

техника со вкусом  
Малая Бытовая

Сборник  
рецептов  
для мультиварок

**Zigmund & Shtain**  
2012

## Рекомендации по использованию

## мультиварки MC-D184PW

- 1) Проверьте комплектность мультиварки.
- 2) Купите две обычные пальчиковые батарейки и вставьте их в мультиварку снизу — там есть специальный отсек для батареек. Батарейки помогут сохранять память текущего приготовления в случае выключения электричества и поддерживать часы мультиварки.
- 3) Помойте и протрите внутреннюю тефалевую кастрюлю мультиварки. Протрите кастрюлю изнутри растительным маслом. Не используйте грубых абразивных средств, это может привести к преждевременному износу тефлонового покрытия и замене дешевой кастрюли. Впоследствии не отскребайте приклеившуюся пищу ложкой или другими металлическими предметами от дна и стенок кастрюли.
- 4) Вставьте электрический сетевой шнур в мультиварку до упора справа снизу.
- 5) Установите текущее время на мультиварке. Нажмите кнопку “ЧАСЫ” и удерживайте 3 секунды — время на дисплее замигает. Затем кнопками “ЧАСЫ” и “МИНУТЫ” выставьте текущее время.
- 6) Выберите рецепт и готовьте. Переведите стрелку на пункт меню кнопкой “МЕНЮ” и готовьте то, что вы желаете — гречку, суп, выпечку, молочную кашу и т.д. ВНИМАНИЕ!- режим суп применяется только в случае необходимости медленного варения на пониженной температуре особо деликатных продуктов. На этой программе можно варить и суп из мяса и рыбы, но не менее 2 часов. Обычно же суп следует готовить на режиме “ТУШЕНИЕ”. При необходимости, измените время приготовления нажатием кнопки “ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ” и изменением времени кнопками “ЧАСЫ” и “МИНУТЫ”. Если нужно заранее прервать программу, то нажимайте на кнопку «ВЫКЛ СТОП».

**Дополнительные возможности.**

- 1) Если вы хотите задать время отложенного старта, то нажмите кнопку “ОТЛОЖЕННЫЙ СТАРТ” — цифры на дисплее начнут мигать — измените время кнопками “ЧАСЫ” и “МИНУТЫ”. После установки времени нажмите на кнопку старт. Конечно, до установки времени нужно будет выбрать в меню, что вы хотите готовить. Время начала готовки не может быть меньше двух часов от текущего времени.

ВАЖНО: ДАННАЯ ФУНКЦИЯ ОПРЕДЕЛЯЕТ ВРЕМЯ ГОТОВНОСТИ ПРОДУКТА,

**А НЕ ВРЕМЯ НАЧАЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ!**

- 2) Переключение в режим подогрева до окончания цикла приготовления. Если цикл готовки не завершен, но вы хотите прекратить готовить и перевести мультиварку в режим подогрева, нажмите “ВЫКЛ/СТОП” и затем нажмите кнопку “ПОДОГРЕВ”.

- 3) Если вы хотите узнать время, оставшееся до конца приготовления, то нажмите кнопку “ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ”.

- 4) О цветах дисплея. Голубой — готовность к работе. Красный — идет готовка — не обожгитесь о клапан сверху мультиварки. Зеленый — закончена готовка — активен режим «Поддержание тепла».

**Дополнительные требования к использованию мультиварки:**

- 1) Делайте 15 минутный перерыв между готовками. Не обожгитесь о выходящий из клапана сверху пар и о кастрюлю, которую попытаетесь вынуть сразу после завершения готовки. Не обожгитесь о внутренний нагревательный элемент мультиварки.

- 2) не лейте на горячее тефлоновое покрытие кастрюли холодную воду — это приведет к его порче.

- 3) не допускайте попадания во внутренний отсек мультиварки (под кастрюлей) жидкостей и пищи.

