

**Miele**

# Приготовление на пару

Кулинарная книга



Дорогие гурманы,

собираясь за столом с семьёй и друзьями, мы наслаждаемся не только обедом, но и интересным общением. Удовольствие от совместного приёма пищи сближает, особенно если это — великолепно приготовленные блюда. Как в будни, так и по особым поводам.

С помощью новой пароварки Вы, как настоящий повар, быстро приготовите не только полезные привычные блюда, но и кулинарные шедевры самого высокого уровня.

Эта книга станет для Вас настоящим помощником. На нашей кухне Miele ежедневно сталкиваются знания и любопытство, привычный распорядок и неожиданные открытия. Именно поэтому мы разработали для Вас полезные рекомендации и проверенные рецепты. Ещё больше рецептов и увлекательных тем для вдохновения Вы найдёте в нашем мобильном приложении Miele@mobile.

Если у Вас появятся вопросы или пожелания, обращайтесь к нам. Мы будем рады общению с Вами. Наши контактные данные Вы найдёте на последней странице книги.

Мы надеемся, Вы насладитесь временем проведенным на кухне.

Ваша кухня для экспериментов от Miele

# Содержание

---

<b>Предисловие</b> .....	3
<b>О кулинарной книге</b> .....	7
<b>Перед началом использования</b> .....	8
<b>Важные указания к рецептам</b> .....	9
<b>Режимы приготовления</b> .....	11
<b>Специальные программы</b> .....	12
<b>Приготовление блюд меню</b> .....	13
<b>Полезные сведения</b> .....	14
<b>Количество и вес</b> .....	15
<b>Принадлежности Miele</b> .....	17
<b>Продукция для ухода за техникой Miele</b> .....	18
<b>Гарниры и овощи</b> .....	19
Холодная овощная закуска.....	20
Тушёная краснокочанная капуста с яблоком.....	21
Димсам с капустой бок-чой.....	22
Фенхель с соусом винегрет с грецким орехом.....	23
Овощи с фенхелем.....	24
Овощное суфле.....	25
Ньокки.....	26
Хумус.....	27
Картофельная запеканка со шпиком.....	28
Картофельные клёцки.....	29
Картофельное пюре.....	30
Картофельное суфле.....	31
Ризотто с тыквой.....	32
Салат с чечевицей.....	33
Морковь с глазированным луком-шалотом.....	34
Плов.....	35
Грибные клёцки с тыквенным соусом.....	36
Полента по-швейцарски.....	38
Овечий сыр в рубашке из цуккини.....	39
Поджаренные огурцы.....	40
Хлебные клёцки.....	41
Помидоры по-гречески.....	42
Лодочки из цуккини с начинкой.....	43

<b>Рыба</b> .....	44
Дорада с овощами .....	45
Рыбное карри с персиками .....	46
Форель с соусом из белого вина.....	47
Лосось с луком-пореем и соусом из белого вина.....	48
Мидии в соусе.....	49
Морской чёрт с соусом из белых грибов.....	50
Тунец на подушке из томатного риса .....	51
<b>Мясо</b> .....	52
Фрикадельки с китайской капустой.....	53
Филе куриной грудки с вялеными помидорами.....	54
Бефстроганов из курицы с перцем.....	55
Филе телятины с травами .....	56
Голубцы.....	57
Тушёная ягнятина с черносливом .....	59
Вырезка ягнёнка с зелёной фасолью.....	61
Грудка индейки с начинкой.....	62
Филе говядины .....	64
Пошированное филе говядины с овощами.....	66
Рубленая говядина .....	67
Тушёная говядина .....	68
Колбаски .....	70
Медальоны из свинины с шампиньонами и яблоками .....	71
Табельшпиц с соусом из яблок и хрена.....	72
Табельшпиц по-венски .....	73
Тикка-масала с рисом .....	74
<b>Супы и айнтопфы</b> .....	76
Айнтопф с фасолью и ягнятиной .....	77
Рыбный айнтопф.....	78
Суп-гуляш.....	79
Куриный суп.....	80
Картофельный суп.....	81
Австралийский тыквенный суп.....	82
Морковный крем-суп .....	83
Гуляш с рисом .....	84
Суп с весенними овощами.....	85
<b>Десерт</b> .....	86
ягодный пудинг .....	87
Рождественский пудинг .....	88
Каталонский крем .....	90
Горячие кнедли с абрикосовым компотом .....	91

# Содержание

---

Сладкие клёцки.....	93
Суфле из манной крупы.....	94
Крем-карамель.....	95
Пирог с карамелью и финиками.....	96
Вишнёвый компот с Амаретто.....	97
Печёные груши.....	98
Чизкейк с лаймом.....	99
Мокко-флан.....	100
Творожные клёцки.....	101
Творожное суфле.....	102
Мусс из айвы.....	103
Груши, пошированные в красном вине.....	104
Бисквитный пудинг с патокой.....	105
Шоколадный пудинг с грецким орехом.....	106
<b>Консервирование и другие возможности.....</b>	<b>107</b>
<b>Консервирование в пароварке Miele.....</b>	<b>108</b>
<b>Получение сока в пароварке Miele.....</b>	<b>111</b>
<b>Размораживание в пароварке Miele.....</b>	<b>113</b>
<b>Бланширование в пароварке Miele.....</b>	<b>116</b>
<b>Разогрев в пароварке Miele.....</b>	<b>117</b>
<b>Приготовление в пароварке Miele.....</b>	<b>119</b>

### Интересная информация: пароварка тогда и сейчас

В Китае приготовление на пару — древняя традиция. На родине пароварок посуда с двойными стенками, в которой еда готовилась отдельно от жидкости, использовалась более 1 000 лет назад. В Европе этот метод приготовления стал популярен в 70-е годы: первые профессиональные пароварки стали использоваться в сфере общественного питания. Немного позже эта технология пригодилась и в домохозяйстве. Всё больше поклонников здорового питания выбирают для себя этот деликатный способ приготовления.

### Приготовление на пару с Miele

Пароварка от Miele — Ваш универсальный помощник и идеальное дополнение к духовому шкафу и панели конфорок. Будь то отдельное блюдо или комплексное меню — приготовлению на пару нет границ. Более того: с помощью пароварки от Miele можно размораживать, разогревать, бланшировать, консервировать, получать сок и стерилизовать.

Принцип действия пароварки от Miele прост и эффективен: в отличие от обычной варки продукты не находятся в воде, поэтому они максимально сохраняют минералы и витамины.

Необходимое для приготовления количество воды нагревается вне рабочей камеры. В рабочую камеру подается чистый пар, окружающий блюдо со всех сторон. Поскольку пар вы-

тесняет кислород из рабочей камеры, продукты не окисляются. Сохраняются цвета, ароматы и витамины.

Благодаря точной электронной регулировке температуры и индивидуальным настройкам каждый продукт готовится при оптимальной температуре. Вы легко справитесь с «капризными» блюдами, такими как рыба, паштет или суфле. Быстрая передача тепла и автоматизация процессов приготовления обеспечивают точность по времени — ничто не подгорит и не переварится.

## Перед началом использования

---

### **Комфорт: полностью автоматический процесс приготовления**

Ваша пароварка оснащена интеллектуальным электронным управлением — наслаждайтесь максимальным удобством обслуживания. Вам не нужно следить за приготовлением, потому что процесс полностью автоматизирован. Установленная температура поддерживается максимально точно, без дополнительного регулирования. Кроме того, в пароварке ничто не подгорит и не переварится. Можно расслабиться: по истечении времени приготовления прибор выключится автоматически.

### **Время приготовления и предварительный нагрев**

Установленное время приготовления не зависит от количества продуктов и их состояния (свежие или замороженные). Как это работает? *Отсчет времени приготовления начинается только при достижении установленной температуры.* Это значит, что свежие продукты готовятся так же долго, как и замороженные — меняется только время предварительного нагревания. Его прибор регулирует самостоятельно, так что Вам не о чем беспокоиться.

### **Собственные рецепты — удачное исполнение и в пароварке**

Даже собственные рецепты, по которым раньше Вы готовили на плите, легко и просто повторить в пароварке Miele. Просто ориентируйтесь на

таблицы приготовления в конце книги. В них собраны указания по температуре, времени приготовления и необходимой посуде.

С помощью этих таблиц Вы легко сможете воспроизвести собственные рецепты. Немного опыта — и Вы будете использовать пароварку от Miele так же легко, как и другие кухонные приборы.



## Время приготовления

- Если под рецептом указан временной интервал, выбор времени зависит от степени готовности или состояния продукта. Для небольших порций или блюда al dente установите более короткое время, для большой порции или придания мягкости продукту — более длительное.
- Для автоматических программ (наличие функции зависит от модели) установлена средняя продолжительность приготовления. Фактическая продолжительность во многих программах зависит от желаемой степени готовности. Выберите нужную установку перед стартом автоматической программы.

## Ингредиенты

- Если после отдельного ингредиента стоит запятая (,), то следующий текст описывает данный продукт питания. В большинстве случаев можно закупать продукты именно такого качества: например, пшеничная мука, тип 405; средние яйца ; молоко, жирность 3,5 %.
- Если после отдельного ингредиента стоит вертикальная черта (|), то описание относится к обработке продукта питания, которую, как правило, необходимо выполнить самостоятельно. Этот шаг обработки продукта больше не будет упоминаться в описании приготовления. Например: пряный сыр | тёртый; лук | нарезанный мелкими кубиками; молоко, жирность 3,5 % | тёплое.

- У мяса всегда указывается вес для приготовления, если нет иных обозначений.
- Для овощей и фруктов указывается вес в неочищенном состоянии.
- Подразумевается, что овощи и фрукты перед нарезанием моются и при необходимости чистятся, даже если этот шаг обработки не упоминается в тексте.

## Рецепты с автоматической программой

К каждой автоматической программе предлагается подходящий рецепт. Перечень доступных программ зависит от модели прибора. Если в вашей пароварке нет автоматических программ, Вы можете установить необходимые для рецепта настройки вручную. В этапах приготовления учитываются оба варианта.

## Посуда для приготовления

- Для каждого рецепта указана используемая посуда. Размер контейнера для приготовления зависит от модели пароварки.
- Для пароварки: всегда устанавливайте поддон на нижнем уровне, если готовите в перфорированном контейнере.
- Для пароварки с микроволновым режимом: всегда устанавливайте стеклянный поддон на уровень 1 (самый нижний уровень).

## Важные указания к рецептам

---

### Особенности отдельных моделей пароварок

Данная кулинарная книга прилагается к пароваркам с различными функциями. Если установочные данные отличаются друг от друга, выбираемые настройки в рецептах указываются в следующем порядке:

- пароварка и пароварка с СВЧ
- (пароварка высокого давления) в круглых скобках

### Пароварка Miele может больше

#### Приготовление на пару

Для деликатного приготовления продуктов питания.

Большинство блюд готовится при 100 °С. Можно без потери цвета, формы, структуры и вкуса приготовить, например, овощи и картофель, супы и айнтопфы, запеканки и бобовые. Приготовление на пару особенно подходит для риса, т. к. он остается рассыпчатым. Также пароварка поможет при приготовлении детского питания.

Рыба отлично подходит для приготовления на пару. При высоких температурах она быстро теряет нежную консистенцию, а в пароварке вкус и консистенция сохраняются, и можно установить температуру от 40 до 100 °С. Вы легко справитесь с приготовлением морепродуктов и ракообразных — если захочется изысканной кухни дома.

Птица, мясо и колбасные изделия — всё это можно приготовить в пароварке Miele. При температуре 90–100 °С мясо получается особенно нежным. Даже нежирная птица, которая обычно слегка пересыхает, останется сочной.

#### Sous-vide

Внимание: наличие функции зависит от модели. При таком способе приготовления продукты питания медленно готовятся в вакуумной упаковке при постоянной низкой температуре. Благодаря вакууму влага не испаря-

ется во время приготовления, и все ароматические свойства сохраняются. Порадуйтесь результату: интенсивному вкусу равномерно приготовленных продуктов.

Ещё больше рецептов для Sous-vide и новых тем для вдохновения Вы найдёте в нашем мобильном приложении Miele@mobile.

#### Приготовление на пару под давлением

Внимание: наличие функции зависит от модели. Сократите время приготовления наполовину: экономия времени возможна при приготовлении, например, нечувствительных к нагреву овощей, бобовых и многих сортов мяса, поскольку при приготовлении на пару под давлением температура достигает 120 °С. Вкус и витамины сохраняются так же, как и при приготовлении на пару без давления. Какие блюда можно готовить на пару под давлением, Вы узнаете из рецептов, а также таблиц приготовления в конце книги.

## Специальные программы

---

### Размораживание

Размораживать в пароварке намного быстрее, чем при комнатной температуре: при 50–60 °С можно деликатно разморозить такие быстрозамороженные продукты, как овощи, фрукты, рыбу, мясо, птицу и полуфабрикаты. Также сюда относятся замороженные молочные продукты или выпечка.

### Разогрев

Нет отличий по вкусу и виду от только что приготовленного блюда или разогретого: не случайно профессионалы называют разогрев в пароварке регенерацией. Разогрев дополняет непревзойденное по качеству приготовление блюд в пароварке Miele. Приготовленные блюда — по необходимости также несколько блюд одновременно — лучше всего разогревать при температуре от 100 °С. Блюдо и тарелка разогреваются примерно за 8 минут. И у Вас есть время для спокойного наслаждения едой.

### Бланширование

Хотите заморозить фрукты или овощи? Бланширование обеспечит оптимальное сохранение качества при хранении в морозильной камере. Бланшировать необходимо в течение 1 минуты при 100 °С. Кратковременный разогрев сокращает содержание в овощах и фруктах ферментов, которые разрушают ароматические свойства и витамины при заморозке.

### Получение сока

В пароварке можно получить сок! Например, фруктовые соки для напитков или желе. Лучше всего для этого подходят ягоды. Пар размягчает клеточные стенки плодов, они растрескиваются, и при этом выделяется сок. Рекомендуемые настройки указаны в таблицах приготовления в конце книги.

### Консервирование

Консервирование без надоедливой переливания горячих жидкостей: такой комфорт обеспечивает пароварка Miele. Можно консервировать овощи, фрукты, мясо и колбасу. Стерилизацию банок пароварка тоже возьмёт на себя. Примите во внимание информацию в инструкции по эксплуатации.

### Не можете сделать всё и сразу?

#### **А пароварка Miele может!**

В пароварке Miele можно готовить сразу на трёх уровнях и таким образом одновременно приготовить комплексный обед, например, из рыбы, риса и овощей. Обычно для этого устанавливается температура от 100 °С.

Отдельные компоненты могут быть абсолютно разными — благодаря постоянной подаче пара смешение запахов и вкусов исключено. Вы без проблем сможете готовить вместе сладкие и пряные блюда. Кроме того пар обеспечивает равномерное приготовление на всех уровнях и при полностью заполненной рабочей камере экономит время и энергию в отличие от приготовления на плите или в духовом шкафу.

При автоматическом приготовлении блюд меню необходимо только выбрать на дисплее пароварки до трёх компонентов и следовать указаниям. Пароварка подскажет, в какое время и какие компоненты нужно поместить в рабочую камеру, и напомнит об этом звуковым сигналом. Одновременная готовность всех компонентов: с пароваркой Miele это просто.

Готовить блюда меню можно и без специальных программ: просто начинайте с продуктов с самым большим временем приготовления. Во время процесса приготовления без проблем можно добавить остальные составляющие. Например: Вы хотите приготовить морского окуня с рисом и брок-

коли, рис готовится 20 минут, окунь — 6 минут, брокколи — 4 минуты. Сначала поставьте рис и готовьте его 14 минут. По истечении этого времени поставьте рыбу и готовьте её одновременно с рисом 2 минуты. Затем добавьте брокколи и готовьте все ингредиенты вместе ещё 4 минуты.

## Полезные сведения

---

### Неожиданные возможности

Вы удивитесь, как много может пароварка Miele. Яйца для завтрака готовятся с точностью до минуты. Шоколад растапливается при 90 °С без пригорания и комкования. Стеклянные банки для консервирования и детские бутылочки стерилизуются за 15 минут при 100 °С. Они так же стерильны, как при обычном кипячении. Без труда готовятся десерты, например, воздушное суфле. Кроме того, при 40 °С можно приготовить йогурт и поставить подниматься дрожжевое тесто.

### Функция отвода пара

Если приготовление происходило с температурой выше 80 °С, то незадолго до конца приготовления дверца пароварки автоматически приоткрывается, чтобы из рабочей камеры мог выйти пар.

### Приготовление в зависимости от количества

Не имеет значения, готовите Вы для одного или нескольких человек — время приготовления в пароварке не меняется. Время приготовления отсчитывается только после прогрева рабочей камеры до необходимой температуры.

### Ваши любимые рецепты в пароварке Miele

Чтобы готовить в пароварке по собственным рецептам, воспользуйтесь таблицами по приготовлению в приложении этой книги. В основном действует следующее правило:

при 100 °С в пароварке Miele блюдо готовится столько же времени, сколько и на плите. Таким образом Вы без труда воспроизведете любимые рецепты. Просто начните и наслаждайтесь — в пароварке Miele всё получается идеально.

ч. л. = чайная ложка

ст. л. = столовая ложка

г = грамм

кг = килограмм

мл = миллилитр

на кончике ножа

**1 чайная ложка соответствует примерно:**

- 3 г пекарского порошка
- 5 г соли/сахара/ванильного сахара
- 5 г муки
- 5 мл жидкости

**1 столовая ложка соответствует примерно:**

- 10 г муки/пищевого крахмала/панировочных сухарей
- 10 г масла
- 15 г сахара
- 10 мл жидкости
- 10 г горчицы

## Кухонная азбука

---

Термин	Пояснение
Без костей	Рыба или мясо, в которых больше нет костей.
Бардирование	Обкладывание мяса, птицы или рыбы тонкими кусочками сала, чтобы предотвратить пересушивание во время приготовления.
Готовый к кулинарной обработке	Продукты, которые почищены, но ещё не приготовлены. Например, мясо, у которого удалён жир и жилы, рыба, которая почищена от чешуи и выпотрошена, или фрукты и овощи, которые помыты и очищены от шкурки.
Поширование	Приготовление продуктов в горячей жидкости, не доводя до кипения.



