*My***cook**

КНИГА РЕЦЕПТОВ

*My*cook

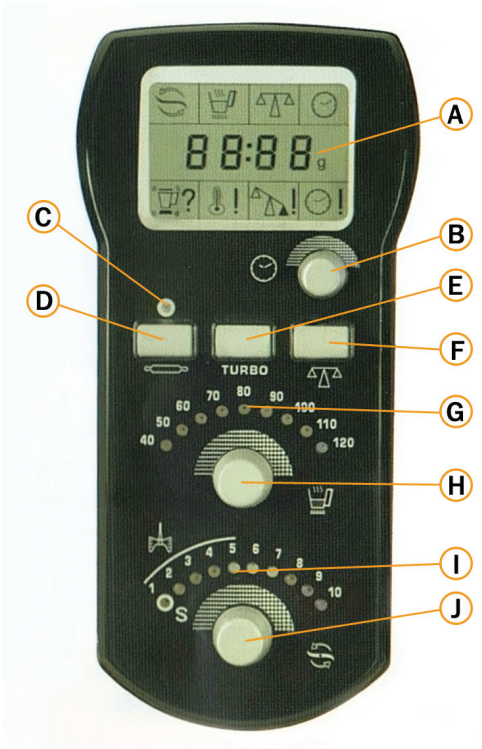
СОДЕРЖАНИЕ

ДЕТАЛИ 2
ОБЩИЕ УКАЗАНИЯ К РЕЦЕПТАМ 5
ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ 8
БАЗОВОЕ МЕНЮ 19
ЗАКУСКИ 20
МАСЛА 27
СОУСЫ 31
ГАРНИРЫ 37

ДЕТАЛИ

Панель управления центральной частью.

- **A** Переключатель времени
- **B** Переключатель температуры
- **C** Переключатель скорости
- **D** Кнопка вымешивания (для замеса теста)
- **E** Кнопка измельчения — TURBO
- **F** Кнопка активации взвешивания
- **G** Скорость для пассировки овощей



1.	Центральная часть.	
2.	Подставка для кувшина с фиксирующим элементом.	
3.	Кувшин.	
4.	Ножи.	
5.	Вставка-дуршлаг.	
6.	Крышка кувшина.	
7.	Мерный стакан.	
8.	Лопатка для перемешивания (“бабочка”).	
9.	Шпатель со съемной рукояткой.	
10.	Крючок для захватывания дуршлага.	
11.	Детали для приготовления на пару: **a)** металлическая чаша; **b)** пластиковая чаша; **c)** крышка.	

Расчет продуктов в мерном саканчике	
100 гр	вода
90 гр	масло оливковое
100 гр	вино красное и белое
100 гр	молоко
100 гр	сливки жидкие
100 гр	сок апельсиновый
100 гр	уксус
100 гр	соевый соус

60 гр	мука
60 гр	мука кукурузная
90 гр	сахар
45 гр	панировочные сухари
35 гр	молотый кофе
80 гр	рис
65 гр	кедровые орешки
60 гр	миндаль
40 гр	белок 1 яйца
20 гр	желток 1 яйца
70 гр	какао
45 гр	тертый сыр
75 гр	турецкий орех сухой
80 гр	чечевица

