

Серия
«Простые рецепты. Сборник»

Рецепты для мультиварок

Москва
Издательство АСТ

УДК 641.55
ББК 36.997
П71

Предеина, Дарья

П71 **Рецепты для мультиварок / Дарья Предеина** — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 64 с. — (Простые рецепты. Сборник).

ISBN 978-5-17-177615-2

Перед вами практическое руководство, которое станет верным помощником как для новичков, так и для опытных владельцев мультиварки. 75 рецептов из доступных ингредиентов с чёткими инструкциями помогут с лёгкостью готовить самые разные блюда — от сытных супов и рассыпчатых каш до нежного мяса и домашней выпечки, делая ваше повседневное меню удобным, разнообразным и вкусным.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-17-177615-2

© Оформление ООО
«Издательство АСТ», 2026

Вступление



Книга, которую вы держите в руках, открывает двери в мир умной и удобной кухни, где мультиварка — самый надежный помощник. Многофункциональный, терпеливый и способный взять на себя большую часть рутинной работы. С ней кропотливый процесс превращается в хобби, полное удовольствия и уверенности в результате.

Мультиварка с легкостью заменяет целый арсенал кухонной посуды: в ней можно варить ароматные супы, тушить овощные рагу, готовить на пару диетические блюда, печь хлеб и воздушные пироги, а также создавать изысканные десерты.

Но её преимущества — не только в универсальности. Это прибор, который помогает экономить самый ценный ресурс — ваше время и силы. Он готовит за вас, позволяя заниматься работой, хобби или общением с близкими. А благодаря герметичной чаше и щадящему температурному режиму, мультиварка помогает сохранить в продуктах максимум витаминов и натуральный вкус, что делает ваше домашнее меню не только удобным, но и по-настоящему полезным.

Чего стоит одна только функция отложенного старта: представьте, как приятно проснуться от аромата уже готовой каши!

А вечером знать, что ужин дождется каждого члена семьи в режиме автоматического подогрева.

Кроме того, мультиварка — это ваша личная кулинарная лаборатория с предсказуемым и стабильным результатом. В ней сложно что-то пережарить или недоготовить. Она прощает небольшие погрешности в рецепте и дарит уверенность даже начинающим поварам.

Кухня становится местом спокойствия и вдохновения, ведь в мультиварке сложно что-то пережарить или переготовить. Больше не нужно постоянно дежурить у плиты, боясь, что что-то пригорит или «убежит». Закрыв крышку и выбрав нужную программу, можно полностью посвятить себя общению с близкими, работе или отдыху, пока верная помощница творит кулинарные чудеса. Вы всегда точно будете знать, что любой прием пищи не будет омрачен спешкой и испорченными блюдами.

В этой книге мы собрали лучшие рецепты, которые помогут освоить все возможности мультиварки, превратив ежедневную готовку в удовольствие, а каждый прием пищи — в маленький праздник. Готовьте с радостью, удивляйте себя и близких, и добро пожаловать в мир вкусных и простых открытий!



Завтраки

Рисовая каша с яблоком и корицей

Ингредиенты на 4 порции:

- Рис круглозерный — 200 г
- Молоко — 600 мл
- Вода — 200 мл
- Яблоки — 1–2 шт.
- Сахар — по вкусу.
- Сливочное масло — 50 г
- Корица молотая — по вкусу
- Соль — по вкусу



Приготовление:

Тщательно промойте рис до чистой воды. Это уберет излишки крахмала и сделает кашу более нежной. Яблоки вымойте, очистите от кожуры и удалите сердцевину, после чего нарежьте небольшими кубиками.

В чаше мультиварки перемешайте рис, яблоки, сахар, щепотку соли и корицу. Затем влейте молоко и воду, снова аккуратно перемешайте.

Закройте крышку мультиварки. Установите режим «Молочная каша» или «Каша». Если такого режима нет, используйте режим «Тушение». Таймер установите на 35 минут.

После сигнала об окончании программы откройте крышку, добавьте сливочное масло и вновь тщательно перемешайте. Для более нежной консистенции можно оставить кашу на режиме «Подогрев» еще на 10–15 минут.

Гранола с вишней и орехами

Ингредиенты на 4 порции:

- Овсяные хлопья долгой варки — 250 г
- Смесь орехов (миндаль, грецкие, фундук) — 100 г
- Семечки подсолнечные — 30 г
- Сушеная вишня — 80 г
- Жидкий мед — 60 мл
- Растительное масло — 3 ст. л.
- Щепотка соли
- Ванильный экстракт — 1 ч. л. (по желанию)