Правильные принадлежности для достижения лучшего результата при приготовлении на пару — богатый ассортимент Miele. Каждый предмет по размеру и функциям специально подобран к приборам Miele и активно протестирован по стандарту Miele. Все изделия Вы можете заказать в интернет-магазине Miele, по сервисному телефону Miele или в специализированных магазинах.

## **Неперфорированный контейнер**

Для приготовления блюд в соусе, бульоне и воде (например, рис, супы, айнтопфы) отлично подходят неперфорированные контейнеры.

При этом можно выбрать глубину и размер. Плоские контейнеры служат для приготовления небольшого количества продуктов или блюд, непокрытых жидкостью полностью. Глубокие контейнеры предназначены для приготовления больших объемов пищи или продуктов, которые должны быть полностью скрыты жидкостью, например, айнтопф, тушёное мясо или суп.

## **Перфорированный контейнер**

Непосредственно для приготовления на пару или бланширования продуктов идеально подходят перфорированные контейнеры. За счет перфорации пар со всех сторон окружает продукт. Поэтому компоненты должны быть как можно более плоскими и не перекрывать друг друга в контейнере.

## Продукция для ухода за техникой Miele

---

Регулярная очистка и уход обеспечат оптимальное функционирование и продолжительный срок службы Вашего прибора. Оригинальная продукция для ухода за техникой от Miele наилучшим образом подходит для приборов Miele. Вы можете заказать её в интернет-магазине Miele, по сервисному телефону Miele или в специализированных магазинах.

### **Таблетки для удаления накипи**

Для очистки от накипи трубок подачи и ёмкости для воды Miele разработала специальные таблетки для удаления накипи. С их помощью Вы максимально эффективно и бережно очистите прибор.

### **Набор салфеток из микрофибры**

С помощью этого набора Вы без труда удалите следы от пальцев рук и лёгкие загрязнения — в комплекте универсальная салфетка, салфетка для стекла и салфетка для блестящих поверхностей. Износоустойчивые салфетки из тонко сплетённых микроволокон очищают особенно эффективно.

Картофель, рис или лапша — неотъемлемые дополнения к большинству блюд. Редко они являются центром внимания, но всё же выбор гарнира важен для всего блюда. Разнообразие способов их приготовления безгранично. Все три гарнира обладают высокой калорийностью и являются важной составляющей полноценного питания. И все три единогласно объединяют различные обычаи, традиции и культуры на одном столе.

# Гарниры и овощи

---

## Холодная овощная закуска

Время приготовления:

35–40 минут + минимум 3 часа на маринование

На 4 порции

### Для овощей

2 желтых сладких перца (примерно по 200 г) | нарезанные полосками  
2 красных сладких перца (примерно по 200 г) | нарезанные полосками  
1 баклажан (примерно 200 г) | нарезанный ломтиками  
2 цуккини (примерно по 200 г) | нарезанные ломтиками  
500 г шампиньонов

### Настройка

температура: 100 °С  
длительность: 3–4 минуты

### Для маринада

6 ст. л. оливкового масла  
4 ст. л. виноградного уксуса  
4 ст. л. сухого белого вина  
1 зубчик чеснока | рубленый  
соль  
перец  
1 щепотка сахара  
2 ч. л. прованских трав | мелко рубленые

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

### Приготовление

Перец, баклажан, цуккини и шампиньоны положите в перфорированный контейнер и доведите до готовности.

Приготовьте маринад из оливкового масла, виноградного уксуса, белого вина, чеснока, соли, перца, сахара и трав.

Выложите овощи на тарелку, залейте маринадом и оставьте минимум на 3 часа пропитываться.

## Тушёная краснокочанная капуста с яблоком

Время приготовления:

165 (95) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

125 г лука | нарезанный кубиками  
50 г топлёного свиного сала  
700 г краснокочанной капусты | нарезанная полосками  
150 мл яблочного сока  
50 мл виноградного уксуса  
1 лавровый лист  
3 бутона гвоздики  
25 г сахара  
соль  
перец  
1 яблоко | нарезанное кубиками  
30 г брусники  
50 мл красного вина

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Поместите лук и сало в контейнер, накройте и припустите согласно этапу приготовления 1.

Добавьте к луку капусту с яблочным соком, виноградным уксусом, лавровым листом, гвоздикой и сахаром. Приправьте солью и перцем и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Добавьте яблоко, бруснику и красное вино и доведите до готовности согласно этапу приготовления 3.

Приправьте солью, перцем и сахаром.

### Настройка

Этап приготовления 1  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 4 (2) минуты

Этап приготовления 2  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 60 (30) минут

Этап приготовления 3  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 60 (30) минут

### Совет

Вместо брусники можно использовать смородиновое желе.

# Гарниры и овощи

---

## Димсам с капустой бок-чой

Время приготовления:

75 минут

На 4 порции

### Для теста

200 г пшеничной муки, тип 405

1 щепотка соли

100 мл воды

### Для начинки

800 г китайской капусты бок-чой

1 пучок зелёного лука (примерно

150 г) | тонкие кольца

2 зубчика чеснока | тонкие ломтики

20 г имбиря | тёртый

50 г кешью, солёные | рубленые

4 ст. л. соевого соуса

3 ч. л. темного кунжутного масла

2 ч. л. лесного мёда

2 ч. л. сока лайма

соль

перец

### Для раскатывания теста

1 ст. л. пшеничной муки, тип 405

### Аксессуары и принадлежности

2 перфорированных контейнера

тёрка для мелкой стружки

### Приготовление

Замешайте однородное тесто из муки, соли и воды, сформируйте шар, накройте и оставьте на 30 минут.

Очистите бок-чой и отложите 4 крупных внешних листа. Из остальных листьев удалите белые прожилки и нарежьте очень тонкими полосками. Бок-чой, лук и чеснок положите в контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 1.

После приготовления смешайте овощи с имбирём и кешью, добавьте соевый соус, кунжутное масло, мёд, сок лайма, соль и перец.

Разделите тесто на 12 порций, из каждой порции раскатайте тонкий круг (Ø примерно 14 см). Положите в центр каждого круга 2 ч. л. начинки и закрутите тесто в виде мешочка. Выложите оба контейнера оставшимися листами бок-чой, на каждый лист положите 3–4 димсама и готовьте на пару согласно этапу приготовления 2.

### Настройка

Этап приготовления 1  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 5 (2) минут

Этап приготовления 2  
температура: 100 °C  
длительность: 35–40 минут

### Фенхель с соусом винегрет с грецким орехом

Время приготовления:

40 (30) минут

На 4 порции

#### Для фенхеля

4 фенхеля (по 250 г) | только клубни

150 мл сухого белого вина

50 мл сухого вермута

100 мл овощного бульона

1 лавровый лист

5 горошин чёрного перца

#### Для соуса винегрет

50 г грецких орехов

1 среднее яйцо

1 щепотка соли

3 ст. л. оливкового масла

2 ст. л. орехового масла

1 ст. л. белого бальзамического уксуса

1 ч. л. горчицы

1 ст. л. петрушки | рубленая

1 ст. л. листьев фенхеля | рубленые

#### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

#### Приготовление

Разделите фенхель на четыре части и вырежьте сердцевину. Поместите в неперфорированный контейнер.

Приготовьте соус из белого вина, вермута и овощного бульона и добавьте к фенхелю. Приправьте лавровым листом и горошинами чёрного перца и доведите до готовности.

Обжарьте грецкие орехи в сковороде и крупно порубите. Яйцо сварите вкрутую и порежьте его.

Из оставшихся ингредиентов приготовьте соус винегрет и добавьте к фенхелю. Сверху посыпьте орехами и яйцом, подавайте тёплым.

#### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 12–15 (6–8) минут

# Гарниры и овощи

---

## Овощи с фенхелем

Время приготовления:

50–55 (45) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

2 фенхеля

2 моркови | толстые ломтики по ½ см

1 небольшой стебель лука-порея |

толстые кольца по 1 см

2 стебля корешкового сельдерея |

толстые куски по ½ см

1 ч. л. лимонного сока

½ ч. л. соли

½ ч. л. сахара

2 луковицы | нарезанные кубиками

2 ст. л. сливочного масла

перец

150 г двойных сливок

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Разделите фенхель на четыре части и клиновидно вырежьте сердцевину.

Листья фенхеля мелко порубите и отложите для украшения.

Морковь, лук-порея и сельдерея поместите в перфорированный контейнер, сверху положите фенхель.

Смешайте лимонный сок, соль и сахар, полейте смесью фенхель. Поместите контейнер в рабочую камеру, под него поставьте неперфорированный контейнер для вываривающегося овощного сока.

Лук подрумяньте в кастрюле с маслом и добавьте 150 мл выварившегося овощного сока. Посолите и поперчите. Вмешайте сливки. Заправьте овощи и украсьте листьями фенхеля.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 10–12 (5–6) минут



## Овощное суфле

Время приготовления:

85–90 (75–80) минут

На 4 порции

### Для массы из цветной капусты

500 г цветной капусты | соцветия

4 средних яйца

соль

перец

мускатный орех

### Для формочек

1 ст. л. сливочного масла

### Для соуса

2 луковицы шалот | порезанные кубиками

20 г сливочного масла

20 г пшеничной муки, тип 405

20 мл сухого белого вина

100 мл овощного бульона

100 г сливок

перец

### Для украшения

1 ст. л. петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

погружной блендер

4 формочки для суфле

решётка

### Приготовление

Цветную капусту поместите в контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 1.

После приготовления охладите капусту и пюрируйте блендером. Отделите и отложите яичный белок.

Желтки вмешайте в капустную массу, приправьте солью, перцем и мускатным орехом.

Взбейте белки венчиком в густую пену и добавьте в капустную массу.

Смажьте формочки, наполните мас­сой и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Лук-шалот подрумяньте в кастрюле с маслом. Добавьте муку и влейте белое вино.

Перемешайте с овощным бульоном до однородной массы, осторожно вмешайте сливки и поперчите.

Выложите овощное суфле на тарелку, полейте соусом и посыпьте петрушкой.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 14 (6) минут

Этап приготовления 2

температура: 90 °C

длительность: 15–18 минут

### Рекомендации

- Цветную капусту можно заменить брокколи или морковью.
- Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

# Гарниры и овощи

---

## Ньокки

Время приготовления:

70 (55) минут

На 4 порции

### Для ньокков

600 г мелкого рассыпчатого картофеля

50 г пшеничной муки, тип 405

50 г манной крупы

1 среднее яйцо | только желток

1 ч. л. соли

½ пучка базилика (примерно 15 г) | мелко рубленые листья

½ пучка петрушки (примерно 30 г) | мелко рубленая

5 веточек орегано | мелко рубленые листья

50 г помидоров, вяленых, консервированных в растительном масле | пюре

1 ч. л. томатной пасты

30 г пшеничной муки, тип 405

### Для обработки

1 ст. л. пшеничной муки, тип 405

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Для шалфеевого масла

50 г сливочного масла

20 листьев шалфея

соль

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

картофельный пресс

сито

### Приготовление

Помойте картофель и приготовьте на пару согласно этапу приготовления 1.

Затем немного охладите его, почистите и в горячем состоянии разомните прессом. Соедините с мукой, манной крупой, желтком и солью и замесите тесто. Разделите тесто на две части, в одну добавьте травы, в другую — вяленые помидоры и томатную пасту. В каждую половину теста вмешайте муку.

Раскатайте из теста валики (примерно по 60 см) и разрежьте каждый на 30 ньокков. Места срезов слегка прижмите вилкой, припорошенной мукой.

Смажьте перфорированный контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Растопите сливочное масло на сковороде. Немного обжарьте в нём листья шалфея и слегка посолите.

Подавайте ньокки с шалфеевым маслом.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 28 (15) минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 10 минут

## Хумус

Время приготовления:

65 (30) минут + 12 часов замачивания

На 4 порции

### Ингредиенты

200 г сухого нута

2 зубчика чеснока | очищенные

½ ч. л. молотого кумина

3 ст. л. лимонного сока

4 ст. л. кунжутной пасты (тахини)

¼ ч. л. молотого острого красного перца

1 ч. л. соли

перец

1 ст. л. оливкового масла

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

сито

погружной блендер

### Приготовление

Переберите нут, залейте большим количеством холодной воды и оставьте на ночь.

Нут в неперфорированном контейнере полностью залейте водой. Добавьте чеснок, приправьте кумином и готовьте.

Откиньте нут на сито, оставьте 125 мл выварившейся жидкости и всё охладите.

Блендером пюрируйте нут с охлажденной жидкостью, лимонным соком и тахини. Добавляйте жидкость до получения желаемой консистенции. Приправьте молотым красным и чёрным перцем, паприкой и кумином.

Сбрызните оливковым маслом и сервируйте.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 50 (15) минут

### Совет

Хумус будет ещё мягче, если перед пюрированием снять с нута светлую внешнюю кожицу.

# Гарниры и овощи

---

## Картофельная запеканка со шпиком

Время приготовления:

50 минут

На 4 порции

### Для бекона с луком

100 г бекона | нарезанный полосками

1 луковица | нарезанная полосками

2 зубчика чеснока | нарезанные ломтиками

### Для запеканки

500 г нерассыпчатого картофеля | толстые ломтики по ½ см

1 красный сладкий перец | тонкие полоски

1 зелёный сладкий перец | тонкие полоски

1 веточка розмарина | только мелко рубленые листья

6 больших яиц

соль

перец

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Обжарьте бекон с луком до хрустящего состояния в сковороде с антипригарным покрытием и добавьте в конце чеснок. Оставьте в сковороде.

Смажьте неперфорированный контейнер. Положите в него картофель, бекон с луком и обжарочным жиром, равномерно распределите и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Смешайте розмарин, яйца, соль и чёрный перец и вместе со сладким перцем добавьте в картофельную массу. Накройте контейнер и дайте содержимому загустеть согласно этапу приготовления 2.

Подавайте запеканку в холодном или горячем виде, разрезав на порции.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 5 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 25 минут

### Картофельные клёцки

Время приготовления:

105–110 минут

На 4 порции

#### Для картофельных клёцек

1 кг рассыпчатого картофеля

2 средних яйца

соль

мускатный орех

50 г пшеничной муки, тип 405

50 г картофельного крахмала

Этап приготовления 2

температура: 100 °С

длительность: 15–18 минут

#### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

#### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

картофельный пресс

#### Приготовление

Помойте картофель и приготовьте в перфорированном контейнере согласно этапу приготовления 1.

Горячий картофель почистите и разомните прессом.

В картофельную массу добавьте яйца, соль и мускатный орех. Смешайте муку и крахмал.

Из теста сделайте валик, разделите его на 12 частей и сформируйте клёцки.

Смажьте контейнер, положите в него клёцки и готовьте согласно этапу приготовления 2.

#### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °С

длительность: 28–34 минуты

# Гарниры и овощи

---

## Картофельное пюре

Время приготовления:

40–45 (30–35) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

1 кг рассыпчатого картофеля | почищенный, четвертинки

250 г сливок

100 мл овощного бульона

20 г сливочного масла

соль

перец

### Для украшения

1 ст. л. мелко рубленной петрушки

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

неперфорированный контейнер

картофельный пресс

### Приготовление

Положите картофель в перфорированный контейнер. В неперфорированный контейнер под картофель поместите сливки и овощной бульон и доведите до готовности.

Раздавите картофель прессом и смешайте с жидкостью из сливок и бульона до однородной консистенции.

Вмешайте сливочное масло, посолите и поперчите.

Сверху посыпьте петрушкой и подавайте.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 15–17 (5–6) минут

### Совет

Вместо жидкости приготовьте 25 г размягченных сухих белых грибов в воде для замачивания. Грибы мелко порежьте и добавьте в пюре.

### Картофельное суфле

Время приготовления:

80–85 (75–80) минут

На 4 порции

#### Ингредиенты

300 г рассыпчатого картофеля | порезанный кубиками

3 средних яйца

30 г кервеля | крупно рубленый

150 г сметаны

100 г замороженного горошка

соль

перец

мускатный орех

50 г тёртого пармезана

#### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. крахмала

#### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

картофельный пресс

4 формочки для суфле

#### Приготовление

Приготовьте картофель в перфорированном контейнере согласно этапу приготовления 1.

Разомните картофель прессом.

Отделите и отложите яичный белок. Смешайте желток, кервель, сметану и горошек, приправьте солью, перцем и мускатным орехом.

Взбейте до густоты яичный белок и осторожно вмешайте.

Смажьте формочки, присыпьте крахмалом и наполните массой. Сверху посыпьте пармезаном.

Поставьте формочки в контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 2.

#### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 9–10 (4–5) минут

Этап приготовления 2

температура: 90 °C

длительность: 30–35 минут

#### Совет

Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

# Гарниры и овощи

---

## Ризотто с тыквой

Время приготовления:

30 минут

На 6 порций

### Ингредиенты

300 г риса для ризотто

60 г сливочного масла

2 зубчика чеснока | порезанный мелкими кубиками

1 небольшая луковица | нарезанная мелкими кубиками

70 мл белого вина

625 мл куриного бульона

500 г мякоти тыквы | кубики по 1 см

85 г пармской ветчины (прошутто) | мелко рубленая

1 лимон | только цедра

20 г свежего орегано | мелко рубленый

75 г листьев свежего шпината

50 г тёртого пармезана

70 г сыра Маскарпоне

соль

перец

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Положите рис, сливочное масло, чеснок, лук, белое вино, куриный бульон, тыкву, ветчину и цедру лимона в неперфорированный контейнер.

Включите автоматическую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

Вмешайте в рис шпинат, пармезан и сыр Маскарпоне.

Автоматическая программа:

доведите до готовности согласно программе.

Ручной режим:

доведите до готовности согласно этапу приготовления 2.