ОБЩИЕ УКАЗАНИЯ К РЕЦЕПТАМ

1	**КУВШИН**	максимальная вместимость - 2 литра. внутренние разметки - 1 литр/1,5 литра/2 литра.	
2	ВАЖНО!	всегда программируйте в следующем порядке: › ВРЕМЯ › ТЕМПЕРАТУРА › СКОРОСТЬ	
3	**ВЕСЫ**	кнопка активации взвешивания продуктов.	
4	**TURBO**	кнопка измельчения, перемалывания продуктов (для приготовления фарша, для перетирания твердых продуктов).	TURBO
5	**СКАЛКА**	кнопка вымешивания теста.	
6	**СКОРОСТИ**		
	Скорость 1	пассировка овощей и приготовление поджарки.	
	Скорость 2	помешивание и приготовление бульонов.	
	Скорость 3	приготовление на пару.	
	Скорость 4 или 5	эмульгирование, взбивание.	
	Скорость с 6 до 10	перетирание, нарезание, измельчение.	
7	**ТЕМПЕРАТУРА**		
	40°	замешивание теста, приготовление шоколада, сохранение пищи в тёплом виде.	
	50° - 60°	приготовление различных масел, соусов и т.д.	
	70° - 90°	приготовление риса, макаронных изделий, тушеного мяса; для длительной варки.	
	100° - 120°	жарка; варка бульонов; приготовление продуктов на пару.	
8	**ВРЕМЯ**	зависит от количества продуктов и от самого продукта.	

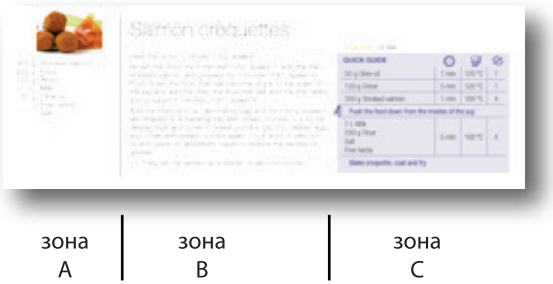
При приготовлении Ваших собственных рецептов необходимо подбирать **время**, **температуру** и **скорость** для получения оптимального результата.

КАК ЧИТАТЬ РЕЦЕПТЫ

Зона А - список необходимых продуктов.

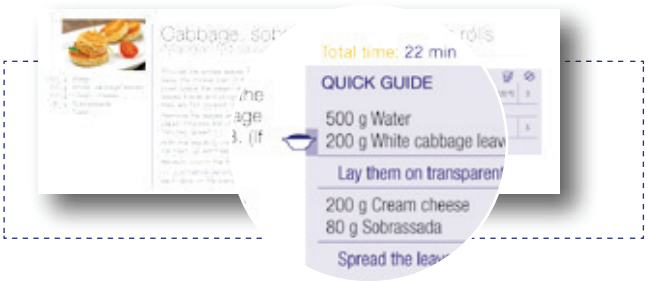
Зона Б - детальное описание процесса приготовления блюда.

Зона С - быстрое описание процесса приготовления блюда (БЫСТРЫЙ ГИД).



КАК ПОНИМАТЬ РИСУНКИ В РЕЦЕПТАХ

Дополнительные аксессуары представлены в виде маленьких рисунков. Их позиция указывает, в какой именно момент нужно использовать тот или иной аксессуар и с какими продуктами.



Дополнительные обозначения:

±	приблизительно
<	прогрессивная скорость
*	смотри сноску в конце таблицы
TURBO	нажать кнопку ТУРБО
TURBO x2	нажать кнопку ТУРБО 2 раза

Аксессуары	
	используйте дуршлаг
	используйте дуршлаг дном вверх (рис с перевернутым дуршлагом)
	используйте шпатель и дуршлаг
	используйте крючок рукоятки шпателя
	используйте лопатку для перемешивания («бабочку»)
	используйте металлическую чашу
	используйте мерный стакан

КАК ИНТЕРПРЕТИРОВАТЬ “БЫСТРЫЙ ГИД”

Вертикальное чтение - это последовательность шагов.

Горизонтальное чтение - это ингредиенты, время, температура, скорость.

Каждый шаг разделен линией.

Если поле время, температура или скорость не заполнены, значит их не надо программировать.

Помните, необходимо всегда программировать в следующем порядке: ВРЕМЯ, ТЕМПЕРАТУРА, СКОРОСТЬ.

Быстрый гид.

Пример рецепта за 4 шага.

