложите измельчённую печень и овощи. Готовьте под закрытой крышкой, периодически помешивая.
4. По окончании работы программы остудите готовую массу, добавьте к ней сливки, куриные яйца, сахар, соль и коньяк. Измельчите полученную массу с помощью блендера.
5. Смажьте дно чаши мультиварки небольшим количеством сливочного масла, а затем выложите смесь для паштета, равномерно распределив ее внутри формы. Используйте режим **«Выпечка»** и готовьте паштет до загустения в течение **15 минут**.
6. По окончании приготовления добавьте оставшееся сливочное масло в паштет и хорошо перемешайте полученную смесь.
7. Готовый паштет переложите в посуду для хранения и оставьте в холодильнике на 2–3 часа. Подавайте готовый паштет, украсив его свежей зеленью. Приятного аппетита!

Лечо

Ингредиенты:

- Томаты – 500 г.
- Болгарский перец – 400 г.
- Лук репчатый – 150 г.
- Чеснок – 10 г.
- Растительное масло – 50 мл.
- Уксус – 10 мл.
- Соль – по вкусу
- Сахар – по вкусу
- Перец чёрный горошком – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу

Приготовление:

1. Очистите помидоры от кожуры и плодоножек. Измельчите их с помощью мясорубки или блендера до однородной консистенции.
2. Лук и болгарский перец хорошо очистите и нарежьте небольшими кусочками. Чеснок пропустите через пресс.
3. В чашу мультиварки выложите измельчённые томаты, болгарский перец, лук и чеснок. Добавьте растительное масло, соль, сахар и специи. Выберите режим **«Тушение»**, время приготовления: **1 ч.**
4. По окончании тушения добавьте в лечо уксус и включите режим **«Подогрев»** на **10 минут.**
5. Дайте готовому блюду остыть, а затем подавайте к столу. Приятного аппетита!





Лобио

Ингредиенты:

- Красная фасоль – 200 г.
- Томаты – 200 г.
- Репчатый лук – 120 г.
- Грецкие орехи – 50 г.
- Кинза свежая – 10 г.
- Перец красный острый – 6 г.
- Чеснок – 5 г.
- Вода – 900 мл.
- Масло растительное – 30 мл.
- Хмели-сунели – 13 г.
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный острый – по вкусу

Приготовление: Перед приготовлением лобио фасоль необходимо замочить в холодной воде и оставить набухать на 7–8 часов.

Чаша 1	Чаша 2
<p>1. Выложите в чашу мультиварки фасоль и залейте её водой таким образом, чтобы уровень воды был на пару сантиметров выше уровня фасоли. Включите режим «GARLYN шеф» и установите температуру приготовления не менее 100°C. Время приготовления – 25 минут (в зависимости от температуры). Доведите фасоль до кипения и слейте воду.</p>	<p>1. Лук очистите и нарежьте небольшими кубиками. Томаты очистите от кожуры и также нарежьте кубиком. Красный острый перец измельчите небольшими кусочками.</p>
<p>2. Залейте фасоль чистой холодной водой в пропорции 1:3. Посолите по вкусу. Включите программу «Тушение». Время приготовления – 1,5 часа.</p>	<p>2. Включите режим «Жарка». Время приготовления: 10 минут. Добавьте в чашу растительное масло и выложите измельчённый лук. Обжаривайте пару минут до золотистого цвета, периодически помешивая. Затем добавьте измельчённые томаты и острый красный перец. Обжаривайте пару минут, помешивая.</p>
	<p>3. Грецкие орехи измельчите до консистенции крошки с помощью блендера. Свежую кинзу и чеснок мелко нарежьте и смешайте с измельчёнными орехами. Добавьте смесь в чашу к овощной зажарке и тщательно перемешайте. Обжаривайте пару минут, помешивая.</p>
	<p>4. В чашу выложите готовую фасоль, добавьте небольшое количество бульона, в котором она варилась. Также в чашу добавьте специи и приправьте солью и перцем по вкусу. Оставьте томиться под крышкой на 3–4 минуты.</p>

Приятного аппетита!





Плавленный сыр с опятами

Ингредиенты:

- Творог – 120 г.
- Опята – 80 г.
- Сливочное масло – 50 г.
- Яйцо куриное – 45 г (1 шт).
- Растительное масло – 15 мл.
- Сода – 4 г.
- Соль – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. В отдельной посуде смешайте творог, яйцо, соль, соду и сливочное масло (можно предварительно размягчить его на водяной бане или нарезать небольшими кусочками). Для замешивания можно использовать блендер.	1. Опята хорошо промойте и нарежьте небольшими кусочками. Замочите грибы в холодной воде примерно на 20-25 минут.
2. В чашу мультиварки налейте 400 мл воды. Установите подставку для приготовления пищи на пару. Посуду с готовой смесью установите сверху на подставку. Выберите режим «Пар/Варка», время приготовления: 15 минут .	2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество растительного масла и включите режим «Жарка».
3. Варите смесь на водяной бане, периодически помешивая. По окончании приготовления смесь должна иметь тягучую однородную консистенцию.	Время приготовления: 15 минут . Выложите в чашу с разогретым маслом опята и готовьте их, периодически помешивая.
4. Готовый сыр остудите при комнатной температуре в течение 40-60 минут.	
5. Готовые обжаренные опята добавьте в остывший сыр и хорошо перемешайте.	

Подавайте готовый плавленный сыр в охлажденном виде. Приятного аппетита!

Хумус

Ингредиенты:

- Нут – 150 г.
- Кунжут – 30 г.
- Вода – 300 мл.
- Лимонный сок – 30 мл.
- Чеснок – 5 г.
- Оливковое масло – 30 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный молотый – по вкусу
- Зира – по вкусу

Перед приготовлением рекомендуем замочить нут в холодной воде и оставить его на 3–4 часа.

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. В чашу мультиварки выложите нут и залейте его водой в таком количестве, чтобы уровень воды был выше уровня бобов на пару сантиметров. Включите режим «Тушение» . Время приготовления 2 часа .	1. В чашу мультиварки выложите зиру. Готовьте в режиме «Жарка» в течение 2 минут без масла. Поджаренные семена измельчите с помощью ступки или кофемолки.
2. Слейте отвар из нута в отдельную емкость. Измельчите проваренные бобы с помощью блендера, постепенно добавляя отвар для достижения кремовой консистенции.	2. В пустую чашу мультиварки выложите кунжут. Обжаривайте на сухой сковороде в режиме «Жарка» до того момента, когда семена примут золотистый оттенок (3–4 минуты).
3. К измельчённой массе из нута добавьте готовую кунжутную пасту, измельченный чеснок, оливковое масло и лимонный сок, а также соль и перец по вкусу. Хорошо перемешайте.	3. С помощью блендера измельчите и смешайте обжаренный кунжут, зиру, оливковое масло и лимонный сок. В процессе измельчения добавляйте холодную воду до тех пор, пока смесь не приобретет консистенцию однородной кашицы.

Подавайте хумус с оливковым маслом, свежей зеленью, орехами и специями.
Приятного аппетита!



Ленивые вареники на пару

Ингредиенты:

Для теста:

- Творог – 400 г.
- Мука пшеничная – 250 г.
- Яйцо куриное – 90 г. (2 шт.)
- Сахар – 120 г.
- Разрыхлитель – 5 г.
- Соль – по вкусу

Для начинки (по вкусу на выбор):

- Варёное сгущённое молоко – 100 г.
- Свежие ягоды – 100 г.

Приготовление:

1. В чистой посуде смешайте творог с сахаром и хорошо разотрите до однородной консистенции.
2. Яйца взбейте в отдельной посуде. Добавьте к творожной массе и перемешайте до однородности.
3. Добавьте к творожной массе просеянную муку и разрыхлитель. Замесите тесто до однородной консистенции. Если тесто будет липнуть к стенкам посуды, то следует добавить ещё немного муки.
4. Из готового теста сформируйте небольшие шарики. Если вы готовите ленивые вареники без начинки, то такие шарики уже можно готовить. Если вы хотите приготовить вареники с начинкой, то из каждого шарика сформируйте небольшую лепешку,

на середину которой выложите небольшое количество начинки. Края лепешки аккуратно залепите вручную и придайте готовому изделию форму шарика.

5. В чашу мультиварки добавьте 0,5 л воды. Установите поддон для приготовления на пару. Включите режим приготовления **«Пар/Варка»**.
Время приготовления: **20 минут**.
*Чтобы ускорить процесс приготовления, проделайте то же самое со второй чашей мультиварки.

6. Выложите заготовки для вареников на поддон для приготовления на пару. Накройте крышкой.

7. По окончании приготовления раздастся звуковой сигнал. Вареники готовы.
Приятного аппетита!



Икра из запечённых овощей

Ингредиенты:

- Баклажаны – 300 г.
- Кабачки – 170 г.
- Болгарский перец – 240 г.
- Томаты – 210 г.
- Морковь – 80 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Растительное масло – 30 мл.
- Чеснок – по вкусу
- Свежая зелень – по вкусу
- Сахар – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный молотый – по вкусу

Приготовление:

1. Овощи хорошо промойте и очистите. Нарежьте небольшими кусочками.

2. В чашу мультиварки влейте растительное масло. Затем выложите овощи слоями: сначала баклажаны и кабачки, затем все остальные овощи (кроме чеснока).

Также добавьте сахар, соль и перец. Включите режим **«Выпечка»**, время приготовления **60 минут**. За 10 минут до конца приготовления добавьте к овощам измельчённый чеснок и зелень по вкусу.

3. Запечённые овощи измельчите с помощью блендера до однородной консистенции, добавьте к готовой смеси специи по вкусу.

4. Готовую икру из запечённых овощей хорошо охладите и подавайте к столу. Приятного аппетита!





Оладьи из кабачков

Ингредиенты:

- Кабачки – 500 г.
- Яйца куриные – 100 г / 2 шт.
- Мука пшеничная – 150 г.
- Чеснок – 15-20 г.
- Карри – 2-3 г / ½ ч. л.

- Растительное масло – 60 мл.
- Сметана – 40 г.
- Соль – по вкусу
- Свежая зелень (укроп, петрушка) – по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте и очистите кабачки. Если вы используете молодые кабачки, то кожуру можно не снимать. Если же вы используете немолодые плоды – удалите кожуру и семена.

2. Очищенные кабачки натрите на крупной тёрке. При переизбытке жидкости слейте лишний сок.

3. Добавьте к кабачкам 2 яйца и хорошо перемешайте.

4. Добавьте приправу карри, измельчённый с помощью пресса чеснок и соль. Хорошо перемешайте.

5. Просеянную муку постепенно добавляйте в смесь из кабачков. Готовая смесь для жарки должна иметь консистенцию густой сметаны. Если же консистенция получилась более жидкая, то следует добавить ещё муки.

6. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **10 минут**. В разогретое масло порционно выложите смесь из кабачков. Обжаривайте оладушки с каждой стороны по 5 минут до золотистого цвета.

Готовые оладушки подавайте со свежими овощами и зеленью. Приятного аппетита!