Перед подачей посолите и поперчите.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Рис | Круглозерный рис | Ризотто (варианты)

Продолжительность программы:

20 минут

#### Ручной режим

Этап приготовления 1

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 19 минут

Этап приготовления 2

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 1 минута



## Салат с чечевицей

Время приготовления:

25 минут

На 6 порций

### Для салата

1 луковица | рубленая  
180 г моркови | тонкие полоски длиной 5 см  
50 г сушеных абрикосов | измельчённые  
200 г красной чечевицы  
1 коробочка кардамона  
1 лавровый лист  
1 палочка корицы  
2–3 порции молотого кориандра на кончике ножа  
соль  
перец  
300 мл овощного бульона

### Для заправки

150 г натурального йогурта, жирность 3,5 %  
2 ч. л. оливкового масла  
1 ч. л. сока лайма  
перец  
2 ч. л. мёда  
½ кочана шнитт-салата (примерно 350 г) | тонкие полоски

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Смешайте лук, морковь, абрикосы и чечевицу в контейнере. Добавьте приправы, посолите, поперчите, влейте овощной бульон и готовьте на пару.

Смешайте йогурт с оливковым маслом и соком лайма, посолите, поперчите, добавьте мёд.

Слегка остудите салат, извлеките кардамон, лавровый лист и корицу.

Вмешайте шнитт-салат, сбрызните заправкой, подавайте в тёплом виде.

### Настройка

температура: 100 °C

длительность: 10–12 минут

# Гарниры и овощи

---

## Морковь с глазированным луком-шалотом

Время приготовления:

25 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

500 г моркови | нарезанная ломтиками

4 луковицы шалот | почищенный, разрезанный пополам

2 ст. л. сливочного масла

соль

перец

1 ст. л. петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Положите морковь в перфорированный контейнер.

Лук-шалот и сливочное масло поместите в неперфорированный контейнер и накройте. Готовьте оба продукта одновременно.

Смешайте морковь с луком-шалотом, посолите и поперчите.

Перед подачей посыпьте петрушкой.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 6 (3) минут

## Плов

Время приготовления:

35 (20) минут

На 6 порций

### Ингредиенты

4 луковицы шалот | нарезанные мелкими кубиками

2 зубчика чеснока | рубленый

200 г моркови | тонкие ломтики

1 стручок красного перца чили | кольца

3 коробочки кардамона

1 лавровый лист

250 г булгура

соль

600 мл овощного бульона

3 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. гладколистной петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Лук-шалот, чеснок, морковь и перец чили поместите в неперфорированный контейнер.

Слегка раздавите коробочки кардамона, добавьте вместе с лавровым листом и булгуром в контейнер, залейте овощной бульон и готовьте.

Удалите из плова приправы, разрыхлите его вилкой.

Вмешайте масло и петрушку, подавайте горячим.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 20 (6) минут

# Гарниры и овощи

---

## Грибные клёчки с тыквенным соусом

Время приготовления:

60 минут

На 4 порции

### Для клёчек

20 г свежих дрожжей

150 мл молока, жирность 3,5 % |  
слегка подогретое

300 г пшеничной муки, тип 405

1 щепотка сахара

1 ч. л. соли

1 среднее яйцо | только желток

30 г сливочного масла | размягчённое

### Для грибной массы

400 г шампиньонов | мелко рубленые

2 ст. л. сливочного масла

1 небольшая луковица | рубленая  
соль

перец

мускатный орех

15 г петрушки | рубленая

### Для тыквенного соуса

1 тыква Хоккайдо (примерно 1 кг)

1 небольшая луковица | рубленая

150 мл яблочного сока

150 мл овощного бульона

250 мл выварившейся жидкости

### Для обработки

2 ст. л. пшеничной муки, тип 405

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Для улучшения вкуса

100 г крем-фреша

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

перфорированный контейнер

мелкое сито

погружной блендер

### Приготовление

Просейте муку в миску, добавьте сливочное масло и соль. Добавьте растворённые в молоке дрожжи. Добавьте сахар, яичный желток и сливочное масло и вымешивайте в течение 7 минут до получения однородного теста. Из теста сформируйте шар. Поместите в рабочую камеру в открытой миске и оставьте подниматься согласно этапу приготовления 1.

Для грибной массы порционно припустите шампиньоны в горячем сливочном масле до полного выпаривания жидкости. С последней порцией подрумяньте лук, приправьте солью, перцем и мускатным орехом, вмешайте 2/3 петрушки и охладите.

Почистите тыкву, разрежьте пополам и извлеките семена и волокнистую часть. Оставшуюся мякоть порежьте кубиками, поместите в неперфорированный контейнер вместе с луком, яблочным соком и овощным бульоном. Посолите и поперчите. Контейнер поставьте в верхнюю часть рабочей камеры.

Припорошите рабочую поверхность мукой. Разделите тесто на 8 порций и сформируйте шары. Шары раскатайте в тонкие слои диаметром примерно 13 см. 1 ст. л. (с горкой) гриб-

ной массы положите на каждый круг теста и сформируйте шарики. Готовьте под крышкой ещё 15 минут.

Смажьте перфорированный контейнер и поместите в него шарики. Поставьте этот контейнер в рабочую камеру под контейнер с овощами и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Соберите жидкость, вытекающую из тыквы. Блендером пюрируйте тыкву с собранной жидкостью и крем-фрешем. Приправьте специями, при необходимости добавьте ещё жидкости.

Подавайте грибные клёчки с тыквенным соусом, украсив оставшимися грибами и петрушкой.

### **Настройка**

Этап приготовления 1

температура: 40 °C

длительность: 20 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 20 минут

# Гарниры и овощи

---

## Полента по-швейцарски

Время приготовления:

15–35 минут

Для одной фарфоровой формы объёмом 2 л

### Ингредиенты

500 мл бульона из мяса птицы

500 мл молока, жирность 3,5 %

2 ч. л. соли

перец на кончике ножа

20 г сливочного масла

250 г кукурузной крупы (мелкий, средний, грубый помол)

### Аксессуары и принадлежности

фарфоровая форма, 2 л

решётка

### Приготовление

Смешайте в фарфоровой форме бульон, молоко, соль, перец и сливочное масло. Поставьте форму на решётку в рабочую камеру. Включите автоматическую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

Автоматическая программа: согласно выполнению программы вмешивайте крупу в жидкость и перемешивайте с заданной периодичностью.

Ручной режим:

постоянно помешивая, всыпьте крупу в жидкость и готовьте согласно этапу приготовления 2.

По истечении половины времени приготовления перемешайте и затем доведите до готовности.

В конце ещё раз тщательно перемешайте поленту.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Крупа | Полента по-швейцарски | Полента мелкая/среднего размера/крупномолот./

Продолжительность программы в зависимости от вида кукурузной крупы: 7/23/29 минут (мелкий/средний/грубый помол)

#### Ручной режим

Этап приготовления 1

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 3 минуты

Этап приготовления 2

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность

мелкий помол: 4 минуты

средний помол: 20 минут

грубый помол: 26 минут

#### Совет

Бульон можно заменить водой.

### Овечий сыр в рубашке из цуккини

Время приготовления:

35–40 минут

На 4 порции

#### Ингредиенты

1 цуккини (примерно 200 г)

200 г овечьего сыра

соль

перец

1 ст. л. оливкового масла

#### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

#### Приготовление

Нарежьте цуккини тонкими длинными ломтиками и готовьте в перфорированном контейнере согласно этапу приготовления 1.

Сыр нарежьте полосками шириной 2 см, посолите и поперчите.

Извлеките цуккини из контейнера. Оберните кусочки сыра цуккини, посолите и поперчите. Сбрызните оливковым маслом и готовьте в перфорированном контейнере согласно этапу приготовления 2.

#### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 1 минута

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 3 минуты

# Гарниры и овощи

---

## Поджаренные огурцы

Время приготовления:

55–60 (50–55) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

2 луковицы | нарезанные кубиками  
200 г нежирного шпика | нарезанный кубиками

6 огурцов (примерно 500 г)

400 г сметаны

1 ст. л. укропа | рубленый

1 щепотка сахара

соль

перец

### Совет

Обычные огурцы можно заменить салатными.

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Поместите лук и шпик в контейнер, накройте и припустите согласно этапу приготовления 1.

Огурцы почистите, разрежьте пополам, ложкой извлеките семена и нарежьте тонкими ломтиками. Добавьте огурцы и сметану к шпику и луку.

Приправьте солью, перцем и укропом и готовьте согласно этапу приготовления 2.

После приготовления ещё раз посолите, поперчите и подавайте.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 4 (2) минуты

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 15–20 минут



## Хлебные клёцки

Время приготовления:

110–115 минут

На 4 порции

### Для клёцек

8 булочек | кубики по ½ см

500 мл молока, жирность 3,5 %

1 луковица | нарезанная кубиками

20 г сливочного масла

2 средних яйца

1 ст. л. петрушки | рубленая

Этап приготовления 2

температура: 100 (120) °С

длительность: 4 (2) минуты

Этап приготовления 3

температура: 100 °С

длительность: 15–18 минут

### Для смазывания

сливочное масло

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

перфорированный контейнер

### Приготовление

Разогрейте молоко в неперфорированном контейнере согласно этапу приготовления 1.

Залейте молоком булочки и оставьте пропитываться на полчаса.

Лук и сливочное масло положите в неперфорированный контейнер, накройте фольгой и припустите согласно этапу приготовления 2.

Припущенный лук, яйца и петрушку смешайте с булочками.

Влажными руками сформируйте из теста 12 клёцек, положите их в смазанный контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 3.

### Настройка

Этап приготовления 1

95 °С; 2–3 минуты

# Гарниры и овощи

---

## Помидоры по-гречески

Время приготовления:

25–30 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

4 помидора | разрезанные поперёк

2 зубчика чеснока | мелко рубленые

соль

перец

4 стебля базилика | мелко рубленые

100 г овечьего сыра | нарезанный

мелкими кубиками

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

### Приготовление

Помидоры поместите в контейнер срезом вверх.

Срез помидоров приправьте чесноком. Посолите и поперчите.

Распределите по помидорам базилик.

Сверху положите овечий сыр и готовьте.

### Настройка

температура: 100 °C

длительность: 3–4 минуты

## Лодочки из цуккини с начинкой

Время приготовления:

40 минут

На 4 порции

### Для начинки

1 красная луковица | рубленая

1 зубчик чеснока | рубленый

½ стручкового красного перца (примерно 80 г) | нарезанный мелкими кубиками

40 г чёрных оливок, без косточек | рубленые

75 г зелёных оливок, без косточек | рубленые

150 г сыра Фета | разломанный

6 веточек тимьяна | листья оборваны

100 г сметаны

перец

2 ч. л. лимонного сока

### Для цуккини

4 цуккини (примерно по 320 г)

соль

### Для украшения

1 ст. л. петрушки | рубленая

2 веточки тимьяна | листья оборваны

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

### Приготовление

Лук, чеснок, перец, оливки, сыр и тимьян смешайте со сметаной. Приправьте перцем и лимонным соком.

Неочищенные цуккини разрежьте пополам и удалите сердцевину ложкой. Лодочки из цуккини слегка посолите, наполните приготовленной начинкой, поместите в контейнер и готовьте.

Перед подачей украсьте петрушкой и тимьяном.

### Настройка

температура: 100 °C

длительность: 10–12 минут

### Совет

Цуккини можно заменить стручковым перцем.

# Рыба

---

Блюда из рыбы — бальзам для тела и души. Морская рыба содержит большое количество йода, витаминов и особо ценных белков, а также омега-3-жирные кислоты, полезные для здоровья и необходимые для поддержания хорошей физической формы. Рыба также улучшает способность к концентрации, память и настроение. Блюда из рыбы низкокалорийные, разнообразные и изысканные. Поэтому особенно приятно осознавать, что Немецкое диетологическое общество рекомендует есть их два раза в неделю.

## Дорада с овощами

Время приготовления:

50 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

1 апельсин, неочищенный

2 зубчика чеснока | раздавленные

1 пучок базилика (примерно 30 г) | мелко рубленный

3 ст. л. оливкового масла

соль

перец

250 г цуккини | тонкие бруски длиной 5 см

250 г корешкового сельдерея | тонкие бруски длиной 5 см

400 г моркови | тонкие бруски длиной 5 см

4 дорады (по 450 г), готовые к кулинарной обработке

### Аксессуары и принадлежности

2 перфорированных контейнера

### Приготовление

Вымойте апельсин в горячей воде, аккуратно счистите тёркой кожуру и выдавите сок. Смешайте чеснок, базилик, цедру апельсина, 3–4 ст. л. апельсинового сока, оливковое масло, соль и перец.

Разделите цуккини, сельдерея и морковь по двум контейнерам, слегка посолите и поперчите.

Сбрызните внутреннюю часть каждой рыбы 1 ст. л. соуса с базиликом, снаружи посолите. Положите рыбу на овощи и готовьте.

подавайте дораду и овощи с оставшимся соусом.

### Настройка

температура: 90 °C

длительность: 25–30 минут

# Рыба

---

## Рыбное карри с персиками

Время приготовления:

50–55 минут

На 4 порции

### Для рыбы

400 г сома, готового к кулинарной обработке | нарезанный кубиками

3 ст. л. соевого соуса

1 ст. л. сока лайма

соль

перец

### Для карри

10 г имбиря | тёртый

1 зубчик чеснока | мелко рубленый

1 стручок перца чили | без зёрен, мелко нарезанный

2 ст. л. кокосовой стружки

200 мл кокосового молока

2 ст. л. карри

1 пучок зелёного лука (примерно 150 г) | тонкие кольца

2 свежих персика | без кожуры, нарезанные кубиками

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Приправьте сома соевым соусом, соком лайма, солью и перцем.

Все ингредиенты, кроме лука и персиков, поместите в контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Добавьте лук и персики, готовьте согласно этапу приготовления 2.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 10 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 5 минут

## Форель с соусом из белого вина

Время приготовления:

35–40 минут

На 4 порции

4 форели (по 250 г), готовые к кулинарной обработке

450 мл сухого белого вина

150 мл белого бальзамического уксуса

150 мл воды

1 неопрысканный лимон | цедра

120 г моркови | нарезанная ломтиками

соль

перец

4 веточки петрушки

4 веточки тимьяна

1 ч. л. горошин чёрного перца

7 бутонов гвоздики

### Для украшения

75 г сливочного масла

1 неочищенный лимон | нарезанный ломтиками

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Поместите форель в контейнер, залейте белое вино, бальзамический уксус и воду, поверх рыбы положите цедру лимона, морковь, травы и приправы, доведите до готовности.

После приготовления растопите сливочное масло в 6 ст. л. соуса, сбрызните им форель и украсьте лимоном.

### Настройка

температура: 90 °С

длительность: 12–15 минут

# Рыба

---

## Лосось с луком-пореем и соусом из белого вина

Время приготовления:

45 (40) минут

На 4 порции

### Для лосося с луком-пореем

2 стебля лука-порея (примерно 200 г)

| тонкие кольца

2 луковицы шалот

1 ст. л. сливочного масла

500 г филе лосося, готового к кулинарной обработке

соль

перец

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 4 (2) минуты

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 6 минут

### Для соуса из белого вина

125 мл сухого белого вина

4 ст. л. рыбного бульона

30 г сливочного масла | холодное

### Для украшения

1 ст. л. укропа | рубленый

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Лук-порей и лук-шалот со сливочным маслом поместите в контейнер, накройте и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Филе лосося разделите на 4 порции и выложите на лук. Посолите, поперчите и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Разогрейте белое вино и рыбный бульон в кастрюле, вмешайте хлопья масла, посолите, поперчите и добавьте к филе.

Перед подачей украсьте укропом.



## Мидии в соусе

Время приготовления:

40 минут

На 4 порции

### Для соуса

2 луковицы шалот | нарезанные мелкими кубиками

3 зубчика чеснока | нарезанные мелкими кубиками

1 большой помидор | нарезанный мелкими кубиками

125 мл белого вина

350 мл пассерованных помидоров

180 г бекона | нарезанный полосками

1 щепотка шафрана

1 капля соуса табаско

1 лимон | один большой ломтик

3 стебля петрушки

6 веточек тимьяна

### Для мидий

700 г мидий, готовых к кулинарной обработке

соль

чёрный перец горошком | свежемолотый

### Для украшения

2 ст. л. петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

кухонная нить

### Приготовление

Лук-шалот, чеснок, помидор, белое вино, пассерованные помидоры, бекон, шафран, соус табаско и лимон поместите в контейнер.

Петрушку и тимьян свяжите в пучок, добавьте к ингредиентам и накройте контейнер. Включите автоматичес-

кую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

Автоматическая программа: согласно выполнению программы добавьте в соус мидии и готовьте в открытом контейнере дальше.

Ручной режим: согласно этапу приготовления 2 добавьте в соус мидии и готовьте в открытом контейнере дальше.

Извлеките травы, выжмите лимон, посолите и поперчите.

Перед подачей украсьте петрушкой.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Моллюски | Моллюски в соусе  
продолжительность программы:  
30 минут

#### Ручной режим

Этап приготовления 1  
режим работы: Приготовление на пару  
температура: 100 °C  
длительность: 25 минут

Этап приготовления 2  
режим работы: Приготовление на пару  
температура: 100 °C  
длительность: 5 минут

# Рыба

---

## Морской чёрт с соусом из белых грибов

Время приготовления:

45 (40) минут + 12 часов замачивания

На 4 порции

### Ингредиенты

30 г сушёных белых грибов

100 г лука-шалота | нарезанный кубиками

20 г сливочного масла

4 филе морского чёрта (по 150 г) | без кожи

1 лимон | только сок

150 мл овощного бульона

2 ст. л. сухого белого вина

150 г сметаны

50 г сливок

соль

перец

### Аксессуары и принадлежности

2 неперфорированных контейнера

### Приготовление

Замочите белые грибы на ночь, слейте жидкость и мелко порежьте.

Лук-шалот со сливочным маслом поместите в контейнер, накройте и приступите согласно этапу приготовления 1.

Добавьте грибы и дайте настояться 2 минуты.