Время приготовления — 26 минут 30 секунд

		Ингредиенты: 500 мл воды 9 яиц 150 гр красного перца	25 мин	120°C	3	шаг 1
Комментарии		освободите кувшин				шаг 2
		70 гр маринованных огурцов 250 гр тунца приготовленный красный перец сваренные желтки яиц соль 1/2 мерного стаканчика петрушки	1,30 мин		6	шаг 3
		*в собственном соку				шаг 4

— необходимые аксессуары

— ингредиенты

— время

— температура

— скорость

ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ

НАТИРАНИЕ, ПЕРЕМАЛЫВАНИЕ, РАСТИРАНИЕ

Натирает любые продукты (как на крупной или мелкой тёрке); перемалывает зёрна и масленичные семена (орехи, кунжут и т.д.); перетирает сахар в пудру и т.п.

1. Кувшин и ножи должны быть чистыми.
2. Старайтесь не заполнять кувшин больше, чем на половину.
3. Для небольшого количества вставляйте в кувшин сито - это предотвратит поднятие и прилипание продуктов на стенки.
4. Если продукт очень твердый - нажмите ТУРБО (TURBO) 4 или 5 раз, а потом скорость увеличте до максимальной.
5. Время зависит от продукта.
6. Ставьте стаканчик на крышку, чтобы не брызгало.

Дополнительные рекомендации.

1. Для перемалывания риса, крупной соли используйте скорость от 7 до 10 в прогрессивном порядке. Не засыпайте больше, чем 500 гр.
2. Для сахара и злаков используйте скорость от 7 до 10 в прогрессивном порядке. Не засыпайте больше, чем 500 гр.
3. Чтобы измельчить 350 гр шоколада: 15 секунд, скорость 10 (предварительно поломав шоколад на куски).
4. Для сухого хлеба скорость 5-6.

ВАЖНО! **Для этой функции никогда не используйте лопатку для перемешивания и взбивания в форме “бабочки”.**

ИЗМЕЛЬЧЕНИЕ, ДРОБЛЕНИЕ

Нарезает крупно и мелко овощи, фрукты, мясо и др. продукты; шинкует лук, капусту, морковь и т.д.; готовит фарш; измельчает лёд.

1. Старайтесь не заполнять кувшин больше, чем на половину.
2. Для маленького количества закладывайте продукты через верхнее отверстие на ножи с работающим мотором.
3. Для измельчения скорость 7-10.
4. Если продукт очень твердый - нажать ТУРБО (TURBO).
5. Закладывайте небольшими порциями.
6. Для шинковывания скорость 4 или 5.
7. Устанавливайте мерный стаканчик на крышке, чтобы не брызгало. Исключение: при измельчении в горячем виде устанавливайте сито вверх дном.

Дополнительные рекомендации.

1. Для измельчения льда (предварительно смочить его): выставить время на 30 сек, а скорость на 6. Не закладывайте больше 300 гр!
2. Для фарша: вес - 300 гр, время - 10 сек, скорость - 6.
3. Для нарезки овощей: скорость 4-5 (картофель, лук, морковь).
4. Для листовых овощей (как капуста): время - 10 сек, скорость – 6.
5. Супы, соки: скорость – 10.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ МАЙОНЕЗОВ, СОУСОВ, МОРОЖЕНОГО

1. Если используете лопатку в форме “бабочки” - не используйте скорость больше, чем 5.
2. Если не используете лопатку в форме “бабочки” - используйте скорость 6.
3. Для соусов на основе яиц: закладывайте/заливайте масло через отверстие на крышке.
4. Для мороженого: закладывайте ингредиенты небольшими порциями через отверстие на крышке.

ВЗБИВАНИЕ

1. Кувшин должен быть чистым и сухим.
2. Для взбивания всегда используйте лопатку в форме “бабочки” и не превышайте скорость 5.
3. Закрывайте крышку мерным стаканчиком, чтобы не брызгало.

Для взбивания сливок: лопатка в форме “бабочка”, скорость - 5.

Для взбивания белков: лопатка в форме “бабочка”, скорость - 5, время - 1 мин.