Холодец из утки

Ингредиенты:

- Утка – 300 г.
- Морковь – 70 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Вода – 550 мл.
- Чеснок – 5 г.
- Желатин быстрорастворимый – 6 г.
- Соль – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу
- Перец черный горошком – по вкусу

Приготовление:

1. Утку разрубите на небольшие куски. Хорошо промойте водой, чтобы на местах надреза не осталось небольших косточек.
2. Овощи очистите и хорошо промойте.
3. В чашу мультиварки выложите утку и очищенные овощи, влейте воду. Добавьте перец горошком, соль и лавровый лист по вкусу.
4. Включите режим **«Тушение»**.
Время приготовления: **4 часа**.
5. По окончании работы программы достаньте мясо и овощи из бульона. Также достаньте лавровый лист и перец. Дайте бульону немного остыть (до уровня примерно 50-60°C).

6. Отделите мясо от костей и его небольшими кусочками.
7. Добавьте в утиный бульон желатин и хорошо размешайте до полного растворения.
8. В глубокую посуду выложите измельчённое утиное мясо, сверху выложите нарезанную морковь, по вкусу – добавьте чеснок и зелень. Сверху залейте бульоном с желатином. Поставьте посуду с холодец в холодильник на 7–8 часов. Готовый холодец можно подавать со свежей зеленью.
Приятного аппетита!





Жареная курица

Ингредиенты:

- Курица (филе/бёдрышки/голени) – 400 г.
- Растительное масло – 50 мл.
- Лимонный сок – 30 мл.
- Чеснок – 10 г.
- Соль – по вкусу
- Перец острый молотый – по вкусу

Приготовление:

1. Курицу хорошо промойте, затем дайте стечь излишкам воды или уберите их с помощью бумажных полотенец.
2. Чеснок измельчите с помощью пресса. Смешайте его с лимонным соком, солью и специями.
3. Кусочки курицы хорошо промажьте лимонно-чесночной смесью и уберите в холодильник на 1–2 часа.
4. В чашу мультиварки добавьте растительное масло, выложите замаринованные кусочки курицы. Включите программу **«Жарка»**.
Время приготовления: **15 минут**. Готовьте курицу, периодически переворачивая кусочки. Подавайте с гарниром из свежих овощей и зелени.
Приятного аппетита!

Котлеты по-киевски

Ингредиенты:

- Куриное филе (грудка) – 250 г.
- Сливочное масло – 100 г.
- Панировочная смесь – 100 г.
- Мука пшеничная – 50 г.
- Яйцо куриное – 90 г. (2 шт.)
- Масло растительное – 60 мл.
- Чеснок – по вкусу
- Укроп – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец молотый – по вкусу

Приготовление:

1. Куриное филе хорошо отбейте до толщины 3-4 мм.

2. Измельчите чеснок с помощью пресса, свежий укроп мелко порубите. Смешайте чеснок с укропом. Добавьте небольшое количество соли по вкусу.

3. Сливочное масло нарежьте небольшими кусочками, обваляйте кусочки в смеси укропа и чеснока.

4. На каждую часть отбитого филе в центр выложите кусочки масла в чесночно-укропной смеси. Оберните филе вокруг начинки таким образом, чтобы получились продолговатые котлеты, а масляная начинка не могла просочиться.

5. В отдельной ёмкости взбейте яйца с солью и специями.

6. Погрузите каждую котлету в яичную смесь, а затем обваляйте в панировочной смеси. Повторите эти действия ещё 1-2 раза таким образом, чтобы каждая котлета была покрыта плотным слоем панировки.

7. Запустите программу «Жарка». В чашу мультиварки добавьте растительное масло. После того, как оно разогреется, поместите в чашу котлеты и закройте крышкой. За 15 минут до окончания программы откройте крышку и переверните котлеты на другую сторону. Оставьте готовиться под закрытой крышкой, за 5 минут до конца программы ещё раз переверните и готовьте до остановки программы.

Подавайте готовые котлеты с гарниром из круп, зелени и овощей. Приятного аппетита!

*Чтобы приготовить котлеты по-киевски быстрее, используйте обе чаши мультиварки одновременно.





Куриная грудка с томатами и сыром

Ингредиенты:

- Куриная грудка – 350 г.
- Томаты – 150 г.
- Сыр твёрдый (Гауда) – 100 г.
- Масло растительное – 20 мл.
- Сметана (или натуральный густой йогурт) – 50 г.
- Томатная паста – 10 г.
- Чеснок – 5-10 г
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный молотый – по вкусу
- Базилик – по вкусу
- Орегано – по вкусу

Приготовление:

1. Куриные грудки очистите от кожи, не снимая с кости. Сделайте несколько поперечных надрезов с каждой стороны грудки. Надрезы необходимо сделать глубокие, до кости, чтобы внутрь можно было с удобством поместить начинку. Грудку натрите солью и специями.
 2. В отдельной посуде смешайте сметану, томатную пасту, измельчённый чеснок, базилик, орегано, соль и перец. Полученной смесью смажьте куриные грудки. Также смажьте области внутри надрезов, куда будет помещаться начинка.
 3. Томаты нарежьте тонкими дольками. Таким же образом измельчите сыр.
 4. В каждый надрез куриной грудки поместите по ломтику томата и сыра. Сверху полейте фаршированную грудку остатками сметанного соуса.
 5. В чашу мультиварки добавьте растительное масло, смажьте им также нижнюю часть стенок чаши по бокам. Положите фаршированную грудку в чашу. Включите режим **«Выпечка»**, время приготовления - **45 минут**.
- Подавайте готовое блюдо со свежей зеленью и гарниром из овощей или круп. Приятного аппетита!

Куриное филе тушёное с ананасами

Ингредиенты:

- Куриное филе (грудки) – 500 г.
- Консервированные ананасы – 50 г.
- Сметана – 50 г.
- Вода – 80 мл.
- Свежая зелень укропа – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец молотый – по вкусу

Приготовление:

1. Куриное филе хорошо промойте и очистите от кожи. Нарезьте небольшими кусочками.
2. Консервированные ананасы измельчите кубиками при необходимости (если Вы используете ананасы кольцами).
3. Укроп мелко порубите.
4. В чашу мультиварки выложите все ингредиенты и влейте воду. Хорошо перемешайте. Включите программу **«Тушение»** и оставьте блюдо готовиться под крышкой на **1,5 часа**.

По окончании приготовления остудите и подавайте к столу с гарниром из круп и овощей. Приятного аппетита!





Плов из бедра индейки

Ингредиенты:

- Филе бедра индейки – 200 г.
- Рис – 220 г.
- Морковь – 60 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Масло растительное – 40 мл.
- Вода – 650 мл.
- Соль – по вкусу
- Зира – по вкусу
- Куркума – по вкусу
- Перец острый молотый – по вкусу

Приготовление:

1. Репчатый лук очистите и измельчите мелким кубиком. Морковь натрите на крупной тёрке.
2. Филе бедра индейки нарежьте небольшими кусочками.
3. В чашу мультиварки добавьте растительное масло, а также измельчённый лук и морковь. Включите режим **«Жарка»**, время приготовления – **20 минут**. Обжаривайте овощи, периодически помешивая в течение 5 минут.
4. Добавьте нарезанное филе индейки в чашу мультиварки и хорошо перемешайте его с овощной зажаркой. Также периодически помешивайте в процессе приготовления.
5. По окончании работы программы добавьте в чашу мультиварки хорошо промытый рис и воду, а также соль и специи. Хорошо перемешайте смесь и включите программу **«Плов»**. Время приготовления: **45 минут**. Приятного аппетита!

Суфле из индейки

Ингредиенты:

- Фарш из индейки – 300 г.
- Морковь – 120 г.
- Лук репчатый – 120 г.
- Стручковая фасоль – 50 г.
- Болгарский перец – 110 г.
- Яйцо куриное – 45 г. (1 шт.)
- Сметана 20% - 25 г.
- Сливочное масло – 30 г.
- Манная крупа – 37 г.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Зелень (базилик, тимьян, укроп) – по вкусу

Приготовление:

1. Фарш для суфле должен иметь максимально однородную консистенцию. Для достижения пастообразной консистенции рекомендуется дополнительно измельчить фарш с помощью блендера.

2. К измельчённому фаршу добавьте яичный желток, сметану, манную крупу, соль, травы и специи. Хорошо перемешайте до однородности.

3. Очистите и измельчите овощи: лук, перец и морковь нарежьте кубиком, стручковую фасоль измельчите до небольших кусочков (если вы используете замороженную стручковую фасоль, предварительно разморозьте её до приобретения комнатной температуры и слейте остатки жидкости).

4. Измельчённые овощи смешайте с массой из фарша.

5. Взбейте яичный белок с небольшим количеством соли до консистенции густой пены. А затем добавьте его к массе из фарша и овощей и размешайте до однородной консистенции.

6. Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом и выложите туда готовую смесь. Положите несколько кусочков сливочного масла поверх выложенной массы. Используйте режим **«Выпечка»** и оставьте суфле готовиться под крышкой на **45 минут**. Подавайте готовое суфле со свежими овощами и зеленью. Приятного аппетита!





Тефтели из индейки

Ингредиенты:

- Мясо индейки – 300 г.
- Лук репчатый (среднего размера) – 80 г.
- Морковь (небольшого размера) – 80 г.
- Рис – 30 г.
- Чеснок – 5–10 г.
- Сливки – 90 мл.
- Яйцо куриное – 40 г.
- Томатная паста – 7 г.
- Мука – 6 г / 1 ч. л.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Зелень петрушки – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
<p>1. Хорошо промойте рис. Выложите его в чашу мультиварки и добавьте воду. Выберите режим «Плов», время приготовления – 30 минут.</p>	<p>1. Очистите лук и морковь, измельчите лук мелким кубиком, а морковь – на крупной терке. В чашу мультиварки выложите измельченные овощи и небольшое количество растительного масла. Готовьте в режиме «Жарка». Время приготовления – 5 минут.</p>
<p>2. Мясо индейки промойте и нарежьте небольшими кусочками. А затем пропустите через мясорубку или измельчите с помощью блендера. Вместе с мясом измельчите ½ часть за жарки из овощей.</p>	<p>5. В отдельной посуде смешайте сливки, томатную пасту, соль и специи. Размешайте до однородности. А затем добавьте пшеничную муку и перемешайте до равномерной консистенции.</p>
<p>3. В смесь из фарша и овощей добавьте сырое куриное яйцо, оставшуюся часть овощной за жарки, отваренный рис, соль и перец по вкусу. Хорошо перемешайте. Сформируйте из готовой смеси небольшие тефтели.</p>	<p>6. В чашу с обжаренными тефтелями влейте готовую заливку. Закройте крышку и включите режим приготовления «Тушение». Время приготовления: 50 минут.</p>
<p>4. В чашу мультиварки добавьте растительное масло. Включите режим «Выпечка», время приготовления – 10 минут.</p>	<p>7. За 5 минут до окончания работы программы добавьте в чашу мультиварки рубленую зелень.</p> <p>Готовые тефтели подавайте с гарниром из круп и овощей. Приятного аппетита!</p>

Свинина тушёная с овощами

Ингредиенты:

- Свинная лопатка – 400 г.
- Картофель – 250 г.
- Цуккини – 100 г.
- Морковь – 70 г.
- Лук репчатый – 60 г.
- Чеснок – 5–10 г.
- Вода – 50 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи (паприка, красный перец, базилик, кориандр) – по вкусу

Приготовление:

1. Нарезьте свинину кубиками (1,5–2 см с каждой стороны).
2. Картофель и цуккини почистите и нарежьте крупными кубиками. Лук и морковь порубите более мелкими кубиками. Чеснок измельчите с помощью пресса.
3. В чашу мультиварки выложите все подготовленные ингредиенты, добавьте соль и специи по вкусу и влейте воду.
4. Готовьте в режиме **«Тушение»** под закрытой крышкой в течение **60 минут**. Готовое блюдо подавайте горячим. Приятного аппетита!