- 4) используйте для ПЕРЕМЕШИВАНИЯ пищи пластиковые половничек и ложку из комплекта. Если у вас постоянно пища прикипает ко дну мультиварки (прикипает, но не пришкваривается) — добавляйте к своему рецепту лишние 0,5 части воды.

- 5) Помните - после завершения программы и началом новой, всегда нажимайте на кнопку ВЫКЛ-СБРОС, чтобы сбросить время прошедшей программы и остановить подогрев, если он не нужен.

## Рецепты для

## мультиварки MC-D184PW

**ВИНЕГРЕТ ( ОВОЩИ ДЛЯ ВИНЕГРЕТА)****Ингредиенты:**

- картофелины 2-3 шт.
- свеклы средние 2шт.
- моркови 1-2шт.
- зеленое яблоко 1 шт.
- соленые огурцы 2шт.
- зеленый горошек,
- лук репчатый 1 шт. (по желанию)
- соль.
- подсолнечное масло.

**Приготовление :**

1. Налить воды в мультиварку.
2. Помыть свеклу, морковь, картофель чистим и нарезаем кубиками. Загрузить в емкость для варки на пару, строго соблюдая последовательность: СВЕКЛА, МОРКОВЬ, КАРТОФЕЛЬ
3. Ставим емкость с овощами, закрываем мультиварку и включаем режим «Готовить на пару». Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный.
4. За время работы мультиварки нарезаем остальные ингредиенты ( добавляем и убираем их по вкусу).
5. По истечении времени готовки мультиварка отключится, изменив цвет табло на синий. Достаем лоток с овощами, остужаем их, выкладываем в салатник, соединяя с остальными ингредиентами. Солим, добавляем масло.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

**БУЖЕНИНА****Ингредиенты:**

- Свиная шея 1-1,5 кг.
- горчица.
- майонез со специями ( на выбор).
- чеснок 2-3 зубчика.
- перец.
- соль.
- специи.

**Приготовление :**

1. Промываем кусок мяса, солим, а потом либо натираем специями, либо обмазываем горчицей ( майонезом со специями). Оставляем в холодильнике на 6-8 часов мариноваться.
2. Уложить в мультиварку, установить программу «Тушение», изменить время приготовления на 2 часа 30 минут. Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный. По окончании приготовления Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый.
3. Выключите мультиварку путем нажатия клавиши «ВЫКЛ/Сброс». Достаньте буженину, остудите. Ваше блюдо готово.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

## Рецепты для

## мультиварки MC-D184PW

**ГОВЯДИНА С СЫРОМ И ГРИБАМИ****Ингредиенты:**

- Говядина 1-1,2кг.
- сливки 200 гр.
- сыр тертый 150 гр.
- сливочное масло 50 гр.
- шампиньоны замороженные 450-500.
- соль.
- перец.

**Приготовление :**

1. Шампиньоны разморозить, промыть ,нарезать тонкими ломтиками.
2. Промыть мясо ,нарезать небольшими ломтиками. Посолить,добавить специи по вкусу,перемешать.
3. Выложить на дно мультиварки мясо,равномерно распределить небольшие кусочки масла,выложить и равномерно распределить грибы. Посыпать тертым сыром и установить программу «Тушение». изменить время приготовления на 1 час. Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный.
4. По истечении времени готовки Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый. Ваше блюдо готово.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

**ГРЕЧКА С ГРИБАМИ****Ингредиенты:**

- Гречка 2стакана.
- бульон 300 гр.
- сыр тертый 150 гр.
- сливочное масло 150 гр.
- шампиньоны замороженные 450-500.
- лук репчатый 2шт.
- соль.
- перец.