ЗАМЕШИВАНИЕ ТЕСТА

1. С твердым тестом работайте посредством кнопки СКАЛКА ( ).
2. Для мягкого теста используйте лопатку в форме “бабочки” и не превышайте скорость 5.
3. Закрывайте крышку мерным стаканчиком, чтобы не брызгало.

Мягкое тесто: блины, бисквиты.

Твердое тесто: слоенное тесто, пицца.

ВАЖНО! **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛОПАТКУ В ФОРМЕ “БАБОЧКИ” ДЛЯ ТВЕРДОГО ТЕСТА.**

ПАССИРОВАНИЕ ОВОЩЕЙ

1. Используйте скорость 1 (S).
2. Сначала подогрейте масло, а потом закладывайте продукты.
3. На скорости 1 (S) получается наилучшим способом овощная поджарка.

ВАРКА МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

1. Налейте 1,5 литра воды, добавьте соль и вскипятите. Выставите время готовки, указанное на пакете.
2. Спагетти закладывайте через центральное отверстие на крышке кувшина при работающем приборе.
3. Варите на скорости 2.

Дополнительные рекомендации.

1. Хорошо посолите.
2. Можете добавить специи.
3. После приготовления добавьте сливочное или растительное масло.
4. Не охлаждайте холодной водой.

СПАГЕТТИ

Ингредиенты:
› 1,5 л воды
› 500 г спагетти
› 50 г оливкового масла
› 1 зубчик чеснока
› лавровый лист
› соль

Сложите все ингредиенты (за исключением макарон) в кувшин.

Выставите время на 13 минут, температуру на 120°С, скорость на 2.

Добавьте спагетти: время - 8-10 минут, температура - 100°С, скорость – 2.

Процедите.

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 1.5 л воды 50 гр оливкового масла 1 долька чеснока лавровый лист соль	13 мин	120 °С	2
500 г спагетти	* 8-10 мин	100 °С	2

*в соответствии с рекомендациями по приготовлению (см. на упаковке макарон)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ

1. Для приготовления на пару малого количества используйте сито, для большого – металлическую чашу.
2. Налейте воды в кувшин, но не больше 1,3 литра, температура - 120°С, скорость – 3.
3. Следите, чтобы выходил пар через отверстия в крышке чаши.
4. После окончания приготовления не поднимайте крышку несколько минут, чтобы не ошпариться.
5. Не поднимайте крышку в процессе приготовления.

Функция используется для приготовления овощей, рыбы, мяса, морепродуктов, яиц, десертов.

* Можно добавлять различные травы в воду для запаха.

* Можно хранить еду в чаше до момента использования.

Таблица времени приготовления некоторых продуктов на пару.

Продукты	Количество (граммы/шт.)	Время (мин)	Примечание
Овощи			
Артишоки	4 шт	30-32	Целые
Спаржа (побеги)	500 гр	12-14	
Фасоль (бобы)	500 гр	12-13	Очищенные
Свекла красная	500 гр	25-28	Нарезать дольками
Зеленые бобы	500 гр	30-45	Целые
Цветная капуста	500 гр	20-25	Разделить на веточки
Капуста брокколи	500 гр	20-25	Разделить на веточки
Капуста брюссельская	500 гр	24-26	
Капуста белокачанная	500 гр	30-35	Нарезать полосками
Фенхель	500 гр	30-35	Нарезать кружочками
Горох (замороженный)	500 гр	20-25	Не размораживать
Лук-порей	500 гр	25-35	Нарезать кружочками
Кольраби	500 гр	35-40	Нарезать кружочками
Лук	250 гр	12-15	
Паприка	4 шт	12-15	Целиком
Сельдерей	250 гр	14-16	Нарезать дольками
Морковь	500 гр	20-30	Нарезать соломкой
Картофель	500 гр	30-40	Нарезать
Перец	500 гр	30-35	Нарезать дольками
Цукини/кабачки/баклажаны	500 гр	25-35	Нарезать дольками
Кукуруза (початки)	3-5 шт	20-30	Целые
Шпинат	250 гр	15-25	
Тыква	500 гр	25-35	Нарезать дольками
Замороженные овощи	300 гр	30-40	Не размораживать

