

ГОТОВИМ В МЕДЛЕННОВАРКЕ

Сборник лучших рецептов



хлеб*соль®

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

Москва

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ	5
-------------------------	---

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

ГОРОХОВЫЙ СУП	6
СУП С ЧЕЧЕВИЦЕЙ И ИНДЕЙКОЙ	8
СУП ИЗ БАТАТА	10
СУП С ВЕТЧИНОЙ И РИСОМ	12
КУРИНЫЙ СУП	14

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ГОВЯЖЬИ ЩЕЧКИ	16
ГАРНИР ИЗ СВЕКЛЫ	18
ТУШЕНАЯ ГОВЯДИНА С ЧЕРНОСЛИВОМ	20
ГАРНИР ИЗ БРОККОЛИ И ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С СОУСОМ «АЛЬФРЕДО»	22
РАГУ ИЗ ТЫКВЫ С ИНДЕЙКОЙ	24
ШАШЛЫК	26
ГОВЯДИНА С ОВОЩАМИ	28
СПАГЕТТИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	30
РЕБРЫШКИ В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	32
СВИНИНА С ЯБЛОКАМИ	34
ОСТРЫЕ КУРИНЫЕ КРЫЛЬЯ	36
ПИТА С ОВОЩАМИ И КУРИЦЕЙ	38
ГОВЯДИНА С ТЫКВОЙ	40
ШВЕДСКИЕ ФРИКАДЕЛЬКИ	42

ЛОСОСЬ В ИМБИРНОМ БУЛЬОНЕ	44
ЛОСОСЬ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	46

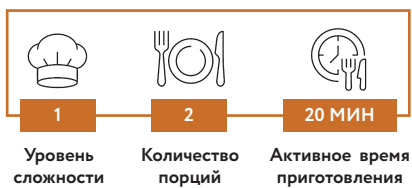
ДЕСЕРТЫ

ШОКОЛАДНЫЙ КЕКС	48
ЧИЗКЕЙК	50
ФОНДЮ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	52
ВАНИЛЬНЫЙ КЕКС	54
ПЕЧЕНЬЕ ЯБЛОКИ С КУРАГОЙ	56

НАПИТКИ

ЯГОДНЫЙ ПУНШ	58
ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАД	60
ЯБЛОЧНО-ЦИТРУСОВЫЙ ПУНШ	62

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



ВСТУПЛЕНИЕ

Медленноварка — это кухонный электрический прибор, предназначенный для приготовления пищи при низкой температуре в течение длительного времени. Такой способ готовки позволяет равномерно прогревать продукты и постепенно доводить их до готовности без активного кипения и постоянного контроля. Благодаря щадящему температурному режиму в процессе приготовления сохраняются полезные компоненты продуктов: витамины, микроэлементы и натуральные соки. Это делает блюда не только вкусными, но и более полезными по сравнению с другими способами термической обработки.

В медленноварке готовят разнообразные блюда: супы, рагу, тушеное мясо, овощи, каши и даже десерты. Особенно хорошо в ней получаются блюда, которым требуется длительная термическая обработка, — например, мясо становится мягким и сочным, а вкусы ингредиентов лучше раскрываются и смешиваются.

В этой книге собрано 30 рецептов разного уровня сложности — от простых до более продвинутых, что позволяет постепенно осваивать возможности медленноварки и уверенно переходить к более сложным блюдам. Рядом с каждым рецептом указано время подготовки ингредиентов, а также количество порций, которое получится в результате.

ГОРОХОВЫЙ СУП

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 веточки петрушки
- 4 веточки тимьяна
- 450 г зеленого колотого гороха
- 1 лук-порей
- 2 стебля сельдерея
- 2 моркови
- 1 копченая голень идейки
- ½ ст. замороженного гороха
- соль
- перец
- мята для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Возьмите свежую зелень, промойте и высушите. Свяжите кухонной нитью собранную в пучок зелень и поместите в медленноварку. Добавьте колотый горох, лук-порей, сельдерей, морковь, соль и перец. Хорошо перемешайте. Добавьте голень индейки и влейте 1,7 л воды. Накройте и варите 6–8 часов.
2. После того как медленноварка закончила готовить, вытащите пучок зелени. Возьмите голень индейки и порвите на волокна. Перемешайте тщательно суп, добавьте сверху размороженный горошек и веточку мяты.