**Приготовление :**

1. Шампиньоны разморозить, промыть ,нарезать тонкими ломтиками.
2. Мелко нашинковать лук,добавить грибы и промытую гречку.Посолить,добавить специи по вкусу, перемешать.
3. Положить на дно мультиварки сливочное масло и полученную смесь. Установить программу «Ри/Плов».Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный.
4. По истечении времени готовки Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый. Ваше блюдо готово. Готовое блюдо подавать с зеленью или со сметаной.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

## Рецепты для

## мультиварки MC-D184PW

**ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ****Ингредиенты:**

- Перец 700 гр., фарш мясной 500 гр.
- рис 100 гр.
- чеснок 2 зубчика.
- яйцо куриное 1 шт.
- лук репчатый 1 шт.
- сметана 100 гр.
- паста томатная 1 столовая ложка.
- масло оливковое 1 столовая ложка.
- бульон 200 гр.
- перец.
- соль.
- специи.

**Приготовление :**

1. Мелко нашинковать лук, помять чеснокодавкой 2 зубчика чеснока. Очистить перец.

2. В фарш добавить лук, чеснок, рис, вбить яйцо, посолить, добавить специи. Фаршировать перцы полученной массой.

3. Уложить в мультиварку фаршированные перцы, добавить столовую ложку оливкового масла, залить смесью бульона с томатной пастой и сметаны. Установить программу «Тушение», изменить время приготовления на 2 часа. Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный. По окончании приготовления Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый.

4. Выключите мультиварку путем нажатия клавиши «ВЫКЛ/Сброс». Ваше блюдо готово.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

**ОВСЯНКА НА МОЛОКЕ****Ингредиенты:**

- Хлопья овсяные 2,5 стакана.
- молоко 0,5 литра.
- сливочное масло 50 гр.
- соль.
- сахар.

**Приготовление :**

1. В мультиварку высыпать овсяные хлопья, добавить по вкусу соли и сахар, залить молоком и добавить сливочное масло.

2. Включаем режим «Каша». Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный.

3. По истечении времени готовки Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый. Ваше блюдо готово.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

## Рецепты для

## мультиварки MC-D184PW

**РИС НА ВОДЕ****Ингредиенты:**

- Рис круглозерный 100 гр.
- вода 400 гр.
- Сливочное масло 50гр.
- соль.
- специи.

**Приготовление :**

1. В мультиварку высыпать промытый рис.Добавить специи и масло.
2. Включаем режим «Рис/Плов». Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный.
3. По истечении времени готовки Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый. Ваше блюдо готово.

ПРИЯНОГО АППЕТИТА!

**ЛИМОННЫЙ КЕКС****Ингредиенты:**

- Маргарин размягченный 200 г.
- сахар 150 г.
- 4 яйца.
- Лимон 1 шт.
- мука 210 г.
- разрыхлитель 5 г.
- 100 г изюма.

**Приготовление :**

1. Сахар и размягченный маргарин растереть добела.
2. На мелкой терке натрите цедру лимона,выдавите сок. Муку смешать с разрыхлителем.
3. В сахар с маргарином вбить яйцо,добавить лимонный соки цедру,полученную смесь хорошо перемешать и взбить.
4. В полученную смесь,перемешивая, всыпать муку с разрыхлителем, добавить изюм. Чашу смазать маргарином,выложить в нее полученную массу.
5. Включаем режим «Выпечка»,устанавливаем время приготовления на 2 часа 30 минут. Нажать клавишу «Старт». Табло изменит синий цвет на красный.
6. По истечении времени готовки Ваша мультиварка автоматически встанет в режим «Подогрев» и цвет табло сменится на зеленый. После того,как кекс остынет,выложите его на блюдо,посыпьте сахарной пудрой.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

## Рекомендации по использованию

1) Снимите синюю защитную пленку с верхнего парового клапана, прикрывающую никелевый ободок клапана.

2) Купите две обычные пальчиковые батарейки и вставьте их в мультиварку снизу — там есть специальный отсек для батареек.

Батарейки помогут сохранять память текущего приготовления в случае выключения электричества и поддерживать часы мультиварки.

3) Помойте и протрите внутреннюю тефалевую кастрюлю мультиварки. Протрите кастрюлю изнутри растительным маслом.