Фрукты			
Груши	500 гр	15-18	Разделить на части
Яблоки	500 гр	20-25	Разделить на части
Абрикосы	500 гр	15-20	Целые (с косточкой)
Вишня	500 гр	15-20	Целая (с косточкой)
Персики	500 гр	20-23	Разделить на части
Сливы	500 гр	20-25	Разделить на части
Замороженные фрукты	300 гр	15-20	Не размораживать
Грибы			
Шампиньоны	500 гр	25-30	Целые
Мясо			
Говядина в куске	500 гр	28-30	
Фрикадельки из мяса говядины	500 гр	20-25	
Котлеты из мяса говядины	500 гр	22-25	
Курица (ножки, грудка)	500 гр	20-30	
Баранина (в куске / нарезанная)	500 гр	25-35	
Свинина (в куске/ нарезанная/шницель)	500 гр	25-35	
Индейка (в куске/шницель)	500 гр	20-30	
Сардельки/сосиски	500 гр	15-20	
Рыба и морепродукты			
Лосось	250 гр	15-20	Свежий
Форель	250 гр	20-25	Свежая
Креветки	200 гр	15-20	Свежие
Мидии (в скорлупе)	500 гр	10-15	Свежие
Крабы/раки/омары	500 гр	15-25	Свежие
Устрицы (в раковинах)	1500 гр	20-25	Свежие

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БУЛЬОНОВ

1. Старайтесь не заполнять кувшин больше, чем на 1,3 литра.
2. Закладывайте продукты в сито.
3. Всегда убирайте сито из кувшина с помощью крючка рукоятки шпателя, бульон будет уже процежен и готов к употреблению.
4. Не закрывайте стаканчиком крышку, чтобы выходил пар.
5. Максимальная температура - 110°С, скорость - 2.

Дополнительные рекомендации:

1. Хорошо мойте овощи.
2. При приготовлении мясных бульонов снимайте пенку.
3. Для улучшения качества блюда солите в конце приготовления.

Правила снятия пенки.

1 л воды налейте в кувшин и запрограммируйте время - 10 минут, температуру - 120°С, скорость - 2.

Затем положите мясо (время - 2 мин, температура - 120°С, скорость – 2).

Вытащите сито, процеживая тем самым бульон.

БАЗОВОЕ МЕНЮ

Все рецепты отобраны и рекомендованы профессиональным шеф-поваром и командой опытных поваров из Испании, которые протестировали и подтвердили совершенство процесса готовки и вкуса готовых блюд в МКП МУСООК.

Основные рекомендации по приготовлению.

1. Данные о времени приготовления являются примерными и могут варьироваться Вами в зависимости от обстоятельств: исходной температуры ингредиентов; от количества, объёма и веса ингредиентов; от теплопроводности продуктов; от температуры нагревания; от скорости; от использования дополнительных аксессуаров (металлической и/или пластиковой чаш).
2. Если используются одновременно металлическая и пластиковая чаши, то общее время приготовления увеличивается примерно на 5-10 минут.
3. Большие куски продуктов требуют более длительного времени приготовления, поэтому следует помещать их в металлическую чашу.
4. Не кладите в чаши слишком большие куски или слишком большое количество продуктов, так как пару необходимо проходить через свободные отверстия чаш.
5. Замороженное мясо и птицу необходимо разморозить перед приготовлением.
6. Количество фруктов и овощей, указанное в рецептах, соответствует количеству очищенных продуктов.
7. Соответствие степени измельчения или готовности продуктов по рецепту может не соответствовать Вашему вкусу. Изменяйте скоростной режим и устанавливайте время в соответствии с Вашими вкусовыми предпочтениями.
8. Результат приготовления продуктов будет зависеть от качества, сорта используемых Вами продуктов. Это может влиять на время измельчения и приготовления.
9. Сыпучие крупы готовьте во вставке–дуршлаг, а не в металлической паровой чаше.
10. Если Вы наполнили паровые чаши или кувшин/дуршлаг полностью, то не забывайте помешивать продукты, чтобы обеспечить равномерное приготовление продуктов.
11. В основном рецепты, приведенные в книге, рассчитаны на 4 персоны.