Подкислите морского чёрта лимонным соком. Поместите во второй контейнер с овощным бульоном и белым вином, готовьте согласно этапу приготовления 2. Поставьте морского чёрта в тёплое место.

На конфорке приготовьте соус из выварившейся жидкости, лука-шалота, сметаны и сливок. Посолите, поперчите и добавьте к морскому чёрту.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 4 (2) минуты

Этап приготовления 2

температура: 90 °C

длительность: 8–10 минут

## Тунец на подушке из томатного риса

Время приготовления:

55 (105) минут + 4 часа маринования

На 4 порции

### Для маринада

1 пучок лимонного тимьяна (примерно 30 г)

2 зубчика чеснока

2 луковицы шалот

80 мл оливкового масла

5 горошин чёрного перца

### Для тунца

4 стейка тунца (по 125 г), готовые к кулинарной обработке

### Для томатного риса

500 г помидоров

200 г длиннозёрного риса

1 ч. л. семян горчицы

250 мл овощного бульона

1 ст. л. томатной пасты

соль

перец

100 г замороженного горошка

### Для украшения

5 стеблей базилика | рубленые

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Оборвите листья лимонного тимьяна.

Несколько листьев отложите для украшения. Почистите чеснок и лук-шалот, мелко порубите вместе с тимьяном и смешайте с оливковым маслом и черным перцем.

Поместите тунца в маринад, накройте и маринуйте в холодильнике 4 часа.

Надрежьте помидоры крест-накрест, поместите в перфорированный контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Недолго охладите помидоры, почистите и нарежьте кубиками.

Рис, семена горчицы и овощной бульон с томатной пастой поместите в неперфорированный контейнер, посолите, поперчите и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Вмешайте в рис помидоры и горошек, выложите сверху тунца, немного посолите, сбрызните всё маринадом и готовьте согласно этапу приготовления 3.

Перед подачей украсьте лимонным тимьяном и базиликом.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 95 °С

длительность: 1 минута

Этап приготовления 2

температура: 100 (120) °С

длительность: 12 (6) минут

Этап приготовления 3

температура: 100 °С

длительность: 10 минут

## Мясо

---

Мясные блюда в пароварки Miele всегда получаются особенно нежными и сочными. Питательные вещества — высококачественный белок, витамины и минералы в птице, витамин В в свинине и высокое содержание железа в говядине — преимущественно сохраняются. При приготовлении мяса на пару образуется сок из мяса и жира, который отлично подходит для соусов. Для подрумянивания можно поджарить мясо на плите и довести до готовности в пароварке.

## Фрикадельки с китайской капустой

Время приготовления:

40 минут

На 4 порции

### Для фрикаделек

15 г корня имбиря | раздавленный

2 зубчика чеснока | раздавленные

750 г свиного фарша

1 ч. л. китайской порошковой приправы из пяти пряностей

½ ч. л. молотой корицы

2 ст. л. соевого соуса

соль

### для китайской капусты

100 г моркови | тонкие ломтики

1 кочан китайской капусты (примерно 750 г) | разделённая на листья

200 г китайской яичной лапши

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

неперфорированный контейнер

сито

### Приготовление

Смешайте фарш с имбирём, чесноком, приправой, корицей и соевым соусом, посолите и сформируйте из фарша 32 фрикадельки.

Морковь и китайскую капусту поместите в перфорированный контейнер, сверху выложите фрикадельки и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Китайскую яичную лапшу с солью поместите в неперфорированный контейнер. Залейте водой так, чтобы она полностью покрывала лапшу. По-

местите в рабочую камеру к фрикаделькам и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Откиньте лапшу на сито. Оформите блюдо китайской капустой, морковью и фрикадельками и подавайте.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 6–7 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 6–7 минут

# Мясо

---

## Филе куриной грудки с вялеными помидорами

Время приготовления:

35–40 минут

На 4 порции

### Для филе

4 филе куриной грудки (по 150 г), готовые к кулинарной обработке  
соль

### Для начинки

75 г творожного сыра, 60–87 % жира в сухом веществе  
30 г крем-фреша  
15 г базилика  
15 г орегано  
соль  
перец  
кориандр  
50 г вяленых помидоров, консервированных в растительном масле

### Аксессуары и принадлежности

сито  
перфорированный контейнер  
4 деревянные шпажки

### Приготовление

В филе куриной грудки с одной стороны надрежьте «карман» и посолите.

Смешайте творожный сыр, крем-фреш, базилик и орегано, приправьте солью, перцем и кориандром.

Откиньте помидоры на сито, дайте жидкости стечь, тонко нарежьте и смешайте с сырной начинкой.

Наполните филе начинкой, при необходимости скрепите края филе шпажками.

Положите в перфорированный контейнер и доведите до готовности.

### Настройка

температура: 100 °С

длительность: 8 минут

## Бефстроганов из курицы с перцем

Время приготовления:

55–60 минут + 15 минут маринования

На 4 порции

### Для бефстроганова

3 филе куриной грудки (по 150 г), готовые к кулинарной обработке

2 красных сладких перца | тонкие полоски

### Для маринада

3 ст. л. растительного масла

2 ч. л. молотого острого красного перца

3 ч. л. карри

### Для соуса

100 г сливок

100 г крем-фреша

соль

перец

карри

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Разрежьте филе куриной грудки на полоски шириной 1 см. Мясо и перец поместите в неперфорированный контейнер.

Приготовьте маринад из масла, молотого перца и карри и замаринуйте мясо на 15 минут.

Смешайте сливки и крем-фреш, посолите и поперчите. Полейте смесью мясо и овощи, доведите блюдо до готовности.

После приготовления ещё раз посолите, поперчите и приправьте карри.

### Настройка

температура: 100 °С

длительность: 12–14 минут

# Мясо

---

## Филе телятины с травами

Время приготовления:

55 (35) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

600 г филе телятины, готового к кулинарной обработке

соль

лимонный перец

½ пучка петрушки (примерно 30 г)

½ пучка кервеля (примерно 15 г)

½ пучка базилика (примерно 15 г)

½ пучка эстрагона (примерно 15 г)

2 ч. л. каперсов

100 мл сухого белого вина

100 мл овощного бульона

¼ необработанного лимона | только цедра, тёртая

100 г сливок

1 ст. л. воды

1 ст. л. крахмала

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

тёрка для мелкой стружки

сито

### Приготовление

Натрите филе солью и лимонным перцем и поместите в неперфорированный контейнер.

Вымойте и просушите травы, оборвите листья и отложите. Веточки трав и каперсы добавьте к филе, полейте белым вином и овощным бульоном и готовьте.

Мелко порубите листья зелени и смешайте с цедрой лимона.

После приготовления выньте филе и поставьте в тёплое место. Образовавшийся во время приготовления сок процедите через сито в кастрюлю, добавьте сливки и доведите до кипения. Варите на слабом огне примерно 5 минут, затем приправьте. Смешайте крахмал с водой и при необходимости слегка загустите соус.

Обваляйте филе в травах и цедре лимона.

Затем нарежьте и подавайте с соусом.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 25–30 (15) минут



## Голубцы

Время приготовления:

85 минут

На 4 порции

### Для капусты

1 кочан белокочанной капусты (примерно 1,2 кг)

### Для начинки

2 булочки

1 луковица | нарезанная мелкими кубиками

30 г топленого масла

450 г фарша, половина свиного и половина говяжьего

1 среднее яйцо

2 зубчика чеснока | мелко рубленые соль

перец

майоран

2 ст. л. рубленой петрушки

### Для овощей

4 луковицы шалот | нарезанные мелкими кубиками

2 зубчика чеснока | мелко рубленые

2 жёлтых сладких перца (примерно по 175 г) | нарезанные крупными кубиками

2 красных сладких перца (примерно по 175 г) | нарезанные крупными кубиками

100 г сметаны

1 лимон | только сок

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер погружной блендер

### Приготовление

Извлеките кочерыжку из капусты, кочан бланшируйте в неперфорированном контейнере согласно настройке.

Отделите внешние листья и выложите на рабочую поверхность.

Для начинки слегка размочите булочки водой, хорошо разомните и пассеруйте.

Лук слегка обжарьте в топленом масле.

Тщательно перемешайте фарш, хлебную массу, яйцо, чеснок, приправы, петрушку и лук.

Слегка надавите на капустные листья, чтобы они стали плоскими, и распределите по ним начинку. Загните листья по бокам и заверните.

В неперфорированный контейнер поместите лук-шалот, чеснок и перец, сверху выложите голубцы, открывающимся краем вниз, и запустите автоматическую программу или готовьте согласно настройкам ручного режима.

Извлеките голубцы из контейнера и поставьте в тёплое место.

Блендером пюрируйте овощи со сметаной и лимонным соком, посолите.

Автоматическая программа и ручной режим:

положите голубцы в перечный соус и доведите до готовности согласно этапу приготовления.

## **Настройка**

### **Автоматическая программа и ручной режим**

Бланширование белокочанной капусты

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °С

длительность: 10–15 минут

## **Настройка**

### **Автоматическая программа**

Приготовление голубцов

Мясо | Говядина | Голубцы с говядиной

продолжительность программы:

30 минут

## **Ручной режим**

Приготовление голубцов

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °С

длительность: 30 минут

### **Автоматическая программа и ручной режим**

Доведение до готовности

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °С

длительность: 5 минут

## Тушёная ягнятина с черносливом

Время приготовления:

100 (70) минут

На 4 порции

### Для мяса

800 г ягнятины (бедро), готовой к кулинарной обработке | нарезанная кубиками

### Для обжаривания

4 ст. л. топлёного масла

### Для соуса

3 красных луковицы | брусочки соль

½ ч. л. молотой корицы

½ ч. л. молотого кумина

½ ч. л. молотого кориандра

½ ч. л. молотого кайенского перца

150 мл бараньего бульона

3 лавровых листа

### Для чернослива

600 г моркови | нарезанная ломтиками

1 неочищенный лимон | разрезанный на восемь частей

250 г чернослива

### Для кускуса

200 г кускуса

### Для кунжутного йогурта

30 г кунжута

2 зубчика чеснока | раздавленные

300 г натурального йогурта, жирность 3,5 %

### Для украшения

2 веточки свежего кориандра

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Топлёное масло разогрейте в сковороде и порционно обжарьте в нём ягнятину.

Выложите мясо с луком в неперфорированный контейнер, приправьте солью, корицей, кумином, кориандром и кайенским перцем. Влейте соус, добавьте лавровый лист и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Оставьте немного лимонного сока для кунжутного йогурта.

После этапа 1 добавьте к мясу морковь, лимон и чернослив и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Затем добавьте кускус и готовьте до мягкого состояния согласно этапу приготовления 3.

В это время слегка обжарьте кунжут на сковороде без масла. Смешайте йогурт, чеснок и кунжут, посолите и приправьте лимонным соком.

После приготовления удалите из блюда лавровый лист, посолите, приправьте, украсьте веточками кориандра и подавайте с кунжутным йогуртом.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 35 (17) минут

# Мясо

---

Этап приготовления 2  
температура: 100 (120) °С  
длительность: 20 (8) минут

Этап приготовления 3  
температура: 100 (120) °С  
длительность: 5 (2) минут

## Вырезка ягнёнка с зелёной фасолью

Время приготовления:

50 минут

На 4 порции

### Для фасоли

750 г зелёной фасоли

1 пучок садового чабёра (примерно 30 г)

1 красная луковица | мелко рубленая соль

30 г сливочного масла

100 мл бараньего бульона

250 г помидоров черри

### Для вырезки

4 куса вырезки ягнёнка (по 150 г),

готовые к кулинарной обработке

2 зубчика чеснока | раздавленные перец

### Для обжаривания

3 ст. л. оливкового масла

### Для выжарившегося сока

4 ст. л. бальзамического уксуса

100 мл бараньего бульона

### Для загустения

1 ст. л. воды

1 ст. л. крахмала

### Для приправы

1 щепотка сахара

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Фасоль с чабёром и луком поместите в неперфорированный контейнер и посолите. Добавьте хлопья сливочного масла и бараний бульон, готовьте согласно этапу приготовления 1.

Вырезку натрите чесноком, солью и перцем. Разогрейте растительное масло на сковороде и обжарьте мясо со всех сторон. Выньте мясо из сковороды. Выжарившийся сок смешайте с бальзамическим уксусом и бараньим бульоном.

Вырезку и помидоры черри добавьте к фасоли, сбрызните выжарившимся соком и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Слейте образовавшийся соус в кастрюлю и доведите до кипения. Приправьте бальзамическим уксусом, солью, перцем и сахаром, разведите крахмал в воде и слегка загустите им соус.

Подавайте с вырезкой и фасолью.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 10 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 8–10 минут

# Мясо

---

## Грудка индейки с начинкой

Время приготовления:

120 (90) минут

На 6 порций

### Для абрикосовой массы

1 луковица | рубленая

120 г сушёных абрикосов | нарезанные кубиками

1 ст. л. сливочного масла

50 мл сухого хереса

соль

кайенский перец

### Для грудки индейки

1 грудка индейки (примерно 1,5 кг), готовая к кулинарной обработке

### Для овощей

1 кг моркови | толстые ломтики

2 пучка зелёного лука (примерно

150 г) | тонкие кольца

перец

### Для начинки

100 г творожного сыра, 60–87 % жира в сухом веществе

1 ст. л. мёда

100 г бекона, нарезанного ломтиками

### Для обжаривания

3 ст. л. подсолнечного масла

### Для выжарившегося сока

100 мл сухого хереса

100 мл куриного бульона

100 г сливок

30 мл сухого хереса

1 ст. л. воды

1 ст. л. крахмала

### Аксессуары и принадлежности

2 неперфорированных контейнера  
пищевая плёнка

кухонная нить

молоток для отбивания мяса

### Приготовление

Смешайте лук и абрикосы со сливочным маслом, хересом, солью и кайенским перцем в неперфорированном контейнере и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Разрежьте грудку индейки на максимально большие плоские куски. Накройте их пищевой плёнкой и отбейте молотком, посолите и поперчите.

Поместите в неперфорированный контейнер морковь и зелёный лук, посолите и поперчите.

Слегка остудите абрикосовую массу, смешайте её с творожным сыром, приправьте солью, кайенским перцем и мёдом. Намажьте массой мясо и выложите на него ломтики бекона. Скрутите рулетики, скрепите их кухонной нитью и обжарьте со всех сторон в горячем подсолнечном масле.

Выложите грудку с начинкой на овощи в контейнере. Выжарившийся сок смешайте с хересом и куриным бульоном и полейте им овощи, готовьте согласно этапу приготовления 2.

Образовавшийся во время приготовления сок слейте в кастрюлю, добавьте сливки и доведите до кипения. Варите на медленном огне 5 минут,

приправьте солью, перцем и хересом. Разведите крахмал в воде и загустите им соус.

## **Настройка**

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 4 (2) минуты

Этап приготовления 2

температура: 100 (120) °C

длительность: 80–90 (55–60) минут

# Мясо

---

## Филе говядины

Время приготовления:

40–90 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

450–650 г филе говядины, готового к кулинарной обработке | большой кусок или медальоны

3 ст. л. растительного масла

250 г сметаны

70 г майонеза

3 ч. л. крем-соуса из хрена

2 ч. л. крупнозернистой горчицы

3–4 вяленых помидора | мелко рубленые

соль

перец

1–2 багетные булочки | разрезанные вдоль

### Для украшения

100 г рукколы

### Аксессуары и принадлежности

кухонная нить

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Филе (большой кусок или медальоны) соедините так, чтобы получился равномерный по толщине кусок.

Разогрейте масло на сковороде и обжарьте мясо до золотисто-коричневого цвета, поместите его в неперфорированный контейнер и готовьте согласно автоматической программе или настройкам ручного режима.

После приготовления дайте мясу «отдохнуть» 5–10 минут. В это время смешайте сметану, майонез, соус-

крем из хрена, горчицу, помидоры, соль и перец, намажьте смесью половинки булочек.

Порежьте филе на очень тонкие ломтики и выложите на булочки. Украсьте рукколой.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Мясо | Говядина | Филе говядины | кусок/Медальоны

продолжительность программы для большого куска: 60 минут

продолжительность программы для медальонов: 20 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура для всех размеров мяса:

53/63/75 °C | с кровью/средняя прожарка/полная прожарка

длительность

для большого куска: 70/60/50 минут | с кровью/средняя прожарка/полная прожарка

прожарка

для медальонов толщиной 1 см:

10 минут

для медальонов толщиной 2 см:

30/20/20 минут |

с кровью/средняя прожарка/полная прожарка

для медальонов толщиной 3 см:

40/30/30 минут |

с кровью/средняя прожарка/полная прожарка



## **Совет**

Степень приготовления зависит от толщины куска мяса. Для тонких кусков сначала выбирайте короткое время приготовления.

# Мясо

---

## Пошированное филе говядины с овощами

Время приготовления:

50 (45) минут

На 2 порции

### Для овощей

250 мл говяжьего бульона

200 г моркови | небольшие кусочки

200 г цветной капусты | соцветия

2 цуккини (примерно по 200 г) | небольшие кусочки

8 шт. зелёного лука | без перьев

100 г сахарного горошка

### Для филе

500 г филе говядины, готового к кулинарной обработке

петрушка | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Приготовьте говяжий бульон с морковью и цветной капустой в неперфорированном контейнере согласно этапу приготовления 1.

Добавьте цуккини, зелёный лук и сахарный горошек и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Достаньте овощи из образовавшегося при приготовлении сока и поставьте в тёплое место.

Нарежьте филе кусочками толщиной 1 см и пошируйте в образовавшемся соке согласно этапу приготовления 3.

Перед подачей посыпьте мясо и овощи петрушкой.