Не используйте грубых абразивных средств, это может привести к преждевременному износу тефлонового покрытия и замене дешевой кастрюли.

Впоследствии не отскребайте приклеившуюся пищу ложкой или другими металлическими предметами от дна и стенок кастрюли.

4) Вставьте электрический сетевой шнур в мультиварку до упора справа снизу.

5) Выставьте время на мультиварке. Нажмите кнопку “ЧАСЫ” и держите 3 секунды — время на дисплее замигает. Затем кнопками “ЧАСЫ” и “МИНУТЫ” установите текущее время.

6) Выберите рецепт и готовьте. Переведите стрелку на пункт меню кнопкой “МЕНЮ” и готовьте то, что вы желаете — гречку, суп, выпечку, молочную кашу и т.д. ВНИМАНИЕ!- режим суп применяется только в случае необходимости медленного варения на пониженной температуре особо деликатных продуктов. Сам же суп следует готовить на режиме “ТУШЕНИЕ”.

При необходимости, измените время приготовления нажатием кнопки “ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ” и изменением времени кнопками “ЧАСЫ” и “МИНУТЫ”.

### **Дополнительные возможности.**

1) Если вы хотите задать время отложенного старта, то нажмите кнопку “ТАЙМЕР” — цифры на дисплее начнут мигать -

измените время старта кнопками “ЧАСЫ” и “МИНУТЫ”. После установки времени нажмите на кнопку старт.

Конечно, до установки времени нужно будет выбрать в меню, что вы хотите готовить.

Время начала готовки не может быть меньше двух часов от текущего времени.

## мультиварки MC-D285PB

2) Переключение в режим подогрева до окончания цикла приготовления. Если цикл готовки не завершен, но Вы хотите прекратить готовить и перевести мультиварку в режим подогрева, нажмите “ВЫКЛ/ОТМЕНИТЬ” и затем нажмите кнопку “ПОДОГРЕВ”.

3) Если вы хотите узнать время, оставшееся до конца приготовления, то нажмите кнопку “ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ”.

4) О цветах дисплея. Голубой — готовность к работе. Красный — идет готовка — не обожгитесь о клапан сверху мультиварки. Зеленый — закончена готовка, мультиварка находится в режиме «Поддержание тепла»

### **Дополнительные требования к использованию мультиварки:**

1) Делайте 15 минутный перерыв между готовками. Не обожгитесь о выходящий из клапана сверху пар и о кастрюлю,

которую попытаетесь вынуть сразу после завершения готовки. Не обожгитесь о внутренний нагревательный элемент мультиварки.

2) не лейте на горячее тефлоновое покрытие кастрюли холодную воду — это приведет к его порче.

3) не допускайте попадания во внутренний отсек мультиварки (под кастрюлей) жидкостей и пищи .

4) используйте для внутреннего забора пищи пластиковые половничек и ложку из комплекта.

Если у вас постоянно пища пригоревает ко дну мультиварки (прикипает, но не прижваривается) — добавляйте к своему рецепту лишние 0,5 части воды.

5) Помните после завершения программы и началом новой, всегда нажимайте на кнопку ВЫКЛ.ОТМЕНИТЬ, чтобы сбросить время прошедшей программы и остановить подогрев, если он не нужен.

## Рецепты для

## мультиварки MC-D285PB

**ГРЕЧНЕВАЯ КАША**

(2 порции. Готовится около 45 мин.)

**Ингредиенты:**

- Крупа гречневая (необходима крупа с цельной ядрицей, не дробленая) - 1 стакан.
- Вода (чистая питьевая вода) - 2,5 стак.
- Соль - 1/2 ч. л.
- Масло сливочное (желательно использовать качественное сливочное масло с высокой жирностью) - 1/2 ч. л. По вкусу до 50 гр

**Приготовление:**

1. Промыть стакан крупы, выложить в кастрюлю мультиварки, влить 2,5 стакана воды комнатной температуры (не горячей и не ледяной).
2. положить пол-ложки соли и пол-ложки сливочного масла.
3. Выставить при помощи кнопки "МЕНЮ" режим Гречка и нажать на кнопку "СТАРТ".