Свинина по-французски

Ингредиенты:

- Свиное филе (шея) – 200 г.
- Томат – 140 г.
- Сыр твёрдый – 50 г.
- Свежие грибы (шампиньоны) – 40 г.
- Растительное масло – 30 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи (базилик, майоран, розмарин, чёрный перец) – по вкусу

Приготовление:

1. Филе свиной шеи хорошо отбейте. Нарезьте томаты и грибы тонкими слайсами. Сыр измельчите с помощью крупной тёрки.
2. В чашу мультиварки налейте растительное масло и включите программу **«Выпечка»**, время приготовления составит **20 минут**.
3. Отбитое свиное филе натрите смесью соли и специй по вкусу. В разогретую чашу мультиварки выложите филе. Сверху на него выложите слоями томаты и грибы, сверху посыпьте натёртым сыром. Готовьте под закрытой крышкой.
4. По окончании работы программы раздастся звуковой сигнал. Не вынимая блюдо из чаши, включите режим **«Тушение»**, время приготовления - **1 час**.

Готовую свинину подавайте с гарниром из свежих овощей и круп. Приятного аппетита!

Свинина с апельсинами

Ингредиенты:

- Свинина (ококор/шейка/лопатка) – 500 г.
- Апельсины – 250 г / 2 шт.
- Лимон – 80 г.
- Чеснок – 15–20 г.
- Мёд – 20 мл.
- Оливковое масло – 15 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи (розмарин, базилик, шалфей, мята, тимьян, майоран) – по вкусу

Приготовление:

1. Свинину хорошо промойте. Очистите от лишнего жира. Сделайте несколько глубоких проколов острым ножом с каждой стороны куска.
2. В отдельную глубокую посуду для маринования выжмите сок 1,5 апельсинов, а также сок половины лимона. К соку добавьте измельчённый с помощью пресса или мелко нарезанный чеснок. В полученную смесь погрузите подготовленный кусок свинины и отправьте его мариноваться в холодильник на срок не менее 4–5 часов. Для лучшего маринования рекомендуем накрыть посуду плёнкой или крышкой.
3. В отдельной посуде смешайте мёд, оливковое масло, измельчённый с помощью пресса чеснок, а также добавьте соль и специи по вкусу. Хорошо перемешайте.
4. Свинину достаньте из маринада (но не выливайте его, он пригодится на следующем этапе приготовления). Хорошо промажьте кусок медово-масляной смесью.
5. В чашу мультиварки выложите свинину и закройте крышку. Выберите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **30 минут**.
6. Пока свинина запекается, измельчите оставшуюся половинку апельсина дольками. По окончании работы программы откройте крышку мультиварки и переверните свинину на другую сторону. Сверху на мясо выложите нарезанные дольки апельсина и залейте апельсиновым маринадом.
7. Включите режим **«Выпечка»** и оставьте свинину готовиться под крышкой ещё на **40 минут**.
8. За 10 минут до окончания работы программы откройте крышку мультиварки и переверните свинину ещё раз, добавьте маринад. Дождитесь окончания работы программы. Готовую свинину подавайте с гарниром из свежих овощей, зелени и круп. Приятного аппетита!





Тушёные свиные рёбрышки в остром соусе

Ингредиенты:

- Свиные рёбрышки – 450 г.
- Лук репчатый – 110 г.
- Морковь – 110 г.
- Томат – 130 г.
- Томатная паста – 5 г.
- Горчица – 8 г.
- Аджика – 5 г.
- Чеснок – 5 г.
- Горячая вода – 150 мл.
- Соевый соус – 50 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец молотый острый – по вкусу
- Петрушка свежая – по вкусу

Приготовление:

1. Рёбрышки разрежьте на кусочки.
 2. Смешайте соевый соус со специями по вкусу и погрузите в него порезанные рёбрышки. Отправьте мариноваться в холодильник на 1,5–2 часа.
 3. Нарежьте лук полукольцами. Выложите в чашу мультиварки и готовьте в режиме **«Жарка»** в течение **5 минут**, не добавляя масло и периодически помешивая.
 4. В чашу мультиварки к луку выложите рёбрышки и обжаривайте в режиме **«Жарка»** в течение **10 минут**.
 5. Томат и морковь нарежьте небольшими кубиками и выложите в чашу мультиварки поверх рёбрышек.
 6. Приготовьте заливку для рёбрышек. Для этого смешайте горячую воду с томатной пастой, горчицей, аджикой и специями. Добавьте к смеси измельчённый с помощью пресса чеснок.
 7. Вылейте получившийся соус в чашу мультиварки. Включите режим **«Тушение»**.
Время приготовления: **1 час**.
 8. Измельчите свежую зелень петрушки и добавьте в чашу мультиварки за 5 минут до окончания работы программы приготовления.
- Тушёные рёбрышки в остром соусе готовы!
Приятного аппетита!

Говяжий стейк в мультиварке

Ингредиенты:

- Мраморная говядина – 300 г.
- Масло растительное – 20 мл.
- Масло сливочное – 20 г.
- Соль – по вкусу
- Специи (перец острый молотый, свежий тимьян, розмарин) – по вкусу

Приготовление:

1. Мясо хорошо промойте и просушите с помощью бумажных полотенец. Натрите мясо солью и специями и оставьте мариноваться в холодильнике на 30 минут.
2. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и включите режим **«Жарка»**.
Время приготовления: **10 минут**. После того, как масло разогреется, выложите в чашу мультиварки мясо. Обжаривайте с открытой крышкой. За 5 минут до конца работы программы переверните стейк на другую сторону.

3. Добавьте в чашу мультиварки сливочное масло, розмарин и тимьян. После того, как масло растает и прогреется, полейте им верхнюю часть стейка. Включите режим **«Выпечка»** и закройте крышку мультиварки.
Время приготовления: **15 минут**.

4. В процессе приготовления рекомендуем несколько раз поливать верхнюю сторону стейка растопленным маслом.

Готовый стейк подавайте горячим, с гарниром из свежих и маринованных овощей, зелени. Добавьте при подаче любимый соус.
Приятного аппетита!





Азу из говядины

Ингредиенты:

- Говядина: 350 г.
- Картофель – 350 г.
- Огурцы солёные – 180 г.
- Лук репчатый – 120 г.
- Томатная паста – 40 г.
- Масло растительное – 30 мл.
- Чеснок – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Говядину нарежьте кубиками.	1. Очистите картофель и нарежьте его небольшими кубиками.
2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество растительного масла. Включите режим «Жарка» , время приготовления 20 минут . Выложите мясо и обжаривайте его в течение 5 минут с открытой крышкой, периодически помешивая.	2. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и выложите нарезанный картофель. Также добавьте соль по вкусу. Включите режим «Жарка» , время приготовления – 15 минут .
3. Нарежьте лук полукольцами и добавьте в чашу к мясу. Обжаривайте в течение 10 минут, периодически помешивая.	Обжаривайте картофель под открытой крышкой, периодически помешивая.
4. Нарежьте солёные огурцы мелкими кубиками и выложите в чашу мультиварки, добавьте также томатную пасту. Хорошо перемешайте и обжаривайте в течение 5 минут.	
5. Добавьте в чашу воду или бульон в таком количестве, чтобы жидкость покрывала мясо с овощами. Включите режим «Тушение» , время приготовления: 1,5 часа .	
6. За час до окончания программы добавьте в чашу обжаренный картофель. Также добавьте соль и специи по вкусу. Оставьте блюдо тушиться под закрытой крышкой.	

Приятного аппетита!

Тушеная говядина с хурмой

Ингредиенты:

- Говядина – 320 г.
- Лук репчатый – 30 г.
- Стебель сельдерея – 20 г.
- Груша – 140 г.
- Хурма – 300 г.
- Чеснок – 5 г.
- Бульон – 200 мл.
- Красное сухое вино – 30 мл.
- Растительное масло – 20 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Вымойте и обсушите мясо с помощью бумажных полотенец. Нарежьте крупными кусками.	1. Измельчите лук, чеснок и сельдерей.
1. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и выложите нарезанное мясо. Включите режим «Жарка» и готовьте мясо, периодически помешивая, с открытой крышкой в течение 10-15 минут .	2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество растительного масла и выложите измельченные овощи. Готовьте их в режиме «Жарка» в течение 5 минут , периодически помешивая.
3. В чашу добавьте обжаренные овощи, бульон, вино, соль, перец и лавровый лист по вкусу. Включите режим «Тушение» . Время приготовления: 1,5 часа .	
4. Нарежьте хурму и грушу небольшими кусочками. Добавьте их в чашу за 30 минут до окончания программы тушения. Хорошо перемешайте и закройте крышку.	

Поддавайте готовую говядину с гарниром из круп. Приятного аппетита!





Ромштекс из говядины

Ингредиенты:

- Говядина филе – 400 г.
- Мука – 100 г.
- Яйцо куриное – 45 г. (1 шт.)
- Майонез – 10 г.
- Горчица – 5 г.
- Молоко – 70 мл.
- Растительное масло – 60 мл.
- Соль – по вкусу
- Специи – по вкусу

Приготовление:

1. Говядину (лучше всего подойдет вырезка) тщательно промойте, очистите от плёнки и удалите сухожилия. Затем разделите на ломтики толщиной около 2 см.
2. Заверните получившиеся куски в пищевую плёнку и отбейте их молотком для мяса с двух сторон.
3. Снимите с кусочков мяса пищевую плёнку и хорошо натрите их солью и специями по вкусу. Оставьте на 15–20 минут.
4. В отдельной посуде смешайте яйцо, горчицу, майонез и молоко. Добавьте соль и специи по вкусу. Хорошо взбейте с помощью венчика. Постепенно введите просеянную муку, не прекращая взбивать смесь. По итогу кляр должен иметь консистенцию густого кефира. Если он получился недостаточно густой, добавьте еще небольшое количество муки.

5. В чашу мультиварки налейте растительное масло и включите режим **«Жарка»**. Время приготовления: **30 минут**.

6. Кусочки мяса хорошо обваляйте в кляре со всех сторон и выложите в чашу мультиварки с хорошо разогретым маслом. Обжаривайте ромштексы до образования румяной корочки с каждой стороны.

Подавайте готовый ромштекс со свежими овощами, зеленью и любимым соусом.
Приятного аппетита!

*Для ускорения процесса приготовления используйте обе чаши мультиварки.