### Настройка

Этап приготовления 1  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 8 (4) минут

Этап приготовления 2  
температура: 100 °C  
длительность: 4 минуты

Этап приготовления 3  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 4 (2) минуты

## Рубленая говядина

Время приготовления: 250 минут  
На 8 порций

### Ингредиенты

30 г сливочного масла  
3 ст. л. растительного масла  
1,2 кг говядины, готовой к кулинарной обработке | нарезанная кубиками  
соль  
перец  
500 г лука | нарезанный мелкими кубиками  
2 лавровых листа  
4 бутона гвоздики  
1 ст. л. коричневого сахара  
2 ст. л. пшеничной муки, тип 405  
1,2 л говяжьего бульона  
70 мл уксуса

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Разогрейте сливочное масло на сковороде. Как только исчезнут пузырьки, добавьте растительное масло и разогрейте его.

Приправьте говядину солью и перцем и обжарьте со всех сторон.

Добавьте лук, лавровый лист, гвоздику и сахар и жарьте ещё 3 минуты.

Посыпьте говядину мукой и жарьте ещё 2–3 минуты.

Добавьте говяжий бульон и уксус, постоянно помешивая, пока не образуется соус однородной консистенции.

Поместите мясо в неперфорированный контейнер и доведите до готовности.

Посолите, поперчите и подавайте к столу.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Мясо | Говядина | Хаш  
продолжительность программы:  
180 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару  
температура: 100 °C  
длительность: 180 минут

# Мясо

---

## Тушёная говядина

Время приготовления:

150 минут

На 4 порции

### Для говядины

60 г пшеничной муки, тип 405

свежемолотый чёрный перец

1 кг говядины (лопатка) | нарезанная мелкими кубиками

3 ст. л. растительного масла

1 большая луковица | тонкие кольца

1 большой стебель лука-порея | тонкие кольца

350 г моркови | нарезанная кубиками

3 стебля сельдерея | нарезанные кубиками

250 г шампиньонов | разрезанные на четыре части

2–3 веточки тимьяна

2 лавровых листа

200 мл говяжьего бульона

200 мл чёрного пива

2 ст. л. кетчупа

### Для клёцек

100 г пшеничной муки, тип 405

3 г пекарского порошка

50 г топлёного масла

1 ст. л. рубленой петрушки

½ ст. л. шнитт-лука | нарезанный

соль

чёрный перец горошком, свежемолотый

4–5 ст. л. холодной воды

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Поперчите муку и обваляйте в ней мясо.

Половину растительного масла разогрейте на сковороде, порционно обжарьте на ней мясо со всех сторон и отставьте в сторону.

Разогрейте на сковороде вторую половину масла и обжарьте луковицу в течение 3 минут. Добавьте лук-порей, морковь и сельдерей и жарьте ещё 5 минут.

Добавьте шампиньоны, тимьян и лавровый лист.

Добавьте говядину, бульон, пиво и кетчуп, немного покипятите, переместите в неперфорированный контейнер и накройте. Включите автоматическую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

В это время в миске смешайте муку и пекарский порошок, добавьте топлёное масло, петрушку и шнитт-лук, посолите, поперчите, разведите водой до консистенции мягкого теста.

Тесто разделите на 8 порций, припорошите руки мукой и сформируйте из теста маленькие шарики.

Автоматическая программа: согласно выполнению программы перемешайте мясо, добавьте клёцки и немного выжарившегося сока и готовьте дальше.

Ручной режим:

перемешайте мясо, добавьте клёчки и немного выжарившегося сока и готовьте дальше. Доведите до готовности согласно этапу приготовления 2.

## **Настройка**

### **Автоматическая программа**

Супы | Говядина с клёчками

продолжительность программы:

120 минут

### **Ручной режим**

Этап приготовления 1

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 90 минут

Этап приготовления 2

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 30 минут

# Мясо

---

## Колбаски

Время приготовления:  
25 минут

### Ингредиенты

100–750 г колбасок

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

### Приготовление

Положите колбаски в перфорированный контейнер и приготовьте.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Колбасные изделия | Колбаса

Saucisson

Выберите настройку согласно количеству:

100–200 г

200–300 г

300–400 г

400–750 г

продолжительность программы: 10–20 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 95 °C

длительность: 10–20 минут

## Медальоны из свинины с шампиньонами и яблоками

Время приготовления:

60 минут + 3 часа маринования

На 4 порции

### Для маринада

1 красная луковица | рубленая  
4 ст. л. кальвадоса  
2 ч. л. горчицы средней остроты  
150 мл яблочного сока  
150 мл мясного бульона  
чёрный перец

### Для медальонов

8 медальонов из свинины (примерно по 75 г)

### Для гарнира

700 г мелких коричневых шампиньонов  
4 яблока с кислинкой | ломтики

### Для обжаривания

1 ст. л. топлёного масла

### Для улучшения вкуса и загустения маринада

150 г сливок  
соль  
свежемолотый чёрный перец  
1 ст. л. воды  
1 ст. л. крахмала  
1 ст. л. рубленой петрушки

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер  
сито

### Приготовление

Для маринада смешайте лук, кальвадос, горчицу, яблочный сок, мясной бульон и перец. Положите медальоны в маринад, накройте и маринуйте в холодильнике 3 часа.

Шампиньоны и яблоки положите в неперфорированный контейнер.

Выньте медальоны из маринада, откиньте на сито и дайте жидкости стечь.

Топлёное масло разогрейте на сковороде и двумя порциями быстро обжарьте мясо со всех сторон.

В это же время смешайте маринад со сливками, посолите и полейте им шампиньоны и яблоки. Выложите сверху медальоны, полейте выжарившимся соком, поперчите и готовьте.

Образовавшийся соус слейте в кастрюлю, мясо и овощи ненадолго поставьте в тёплую рабочую камеру. Доведите соус до кипения, смешайте крахмал с водой, слегка загустите им соус и приправьте.

Подавайте медальоны с шампиньонами, яблоками, петрушкой и соусом.

### Настройка

температура: 100 °C

длительность: 10–12 минут

# Мясо

---

## Табельшпиц с соусом из яблок и хрена

Время приготовления:

155–165 (80–90) минут

На 4 порции

### Для табельшпица

200 г моркови | нарезанная кубиками

200 сельдерея | нарезанный кубиками

50 г корня петрушки | нарезанный кубиками

800 г костреца, готового к кулинарной обработке

2 ч. л. соли

5 горошин чёрного перца

2 лавровых листа

### Для овощей

250 г мелкого нерассыпчатого картофеля | овальные ломтики

250 г моркови | каротель | овальные ломтики

250 г кольраби | овальные ломтики

### Для соуса

2 яблока с кислинкой | натёртые крупной стружкой

200 г сметаны

1 пучок шнитт-лука (примерно 20 г) | кусочками

1 ст. л. тёртого хрена

перец

### Аксессуары и принадлежности

2 неперфорированных контейнера

### Приготовление

Поместите морковь, сельдерей, корень петрушки, кострец, соль, перец и лавровый лист в неперфорированный контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 1.

По истечении времени возьмите 6 ст. л. образовавшегося при приготовлении сока, а контейнер с ингредиентами оставьте в рабочей камере. Сок добавьте к картофелю, моркови, каротель и кольраби в другом контейнере. Этот контейнер также поставьте в рабочую камеру и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Смешайте яблоки со сметаной. Добавьте шнитт-лук и хрен. Посолите и поперчите.

Разрежьте мясо на тонкие кусочки поперёк волокон и подавайте с овощами и соусом.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 110–120 (45–50) минут

Этап приготовления 2

температура: 100 (120) °C

длительность: 15 (8) минут



## Тафельшпиц по-венски

Время приготовления:

160 минут

На 10 порций

### Ингредиенты

2 кг костреца, кусок, готовый к кулинарной обработке

2 луковицы | разрезанные пополам

1 пучок зелени для супа | крупно рубленая

15 г любистока

7 горошин чёрного перца

2 лавровых листа

5 ягод можжевельника

соль

### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 150 минут

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Кострец положите в неперфорированный контейнер жирной стороной вниз.

Лук положите на сковороду срезом вниз и обжарьте без масла.

Зелень для супа, травы, лук и приправу добавьте к мясу и готовьте.

Перед нарезанием дайте мясу немного «отдохнуть».

### Настройка

#### Автоматическая программа

Мясо | Говядина | Венский тафельшпиц

продолжительность программы:

150 минут

# Мясо

## Тikka-масала с рисом

Время приготовления:

60 минут + 30 минут маринования

На 4 порции

### Для курицы

4 зубчика чеснока | нарезанные мелкими кубиками

2,5 см имбиря | нарезанный мелкими кубиками

1 большой красный перец чили | нарезанный мелкими кубиками

2 ч. л. молотого кумина

2 ч. л. молотого кориандра

1 ч. л. куркумы

1 ч. л. молотого красного перца

1 ч. л. Garam Masala (смесь пряностей)

1 ч. л. соли

1 ½ ст. л. растительного масла

100 г натурального йогурта

500 г филе куриной грудки, готового к кулинарной обработке | нарезанное кубиками

2 луковицы | нарезанные полосками

1 ст. л. растительного масла

1 ст. л. сливочного масла

1 банка консервированных нарезанных помидоров (примерно 400 г)

1 ст. л. томатной пасты

1 ст. л. чатни с манго

100 мл сливок

### Для риса

300 г риса «Басмати»

450 мл воды

### Для украшения

½ пучка кориандра | рубленый

### Аксессуары и принадлежности

2 неперфорированных контейнера  
погружной блендер

### Приготовление

С помощью блендера приготовьте пасту из чеснока, имбиря, перца чили, приправ, соли и растительного масла. Смешайте с йогуртом и марируйте в смеси филе минимум на 30 минут.

Припустите лук в растительном и сливочном масле до прозрачного состояния в течение 10–12 минут. Добавьте филе куриной грудки и маринад, готовьте при среднем нагреве ещё 3–4 минуты.

Добавьте помидоры, томатную пасту, чатни и сливки, доведите до кипения, поместите всё в неперфорированный контейнер и накройте. Включите автоматическую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

Положите рис в неперфорированный контейнер и залейте водой.

Автоматическая программа: добавьте рис согласно выполнению программы и готовьте дальше.

Ручной режим: добавьте рис и доведите до готовности согласно этапу приготовления 2.

Украсьте кориандром.

## **Настройка**

### **Автоматическая программа**

Мясо | Птица | Цыпленок | Цыплёнок

Тikka Масала

продолжительность программы:

30 минут

### **Ручной режим**

Этап приготовления 1

режим работы: Приготовление на па-

ру

температура: 100 °С

длительность: 15 минут

Этап приготовления 2

режим работы: Приготовление на па-

ру

температура: 100 °С

длительность: 15 минут

## Супы и айнтопфы

---

Практичное приготовление — все ингредиенты в одной кастрюле: вкусное и сытное основное блюдо из мяса, овощей, картофеля и прочего. Просто готовить даже для большого количества человек. Айнтопфы разнообразны: вкусным будет и вегетарианское блюдо, и блюдо с мясом, колбасками, рыбой или мидиями. Во многих культурах они — иногда простые, иногда изысканные — постоянная составляющая меню.

### Айнтопф с фасолью и ягнятиной

Время приготовления:

55–60 (45–50) минут

На 4 порции

#### Ингредиенты

500 г ягнятины, готовой к кулинарной обработке | нарезанная мелкими кубиками

2 ст. л. подсолнечного масла

1 луковица | рубленая

200 мл овощного бульона

400 г нерассыпчатого картофеля | нарезанный кубиками

200 г зелёной фасоли | разрезанная пополам

3 моркови (примерно по 60 г) | нарезанная кубиками

1 веточка розмарина | только рубленные листья

300 мл овощного бульона

соль

перец

#### Для украшения

2 пера зелёного лука | тонкие кольца

#### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

#### Приготовление

Обжарьте ягнятину на сковороде с подсолнечным маслом. Через небольшой промежуток времени добавьте лук и тоже обжарьте. Смешайте с овощным бульоном.

Мясо и жидкость поместите в неперфорированный контейнер. Добавьте картофель, зелёную фасоль, морковь и розмарин и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Затем добавьте оставшийся овощной бульон, посолите, поперчите и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Перед подачей посыпьте зелёным луком.

#### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 15 (7–8) минут

Этап приготовления 1

температура: 95 °C

длительность: 2 минуты

#### Совет

Ягнятину можно заменить говядиной, мясными клёцками или колбасками.

# Супы и айнтопфы

---

## Рыбный айнтопф

Время приготовления:

35–40 минут

На 4 порции

### Для рыбы

500 г филе морского окуня, готового к кулинарной обработке

2 ст. л. лимонного сока

соль

200 г моркови | нарезанная кубиками

200 г горошка

### Для соуса

100 г крем-фреша

100 г сливок

2 ст. л. сухого белого вина

1 ст. л. крахмала

перец

сахар

1 ст. л. укропа | мелко рубленый

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Натрите филе морского окуня лимонным соком и посолите.

Положите филе в неперфорированный контейнер. Добавьте морковь и горошек и готовьте согласно этапу приготовления 1.

В это время приготовьте соус из остальных ингредиентов, после завершения этапа полейте им рыбу и готовьте дальше согласно этапу приготовления 2.

Перед подачей посолите и поперчите.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 8 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 4 минуты

## Суп-гуляш

Время приготовления:

125 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

250 г нерассыпчатого картофеля

25 г топленого масла

200 г лука | нарезанный мелкими кубиками

250 г говядины (лопатка) | мелкие кубики по 1–1,5 см

20 г пшеничной муки, тип 405

20 г томатной пасты

соль

перец

20 г слабжгучего молотого красного перца

3 зубчика чеснока | рубленый

1 ст. л. сухого майорана

молотый тмин на кончике ножа

1 ст. л. уксуса

1 л овощного бульона

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Почистите картофель, нарежьте кубиками примерно 1 x 1 см и залейте холодной водой, чтобы он не потемнел.

Разогрейте топленое масло на сковороде, медленно обжарьте в нём лук до золотистого цвета.

Положите лук в неперфорированный контейнер, добавьте мясо, муку, томатную пасту, все приправы и уксус.

Залейте овощным бульоном, тщательно перемешайте и запустите автоматическую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

Автоматическая программа: картофель добавьте согласно выполнению программы и доведите до готовности.

Ручной режим: добавьте картофель и доведите до готовности согласно этапу приготовления 2.

Посолите.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Мясо | Говядина | Суп-гуляш  
продолжительность программы:  
105 минут

#### Ручной режим

Этап приготовления 1  
режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 60 минут

Этап приготовления 2  
режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 45 минут

# Супы и айнтопфы

---

## Куриный суп

Время приготовления:

125 (90) минут

На 6 порций

### Ингредиенты

1 суповая курица (примерно 1,5 кг),

готовая к кулинарной обработке

200 мл воды

1 кг овощей для супа

120 г лапши для супа

800 мл воды

соль

перец

1 ст. л. петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

сито

### Приготовление

Курицу с водой поместите в контейнер.

Помойте и почистите овощи, половину натрите на крупной тёрке, добавьте к курице и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Оставшиеся овощи измельчите — лук-порей кольцами, морковь и корень сельдерея полосками — и отложите.

По готовности извлеките курицу, процедите бульон через сито и снова залейте в контейнер.

Мелко нарежьте мясо и поместите в контейнер вместе с овощами, лапшой и оставшейся водой, готовьте согласно этапу приготовления 2.

Если суп слишком густой, добавьте ещё воды.

Посолите, поперчите, посыпьте петрушкой и подавайте.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 50 (25) минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 10 минут

### Совет

Суповую курицу можно заменить бройлером.



## Картофельный суп

Время приготовления:

50 (45) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

180 г лука-порей | кольца

250 г рассыпчатого картофеля | нарезанный кубиками

500 мл овощного бульона

соль

перец

100 г сливок

2 ч. л. рубленого базилика

2 ст. л. рубленой петрушки

2 ст. л. рубленого шнитт-лука

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

погружной блендер

### Приготовление

Лук-порей и картофель с овощным бульоном поместите в контейнер и готовьте согласно этапу приготовления 1.

Пюрируйте суп блендером, посолите и поперчите. Вмешайте сливки и разогрейте согласно этапу приготовления 2.

Перед подачей добавьте базилик, петрушку и шнитт-лук.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 16 (8) минут

Этап приготовления 2

температура: 95 °C

длительность: 2 минуты

# Супы и айнтопфы

---

## Австралийский тыквенный суп

Время приготовления:

35 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

1 кг мякоти тыквы | нарезанная кубиками

400 г батата | нарезанный кубиками

2 луковицы | нарезанные кубиками

250 мл куриного бульона

соль

перец

### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 25 минут

### Для украшения

250 г чоризо | нарезанное мелкими кубиками

250 мл сметаны

10 г зелени кориандра | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

### Приготовление

Тыкву, батат и лук положите в контейнер и приготовьте.

Обжарьте чоризо.

Пюрируйте овощи, влейте куриный бульон и примерно 250 г сока, образовавшегося при приготовлении, перемешайте, посолите и поперчите.

Суп перелейте в предварительно разогретую супницу. Добавьте сметану, чоризо и кинзу.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Супы | Тыквенный суп

продолжительность программы:

25 минут

## Морковный крем-суп

Время приготовления:

45–50 (40) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

500 г моркови | нарезанная кубиками

50 г лука | нарезанный кубиками

½ зубчика чеснока | мелко рубленый

40 г сливочного масла

750 мл овощного бульона

1 ч. л. слабожгучего молотого красного перца

125 г сметаны

соль

перец

### Для украшения

1 ст. л. петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

погружной блендер

### Приготовление

Готовьте морковь, лук и чеснок с овощным бульоном и молотым перцем в контейнере согласно этапу приготовления 1.

Пюрируйте ингредиенты блендером. Вмешайте сливки и разогрейте крем-суп согласно этапу приготовления 2.

Посолите, поперчите, посыпьте петрушкой и подавайте.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 (120) °C

длительность: 12–15 (6–8) минут

Этап приготовления 2

температура: 95 °C

длительность: 2 минуты

# Супы и айнтопфы

---

## Гуляш с рисом

Время приготовления:

90 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

250 г лука | нарезанный мелкими кубиками

2 ст. л. топлёного масла

2 ч. л. молотого красного перца

1 ст. л. томатной пасты

250 г говядины (лопатка) | кубики по 1 см

250 г пассерованных помидоров

1 ст. л. уксуса из белого вина

1 зубчик чеснока | мелко рубленый

1 ч. л. майорана

тмин

соль

перец

½ красного сладкого перца (примерно 175 г) | нарезанный мелкими кубиками

½ сладкого жёлтого перца (примерно 175 г) | нарезанный мелкими кубиками

250 г длиннозёрного риса

500 мл овощного бульона

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Обжарьте лук в сковороде с топлёным маслом.