**ГЕРКУЛЕС**

(2 порции.)

**Ингредиенты:**

- Геркулес 1 ст.
- Вода комнатной температуры 2 стакана
- Соль 1/2 ч. л.

**Приготовление:**

1. Заложить ингредиенты.
2. Выставить при помощи кнопки "МЕНЮ" режим Гречка и нажать на кнопку "СТАРТ".
3. Режим Гречка следует понимать, как режим КАША.
4. В конце каша может немного прилипнуть ко дну — но консистенция будет правильная и нижняя часть легко снимется пластиковой ложкой.

## Рецепты для

## мультиварки MC-D285PB

**РИС**

(2 порции.)

**Ингредиенты:**

- Рис 1 стакан.
- Вода комнатной температуры 3 стакана.
- Соль 1/2 ч.л.

**Приготовление:**

1. Заложить ингредиенты.
2. Выставить при помощи кнопки "МЕНЮ" режим Гречка и начать на кнопку "СТАРТ".
3. Если у вас рис уже пропаренный и на упаковке написано сокращенное время готовки, то сами прервите процесс готовки в соответствии со временем, указанным на упаковке.  
Помните, что закипит каша примерно через 5 минут и около 10 минут варится пропаренный рис - значит выключить мультиварку нужно будет примерно через 10-20 минут.

**МОЛОЧНАЯ МАННАЯ КАША**

(первый рецепт)

**Ингредиенты:**

- Манная крупа - 1 стакан.
- Молоко комнатной температуры - 2 стакана.
- Вода комнатной температуры - 1 стакан.
- Сахарный песок - 1 столовая ложка.
- Соль 1/2 ч.л.

**Приготовление:**

1. Заложить ингредиенты. Все тщательно перемешать.
2. Выставить при помощи кнопки "МЕНЮ" режим Гречка и начать на кнопку "СТАРТ".
3. Перед подачей на стол добавить сливочное масло по вкусу.
4. Если вы хотите получать более жидкую манную кашу, то можно в рецепт добавить еще до двух стаканов молока.

**МОЛОЧНАЯ МАННАЯ КАША**

(второй рецепт)

**Ингредиенты:**

- Манная крупа — 2 ст. л. (1 ст. л. — для жидкой, 1 1/2 ст. л. — для каши средней густоты)
- Молоко — 250 мл
- Соль — 1/8 ч. л.
- Сахар — 1 ст. л.
- Сливочное масло — 20 г
- Столовые и чайные ложки указаны мерные: ст. л. — 15 мл, ч. л. — 5 мл.

**Приготовление:**

1. В чашу мультиварки налить молоко и поставить программу "Выпечка".
2. Довести молоко до кипения и всыпать крупу, соль, сахар. Перемешивая довести до кипения и выключить мультиварку.
3. Положить сливочное масло. Перемешать. Крышку мультиварки закрыть и оставить кашу на 10 — 15 мин.

## Рецепты для

## мультиварки MC-D285PB

**РЫБА НА ПАРУ****Приготовление:**

1. Рыбу (например, морожкой язык) размораживаем, очищаем и промываем, режем на куски, затем поливаем лимонным соком.  
Солим и перчим по вкусу. Настаиваем 10 минут.
2. В чашу мультиварки наливаем 4 стакана (мерных) воды и помещаем паровую пластину. Выкладываем рыбу на паровую тарелку.
3. Мультиварку закрываем, выбираем программу «Варка на пару» и время приготовления 20 – 25 минут.