Красная рыба с овощами

Ингредиенты:

- Лосось (стейк) – 150 г.
- Картофель – 450 г.
- Сметана 20% - 200 г.
- Лук репчатый – 100 г.
- Морковь – 100 г.
- Тыква – 60 г.
- Брокколи – 60 г.
- Вода - 650 мл.
- Растительное масло – 15 мл.
- Укроп – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Перец острый – по вкусу
- Орегано – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. В чашу мультиварки влейте воду. Включите режим «Пар/Варка» , время приготовления – 30 минут .	1. Промойте и очистите овощи. Картофель, тыкву и морковь нарежьте кубиками. Лук мелко порубите. Брокколи разделите на соцветия.
2. Когда вода закипит, добавьте в чашу филе рыбы, а также крупно нарезанные 50г. моркови и 50г. луковицы. Добавьте соль по вкусу.	2. В чашу мультиварки добавьте растительное масло и нарезанный картофель. Включите режим «Жарка» . Время приготовления 20 минут . Готовьте, периодически помешивая.
3. По окончании приготовления достаньте рыбу, охладите её, снимите с кости и разберите на небольшие кусочки. Также оставьте 150 мл готового бульона для дальнейшего приготовления блюда. Оставшийся бульон и проваренные овощи больше не пригодятся.	4. Добавьте к овощной загарке нарезанную тыкву и брокколи. Обжаривайте 5 минут, периодически помешивая. 5. В чашу к обжаренным овощам добавьте бульон, сметану, соль, специи, кусочки рыбы и свежую зелень. Включите режим «Тушение» . Время приготовления: 15 минут . Готовьте, периодически помешивая.

Приятного аппетита!





Щука в сметанном соусе

Ингредиенты:

- Щука – 800 г.
- Морковь – 130 г.
- Сметана – 120 г.
- Лук – 90 г.
- Лимон – 80 г.
- Мука – 80 г.
- Вода – 160 мл.
- Растительное масло – 30 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу
- Специи (укроп, петрушка, майоран, розмарин) – по вкусу

Приготовление:

Чаша 1	Чаша 2
1. Подготовьте ингредиенты. Хорошо почистите щуку, удалите плавники, хвост и голову. Тушку щуки нарежьте кусочками 2–3 см. Нарезанную рыбу хорошо посолите и поперчите. Выдавите сок лимона и хорошо перемешайте. Оставьте мариноваться на 30 минут.	
2. Лук и морковь очистите и нарежьте полукольцами/полукружочками.	
3. В чашу мультиварки добавьте растительное масло. Включите режим «Жарка» время приготовления 15 минут .	3. В чашу добавьте небольшое количество растительного масла. Добавьте лук и морковь. Включите режим «Жарка» . Время приготовления 15 минут . Готовьте, периодически помешивая.
Замаринованные кусочки рыбы обваляйте в муке. Когда масло разогреется, выложите их в чашу и обжаривайте со всех сторон до хрустящей корочки.	4. На овощи сверху выложите кусочки обжаренной рыбы.
	5. Подготовьте соус: смешайте сметану и воду. Добавьте 1 ст. л. муки, соль и специи по вкусу. Хорошо перемешайте и влейте соус в чашу мультиварки поверх рыбы и овощей.
	6. Включите режим «Выпечка» . Время приготовления: 30 минут .

Приятного аппетита!

Рыбное суфле

Ингредиенты:

- Рыбное филе (или готовый фарш) – 400 г.
- Яйцо куриное – 100-150 г. (2-3 шт.)
- Белый хлеб без корки – 70 г.
- Лук репчатый – 90 г.
- Сливочное масло – 30 г.
- Панировочная смесь – 30 г.
- Молоко – 120 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Специи (петрушка, укроп, мускатный орех, эстрагон, чеснок, красный перец, розмарин) – по вкусу

Приготовление:

1. Белый хлеб замочите в молоке на 10–15 минут.
2. Приготовьте основу-фарш для суфле. Для этого измельчите рыбное филе, репчатый лук и вымоченный в молоке хлеб с помощью мясорубки или блендера. К полученной массе добавьте соль, перец, специи и яичные желтки. Хорошо перемешайте.
3. Яичные белки взбейте миксером до консистенции густой пены. Добавьте полученную массу в основу для суфле и тщательно перемешайте.

4. Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом и присыпьте поверх панировочной смесью, чтобы при приготовлении суфле не прилипало к стенкам формы.
 5. Готовую смесь из рыбного фарша выложите в чашу мультиварки и включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **25 минут**.
- Подавайте суфле со свежими овощами и зеленью. Приятного аппетита!





Филе трески запечённое

Ингредиенты:

- Филе трески – 300 г.
- Помидоры черри – 180 г.
- Сметана – 120 г.
- Сыр твёрдый – 100 г.
- Горчица – 30 г.
- Масло растительное – 15 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Специи – по вкусу
- Зелень свежая – по вкусу

Приготовление:

1. Филе трески хорошо промойте, обсушите с помощью бумажных полотенец, затем посолите и поперчите.
 2. Чашу мультиварки смажьте небольшим количеством растительного масла. Выложите филе трески.
 3. Сметану смешайте с горчицей и залейте смесь в чашу поверх филе.
 4. Нарежьте томаты черри на половинки и выложите поверх филе.
 5. Сыр натрите на средней тёрке и посыпьте поверх рыбы и томатов черри.
 6. Включите программу **«Выпечка»**.
Время приготовления: **20 минут**.
Готовьте под закрытой крышкой.
- Готовое блюдо подавайте с гарниром из круп или свежих овощей и зелени. Приятного аппетита!

Котлеты из хека на пару

Ингредиенты:

- Филе хека – 250-300 г.
- Лук репчатый – 90 г.
- Яйцо куриное – 45 г. (1 шт.)
- Манная крупа – 30 г.
- Белый хлеб – 25 г.
- Сливочное масло – 20 г.
- Вода – 240 мл.
- Молоко – 40 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Приготовление:

1. Филе хека очистите от костей и измельчите с помощью мясорубки или блендера.

2. Помтик белого хлеба вымочите в молоке в течение 10 минут и затем добавьте к рыбному фаршу, хорошо перемешайте до однородной консистенции.

3. Добавьте в фарш яйцо, манную крупу, соль, перец, специи по вкусу и сливочное масло. Тщательно размешайте фарш до однородности.

4. Из полученного фарша сформируйте небольшие котлеты.

5. В чашу мультиварки налейте 240 мл воды и включите режим **«Варка/Пар»**.

Время приготовления: **25 минут**.

6. Установите на чашу мультиварки поддон для приготовления на пару и выложите на него заготовки для рыбных котлет. Закройте крышкой и дождитесь окончания работы программы.

Готовые котлеты подавайте с гарниром из свежих овощей и зелени. Приятного аппетита!





Стейк из форели

Ингредиенты:

- Стейк форели – 300 г. (1 шт.)
- Лимонный сок – 25 мл.
- Оливковое масло – 40 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте рыбу и просушите с помощью бумажных полотенец.
2. Выжмите сок из лимона и хорошо сбрызните им стейк форели.
3. В чашу мультиварки добавьте оливковое масло, выложите стейк, посолите и поперчите по вкусу.
4. Включите режим **«Тушение»**. Время приготовления **20 минут**. В процессе приготовления переверните стейк на другую сторону для равномерного пропекания.

Подавайте стейк с салатом из свежих овощей и зелени. Приятного аппетита!

Капуста тушёная с шампиньонами

Ингредиенты:

- Капуста белокочанная – 400 г.
- Шампиньоны – 140 г.
- Морковь – 130 г.
- Лук репчатый – 100 г.
- Томатная паста – 25 г.
- Вода – 30 мл.
- Масло растительное – 15 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Сахар – по вкусу
- Лавровый лист – по вкусу
- Свежая зелень (для подачи) – по вкусу

Приготовление:

1. Подготовьте ингредиенты. Тщательно промойте и очистите овощи и грибы. Капусту нашинкуйте, морковь натрите на тёрке, лук порубите полукольцами, шампиньоны нарежьте пластинками.
2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество масла и выложите нарезанные шампиньоны. Включите режим **«Жарка»**. Установите время приготовления: **20 минут**. Обжаривайте шампиньоны в течение 10 минут с открытой крышкой, периодически помешивая.
3. Добавьте к шампиньонам измельчённый лук и морковь. Обжаривайте смесь в течение 10 минут до окончания работы программы **«Жарка»**, периодически помешивая.
4. Смешайте томатную пасту с горячей водой и добавьте в чашу мультиварки.
5. Выложите в чашу нашинкованную капусту. Добавьте соль и специи. Хорошо перемешайте и закройте крышку мультиварки.
6. Включите программу **«Тушение»**.
Время приготовления: **30 минут**.
7. При подаче рекомендуем украсить тушёную капусту свежей зеленью. Приятного аппетита!





Рис с овощами

Ингредиенты:

- Рис – 150 г.
- Томат – 140 г.
- Перец болгарский – 100 г.
- Морковь – 80 г.
- Цукинни – 70 г.
- Лук репчатый – 50 г.
- Вода – 380 мл.
- Растительное масло – 20 мл.
- Соль – по вкусу
- Перец – по вкусу
- Специи (мускатный орех, чеснок, майоран, кардамон, имбирь) - по вкусу

Приготовление:

1. Подготовьте ингредиенты. Рис хорошо промойте холодной водой. Тщательно промойте и очистите овощи. Томат, цукинни и перец болгарский порубите средними кубиками, лук мелко нарежьте, а морковь натрите на крупной тёрке.
2. Включите режим **«Жарка»**. Время приготовления: **5 минут**. Добавьте в чашу мультиварки растительное масло.
3. Когда мультиварка разогреется, выложите в чашу лук и морковь. Обжаривайте их, периодически помешивая. Через 2-3 минуты добавьте в чашу томат, цукинни и болгарский перец. Обжаривайте 2-3 минуты, также периодически помешивая.
4. Добавьте в чашу к обжаренным овощам промытый рис, соль и специи. Тщательно перемешайте. Затем залейте смесь кипятком.
5. Закройте крышку мультиварки и включите режим **«Крупы»**. Время приготовления: **40 минут**. Приятного аппетита!

Брокколи и цветная капуста под соусом Альфредо

Ингредиенты:

- Брокколи – 300 г.
- Цветная капуста – 150 г.
- Сыр твёрдый – 90 г.
- Миндаль измельчённый – 70 г.
- Лук репчатый – 50 г.
- Перец чёрный молотый – по вкусу
- Тимьян, базилик, орегано – по вкусу

Ингредиенты для соуса Альфредо:

- Растительное масло – 15 мл
- Лук репчатый – 40 г
- Мука – 40 г
- Тёртый пармезан – 30 г
- Молоко обезжиренное – 200 мл
- Куриный бульон – 100 мл.
- Чеснок – 3 г.
- Соль – по вкусу
- Перец чёрный молотый – по вкусу

Приготовление:

1. Начните с приготовления соуса «Альфредо». Для этого очистите и нарежьте лук и чеснок, измельчите пармезан с помощью тёрки.

2. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество растительного масла. Выберите режим **«Жарка»**. Время приготовления **10 минут**. После того, как мультиварка разогреется, выложите в чашу лук и чеснок. Обжаривайте, периодически помешивая, до золотистого цвета.

3. В отдельной ёмкости смешайте молоко и бульон. Постепенно введите в смесь хорошо просеянную муку. Добавьте туда также соль и перец по вкусу. Полученную смесь залейте в чашу мультиварки к обжаренному луку и чесноку.