Смешайте его с молотым перцем и томатной пастой.

Говядину положите в контейнер. Добавьте лук, пассерованные помидоры, уксус, чеснок и приправы.

Включите автоматическую программу или готовьте согласно этапу приготовления 1 в ручном режиме.

Автоматическая программа: перец, рис и овощной бульон добавьте согласно выполнению программы и доведите до готовности.

Ручной режим: добавьте перец, рис и овощной бульон и доведите до готовности согласно этапу приготовления 2.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Супы | Плов

продолжительность программы:

70 минут

#### Ручной режим

Этап приготовления 1

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 45 минут

Этап приготовления 2

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность: 25 минут

## Суп с весенними овощами

Время приготовления:

55 (50) минут

На 4 порции

### Ингредиенты

150 г сельдерея | мелкие кубики  
3 моркови (примерно по 60 г) | тонкие ломтики  
200 г зелёного лука | ромбиками  
100 г сахарного горошка  
600 мл овощного бульона  
1 среднее яйцо  
1 ст. л. панировочных сухарей  
соль  
перец  
мускатный орех  
1 ст. л. рубленого кервеля  
1 ст. л. петрушки | рубленая

### Для украшения

1 ст. л. петрушки | рубленая

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Сельдерей, морковь, зелёный лук и сахарный горошек с половиной овощного бульона готовьте в контейнере согласно этапу приготовления 1.

Затем добавьте оставшийся бульон и готовьте дальше согласно этапу приготовления 2.

Смешайте яйцо, панировочные сухари, соль, перец, мускатный орех и порубленную зелень, добавьте в суп и доведите до готовности согласно этапу приготовления 3.

Посолите, поперчите, посыпьте петрушкой и подавайте.

### Настройка

Этап приготовления 1  
температура: 100 (120) °C  
длительность: 10 (5) минут

Этап приготовления 2  
температура: 95 °C  
длительность: 2 минуты

Этап приготовления 3  
температура: 95 °C  
длительность: 2 минуты

## Десерт

---

Что за меню без вкусного финального блюда? Десерт — это возможность поблагодарить гостей, побаловать семью и вознаградить самого повара. Полезный со свежими фруктами, игристый с алкоголем или сладкий с сахаром и сливками — десерт радует фантазийным оформлением и вкусовыми ощущениями. Чем креативнее он украшен, тем восторженнее его встречают. Уделите немного времени изяществу!

## ягодный пудинг

Время приготовления:

105 минут

На 6 порций

### Для теста

225 г сухарей

50 г сливочного масла

40 г жидкого мёда

300 мл молока, жирность 3,5 %

### Для ягод

200 г клубники | нарезанная четвертинками

125 г малины

125 г ежевики

1 маленькое яблоко с кислинкой | нарезанное мелкими кубиками

1 стручок ванили | только сердцевина

40 г сахара

### Для мороженого

6 шариков ванильного мороженого

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Аксессуары и принадлежности

форма для пудинга с крышкой, примерно 1,25 л

решётка

### Приготовление

Измельчите сухари. Растопите сливочное масло с мёдом и смешайте с молоком и сухарями.

Смешайте ягоды, яблоко, ваниль и сахар.

Смажьте форму для пудинга и поместите туда  $\frac{3}{4}$  теста, сформировав высокие края. Наполните ягодами, слегка прижмите. Сверху накройте оставшимся тестом и зажмите края.

Закройте форму крышкой. Поставьте на решётку в рабочую камеру и запекайте.

После приготовления оставьте пудинг в форме минимум на 15 минут.

Переверните на тарелку, разделите на порции и подавайте с мороженым.

### Настройка

температура: 100 °C

длительность: 60 минут

### Совет

Форму для пудинга можно заменить высокой огнеупорной формой для запеканки. Вместо крышки можно положить два слоя бумаги для выпечки и обвязать края формы кухонной нитью.

# Десерт

---

## Рождественский пудинг

Время приготовления:

380 минут + 24 часа маринования

На 4 порции

### Для пудинга

170 г пшеничной муки, тип 405

$\frac{3}{4}$  ч. л. корицы

$\frac{3}{4}$  ч. л. приправ для выпечки

115 г панировочных сухарей

115 г топлёного масла

115 г коричневого сахара

30 г целого миндаля

115 г изюма

115 г коринки

115 г кишмиша

55 г засахаренной вишни

55 г засахаренных фруктов

1 маленькое яблоко | тёртое

1 необработанный лимон | только

цедра

1 необработанный апельсин | только

цедра

$\frac{1}{2}$  апельсина | только сок

2 ст. л. коньяка

2 средних яйца

1 ст. л. жидкого ячменного солода

75 мл чёрного пива, например,

Guinness

### Для керамической ёмкости

1 ст. л. сливочного масла

### Аксессуары и принадлежности

керамическая ёмкость, вместимостью 1,2 л

бумага для выпечки

фольга

решётка

### Приготовление

Просейте муку и приправы в большую миску. Добавьте панировочные сухари, сахар, миндаль, фрукты, цедру цитрусовых и апельсиновый сок. В центре миски сформируйте выемку и добавьте туда коньяк, взбитые яйца и солод. Постепенно добавляя пиво, замешайте вязкотекучее тесто. Накройте миску и оставьте на ночь.

Смажьте керамическую ёмкость, выложите в неё тесто и разомните его. Накройте миску бумагой для выпечки и фольгой, поставьте на решётку в рабочую камеру и готовьте согласно настройкам.

Замените бумагу и фольгу на ёмкости, храните в прохладном, сухом, тёмном месте до подачи.

Перед подачей разогрейте.

### Настройка

#### Автоматическая программа

режим «Приготовление»:

Десерт | Рождественский пудинг |

Приготовление

продолжительность программы:

360 минут

или режим «Разогрев»:

Десерт | Рождественский пудинг |

Разогрев

продолжительность программы:

105 минут



## **Ручной режим**

режим «Приготовление»

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °С

длительность: 360 минут

режим «Разогрев»

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °С

длительность: 360 минут

## **Совет**

В Великобритании Рождественский пудинг традиционно подают к рождественскому столу, но готовят за 6–12 месяцев до праздника и иногда пропитывают коньяком.

# Десерт

---

## Каталонский крем

Время приготовления:  
50–55 минут + 4 часа для охлаждения  
На 6 порций

### Ингредиенты

450 г сливок  
1 ч. л. ванильного сахара  
4 средних яйца | только желток  
2 ст. л. рубленого миндаля  
3 ст. л. коричневого сахара

### Аксессуары и принадлежности

6 формочек для суфле  
решётка

### Приготовление

Незадолго до приготовления разогрейте сливки в кастрюле.

Снимите с конфорки и смешайте с ванильным сахаром, желтком и миндалём.

Наполните массой формочки для суфле, накройте, поставьте на решётку в рабочую камеру и готовьте.

Охладите и поставьте на 4 часа застывать. Посыпьте коричневым сахаром.

Предварительно нагрейте решётку.

4 минуты карамелизируйте под решёткой.

### Настройка

температура: 90 °C  
длительность: 30–35 минут

### Совет

Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

## Горячие кнедли с абрикосовым компотом

Время приготовления:

90 минут

На 6 порций

### Для теста

21 г свежих дрожжей

125 мл молока, жирность 3,5 % |  
слегка подогретое

250 г пшеничной муки, тип 405

35 г сахара

1 щепотка соли

1 среднее яйцо | только желток

40 г сливочного масла | размягчённое

### Для компота

500 г абрикосов | четвертинки без  
косточек

20 г сахара

½ стручка ванили | только сердцевина

50 мл абрикосового нектара

### Для молочной смеси

100 мл молока, жирность 3,5 %

25 г сахара

20 г сливочного масла

### Для обработки

1 ст. л. пшеничной муки, тип 405

### Для посыпки

25 г сливочного масла

8 г ванильного сахара

1 ст. л. сахара

### Аксессуары и принадлежности

мелкое сито

миска, подходящая для духового  
шкафа

решётка

2 неперфорированных контейнера

### Приготовление

Просейте муку в миску, добавьте сахар, соль, желток и сливочное масло. Добавьте растворённые в молоке дрожжи.

В течение 7 минут замесите из ингредиентов однородное тесто. Сформируйте из теста шар, поставьте в открытой миске на решётку в рабочую камеру и оставьте подниматься согласно этапу приготовления 1.

Для компота смешайте в контейнере абрикосы, сахар, ваниль и абрикосовый нектар.

В другом контейнере приготовьте молочную смесь из молока, сахара и сливочного масла. Достаньте тесто из рабочей камеры и разделите на 6 порций. Присыпьте мукой и сформируйте шарики, накройте и на 15 минут оставьте подниматься в тёплом месте.

Разогрейте молочную смесь в рабочей камере согласно этапу приготовления 2.

В горячую смесь положите шарики из теста плотно друг к другу, накройте контейнер. Поместите в рабочую камеру вместе с абрикосами и готовьте одновременно согласно этапу приготовления 3.

Выньте компот, кнедли готовьте дальше согласно этапу приготовления 4.

## Десерт

---

Разотрите сливочное масло с ванильным сахаром. Смажьте им кнедли и посыпьте сахаром.

Подавайте с абрикосовым компотом.

### **Настройка**

Этап приготовления 1

температура: 40 °C

длительность: 15 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 5 минут

100 °C, 5 минут

Этап приготовления 3

температура: 100 °C

длительность: 20 минут

Этап приготовления 4

температура: 100 °C

длительность: 10 минут

## Сладкие клёцки

Время приготовления:

65–70 минут

На 8 порций

### Для теста

42 г свежих дрожжей

250 мл молока, жирность 3,5 % |  
слегка подогретое

500 г пшеничной муки, тип 405

1 ч. л. сахара

1 щепотка соли

50 г маргарина | мягкий

### Для соуса

4 ст. л. сливового мусса (повидла)

250 г сливок

8 г ванильного сахара

½ ч. л. молотой корицы

1 щепотка соли

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Аксессуары и принадлежности

мелкое сито

миска, подходящая для духового  
шкафа

решётка

перфорированный контейнер

### Приготовление

Просейте муку в миску, добавьте сливочное масло и соль. Добавьте растворённые в молоке дрожжи. Добавьте сахар, яичный желток и сливочное масло и вымешивайте в течение 7 минут до получения однородного теста. Из теста сформируйте шар. В открытой миске поместите тесто на решётку в рабочую камеру и оставьте подниматься согласно этапу приготовления 1.

Разделите тесто на 8 частей, сформируйте клёцки, накройте и на 15 минут оставьте подниматься в тёплом месте. Смажьте контейнер, положите в него клёцки и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Сливовый мусс, сливки, ванильный сахар, корицу и соль, постоянно помешивая, доведите до кипения на конфорке и подавайте в качестве соуса.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 40 °C

длительность: 15 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 14 минут

### Совет

При комнатной температуре в течение 15 минут разморозьте полуфабрикаты клёцок и дальше готовьте по рецепту.

# Десерт

---

## Суфле из манной крупы

Время приготовления:

70–75 минут

На 8 порций

### Для молочной смеси

1 стручок ванили

250 мл молока, жирность 3,5 %

50 г сливочного масла

### Для манной массы

50 г манной крупы

5 средних яиц

60 г сахара

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. сахара

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

8 формочек для суфле

решётка

### Приготовление

Разрежьте стручок ванили по длине пополам и извлеките сердцевину.

Молоко, сливочное масло, мякоть и стручок ванили разогрейте в контейнере согласно этапу приготовления 1.

Извлеките молочную смесь из рабочей камеры. Постоянно помешивая, добавьте манную крупу и оставьте на 1–2 минуты.

Ещё раз перемешайте и готовьте согласно этапу приготовления 2. По истечении половины времени приготовления перемешайте ещё раз.

Достаньте массу из рабочей камеры, перелейте в миску, перемешайте, накройте и охладите. Затем выньте стручок ванили.

Отделите и отложите яичный белок. Желток вмешайте в массу. Белки с сахаром взбейте венчиком в густую пену и добавьте в массу.

Смажьте формочки и посыпьте сахаром. Наполните приготовленной массой, поставьте на решётку в рабочую камеру и готовьте согласно этапу приготовления 3.

### Настройка

Этап приготовления 1  
температура: 100 °C  
длительность: 5 минут

Этап приготовления 2  
температура: 100 °C  
длительность: 1 минута

Этап приготовления 3  
температура: 90 °C  
длительность: 25–30 минут

### Совет

Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

## Крем-карамель

Время приготовления:

25 минут

На 8 формочек по 100 мл или на 6 формочек по 150 мл

### Для карамели

100 г сахара

50 мл воды

### Для ванильного крема

500 мл молока, жирность 3,5 %

1 стручок ванили | разрезанный  
вдоль

4 средних яйца

### Для украшения

200 мл сливок | взбитые

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер  
решётка

### Приготовление

Сахар и воду карамелизуйте на сковороде, жидкую карамель распределите по фарфоровым формочкам.

Автоматическая программа:  
согласно выполнению программы  
разогрейте в контейнере молоко со  
стручком ванили.

Ручной режим:  
разогрейте в контейнере молоко со  
стручком ванили согласно этапу при-  
готовления 1.

Затем выньте стручок.

Яйца с сахаром взбейте в пену, по-  
степенно добавляя горячее молоко.  
Распределите по формочкам.

Поставьте на решётку в рабочую ка-  
меру и готовьте дальше согласно ав-  
томатической программе или этапам  
приготовления 2 и 3 в ручном режи-  
ме.

Поставьте крем-карамель в холо-  
дильник на 2–3 часа.

Перед подачей выложите на тарелку,  
по желанию украсьте сливками.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Десерт | Крем-карамель  
продолжительность программы  
для 8 формочек по 100 мл: 17 минут  
для 6 формочек по 150 мл: 18 минут

#### Ручной режим

Этап приготовления 1  
режим работы: Приготовление на па-  
ру

температура: 100 °C  
длительность: 3 минуты

Этап приготовления 2  
режим работы: Приготовление на па-  
ру

температура: 85 °C  
длительность  
для 8 формочек по 100 мл: 9 минут  
для 6 формочек по 150 мл: 12 минут

Этап приготовления 3  
режим работы: Приготовление на па-  
ру

температура: 40 °C  
длительность: 5 минут

# Десерт

---

## Пирог с карамелью и финиками

Время приготовления:

60–100 минут в зависимости от формы

На 12 порций (контейнер или формочки для маффинов)

### Для теста

275 г сушёных фиников | мелко рубленые

1 ч. л. соды

250 мл воды | кипящая

25 г сливочного масла

160 г коричневого сахара

2 средних яйца

½ ч. л. ванильной эссенции

3 г пекарского порошка

195 г пшеничной муки, тип 405

### Для карамельного соуса

225 г коричневого сахара

250 г сливок

40 г сливочного масла

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер (в качестве большой формы)

бумага для выпечки

или 12 формочек для маффинов, Ø 5 см

решётка

### Приготовление

Финики и соду положите в миску и залейте кипящей водой. Оставьте охлаждаться.

Яйца с сахаром взбейте в пену в большой миске, постепенно добавляя яйца и ванильную эссенцию. Добавьте смешанную с пекарским порошком муку, финики и жидкость.

Постелите в контейнер бумагу для выпечки или подготовьте 12 формочек и выложите тесто. Накройте и готовьте на решётке в рабочей камере.

Ингредиенты для карамельного соуса, постоянно помешивая, разогрейте в кастрюле на среднем огне. Варите на слабом огне 3 минуты до образования вязкой массы.

Ещё тёплый пирог подавайте с соусом.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Десерт | Карамельно-финиковый десерт |

один большой/несколько маленьких  
продолжительность программы  
для большой формы (контейнера):

70 минут

для формочек для маффинов: 30 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность

для большой формы (контейнера):

70 минут

для формочек для маффинов: 30 минут



## Вишнёвый компот с Амаретто

Время приготовления:

75 минут

На 4 порции

### Ингредиенты

2 кг вишни | без косточек

200 мл вишнёвого нектара

200 мл сухого красного вина

300 г коричневого сахара

1 ч. л. молотой корицы

50 мл ликёра Амаретто

### Аксессуары и принадлежности

4 стеклянных банки с крышками, уплотнительными кольцами и зажимами

### Приготовление

Промойте банки горячей водой и слоями выложите в них вишню.

Вскипятите вишнёвый нектар с красным вином, коричневым сахаром и корицей, добавьте ликёр.

Залейте горячей жидкостью ягоды так, чтобы она их полностью закрывала. При необходимости досуха вытрите края банок. Вставьте уплотнительные кольца, закройте крышки зажимами и готовьте.

Выньте банки, охладите, снимите зажимы и проверьте герметичность. Негерметичные банки используйте в ближайшее время. Храните в тёмном прохладном месте.

### Настройка

температура: 85 °C

длительность: 40 минут

# Десерт

---

## Печёные груши

Время приготовления:

35–85 минут

На 12 порций

### Для соуса

2 палочки корицы

3 бутона гвоздики

½ лимона | только цедра

1 лавровый лист

400 мл красного вина

300 мл воды

400 мл смородинового сока

100 г сахара

### Для печёных груш

1 кг груш, подходящих для запекания

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Ингредиенты для соуса положите в кастрюлю доведите до кипения.

Почистите груши, плодоножки не удаляйте. Груши можно готовить целиком, половинками или четвертинками.

Положите груши в неперфорированный контейнер, залейте соусом так, чтобы он полностью покрывал фрукты. Поставьте груши в рабочую камеру, включите автоматическую программы или готовьте согласно настройкам ручного режима.

Автоматическая программа:

выбирайте ход программы согласно размеру и виду нарезки груш.

Ручной режим:

выбирайте длительность приготовления согласно размеру и виду нарезки груш.