**РЫБНЫЙ СУП В МУЛЬТИВАРКЕ****Ингредиенты:**

- Филе рыбы – 250 г.
- Картофель (среднего размера) – 1-2 шт.
- морковь – 1 шт.
- Луковица маленькая.
- Корень петрушки один или большую щепотку сушеной петрушки.
- Перловая крупа – 0,5 мерного стакана.
- Приправа для рыбы, 2-3 лавровых листа, черный перец душистый горошком.
- Соль 1 чайная ложка (или по вкусу).
- 1,5 литра воды.

**Приготовление:**

1. Картофель, морковь, корень петрушки и лук очистить, вымыть и нарезать кубиками. Перловую крупу хорошо промыть.
2. Все подготовленные ингредиенты выложить в чашу мультиварки. Посолить по вкусу, а также добавить приправу для рыбы. Залить воду.
3. На мультиварке в «Меню» устанавливаем программу «ТУШЕНИЕ» и нажимаем «Старт».
4. Когда варка рыбного супа закончится (50 мин), мы добавляем 1-2 лавровых листа, перец горошком (3 – 4 горошины), также можно добавить 1 зубчик чеснока (по желанию)  
И ставим снова на «ТУШЕНИЕ» и довариваем 10 мин.
5. К столу рыбный суп в мультиварке подаем, украсив мелко нарезанной зеленью.

## Рецепты для

## мультиварки MC-D285PB

**РЫБА ЖАРЕННАЯ В МУЛЬТИВАРКЕ**

(По этому рецепту можно приготовить любое рыбное филе)

**Ингредиенты:**

- Филе рыбы замороженное — 250 г
- Яйцо — 1 шт.
- Мука — 1 ст. л.
- Соль — по вкусу.
- Растительное масло.

**Приготовление:**

1. Филе рыбы достать из упаковки, чуть-чуть разморозить, обмыть и порезать на порции.
2. В миску разбить яйца и немного взбить вилкой. В другую посуду насыпать муку для панировки рыбы.
3. Мультиварку включить на программу “Жарка”. Налить растительное масло и нагревать его 5 мин.
4. Кусочки рыбы обвалять в муке, обмакнуть в яйцо и выложить на дно кастрюльки мультиварки. Жарить 5 — 7 минут. В конце посолить.
5. Программа “Жарка” работает 15 минут, поэтому Вам придется включать ее повторно.
6. Затем перевернуть, посолить и готовить приблизительно столько же.
7. Можно готовить, изначально посолив и поперчив рыбу, полив ее лимонным соком с оттаиванием 10 минут, затем обвалять в муке и далее в яйце.
8. Для любителей жарить в мультиварке мы рекомендуем купить набор пластиковых термоупорных лопаток, при готовке с ними меньше риск обжечься.

**ТУШЕНАЯ КАПУСТА.****Ингредиенты:**

- Капуста маленький вилок.
- Морковь 1 шт.
- Лук 1 шт.
- Томатная паста 2 ст.л.
- Карри или набор специй для капусты.
- Зелень.
- Лавровый лист.
- Соль (1 чайн ложка), сахар (1 столовая ложка) или по вкусу.
- Стакан воды.
- Масло растительное 3 ст.л.

**Приготовление:**

1. Обжарить резаный лук и тертую морковку на режиме “Выпечка” до золотисто-прозрачного лучка, положить томат-пасту,
2. Обжаривать до того момента, пока масло хорошо не окрасилось томатом, а сама паста не потемнела.
3. Положить капусту, специи и поставить на режим “ТУШЕНИЕ”.
4. Можно начать томить капусту в воде с приправами, а морковь с луком положить в середине готовки и перемешать.
5. Программа “ТУШЕНИЕ” работает 50 минут. Обычно принято томить капусту от полутора часов до двух. Если данное приготовление не устроит по степени готовности, то можно включить тушение на второй круг.
6. После первых 50 минут капуста может быть сыровата, но мультиварка готовит полезную пищу. Для тех, кто хочет получить традиционную тушеную капусту следует включить мультиварку второй раз на 50 минут.