Выберите режим приготовления **«Пар/Варка»**, время приготовления **20 минут**. Готовьте соус до закипания, периодически помешивая, а затем добавьте к нему измельчённый пармезан и продолжайте помешивать до достижения однородной консистенции.

4. В чашу к готовому соусу добавьте измельчённую брокколи и цветную капусту, мелко порезанный лук и натёртый твёрдый сыр. Добавьте также специи и травы по вкусу. Хорошо перемешайте и закройте крышку мультиварки. Выберите режим приготовления **«GARLYN шеф»**. Время приготовления: **3,5 часа**. Установите температуру на **85°C**.

5. По окончании приготовления хорошо перемешайте блюдо и подавайте к столу, украсив натёртым миндалём. Приятного аппетита!





Запечённый молодой картофель

Ингредиенты:

- Картофель молодой – 400 г.
- Масло растительное – 20 мл.
- Зелень укропа – по вкусу
- Чеснок – по вкусу
- Специи (майоран, паприка молотая, тимьян) – по вкусу

Приготовление:

1. Тщательно промойте молодой картофель с помощью губки, а затем хорошо обсушите клубни с помощью бумажных полотенец. Не счищайте кожуру с картофеля.
2. Если вы используете крупные клубни, то нарежьте их на несколько частей или долек.
3. В чашу мультиварки добавьте небольшое количество растительного масла и включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час**.
4. Когда чаша мультиварки разогреется, выложите туда картофель, добавьте соль, перец и специи по вкусу и тщательно перемешайте. Затем закройте крышку мультиварки и оставьте работать до окончания программы.
5. Пока картофель находится в процессе приготовления, измельчите свежую зелень и чеснок.
6. Готовый картофель выложите в блюдо для подачи и украсьте измельчённой зеленью и чесноком. Приятного аппетита!

Форель су-вид

Ингредиенты:

- Филе форели – 200 г.
 - Лук репчатый – 20 г.
 - Чеснок – 3 г.
 - Лимон – 40 г.
 - Оливковое масло – 15 мл.
- Соль – по вкусу
 - Перец чёрный молотый – по вкусу
 - Тимьян свежий – по вкусу

Приготовление:

1. Очистите лук и чеснок. Затем мелко нарежьте.
2. В пакет для вакуумирования выложите филе форели, добавьте к нему оливковое масло, соль и специи, веточку тимьяна и измельчённые лук и чеснок.
3. Удалите воздух из пакета с помощью вакууматора и запечатайте пакет.
4. В чашу мультиварки налейте достаточное количество воды, чтобы вакуумный пакет с филе форели был покрыт водой. Выберите режим **«GARLYN шеф»**, время приготовления: **50 минут**. Установите температуру на **55 С°**.
5. По окончании приготовления извлеките готовую форель из вакуумного пакета и подавайте к столу. Приятного аппетита!





Филе лосося под укропным соусом

Ингредиенты:

- Филе лосося на коже – 200 г.
- Сахар тростниковый – 8 г.
- Соль морская (нейодированная) – 15 г.
- Масло оливковое – 15 мл.
- Перец молотый – по вкусу

Для соуса:

- Укроп – 30 г.
- Лайм – 30 г.
- Сливки жирностью от 30% – 40 мл
- Соль морская (нейодированная) – по вкусу

Приготовление:

1. В чашу мультиварки налейте 300 мл холодной воды. Добавьте туда свежемолотый перец, соль и сахар.

Выберите режим **«Пар/Варка»**, время приготовления: **5 минут**.

2. Доведите воду до кипения и варите еще пару минут, а затем дайте бульону остыть.

3. Филе лосося поместите в получившийся рассол и оставьте на 1 час промариноваться при комнатной температуре.

4. Укроп мелко порубите. Лайм тщательно промойте, снимите немного цедры и выдавите сок. Смешайте укроп с цедрой, лаймовым соком и сливками, затем измельчите с помощью блендера до однородной консистенции.

5. Замаринованный лосось смажьте оливковым маслом, выложите в пакет для вакуумирования. Откачайте воздух с помощью вакуумного упаковщика.

6. В чашу мультиварки налейте воду. Включите режим **«GARLYN шеф»**. Установите температуру на **55 С°**. Время приготовления: **35 минут**.

7. По окончании работы программы распечатайте пакет и достаньте готовую рыбу. Подавайте с укропным соусом. Приятного аппетита!

Утиная грудка с апельсином

Ингредиенты:

- Грудка утиная – 300 г.
- Апельсиновый джем – 10 г.
- Горчица – 8 г.
- Перец чёрный молотый – по вкусу
- Розмарин – по вкусу
- Лимонный сок – по вкусу
- Апельсин – по вкусу

Приготовление:

1. Смешайте апельсиновый джем с горчицей и чёрным молотым перцем. Добавьте лимонный сок и соль.
2. Хорошо промойте и обсушите филе утиной грудки. Натрите филе со всех сторон полученным маринадом.
3. Выложите филе в маринаде в пакет для вакуумации. Туда же выложите остатки маринада. Добавьте веточку розмарина и пару ломтиков апельсина. Откачайте воздух из пакета и запаяйте его помощью вакуумного упаковщика. Отправьте завакуумированный пакет с утиной грудкой на 1-2 часа в холодильник.

4. В чашу мультиварки добавьте воду. В воду поместите завакуумированный пакет с утиной грудкой. Выберите режим «**GARLYN шеф**». Установите температуру на **60 C°**. Время приготовления: **6 часов**. Готовьте под закрытой крышкой.

Подавайте грудку с апельсиновым джемом, французской горчицей и соевым соусом.
Приятного аппетита!





Рулет из индейки с сулугуни

Ингредиенты:

- Филе индейки – 300 г.
- Сулугуни – 60 г.
- Соль – по вкусу
- Мускатный орех – по вкусу
- Гвоздика – по вкусу
- Перец душистый – по вкусу
- Имбирь – по вкусу
- Кардамон – по вкусу

Приготовление:

1. Очистите филе индейки и сделайте в нём небольшие надрезы.
2. Надрезы на филе заполните кусочками сыра сулугуни. Сверху присыпьте филе солью и специями.
3. Скрутите филе в рулет и закрепите его с помощью кулинарной нити.
4. Выложите рулет в пакет для вакуумирования и откачайте воздух из пакета с помощью вакуумного упаковщика. Отправьте рулет в холодильник на 5-6 часов.
5. Достаньте пакет с рулетом из холодильника и дайте ему отогреться до комнатной температуры.
6. В чашу мультиварки налейте воду и поместите в неё пакет с рулетом. Включите режим «**GARLYN шеф**» и установите температуру на **65 С°**. Время приготовления: **6 часов**.
7. По окончании работы программы достаньте пакет с рулетом и поместите его охлаждаться в ледяную воду.
8. Извлеките рулет из пакета и подавайте к столу. Приятного аппетита!

Стейк из говядины в вакууме

Ингредиенты:

- Филе говядины – 400 г.
- Сливочное масло – 120 г.
- Соль морская – по вкусу
- Чеснок – по вкусу
- Острая горчица – по вкусу
- Свежемолотый перец – по вкусу
- Специи (розмарин, тимьян, эстрагон, майоран) – по вкусу

Приготовление:

1. Филе говядины хорошо промойте и обсушите с помощью бумажных полотенец.
2. Слегка отбейте филе. Оптимальная толщина кусочков для приготовления – не более 5 см.
3. В пакет для вакуумирования выложите говядину, добавьте травы и специи по вкусу, посолите и поперчите. Откачайте воздух и запаяйте пакет с помощью вакуумного упаковщика.
4. В чашу мультиварки добавьте достаточное количество воды и выложите пакет с филе говядины. Уровень воды должен быть достаточным, чтобы покрывать пакет полностью.
5. Выберите режим **«GARLYN шеф»** и установите температуру на **60 С°**.
Время приготовления: **8 часов**.
6. За 20 минут до окончания работы программы займитесь приготовлением соуса. Для этого в отдельной ёмкости смешайте растопленное сливочное масло с горчицей, чесноком, специями и травами. Тщательно перемешайте.
7. Готовую говядину извлеките из пакета и полейте соусом. Приятного аппетита!





Овсяный хлеб

Ингредиенты:

- Мука – 200 г.
- Вода – 120 мл.
- Овсяные хлопья – 60 г.
- Дрожжи – 3 г.
- Соль – по вкусу

Приготовление:

1. Смешайте овсяные хлопья, соль и дрожжи. Подогрейте воду и залейте ей сухую смесь. Хорошо перемешайте и оставьте набухать на 25-30 минут.
2. Хорошо просейте пшеничную муку и постепенно вводите её в дрожжевую смесь. Тщательно перемешайте тесто, его консистенция должна остаться жидкой.
3. В чашу мультиварки выложите тесто. Включите режим **«GARLYN шеф»**. Установите температуру на **35 С°**. Время приготовления: **1 час**. Оставьте тесто под закрытой крышкой.
4. По окончании работы программы **«GARLYN шеф»** включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час**. За 15 минут до окончания работы программы **«Выпечка»** переверните хлеб и оставьте его допекаться.
5. Выключите мультиварку и дайте готовому хлебу остыть. Приятного аппетита!

Домашний белый хлеб

Ингредиенты:

- Мука - 180 г.
- Вода – 120 мл.
- Растительное масло – 30 мл.
- Сахар – 12 г.
- Соль – 8 г.
- Сухие дрожжи – 5 г.

Приготовление:

1. Включите мультиварку в режиме «Подогрев» и дайте чаше прогреться в течение 10-15 минут, а затем отключите программу.

2. Из указанных ингредиентов замесите однородное тесто.

3. Присыпьте чашу мультиварки мукой и выложите готовое тесто. Закройте крышку и дайте тесту настояться в прогретой чаше в течение 1 часа под закрытой крышкой.

4. После того, как тесто настоится, включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час 30 минут**. За полчаса до окончания работы программы переверните буханку на другую сторону и оставьте допекаться под закрытой крышкой.

Дайте готовой буханке остыть, нарежьте ломтиками и подавайте к столу.
Приятного аппетита!





Ржаной хлеб

Ингредиенты:

- Мука ржаная – 200 г.
- Мука пшеничная – 45 г.
- Дрожжи сухие – 4 г.
- Соль – 8 г.
- Сахар – 4 г.
- Молоко – 130 мл.
- Вода – 40 мл.
- Масло растительное – 15 мл.

Приготовление:

1. Смешайте хорошо просеянную муку с солью, сахаром и дрожжами.
 2. Добавьте к сухой смеси нагретое молоко и тёплую воду. Тщательно замесите тесто до однородности. Чтобы тесто меньше липло к рукам при замесе, смажьте их небольшим количеством растительного масла.
 3. Выложите тесто в глубокую ёмкость, предварительно смазав её поверхность маслом. Накройте тесто в ёмкости пищевой плёнкой и оставьте в тёплом месте на 45 минут. При выборе ёмкости учитывайте, что масса должна увеличиться в объёме примерно в два раза.
 4. Поднявшееся тесто хорошо разомните руками.
 5. Чашу мультиварки смажьте маслом и включите режим **«Подогрев»** на **2-3 минуты**.
В подогретую чашу мультиварки выложите тесто и закройте крышку. Оставьте тесто доходить на **40 минут**.
 6. Включите режим **«Выпечка»**. Установите температуру **150 С°**.
Время приготовления: **1 час 20 минут**.
- Готовому хлебу дайте остыть, а затем подавайте к столу. Приятного аппетита!