Поставьте груши в рабочую камеру и доведите до готовности.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Фрукты | Припущенные груши

продолжительность программы: 21–75 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность

целые груши: 50/70/75 минут | ма-

ленькие/средние/крупные

половинки груш: 35 минут

четвертинки груш: 27 минут

#### Совет

Для оптимального результата поставьте груши в соусе на ночь в холодильник.

## Чизкейк с лаймом

Время приготовления:

75 минут + 120 минут для охлаждения

На 12 порций (разъёмная форма) или 6 порций (формочки для суфле)

### Ингредиенты

200 г цельнозернового печения

100 г сливочного масла | растопленное

750 г творожного сыра

225 г сахара

4 средних яйца

4 лайма | сок и натёртая цедра

### Для украшения

1 манго | очищенное и нарезанное ломтиками

3 маракуйи | только мякоть

### Аксессуары и принадлежности

погружной блендер

бумага для выпечки

разъёмная форма, Ø 26 см

или 6 формочек для суфле

решётка

### Приготовление

Измельчите печенье блендером, добавьте сливочное масло и хорошо перемешайте. Выложите на закрытое бумагой для выпечки дно формы или в формочки для суфле, прижмите и поставьте в холодное место.

Смешайте творожный сыр, сахар, яйца, цедру и сок лайма и выложите на основу из печенья.

Накройте и готовьте на решётке в рабочей камере.

Снимите крышку и поставьте в холодное место примерно на 2 часа.

Перед подачей украсьте ломтиками манго и маракуйи.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Десерт | Чизкейк |

один большой/несколько маленьких

продолжительность программы

для разъёмной формы: 60 минут

для формочек под суфле: 20 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность

для разъёмной формы: 60 минут

для формочек под суфле: 20 минут

# Десерт

---

## Мокко-флан

Время приготовления:

45 минут

На 4 порции

### Для мокко

200 мл молока, жирность 3,5 %

100 г сливок

6 г растворимого порошка эспрессо

### Для массы флана

1 среднее яйцо

3 средних яйца | только желток

60 г коричневого сахара

### Для сервировки

4 ст. л. кофейного ликёра

250 г малины

### Аксессуары и принадлежности

неперфорированный контейнер

сито

4 формочки для суфле

решётка

### Приготовление

Смешайте молоко, сливки и порошок эспрессо и разогрейте в контейнере согласно этапу приготовления 1.

Венчиком взбейте яйцо, желтки и коричневый сахар и, постоянно помешивая, медленно добавьте в эту массу мокко. Через сито перелейте массу в формочки, накройте, поставьте на решётку в рабочую камеру и готовьте согласно этапу приготовления 2.

Выньте формочки из рабочей камеры и остудите.

Перед подачей выложите флан на тарелку, сбрызните кофейным ликёром и украсьте малиной.

### Настройка

Этап приготовления 1

температура: 100 °C

длительность: 5 минут

Этап приготовления 2

температура: 100 °C

длительность: 20 минут

### Совет

Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

## Творожные клёчки

Время приготовления:  
50 минут + 60 минут для охлаждения  
На 10 порций

### Для клёцек

200 г сливочного масла  
1 ст. л. сахарной пудры  
1 ст. л. рома  
1 ч. л. натёртой цедры лимона  
750 г нежирного творога  
2 средних яйца  
180 г панировочных сухарей  
1 щепотка соли

### Для украшения

150 г сливочного масла  
250 г панировочных сухарей

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

### Приготовление

В миске взбейте сливочное масло с сахарной пудрой, ромом и цедрой лимона.

Добавьте творог, яйца, панировочные сухари, соль и хорошо перемешайте.

Поставьте творожную массу в холодное место минимум на 1 час.

Включите автоматическую программу или предварительно нагрейте рабочую камеру.

Из творожной массы сформируйте 20 клёцек. Смажьте контейнер, выложите в него клёчки и готовьте.

Разогрейте сливочное масло на сковороде и добавьте в него панировочные сухари. Постоянно помешивая, обжарьте их до золотисто-коричневого цвета.

Перед подачей посыпьте творожные клёчки этими сухарями.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Десерт | Вареники с творогом  
продолжительность программы:  
25 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару  
температура: 95 °C  
длительность: 25 минут

# Десерт

---

## Творожное суфле

Время приготовления:

30–35 минут

На 8 порций

### Ингредиенты

280 г творога, жирность 20 %

4 средних яйца

1 ч. л. натёртой цедры лимона

80 г сахара

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. сахара

### Аксессуары и принадлежности

8 формочек для суфле

решётка

### Приготовление

Отделите и отложите яичный белок.

Смешайте творог с желтком и цедрой лимона.

Белки с сахаром взбейте венчиком в густую пену и добавьте в творожную массу.

Смажьте формочки и посыпьте сахаром. Заполните их творожной массой и готовьте на решётке в рабочей камере.

### Настройка

температура: 90 °С

длительность: 20–25 минут

### Совет

Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

## Мусс из айвы

Время приготовления:

35 (30) минут + 12 часов для охлаждения

На 5 порций

### Ингредиенты

600 г айвы | нарезанная кубиками

1 лимон | только сок

4 листа белого желатина

8 г ванильного сахара

50 г сахара

100 г сметаны

250 г сливок

Перед подачей уберите из мусса комочки.

Украсьте желе из айвы и тёртым шоколадом.

### Настройка

температура: 100 (120) °C

длительность: 10 (5) минут

### Для украшения

5 ч. л. желе из айвы

50 г белого шоколада | натёртый

### Аксессуары и принадлежности

перфорированный контейнер

сито

погружной блендер

### Приготовление

Фрукты смешайте с лимонным соком. Положите в перфорированный контейнер и готовьте до мягкости.

Разведите желатин в холодной воде. Айву пюрируйте блендером, по желанию протрите через сито. Приправьте ванильным и простым сахаром. Отожмите желатин и вмешайте в тёплую массу. Добавьте сметану. Поставьте крем в холодное место до образования желеобразной консистенции.

Взбейте сливки венчиком и смешайте с кремом.

Поставьте мусс в холодильник на ночь.

# Десерт

---

## Груши, пошированные в красном вине

Время приготовления:

45 минут + 12 часов для охлаждения

На 4 порции

### Для соуса из красного вина

1 необработанный апельсин | сок и

2–3 тонкие полоски цедры

500 мл сухого красного вина

60 г коричневого сахара

¼ ч. л. молотой корицы

### Для ванильного крема

75 г сахара

1 стручок ванили | только сердцевина

50 г сливок

### Для груш

4 крепкие груши

### Для сервировки

250 г сыра Маскарпоне

100 г нежирного творога

### Аксессуары и принадлежности

2 перфорированных контейнера

### Приготовление

Сок апельсина, красное вино, коричневый сахар, корицу и цедру поместите в контейнер и разогрейте согласно этапу приготовления 1.

Для крема смешайте сахар, сердцевину ванили и сливки.

Почистите груши, черенки не удаляйте. Положите груши в винный соус.

Оба контейнер, с кремом и грушами, готовьте одновременно согласно этапу приготовления 2.

После приготовления выньте крем из рабочей камеры и охладите.

Груши в соусе переверните и готовьте до мягкости согласно этапу приготовления 3.

После поширования выньте из винного соуса цедру. Груши в соусе и ванильный крем поставьте на ночь в холодильник.

Перед подачей смешайте крем с Маскарпоне и творогом. Груши немного сбрызните винным соусом и подавайте с ванильным кремом.

### Настройка

Этап приготовления 1  
температура: 100 °C  
длительность: 5 минут

Этап приготовления 2  
температура: 100 °C  
длительность: 8 минут

Этап приготовления 3  
температура: 100 °C  
длительность: 8 минут



## Бисквитный пудинг с патокой

Время приготовления:

70–120 минут в зависимости от формы

На 6 порций (миска или формочки)

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

### Для пудинга

3 ст. л. светлого сахарного сиропа

125 г пшеничной муки, тип 405

5 г пекарского порошка

125 г сливочного масла | размягчённое

3 средних яйца

125 г сахара

1 ст. л. пищевого сиропа из сахарной свёклы

3 ст. л. светлого сахарного сиропа

### Аксессуары и принадлежности

большая керамическая ёмкость (1 л)

6 формочек по 150 мл

бумага для выпечки

фольга

кухонная нить

неперфорированный контейнер

### Приготовление

Смажьте ёмкость или формочки.

Влейте сахарный сироп.

Муку и пекарский порошок просейте в большую миску, добавьте сливочное масло, яйца, сахар и сироп из сахарной свёклы, в течение 2 минут замешайте однородное тесто и выложите его в ёмкость или формочки. Разгладьте поверхность обратной стороной ложки.

Из бумаги для выпекания вырежьте один или несколько кругов больше, чем верхний край керамической ём-

кости или формочек. Дважды сложите круг/круги посередине и положите на ёмкость/формочки. Накройте фольгой, прижмите по бокам и закрепите кухонной нитью.

Поставьте ёмкость/формочки в контейнер и готовьте.

Ножом отделите пудинг от края посуды, опрокиньте на предварительно разогретую тарелку и полейте сахарным сиропом.

Сразу подавайте к столу.

### Настройка

#### Автоматическая программа

Десерт | Английский сладкий пудинг

|  
один большой / несколько маленьких  
продолжительность программы  
для керамической ёмкости: 90 минут  
для формочек: 40 минут

#### Ручной режим

режим работы: Приготовление на пару

температура: 100 °C

длительность  
для керамической ёмкости: 90 минут  
для формочек: 40 минут

# Десерт

---

## Шоколадный пудинг с грецким орехом

Время приготовления:

65–70 минут

На 8 порций

### Для пудинга

100 г тёмного шоколада

5 средних яиц

80 г сливочного масла

80 г сахара

8 г ванильного сахара

80 г молотых грецких орехов

80 г панировочных сухарей

### Для формы

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. сахарной пудры

### Аксессуары и принадлежности

8 формочек для суфле

решётка

### Приготовление

Растопите шоколад и отделите белки от желтков. Белок отложите. Взбейте сливочное масло с сахаром и ванильным сахаром, добавьте желтки и перемешайте.

Добавьте в массу охлаждённый шоколад, орехи и панировочные сухари.

Взбейте яичные белки венчиком и смешайте с массой.

Смажьте формочки и посыпьте сахарной пудрой.

Наполните их массой для пудинга и готовьте на решётке в рабочей камере.

### Настройка

температура: 90 °С

длительность: 30 минут

### Совет

Вместо формочек для суфле можно использовать чашки.

Пароварка не была бы достойным продуктом Miele, если бы не обладала множеством удобных дополнительных функций. Она — неоценимый помощник для подготовки продуктов к хранению, будь то бланширование перед замораживанием или консервирование. Замороженные продукты лучше всего сохраняют свои свойства при размораживании в пароварке. Также благодаря деликатным фазам регенерации можно разогреть уже приготовленные блюда.

# Консервирование в пароварке Miele

---

Консервирование позволяет запаковать и хранить различные продукты питания. Поскольку для процесса консервирования одинаково подходят и овощи, и фрукты, и мясо, преимущества пароварки оценят и владельцы своего сада после сбора урожая, и большие семьи, и домохозяйки. Запасать овощи и фрукты лучше в сезонное время, когда они содержат больше всего витаминов и минералов и стоят недорого. Предварительные запасы позволяют избежать лишних покупок и помогают грамотно использовать свое время. При консервировании сохраняется вкус и увеличивается срок хранения продуктов, а биохимические и микробиологические процессы, из-за которых со временем продукты портятся, замедляются или полностью исключаются.

## Консервирование

Используйте только совершенно свежие продукты, без порчи и пятен.

## Банки

Используйте только чисто вымытые неповреждённые банки и принадлежности. Вы можете использовать банки с откручивающимися крышками или со стеклянными крышками с резиновым уплотнением. Следите за тем, чтобы банки были одинакового размера, так как при этом консервирование будет равномерным. После наполнения очистите край банки с помощью чистой салфетки и горячей воды и закройте её.

## Фрукты

Тщательно отбирайте фрукты, основательно вымойте их и дайте стечь воде. Ягоды мойте очень аккуратно, они очень восприимчивы к нажатиям и легко давятся. При необходимости удалите кожицу, черенки, сердцевину или косточки. Измельчите большие фрукты. Например, порежьте яблоки дольками. При консервировании крупных плодов с косточками (сливы, абрикосы) несколько раз проколите кожицу вилкой или деревянной палочкой, иначе она лопается.

## Овощи

Помойте, почистите и измельчите овощи. Бланшируйте их перед консервированием, чтобы они сохранили цвет. (см. главу «Бланширование»).

## Заполнение банок

Наполняйте банки так, чтобы до края оставалось не менее 3 см. Межклеточные стенки разрушаются, если продукты сильно сжаты. Поставьте банку на полотенце и слегка постучите ей по поверхности, чтобы содержимое лучше распределилось. Заполните банки жидкостью. Она должна полностью покрывать ингредиенты. При консервировании фруктов в качестве жидкости используйте сахарный раствор, при консервировании овощей по желанию — раствор соли или уксуса.

## Мясо и колбаски

Перед консервированием мясо обжарьте или приварите. Для заполнения возьмите жидкость от обжари-

вания мяса, которую можно разбавить водой, или бульон, в котором варилось мясо. Следите, чтобы край банки был очищен от жира. Заполняйте банки колбасками только до половины, так как их масса во время консервирования увеличивается.

### Рекомендации

Рекомендуется использовать остаточное тепло, т. е. вынимать банки через 30 минут после выключения прибора. После извлечения банок накройте их полотенцем и оставьте остывать примерно на 24 часа.

### Порядок действий

- Задвиньте решётку на нижний уровень.
- Поставьте на решётку банки одинакового размера. Они не должны соприкасаться.

## Консервирование в пароварке Miele

консервируемый продукт	температура в °С	время* в минутах
<b>ягоды</b>		
смородина	80	50
крыжовник	80	55
брусника	80	55
<b>косточковые плоды</b>		
вишня, черешня	85	55
сливы «Мирабель»	85	55
сливы	85	55
персики	85	55
сливы «Ренклюд»	85	55
<b>семечковые плоды</b>		
яблоки	90	50
яблочное пюре	90	65
айва	90	65
<b>овощи</b>		
фасоль	100	120
русские бобы	100	120
огурцы	90	55
<b>мясо</b>		
предварительно отваренное	90	90
жареное	90	90

\* Данные указаны для банок объёмом 1 л. Для банок объёмом ½ л общее время сокращается на 15 минут. Для банок объёмом ¼ л общее время сокращается на 20 минут.

С помощью Вашего прибора можно получить сок из мягких фруктов и ягод, например, вишни. Лучше всего подходят перезрелые фрукты: чем фрукты более спелые, тем они более сочные и ароматные.

## Подготовка

Отсортируйте и вымойте фрукты, предназначенные для получения из них сока. Вырежьте поврежденные места. Удалите плодоножки винограда и вишни, так как они содержат горькие вещества. С других ягод удалять плодоножки не нужно.

## Рекомендации

Для улучшения вкуса используйте одновременно мягкие и жесткие фрукты. У большинства видов фруктов количество сока увеличивается и аромат улучшается, если добавить сахар и дать ему впитаться в течение нескольких часов. Мы рекомендуем на 1 кг сладких фруктов 50–100 г сахара, на 1 кг кислых — 100–150 г. Для сохранения полученного сока налейте его в горячем состоянии в чистые бутылки и сразу закупорьте.

## Порядок действий

- Положите подготовленные фрукты в перфорированный контейнер.
- Снизу разместите неперфорированный контейнер или поддон для сбора сока.

## Настройки

температура: 100 °C

длительность: 40–70 минут

## Получение сока в пароварке Miele

получение сока	температура* в °С	время* в минутах
<b>мягкие плоды</b>		
например, ягоды	100	40–70
<b>плоды средней жёсткости</b>		
например, яблоки и груши	120	30–45
<b>жёсткие плоды</b>		
например, айва	120	40–50

\* Значения действительны для пароварки и пароварки высокого давления.



Заморозка продуктов — самый естественный и удобный способ хранения. При замораживании потеря витаминов минимальная, а минералы сохраняются полностью. Микроорганизмы не умирают, поэтому после размораживания продукт необходимо быстро использовать. Дальнейшая обработка продукта в замороженном и размороженном виде зависит от его вида и размера. Пароварка позволяет бережно размораживать продукты. Выберите режим работы «Размораживание» (зависит от модели). Установите температуру и время согласно таблице размораживания. Также соблюдайте время компенсации, которое служит равномерному распределению тепла.

- Спустя половину времени можно перевернуть продукты и отделить друг от друга. В первую очередь это касается толстых кусков (например, кусков жаркого).
- По истечении времени ненадолго оставьте продукт при комнатной температуре. Это время компенсации (см. таблицу «Размораживаемые продукты») необходимо, чтобы продукт полностью оттаял внутри.

### **Пожалуйста, обратите внимание:**

- используйте максимально плоские ёмкости для замораживания, это существенно сокращает время размораживания.
- Замораживайте небольшими порциями. Несколько маленьких порций разморозятся быстрее, чем одна большая.
- Замороженные продукты одного вида и размера (например, несколько куриных окорочков) можно размораживать вместе без изменения настроек температуры или времени, если они заморожены по отдельности.
- Перед размораживанием извлеките продукт из упаковки (за исключением хлеба и выпечки) и положите на плоскую тарелку или в плоский контейнер.