Цельнозерновой хлеб

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 150 г.
- Мука цельнозерновая – 50 г.
- Соль – 3 г.
- Сахар – 3 г.
- Дрожжи сухие – 2 г.
- Вода – 120 мл.
- Масло растительное – 30 мл.

Приготовление:

1. Смешайте половину пшеничной муки с цельнозерновой мукой. Добавьте к смеси соль, сахар и дрожжи. Хорошо перемешайте.

2. В полученную смесь добавьте тёплую воду и хорошо перемешайте. Затем добавьте 1 столовую ложку растительного масла и также хорошо перемешайте тесто.

3. Оставшуюся пшеничную муку постепенно добавьте в готовое тесто, тщательно его замешивая.

4. Глубокую посуду смажьте маслом и выложите в неё тесто. Накройте пищевой плёнкой и оставьте в тёплом месте на 1 час. Готовое тесто хорошо разомните вручную, чтобы оно не липло к рукам и поверхности, добавьте небольшое количество муки.

5. Чашу мультиварки смажьте растительным маслом и выложите в неё готовое тесто. Включите режим **«GARLYN шеф»**, установите температуру **35 С°** и время **20 минут**. Оставьте тесто под закрытой крышкой.

6. Не открывая крышку мультиварки, включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час 10 минут**.

Готовый хлеб остудите, нарежьте кусочками и подавайте к столу. Приятного аппетита!





Сырный хлеб

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 190 г.
- Сыр твёрдый – 35 г.
- Дрожжи сухие – 3 г.
- Сахар - 4 г.
- Соль – 3 г.
- Вода – 120 мл.
- Растительное масло – 15 мл.

Приготовление:

1. В глубокую посуду налейте тёплую воду (**35-38 С°**), разведите в ней сахар и добавьте дрожжи. Хорошо перемешайте и оставьте на 15 минут.
 2. Добавьте к полученной смеси натёртый сыр, растительное масло и соль. Хорошо перемешайте.
 3. Постепенно добавляйте хорошо просеянную муку, не прекращая помешивать.
 4. Замесите эластичное тесто.
 5. Чашу мультиварки простелите пекарской бумагой и выложите готовое тесто. Включите режим **«GARLYN шеф»**, установите температуру **35 С°** и время **40 минут**. Оставьте тесто под закрытой крышкой.
 6. Не открывая крышку мультиварки, включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час 30 минут**.
 7. За полчаса до окончания работы программы откройте крышку и переверните буханку. Закройте крышку и оставьте сырный хлеб допекаться.
- Готовому хлебу дайте остыть, а затем нарежьте на ломтики и подавайте к столу. Приятного аппетита!

Тыквенный пирог с творожной начинкой

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 140 г.
- Тыква – 80 г.
- Творог – 80 г.
- Яйцо куриное – 80 г. (1 яйцо + белок)
- Сахар - 60 г.
- Разрыхлитель – 5 г.
- Растительное масло – 15 мл.

Приготовление:

1. Взбейте яйца с сахаром с помощью венчика, постепенно введите муку и разрыхлитель. Хорошо замешайте тесто до однородной консистенции.
2. Тыкву хорошо промойте и очистите. Измельчите с помощью тёрки или блендера до однородной консистенции и добавьте в тесто. Перемешайте до однородности.
3. Чашу мультиварки смажьте растительным маслом. Выложите готовое тесто в чашу.
4. Сверху с помощью ложки распределите в нескольких местах творог. В процессе выпекания он уйдет глубже и станет начинкой тыквенного пирога.
5. Включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления: **1 час 10 минут**.
После сигнала выложите пирог на тарелку и другой стороной положите обратно в чашу. Включите программу **«Выпечка»**, время приготовления - **30 минут**.
Приятного аппетита!





Ванильный бисквит

Ингредиенты:

- Сахар – 160 г.
- Мука – 120 г.
- Яйцо куриное – 200 г. (4 шт.)
- Ванилин – 2 г.

Приготовление:

1. С помощью миксера взбейте яйца с сахаром до однородной консистенции. Взбивайте в течение 5 минут.
2. Хорошо просеянную муку постепенно введите в яичную массу, тщательно перемешивая в процессе.
3. В готовое тесто также добавьте ванилин и хорошо перемешайте.
4. Чашу мультиварки смажьте растительным маслом. Влейте готовое тесто. Включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления: **1 час**.
5. После сигнала достаньте бисквит из чаши и переверните его на другую сторону, положите обратно в чашу (другой стороной) и включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления: **30 минут**.
Приятного аппетита!

Апельсиновый бисквит

Ингредиенты:

- Мука – 140 г.
- Яйцо куриное – 140 г. (3 шт.)
- Сахар – 90 г.
- Апельсиновый сок – 80 мл.
- Растительное масло – 50 мл.
- Цедра апельсина – по вкусу

Приготовление:

1. Апельсин тщательно промойте, выжмите сок и снимите небольшое количество цедры.
2. Отделите белки от желтков. Белки взбейте с сахаром. Желтки смешайте с растительным маслом и апельсиновым соком. А затем размешайте полученные смеси между собой.
3. Муку хорошо просейте и смешайте с разрыхлителем. Постепенно вводите муку в яичную массу, не переставая помешивать. Добавьте измельчённую апельсиновую цедру в готовое тесто и тщательно перемешайте.
4. Чашу мультиварки смажьте небольшим количеством растительного масла. Добавьте основу для бисквита в чашу. Включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час**.

5. После сигнала достаньте бисквит из чаши и переверните его на другую сторону, положите обратно в чашу (другой стороной) и включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления **30 минут**.

6. Бисквит можно подавать к столу как готовый десерт или использовать его в качестве основы для домашних тортов.

Бисквит можно подавать к столу как готовый десерт или использовать его в качестве основы для домашних тортов.
Приятного аппетита!





Сдобный кулич

Ингредиенты:

- Мука – 220 г.
- Сахар – 70 г.
- Масло сливочное – 50 г.
- Сахарная пудра – 30 г.
- Изюм – 20 г.
- Дрожжи – 15 г.
- Яйцо куриное – 70 г (1 яйцо + белок)
- Молоко – 70 мл.
- Масло растительное – 15 мл.
- Сахар ванильный/Ванилин – по вкусу
- Посыпка кондитерская – по вкусу
- Соль – по вкусу

Приготовление:

1. Подогрейте молоко и разведите в нём дрожжи с 1 ч. л сахара. Оставьте дрожжи подходить в тёплом месте на 20 минут.
2. Возьмите яйцо, отделите белок от желтка. Белок взбейте с подошедшими дрожжами, сахаром и 1/3 стакана муки. Полученную смесь оставьте в тёплом месте на 2 часа.
3. Разотрите сливочное масло с яичным желтком и добавьте к настоявшейся дрожжевой опаре. Добавьте также муку и соль. Тщательно замесите тесто и оставьте его подниматься на 2 часа.
4. Хорошо промойте изюм и замочите его в воде.
5. В поднявшееся тесто добавьте изюм, ванилин и тщательно вымесите.
6. Мультиварку прогрейте в режиме «Подогрев» в течение **10–15 минут**. Затем выложите в чашу тесто и оставьте работать в том же режиме еще на **10 минут**. А затем оставьте тесто на час под закрытой крышкой.
7. Включите режим «Выпечка», время приготовления – **1 час 10 минут**. После сигнала переверните кулич другой стороной и допекайте в режиме «Выпечка» в течение ещё **40 минут**. По окончании работы программы достаньте готовый кулич и оберните его полотенцем. Оставьте остывать.
8. Приготовьте глазурь. Для этого яичный белок взбейте с сахаром или сахарной пудрой на высокой скорости. Готовой глазурью смажьте кулич, поверх неё используйте кондитерскую присыпку или другие украшения на свой вкус. Оставьте до полного остывания глазури. Приятного аппетита!

Ореховый пирог со сгущёнкой

Ингредиенты:

- Молоко сгущённое варёное – 180 г.
- Мука – 110 г.
- Яйцо куриное – 90 г. (2 шт.)
- Грецкие орехи – 70 г.
- Сахар – 25 г.
- Изюм – 25 г.
- Сода – 4 г.
- Молоко – 50 мл.
- Уксус – 15 мл.

Приготовление:

1. В отдельной ёмкости смешайте 120 граммов варёной сгущёнки с яйцами и сахаром. Взбейте полученную массу с помощью миксера.
2. В готовую смесь постепенно добавьте муку, а также погасите соду с помощью уксуса и добавьте к смеси. Хорошо перемешайте тесто.
3. Измельчите грецкие орехи (не до крошки, а крупными кусочками). Добавьте измельчённые орехи и изюм в готовое тесто. Хорошо перемешайте массу.
4. В чашу мультиварки выложите готовое тесто. Включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления: **1 час**.
5. После сигнала достаньте пирог из чаши и переверните его на другую сторону, положите обратно в чашу другой стороной и включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления **30 минут**.
6. Оставшуюся часть варёной сгущёнки (60 г.) залейте молоком и нагрейте на водяной бане до полного растворения, замешайте до однородности.
7. Залейте готовый ореховый пирог смесью молока и сгущёнки. Дайте ему пропитаться. Посыпьте пирог измельчёнными орехами для украшения и оставьте остывать 1–2 часа при комнатной температуре.
Приятного аппетита!





Шарлотка с грушей

Ингредиенты:

- Груши – 200 г.
- Сахар – 150 г.
- Мука пшеничная – 120 г.
- Яйцо куриное – 100 г. (2 шт.)
- Лимон – 40 г. (¼ шт.)
- Масло сливочное – 20 г.
- Разрыхлитель – 3 г.
- Корица молотая – по вкусу
- Мята свежая – по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте и очистите груши от хвостика, сердцевины и кожуры. Нарезьте пластинками.
2. Яйца взбейте с сахаром с помощью миксера. Добавьте хорошо просеянную муку, разрыхлитель и корицу.
3. Чашу мультиварки смажьте маслом. Выложите слой из нарезанных пластинок груши. Залейте сверху половиной готового теста. Выложите еще 1 слой нарезанных груш и залейте оставшимся тестом.
4. Включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления: **1 час 30 минут**.
5. За 40 минут до окончания приготовления достаньте пирог из чаши и переверните его на другую сторону.
6. Готовый пирог украсьте с помощью ломтиков лимона и листочков свежей мяты.
Приятного аппетита!

Ягодный пирог на кефире

Ингредиенты:

- Мука – 150 г.
- Сахар – 140 г.
- Яйцо куриное – 100 г.
- Сода/разрыхлитель – 3–4 г.
- Кефир – 150 мл.
- Ягоды (черника, вишня, малина) – по вкусу

Приготовление:

1. Взбейте яйца с сахаром с помощью миксера. Добавьте к ним кефир и хорошо перемешайте до однородности.
2. Хорошо просеянную муку введите в яйцо-кефирную смесь, добавьте соду. Тщательно перемешайте до однородной консистенции.
3. Чашу мультиварки смажьте маслом. Выложите половину готового теста. Сверху равномерно выложите ягоды и залейте сверху оставшейся половиной теста.
4. Включите программу **«Выпечка»**.
Время приготовления: **1 час**.
5. После сигнала переверните бисквит другой стороной и готовьте в режиме **«Выпечка»** ещё **1 час**. За 20 минут до окончания работы программы переверните бисквит ещё раз и оставьте допекаться под закрытой крышкой. По окончании приготовления дайте пирогу остыть и подавайте к столу, украсив свежими ягодами. Приятного аппетита!





Бисквит «Три молока»

Ингредиенты:

- Яйцо куриное – 100 г.
- Сахар – 100 г.
- Мука – 70 г.
- Разрыхлитель – 5 г.
- Кипяток – 300 мл.
- Молоко – 100 мл.
- Молоко сгущённое – 100 мл.
- Сливки 20% - 100 мл.
- Масло растительное – 25 мл.

Приготовление:

1. Взбейте яйца с сахаром с помощью миксера. В готовую смесь введите хорошо просеянную муку и добавьте разрыхлитель.
2. В отдельной ёмкости смешайте растительное масло и кипяток. Добавьте смесь в тесто и хорошо перемешайте с помощью лопатки.
3. Чашу мультиварки смажьте маслом. Выложите готовое тесто в чашу. Включите режим «Выпечка». Время приготовления: **1 час 20 минут**. За 20 минут до окончания программы переверните бисквит на другую сторону и оставьте допекаться.
4. Приготовьте заливку для бисквита. Для этого смешайте молоко, сгущённое молоко и сливки. Хорошо перемешайте до однородной консистенции.
5. Готовый бисквит проколите по всей площади с помощью зубочистки. Порционно выливайте на него готовую молочную смесь, чтобы он хорошо пропитался. Оставьте бисквит на несколько часов и подавайте к столу. Приятного аппетита!

Банановый пирог

Ингредиенты:

- Мука пшеничная – 150 г.
- Банан – 100 г.
- Сахар – 100 г.
- Яйцо куриное – 50 г.
- Разрыхлитель – 4 г.
- Масло растительное – 50 мл.
- Молоко – 40 мл.

Приготовление:

1. В отдельной ёмкости тщательно смешайте хорошо просеянную муку с разрыхлителем, солью и ванилином.
2. В другой ёмкости разомните банан с помощью вилки или блендера, добавьте к нему сахар, яйцо, масло и молоко. Хорошо перемешайте до однородности.
3. По частям введите муку с разрыхлителем в полученную смесь. Перемешайте до однородности.

- Ванилин – по вкусу
- Соль – на кончике ножа
- Шоколад (для украшения) – по вкусу
- Банан (для украшения) – по вкусу
- Сахарная пудра (для украшения) – по вкусу

4. Чашу мультиварки смажьте маслом. Выложите готовое тесто в чашу. Включите режим **«Выпечка»**.
Время приготовления: **1 час 25 минут**.
За 25 минут до окончания работы программы переверните пирог на другую сторону и оставьте под крышкой до звукового сигнала.
5. Подавайте готовый пирог, украсив его свежим бананом, шоколадной крошкой или сахарной пудрой. Приятного аппетита!





Традиционный манник

Ингредиенты:

- Манная крупа – 110 г.
- Сметана – 100 г.
- Сахар – 100 г.
- Мука – 75 г.
- Яйцо куриное – 70 г.
- Сода (или разрыхлитель) – 4 г.

Приготовление:

1. Смешайте манную крупу со сметаной и оставьте смесь настояться в течение 1 часа.
2. Взбейте яйца (1 яйцо + 1 яичный белок) с сахаром, постепенно введите в смесь просеянную муку и соду. Добавьте настоявшуюся манную крупу со сметаной к тесту и тщательно перемешайте.
3. Чашу мультиварки смажьте маслом и посыпьте манной крупой. Излишки манной крупы насыпьте, перевернув чашу.
4. Выложите тесто в чашу и включите режим **«Выпечка»**. Время приготовления: **1 час 30 минут**. За полчаса до окончания работы программы переверните манник другой стороной и оставьте допекаться до звукового сигнала.
5. По окончании приготовления дайте маннику остыть при открытой крышке, а затем подавайте к столу, украсив на свой вкус.
Приятного аппетита!

Горячий шоколад

Ингредиенты:

- Молоко жирностью 4-6% - 450 мл.
- Тёмный шоколад – 100 г.
- Корица (палочка) – 1 шт.
- Сахар тростниковый – по вкусу
- Гвоздика – по вкусу
- Мускатный орех тёртый – по вкусу
- Маршмеллоу (для украшения) – по вкусу

Приготовление:

1. В чашу мультиварки влейте молоко. Добавьте к нему специи и сахар по вкусу.
2. Палочку корицы разломайте на несколько кусочков и добавьте в чашу мультиварки.
3. Выберите режим **«GARLYN шеф»** и установите температуру на **140 C°**. Время приготовления зависит от скорости закипания молока. После того, как оно начнёт закипать, необходимо варить смесь в течение **2 минут**.
4. В горячее молоко выложите шоколад, разломанный на кусочки. Непрерывно помешивайте до того, как шоколад полностью растворится в горячем молоке. Горячий шоколад должен иметь однородную консистенцию.
5. Готовый горячий шоколад разлейте по порционным чашкам и украсьте маршмеллоу. Подавайте напиток как отдельный десерт или совместно с любимым видом печенья. Приятного аппетита!





Клюквенный пунш

Ингредиенты:

- Клюквенный сок – 500 мл.
- Виноградный сок – 100 мл.
- Ягодный сок (малина/ежевика) – 80 мл.
- Вода – 300 мл.
- Апельсин – 100 г.
- Корица (палочка) – 1 шт.
- Гвоздика – по вкусу
- Душистый перец – по вкусу

Приготовление:

1. Тщательно промойте апельсин и снимите с него небольшое количество цедры. Разрежьте плод, выдавите из него сок.
2. В чашу мультиварки влить клюквенный, виноградный, ягодный и апельсиновый сок, добавить воду и специи.
3. Выберите режим «**GARLYN шеф**» и установите температуру на **75 C°**.
Время приготовления: **4 часа**.
4. Подавайте готовый пунш горячим в порционных чашках. Украсьте напиток дольками апельсина. Приятного аппетита!

Клубничный кисель

Ингредиенты:

- Вода – 850 мл.
- Клубника – 300 г.
- Сахар – 75 г.
- Крахмал картофельный – 45 г.

Приготовление:

1. Хорошо промойте клубнику под прохладной водой.
2. В чашу мультиварки выложите клубнику, добавьте к ней сахар и 750 мл воды.
3. Выберите программу приготовления «**Пар/Варка**».
Время приготовления: **20 минут**.
4. За 5 минут до окончания работы программы налейте в чистый стакан 100 мл. воды и добавьте туда крахмал. Непрерывно помешивайте в течение пары минут.

5. В горячий компот тонкой струйкой введите разведённый крахмал, непрерывно помешивая будущий кисель.
6. Выключите мультиварку и оставьте кисель остывать с открытой крышкой на 30-40 минут. Когда напиток остынет, снимите с его поверхности плёнку и подавайте кисель в порционных чашках. Украсьте напиток веточками свежей мяты. Приятного аппетита!





Яблочный взвар

Ингредиенты:

- Сушёные яблоки – 140 г.
- Чернослив – 4 шт.
- Инжир вяленый – 4 шт.
- Вода – 1 л.

Приготовление:

1. В отдельных мисках замочите сухофрукты в тёплой воде. Оставьте на 1 час.
2. В чашу мультиварки добавьте литр воды и вымоченные сухофрукты.
3. Выберите программу «**GARLYN шеф**» и установите температуру приготовления на **160°C**. Время приготовления: **20 минут**.
4. Готовому яблочному взвару дайте немного остыть и подавайте в порционных чашках. Приятного аппетита!

Морс из облепихи

Ингредиенты:

- Вода – 1 л.
- Облепиха – 200 г.
- Сахар – 70 г.
- Мёд – 35 г.

Приготовление:

1. Облепиху тщательно промойте под проточной водой.
2. Измельчите свежие ягоды с помощью блендера до однородной консистенции. Затем пропустите измельчённую смесь через мелкое сито. Готовый сок отправьте в холодильник, а жмых выложите в чашу мультиварки.
3. В чашу мультиварки добавьте воду, сахар и жмых, полученный при пропускании облепихи через сито.
4. Выберите режим **«Тушение»**.
Время приготовления: **30 минут**.
5. Готовый отвар необходимо отфильтровать с помощью мелкого сита. Жмых после варки не пригодится и его можно выкинуть.
6. В готовый и очищенный от жмыха отвар добавьте мёд и тщательно перемешайте до однородности.
7. В полученный напиток добавьте охлаждённый облепиховый сок и хорошо перемешайте.
8. Готовый морс подавайте в порционных чашках. Приятного аппетита!





Компот из черешни

Ингредиенты:

- Черешня – 100 г.
- Сахар – 50 г.
- Вода – 1 л.

Приготовление:

1. Хорошо промойте свежие ягоды. Разрежьте их пополам и по желанию удалите косточки. Подготовленные ягоды присыпьте сахаром и оставьте на 5 минут.
2. В чашу мультиварки добавьте воду и черешню с сахаром. Закройте крышку.
3. Выберите режим **«Суп»**.
Время приготовления: **1 час**.
4. По окончании работы программы оставьте готовый напиток в режиме подогрева на 20-25 минут.
5. Готовый ароматный компот подавайте в порционных чашках. Приятного аппетита!



MR-DUO 5 ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

Забота о малышах – многогранный процесс, с которым сталкиваются родители. Кормление самых маленьких – особенно важная часть ухода.

Приготовить вкусные и полезные блюда и напитки для детей поможет мультиварка GARLYN MR-Duo 5. Широкий диапазон настройки температуры поможет подобрать оптимальные условия для обработки продуктов. А функция разогрева позволит идеально соблюдать нужную температуру при подготовке детского питания.

Благодаря встроенным автоматическим программам можно доверить компактной помощнице весь процесс приготовления, уделив свое внимание приятным занятиям с детьми. Не пропустите новые открытия и первые шаги своего малыша, а при приготовлении пищи займётся мультиварка GARLYN.

Порадуйте маленьких гурманов вкусными и полезными молочными кашами, натуральными пюре из фруктов и овощей, домашними котлетками и нежнейшим суфле, приготовленным на пару. Пробуйте новые рецепты и готовьте самые любимые блюда и напитки ваших малышей в удобном пользовательском режиме.

При приготовлении еды для самых маленьких вместо соли и сахара стоит использовать специально приготовленный фруктозный (или сахарный) сироп и раствор соли.

- Чтобы приготовить раствор соли, необходимо 15 г соли растворить в 50 мл тёплой воды.
- Чтобы приготовить сахарный сироп, необходимо растворить 100 г сахара в 40 мл тёплой воды.
- Чтобы приготовить фруктозный сироп, растворите в 50 мл тёплой воды 100 г фруктозы.

* Помните, что не стоит готовить раствор и сироп в большом количестве, чтобы не подвергать их долгому хранению.