# Размораживание в пароварке Miele

размораживаемый продукт	вес в граммах	температу- ра* в °С	время раз- моражива- ния* в минутах	время компенса- ции* в минутах
<b>молоко/молочные продукты</b>				
сыр, нарезанный ломтиками	125	60	15	10
творог	250	60	20–25	10–15
сливки	250	60	20–25	10–15
мягкий сыр	100	60	15	10–15
<b>фрукты</b>				
яблочное пюре	250	60	20–25	10–15
ломтики яблок	250	60	20–25	10–15
абрикосы	500	60	25–28	15–20
клубника	300	60	8–10	10–12
малина/смородина	300	60	8	10–12
вишня, черешня	150	60	15	10–15
персики	500	60	25–28	15–20
сливы	250	60	20–25	10–15
крыжовник	250	60	20–22	10–15
<b>овощи</b>				
например, листовая капуста, краснокочанная капуста, шпи- нат; замороженные блоком	300	60	20–25	10–15
<b>рыба</b>				
рыбное филе	400	60	15	10–15
форель	500	60	15–18	10–15
омар	300	60	25–30	10–15
крабы	300	60	4–6	5
<b>мясо</b>				
жаркое	в ломтиках	60	8–10	15–20
фарш	250	50	15–20	10–15
	500	50	20–30	10–15
гуляш	500	60	30–40	10–15
	1000	60	50–60	10–15

## Размораживание в пароварке Miele

размораживаемый продукт	вес в граммах	температура* в °С	время размораживания* в минутах	время компенсации* в минутах
печень	250	60	20–25	10–15
спинка зайца	500	50	30–40	10–15
спинка косули	1000	50	40–50	10–15
шницель/отбивная/колбаска для жарки	800	60	25–35	15–20
<b>птица</b>				
курица	1000	60	40	15–20
куриные окорочка	150	60	20–25	10–15
куриный шницель	500	60	25–30	10–15
бедро индейки	500	60	40–45	10–15
<b>полуфабрикаты</b>				
мясо, овощи, гарниры	480	60	20–25	10–15
айнтопфы, супы	480	60	20–25	10–15
<b>выпечка</b>				
выпечка из слоёного теста	–	60	10–12	10–15
выпечка из дрожжевого теста	–	60	10–12	10–15
пироги/выпечка из сдобного теста	400	60	15	10–15
<b>булочки/хлеб</b>				
булочки	–	60	30	2
серый хлеб, нарезанный	500	60	75	20
	250	60	40	15
	125	60	20	10
цельнозерновой хлеб, нарезанный	250	60	65	15
белый хлеб, нарезанный	150	60	30	20

\* Значения действительны для пароварки и пароварки высокого давления.

## Бланширование в пароварке Miele

---

Бланширование подготавливает овощи и фрукты к консервированию. Короткая тепловая обработка при бланшировании разрушает содержащиеся в них энзимы и предотвращает изменение цвета и вкуса, а также сильное разрушение витаминов. Чтобы продукт не подгорел, непосредственно перед бланшированием охладите его в ледяной воде.

### Описание процесса:

овощи и фрукты вымойте, почистите, крупные плоды измельчите (цветную капусту и брокколи разделите на соцветия, лук-порей, морковь и кольраби нарежьте) и поставьте в пароварку в перфорированном контейнере. При температуре 100 °C длительность для всех продуктов составляет примерно 1 минуту. После бланширования положите продукты в ледяную воду для быстрого охлаждения.

### Бланшировать можно:

яблоки, абрикосы, груши, персики, цветную капусту, фасоль (зелёную или жёлтую), брокколи, горох, зелёную капусту, морковь, спаржу, шпинат, лук-порей (перья)

### Не подходят для бланширования:

ягоды, травы

## Разогрев в пароварке Miele

Разогревать можно в перфорированном или неперфорированном контейнере или в посуде для сервировки. Преимущество разогрева в посуде для сервировки в том, что одновременно прогревается сама посуда и продукт дольше сохраняет температуру. Время разогрева меняется в зависимости от вида посуды.

Соусы рекомендуется разогревать отдельно. Исключение: блюда, приготовленные в соусе (например, гуляш).

продукт	для пароварки время в минутах* при 100 °С	для пароварки время в минутах* при 95 °С
<b>овощи</b>		
например, морковь, цветная капуста, кольраби, фасоль	6–7	3–4
<b>гарниры</b>		
например, рис, макароны	3–4	4–5
картофель, разрезанный пополам вдоль	12–14	4–5
клёцки	15–17	4–5
<b>мясо и птица</b>		
например, мясо для жаркого, нарезанное ломтиками толщиной 1 ½ см	5–6	5–6
рулет, нарезанный ломтиками	5–6	5–6
гуляш	5–6	5–6
рагу из ягнёнка	5–6	5–6
кёнигсбергские клопсы	13–15	5–6
куриный шницель	7–8	5–6
шницель из индейки	7–8	5–6
<b>рыба</b>		
рыбное филе толщиной 2 см	6–7	3–4
рыбное филе толщиной 3 см	7–8	3–4
<b>готовые блюда</b>		
например, спагетти, томатный соус	13–15	4–5
жаркое из свинины, картофель, овощи	12–14	5–6

## Разогрев в пароварке Miele

продукт	для пароварки время в минутах* при 100 °С	для пароварки время в минутах* при 95 °С
фаршированные перцы (половинки), рис	13–15	5-6
куриное фрикасе, рис	7–8	5-6
овощной суп	2–3	4–5
крем-суп	3–4	4–5
прозрачный суп	2–3	4–5
айнтопф	4–5	5-6

\* Время указано для продуктов, которые разогреваются на тарелке. Накройте блюдо глубокой тарелкой, чтобы на посуде не образовался конденсат.

## Приготовление в пароварке Miele

Время приготовления зависит в том числе от свежести, качества, размера, происхождения и желаемой степени готовности продукта. Поскольку размер и степень измельчения овощей и фруктов могут быть совершенно разными, в данной категории значения заданы для продуктов среднего размера и средней степени готовности *al dente*. В зависимости от сорта бобовые могут обрабатываться абсолютно по-разному. Поэтому для гороха, фасоли и чечевицы установлена такая длительность приготовления, при которой продукт готов, но ещё сохраняет форму.

В таблице указаны ориентировочные значения времени. Рекомендуем сначала выбирать меньшее время. При необходимости его можно увеличить. Время приготовления начинается после достижения установленной температуры.

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °C	длительность в минутах	температура в °C	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
<b>овощи</b>						
артишоки	100	32–38	120	12–14	•	
цветная капуста, целая	100	27–28	100	27–28	•	
цветная капуста, соцветия	100	8	120	2	•	
зелёная фасоль	100	10–12	120	2	•	
брокколи, соцветия	100	3–4	100	3–4	•	
столовая морковь, мелко нарезанная	100	6	120	1	•	
морковь (каротель), целая	100	7–8	120	3	•	
морковь (каротель), половинки	100	6–7	120	3	•	
морковь (каротель), мелко нарезанная	100	4	120	1	•	
цикорий, половинки	100	4–5	100	4–5	•	

## Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
китайская капуста, нарезанная	100	3	120	1	•	
горох	100	3	100	3	•	
стручки сахарного горошка	100	5–7	100	5–7	•	
фенхель, половинки	100	10–12	120	4–5	•	
фенхель, нарезанный полосками	100	4–5	120	2	•	
зелёная капуста, нарезанная	100	23–26	120	4–6	•	
картофель, нерассыпчатый, очищенный, целый	100	27–29	100	27–29	•	
картофель, нерассыпчатый, очищенный, половинки	100	21–22	120	9	•	
картофель, нерассыпчатый, очищенный, четвертинки	100	16–18	120	6	•	
картофель преимущественно нерассыпчатый, очищенный, целиком	100	25–27	100	25–27	•	
картофель преимущественно нерассыпчатый, очищенный, половинки	100	19–21	120	7	•	



# Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
картофель преимущественно нерассыпчатый, очищенный, четвертинки	100	17–18	120	5	•	
картофель рассыпчатый, очищенный, целый	100	26–28	100	26–28	•	
картофель рассыпчатый, очищенный, половинки	100	19–20	120	7	•	
картофель рассыпчатый, очищенный, четвертинки	100	15–16	120	5	•	
картофель в мундире, нерассыпчатый	100	30–32	100	30–32	•	
кольраби, брусочками	100	6–7	120	2	•	
тыква, нарезанная кубиками	100	2–4	100	2–4	•	
початки кукурузы	100	30–35	120	15	•	
мангольд, нарезанный	100	2–3	100	2–3	•	
перец, нарезанный кубиками или полосками	100	2	100	2	•	
грибы	100	2	100	2	•	
лук-порей, резанный	100	4–5	120	1	•	
лук-порей, половинки стебля	100	6	100	6	•	

## Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °C	длительность в минутах	температура в °C	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
капуста романеско, целая	100	22–25	100	22–25	•	
капуста романеско, соцветия	100	5–7	120	2	•	
брюссельская капуста	100	10–12	120	3–4	•	
свёкла, целая	100	53–57	120	24–26	•	
капуста краснокочанная, нарезанная	100	23–26	120	4	•	
чёрный корень, целый, толщиной с палец	100	9–10	120	3–4	•	
корень сельдерея, брусочки	100	6–7	120	2	•	
спаржа, зелёная	100	7	100	7	•	
спаржа белая, толщиной с палец	100	9–10	100	9–10	•	
шпинат	100	1–2	100	1–2		•
ранняя белокочанная капуста, нарезанная	100	10–11	120	2–3	•	
черешковый сельдерей, нарезанный	100	4–5	120	1–2	•	
брюква, нарезанная	100	6–7	120	2–3	•	
белокочанная капуста, нарезанная	100	12	120	2	•	
савойская капуста, порезанная	100	10–11	120	2	•	

# Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
цуккини, ломтики	100	2–3	100	2–3	•	
<b>бобовые</b>						
<b>фасоль, незамоченная, соотношение с водой 1 : 3</b>						
фасоль обыкновенная	100	130–140	100	130–140		•
красная фасоль (фасоль адзуки)	100	95–105	100	95–105		•
чёрная фасоль	100	100–120	120	15–16		•
пёстрая фасоль	100	115–135	100	115–135		•
белая фасоль	100	80–90	100	80–90		•
<b>фасоль, замоченная, залитая водой</b>						
фасоль обыкновенная	100	55–65	120	7		•
красная фасоль (фасоль адзуки)	100	20–25	120	3		•
чёрная фасоль	100	55–60	120	7		•
пёстрая фасоль	100	55–65	120	7		•
белая фасоль	100	34–36	120	7		•
<b>горох, незамоченный, соотношение с водой 1 : 3</b>						
жёлтый горох	100	110–130	100	110–130		•
зелёный горох, очищенный	100	60–70	100	60–70		•
<b>горох, замоченный, залитый водой</b>						
жёлтый горох	100	40–50	120	11		•
зелёный горох, очищенный	100	27	120	9		•
<b>чечевица, незамоченная, соотношение с водой 1 : 2</b>						
коричневая чечевица	100	13–14	100	13–14		•

## Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
красная чечевица	100	7	100	7		•
<b>фрукты</b>						
яблоки, ломтики	100	1–3	100	1–3		•
груши, ломтики	100	1–3	100	1–3		•
вишня, сладкая и кислая	100	2–4	100	2–4		•
сливы «Мирабель»	100	1–2	100	1–2		•
нектарины/персики, ломтики	100	1–2	100	1–2		•
сливы	100	1–3	100	1–3		•
айва, нарезанная кубиками	100	6–8	120	3–4		•
ревень, ломтики	100	1–2	100	1–2		•
крыжовник	100	2–3	100	2–3		•
<b>куриные яйца</b>						
среднее яйцо , всмятку	100	4	100	4	•	
среднее яйцо , средняя готовность	100	6	100	6	•	
среднее яйцо , вкрутую	100	10	100	10	•	
большое яйцо , всмятку	100	5	100	5	•	
большое яйцо , средняя готовность	100	6–7	100	6–7	•	
большое яйцо , вкрутую	100	12	100	12	•	

# Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
<b>прочее</b>						
растопливание шоколада	65	20	65	20		•
бланширование овощей	100	1	100	1	•	
бланширование фруктов	100	1	100	1	•	
припускание лука	100	4	120	2		•
растопливание шпика	100	4	120	2		•
разогрев жидкостей, чашка/стакан	100	2	100	2		•
приготовление йогурта, банки для йогурта	40	300	40	300	•	
подъём дрожжевого теста, контейнер/миска	40	минимум 15	40	минимум 15	•	
очистка помидоров от кожицы	95	1	95	1	•	
очистка сладкого перца от кожицы	100	4	100	4	•	
нагревание влажных полотенец	70	2	70	2	•	
растопливание меда	60	90	60	90	•	
консервирование яблок	50	5	50	5	•	
яичная заправка	100	4	120	2		•

# Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
<b>зерновые (соотношение с водой)</b>						
амарант (1 : 1,5)	100	15–17	120	8		•
булгур (1 : 1,5)	100	9	120	4		•
полба, целая (1 : 1)	100	18–20	120	9		•
полба, дроблёная (1 : 1)	100	7	120	4		•
овёс, целый (1 : 1)	100	18	120	9		•
овёс, дроблёный (1 : 1)	100	7	120	4		•
пшено (1 : 1,5)	100	10	100	10		•
кукурузная крупа (1 : 3)	100	10	100	10		•
киноа (1 : 1,5)	100	15	120	7		•
рожь, целая (1 : 1)	100	35	120	18		•
рожь, дроблёная (1 : 1)	100	10	120	5		•
пшеница, целая (1 : 1)	100	30	120	15		•
пшеница, дроблёная (1 : 1)	100	8	120	4		•
<b>клёцки</b>						
паровые кнедли	100	30	100	30	•	
клёцки из дрожжевого теста	100	20	100	20	•	
картофельные клёцки в варочном пакете, залитые водой	100	20	100	20		•

# Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
хлебные клёчки в варочном пакете, залитые водой	100	18–20	100	18–20		•
<b>макаронные изделия</b>						
лапша, залитая водой	100	14	120	8		•
лапша для супа, залитая водой	100	8	100	8		•
<b>рис (соотношение с водой)</b>						
рис «Басмати» (1 : 1,5)	100	15	120	7		•
пропаренный рис (1 : 1,5)	100	23–25	120	11		•
неочищенный рис (1 : 1,5)	100	26–29	120	13		•
дикий рис (1 : 1,5)	100	26–29	120	13		•
<b>круглозёрный рис (соотношение с водой)</b>						
молочная рисовая каша (1 : 2,5)	100	30	100	30		•
ризотто (1 : 2,5)	100	18–19	120	11		•
<b>загустители</b>						
желатин	90	1	90	1		•
клёчки	100	3	100	3		•
<b>саго</b>						
1 раз перемешать	100	20	–	–		•
без помешивания	–	–	120	6		•
<b>рыба и моллюски</b>						
угорь	100	5–7	100	5–7	•	

# Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
филе окуня	100	8–10	100	8–10	•	
креветки	90	3	90	3	•	
филе дорады	85	3	85	3	•	
форель, 250 г	90	10–13	90	10–13	•	
креветки	90	3	90	3	•	
филе палтуса	85	4–6	85	4–6	•	
гребешки	90	5	90	5	•	
филе трески	100	6	100	6	•	
карп, 1,5 кг	100	18–25	100	18–25	•	
королевские креветки	90	4	90	4	•	
филе лосося	100	6–8	100	6–8	•	
стейк из лосося	100	8–10	100	8–10	•	
форель озёрная	100	14–17	100	14–17	•	•
лангусты	95	10–15	95	10–15	•	
мидии	90	12	90	12	•	•
филе пангасиуса	85	3	85	3	•	
филе красного окуня	100	6–8	100	6–8	•	
филе пикши	100	4–6	100	4–6	•	
филе камбалы	85	4–5	85	4–5	•	
филе морского чёрта	85	8–10	85	8–10	•	
филе морского языка	85	3	85	3	•	
филе тюрбо	85	5–8	85	5–8	•	
филе тунца	85	5–10	85	5–10	•	
венериды	90	4	90	4	•	•



## Приготовление в пароварке Miele

продукт	для пароварки		для пароварки под давлением		посуда для приготовления	
	температура в °С	длительность в минутах	температура в °С	длительность в минутах	перфорированный контейнер	неперфорированный контейнер
филе судака	85	4	85	4	•	
<b>мясо и колбасные изделия</b>						
кусок окорока, залитый водой	100	110–120	120	45–50		•
горячие сосиски	90	6–8	90	6–8	•	•
свиная ножка	100	135–145	120	75–80		•
филе куриной грудки	100	8–10	100	8–10	•	•
рулька	100	105–115	120	58–63		•
спинная часть (лопатка), залитая водой	100	110–120	120	38–43		•
бефстроганов из телятины	100	3–4	100	3–4	•	
ломтики копчёной присоленной свинины	100	6–8	120	3–4	•	•
рагу из ягнёнка	100	12–16	120	6–8		•
рулет из индейки	100	12–15	100	12–15	•	
шницель из индейки	100	4–6	100	4–6	•	•
бройлер	100	60–70	120	30		•
край туши, залитый водой	100	130–140	120	50–55		•
гуляш из говядины	100	105–115	120	30–35		•
суповая курица, залитая водой	100	80–90	120	40		•
крестец	100	110–120	120	45–50		•
белая колбаса	90	6–8	90	6–8	•	•



# Miele

Производитель:

Миле & Ци. КГ, Карл-Миле-Штрассе, 29, 33332 Гютерсло, Германия  
Miele & Cie. KG, Carl-Miele-Straße 29, 33332 Gütersloh, Deutschland

Импортеры:

Уполномоченный представитель  
производителя на территории РФ:  
ООО Миле СНГ  
Российская Федерация и страны СНГ  
125284 Москва,  
Ленинградский пр-т, д. 31а, стр. 1,  
этаж 8, помещение I, комната 1  
Телефон: (495) 745 8990  
8 800 200 2900  
Телефакс: (495) 745 8984

Internet: [www.miele.ru](http://www.miele.ru)  
E-mail: [info@miele.ru](mailto:info@miele.ru)

ТОО Миле  
Казахстан  
050059, г. Алматы  
Проспект Аль-Фараби, 13  
Тел. (727) 311 11 41  
8-800-080-53-33  
Факс (727) 311 10 42

ООО «Миле»  
ул. Жилианская 48, 50А  
01033 Киев, Украина  
Телефон: + 38 (044) 496 0300  
Телефакс: + 38 (044) 494 2285

Internet: [www.miele.ua](http://www.miele.ua)  
E-mail: [info@miele.ua](mailto:info@miele.ua)