* При длительном хранении в растворах могут появиться бактерии и прочие микроорганизмы.

Тыквенное пюре с кабачком

Ингредиенты:

- Молоко (2,5%) – 150 мл.
- Тыква – 110 г.
- Кабачок – 80 г.
- Масло сливочное – 5 г.
- Сахарный сироп/Фруктозный сироп – по вкусу

Приготовление:

1. Подготовьте овощи к приготовлению. Хорошо промойте и очистите от кожуры и сердцевины, а затем нарежьте маленькими кубиками и оставьте в холодной воде примерно на 1 час.
2. Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом, выложите в неё подготовленные овощи, влейте молоко и сироп. Тщательно перемешайте ингредиенты и закройте крышку мультиварки.
3. Выберите режим **«Тушение»**, время приготовления: **50 минут**. Готовьте под закрытой крышкой.
4. По окончании приготовления овощи вместе с бульоном измельчите до однородной консистенции с помощью блендера и остудите до комфортной температуры. Приятного аппетита!



Рыбное пюре

Ингредиенты:

- Филе нежирной рыбы (треска или хек) – 120 г.
- Молоко (не более 2,5% жирности) – 80 мл.
- Вода – 300 мл.
- Раствор соли – по вкусу

Приготовление:

1. Подготовьте рыбу к приготовлению. Для этого тщательно промойте и очистите её от кожи и костей.
2. Налейте воду в чашу мультиварки. Установите поддон для приготовления на пару и выложите в него рыбу. Сверху полейте раствором соли по вкусу. Закройте крышку мультиварки.
3. Выберите режим приготовления **«Пар/Варка»**, время приготовления: **25 минут**. За 10 минут до окончания работы программы откройте крышку мультиварки и переверните рыбу на другую сторону. Продолжайте готовить под закрытой крышкой.
4. Готовую рыбу выложите в чистую ёмкость, добавьте молоко и измельчите с помощью блендера до однородной консистенции.





Суп-пюре со шпинатом

Ингредиенты:

- Шпинат свежемороженый – 250 г.
- Мука пшеничная – 12 г.
- Масло сливочное – 6 г.
- Молоко (жирностью не выше 2,5%) – 120 мл.
- Вода – 120 мл.
- Сахарный/фруктозный сироп – по вкусу
- Солевой раствор – по вкусу

Приготовление:

1. Шпинат разморозьте и дайте стечь лишней жидкости.
2. Смешайте муку с водой и молоком, доведите до однородной консистенции без комочков.
3. Смажьте чашу мультиварки сливочным маслом. Выложите в чашу шпинат, добавьте полученную молочно-водную смесь, сахарный сироп и раствор соли по вкусу. Закройте крышку мультиварки.
4. Выберите программу **«Суп»**.
Время приготовления: **30 минут**.
5. По окончании приготовления перелейте суп в другую ёмкость и измельчите с помощью блендера до однородной консистенции.

Фруктовое пюре

Ингредиенты:

- Персики – 150 г.
- Яблоки – 150 г.

- Вода – 300 мл.
- Сахарный/Фруктозный сироп – по вкусу

Приготовление:

1. Подготовьте фрукты. Тщательно очистите их от кожицы и семян. Мякоть измельчите небольшими кубиками.

2. В чашу мультиварки налейте воду. Установите контейнер для приготовления на пару. Выложите в него фрукты, полейте их сахарным или фруктозным сиропом по вкусу и закройте крышку мультиварки.

3. Выберите программу **«Пар/Варка»**.
Время приготовления: **25 минут**. Готовьте под закрытой крышкой до окончания программы.

4. Готовые фрукты выложите в отдельную ёмкость и измельчите с помощью блендера до однородной консистенции.





Суфле из мяса кролика

Ингредиенты:

- Кролик (филе) – 120 г.
- Молоко 2,5% – 50 мл.
- Яйцо куриное (желток) – 8 г.
- Вода – 300 мл.
- Раствор соли - по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте филе кролика. Дважды пропустите мясо через мясорубку или измельчите до пастообразной консистенции с помощью блендера.
2. Смешайте готовый фарш с молоком, яичным желтком и раствором соли. Тщательно перемешайте до однородной консистенции.
3. В чашу мультиварки влейте воду. Установите сверху поддон для приготовления на пару. Выложите в него приготовленную смесь из филе и молока. Закройте крышку мультиварки.
4. Установите программу приготовления **«Пар/Варка»**. Время приготовления: **40 минут**. Готовьте до окончания работы программы.

Рисовая каша с тыквой

Ингредиенты:

- Молоко 2,5% – 300 мл.
- Вода – 150 мл.
- Рис круглозёрный – 30 г.
- Масло сливочное – 4 г.
- Тыква – 70 г.
- Сахарный/Фруктозный сироп – по вкусу
- Раствор соли – по вкусу

Приготовление:

1. Хорошо промойте рис в холодной воде.
2. Тыкву тщательно очистите от кожуры и сердцевины и замочите в холодной воде на 1 час.
3. Нарежьте тыкву маленькими кубиками.
4. Чашу мультиварки смажьте сливочным маслом, выложите в чашу рис, тыкву, добавьте воду и молоко, а также сахарный/фруктозный сироп и раствор соли по вкусу. Закройте чашу мультиварки.
5. Выберите режим приготовления **«Молочная каша»**, время приготовления: **50 минут**.
6. Готовый рис с тыквой выложите в отдельную посуду и измельчите с помощью блендера до однородной консистенции, постепенно добавляя отвар.





Паровые котлеты из говядины

Ингредиенты:

- Филе говядины – 150 г.
- Хлеб пшеничный – 20 г.
- Вода – 500 мл.
- Раствор соли – по вкусу

Приготовление:

1. Вымочите пшеничный хлеб в воде, оставив его в ней на 10 минут.
2. Филе говядины хорошо промойте. Дважды пропустите через мясорубку мясо и вымоченный хлеб. Добавьте к полученной смеси раствор соли по вкусу и тщательно перемешайте до однородности. Из готовой массы сформируйте небольшие котлеты.
3. В чашу мультиварки добавьте воду. Установите поддон для приготовления на пару. Выложите в него сформированные котлеты. Закройте крышку мультиварки.
4. Выберите программу приготовления **«Пар/Варка»**, время приготовления: **40 минут**. Готовьте до окончания работы программы.

Пшённая каша протёртая

Ингредиенты:

- Молоко 2,5% – 150 мл.
- Пшённая крупа – 30 г.
- Вода – 200 мл.
- Раствор соли – по вкусу
- Сахарный/Фруктозный сироп – по вкусу

Приготовление:

1. Тщательно промойте пшено в холодной воде.
2. Выложите в чашу мультиварки пшённую крупу, воду и молоко. Добавьте раствор соли и сахарный сироп по вкусу.
3. Выберите программу приготовления: **«Молочная каша»**, время приготовления: **50 минут**. Готовьте под закрытой крышкой до окончания программы.
4. Готовую кашу протрите через сито и хорошо перемешайте, добавляя отвар небольшими порциями.
5. Готовую кашу охладите и подавайте к столу.



СТЕРИЛИЗАЦИЯ

Чтобы не провоцировать неокрепший иммунитет малышей, стерилизуйте посуду, из которой ваш ребёнок принимает пищу.

С помощью мультиварки сделать это можно быстро, эффективно и безопасно, как с помощью воды, так и с помощью пара.

Стерилизация с помощью воды

1. Бутылочки и другую детскую посуду наполните водой, плотно закройте крышками и поместите в чашу мультиварки GARLYN.

2. В чашу влейте воду таким образом, чтобы она доходила до уровня горлышка бутылочек, но при этом не превышала максимальную отметку на самой чаше.

3. Закройте крышку мультиварки и подключите устройство к сети питания.

4. Выберите программу приготовления «GARLYN ШЕФ». Установите температуру 100-110°C и настройте желаемое время стерилизации.

*При этом помните о том, что отсчёт времени выполнения программы начнётся только после того, как мультиварка разогреется до заданной температуры и вода начнёт закипать.

5. Запустите программу. На дисплее будут отображаться все параметры, а также будет показано время до окончания выполнения программы.

6. После завершения работы программы раздастся звуковой сигнал. Баночки можно достать и опустошить, дать им остыть и вновь использовать их для кормления малышей.

Стерилизация с помощью пара

Такой способ стерилизации подойдёт для мелких предметов (сосок, столовых приборов и т.д.).

1. Разместите предметы в поддоне для приготовления на пару.

2. В чашу мультиварки залейте 300 мл воды, сверху установите поддон для приготовления на пару с выложенными на него предметами, которые необходимо стерилизовать. Закройте крышку мультиварки.

3. Выберите программу «GARLYN ШЕФ», установите время стерилизации 15 минут. Температура: 110°C.

4. Запустите выбранную программу, на дисплее будут отображаться все необходимые параметры, а также время до окончания работы программы.

5. По завершении выполнения программы предметы для кормления малышей могут вновь быть использованы после полного остывания.

ПАСТЕРИЗАЦИЯ

Чтобы обеззаразить различные жидкие продукты и тем самым увеличить их срок хранения, многие родители используют процесс пастеризации при кормлении малышей. Сделать это с помощью мультиварки будет в разы удобнее, так как соблюсти идеальные температурные условия получится без лишних усилий.

В процессе пастеризации жидкие продукты выдерживаются в течение часа при температуре около 60°C или в течение нескольких минут - при температуре от 70°C до 80°C. Чтобы пастеризовать продукты быстро и просто, используйте программу «GARLYN ШЕФ».

1. Залейте продукт в чашу мультиварки таким образом, чтобы он не превышал максимальную отметку на самой чаше.
2. Выберите в меню мультиварки программу «GARLYN ШЕФ». Установите температуру пастеризации (рекомендуемая температура 80°C), настройте желаемое время работы программы.
3. Запустите выбранную программу и дождитесь окончания её выполнения. Вся нужная информация будет отображаться на дисплее.
4. После завершения работы программы готовый продукт перелейте в отдельную ёмкость и отправьте на хранение в холодильник. *Время пастеризации зависит от объёма продукта, загруженного внутрь чаши.

При небольшом объёме продукта (300–500 мл) рекомендуемое время пастеризации составляет 5 минут, для продукта объёмом 800-1000 мл рекомендуемое время пастеризации – 8 минут, а при пастеризации продуктов объёмом 1200-1300 мл время пастеризации составит 10-12 минут.

ПОДОГРЕВ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

Каждый родитель знает, как важно подобрать оптимальную температуру для детского питания, чтобы малышу было особенно удобно и безопасно принимать пищу.

С помощью мультиварки GARLYN MR-Duo 5 можно осуществлять быстрый и безопасный подогрев детского питания на водяной бане.

1. В чаше мультиварки разместите закрытую ёмкость с разогреваемой пищей, а также налейте воду (уровень воды при этом не должен превышать максимальную отметку). Закройте крышку мультиварки и подключите устройство к сети питания.
2. Выберите программу «GARLYN ШЕФ», установите температуру 40°C и настройте желаемое время приготовления.
3. Запустите программу и дождитесь окончания её выполнения.
4. Разогретый продукт немножко встряхните перед употреблением.

Больше рецептов
на нашем сайте

garlyn.ru



MR-Duo 5-CB-01