Будьте смелее, экспериментируйте,
и у Вас всё получится!

ЗАКУСКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 гр красного перца

200 гр сыра “Президент”

100 гр оливкового масла

СУП-КРЕМ ИЗ КРАСНОГО ПЕРЦА

ОПИСАНИЕ.

Налейте масло в кувшин и запрограммируйте время на 2 минуты, температуру на 120°C, скорость на 1. Когда раздастся звуковой сигнал (по истечении 1 минуты), заложите перец, соль и поджарьте в течение 10 минут, при температуре 120°C, на скорости 1. Добавьте сыр и нажмите TURBO, чтобы получилась текстура, похожая на пюре. Остудите.

*Подавайте с сухариками из черного хлеба.

Время приготовления: 12 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 100 гр оливкового масла	2 мин	120 °C	1 (S)
400 гр красного перца соль	10 мин	120 °C	1 (S)
200 гр сыра «Президент»			TURBO
Остудить.			

ИНГРЕДИЕНТЫ::

450 гр баклажан

100 гр лука

150 мл белого вина

1/2 мерного стаканчика (MYCOOK) петрушки

2 зубчика чеснока

50 гр оливкового масла

сахар

соль

МУСС ИЗ БАКЛАЖАНОВ

ОПИСАНИЕ.

Подогрейте масло на протяжении 1 минуты при температуре 120°С на скорости 1. Заложите чеснок на 1 минуту, 120° С, скорость 1.

Затем положите лук в кувшин, поставьте металлическую чашу для приготовления на пару на кувшин и положите в нее порезанные баклажаны. Запрограммируйте на 5 минут, температуру 120°С, скорость 1. После подачи звукового сигнала налейте вино в кувшин, выставьте время - 5 минут, температуру - 120°С, скорость – 1.

Добавьте петрушку, баклажаны из чаши, сахар, соль и запрограммируйте на 10 минут, температуру 120°С, скорость 1.

В конце нажмите TURBO 5 раз. Уберите шпателем баклажаны, поднявшиеся и прилипшие на стенки кувшина, и нажмите ещё 5 раз TURBO.

*Подавайте с поджаренным хлебом.

Время приготовления: 22 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 50 гр оливкового масла	1 мин	120 °С	1 (S)
2 зубчика чеснока	1 мин	120 °С	1 (S)
100 гр лука * 450 гр баклажан	5 мин	120 °С	1 (S)
150 гр белого вина	5 мин	120 °С	1
1/2 мерного стаканчика петрушки, сахар, соль.	10 мин	120 °С	1
			TURBO x5
СДВИНЬТЕ ШПАТЕЛЕМ ПИЩУ СО СТЕНОК КУВШИНА ВНИЗ.			
			TURBO x5
* нарезанные ломтиками			

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г миндаля сырого очищенного

2 зубчика чеснока

30 гр винного уксуса

70 гр оливкового масла

500 гр воды

соль

МИНДАЛЬНЫЙ СУП

ОПИСАНИЕ.

Положите в кувшин миндаль, чеснок, соль, уксус и выставите время на 30 секунд, скорость на 6 (температуру выставлять не надо, это холодный суп!). В течении этих 30 секунд помешивайте хорошо лопаткой. Затем добавьте масло и поставьте еще на 20 секунд.

Добавьте воду и выставите время на 2 минуты, скорость на 10. За это время суп перетрётся. Он должен получиться тонкой текстуры. Если Вы этого не добились, протрите еще немного на скорости 10.

Время приготовления: 2 мин 50 с

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: * 300 гр миндаля 2 зубчика чеснока соль 30 гр винного уксуса	30 с		6
70 гр оливкового масла	20 с		6
500 гр воды	2 мин		10
* очищенного			

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 гр филе трески

300 гр картофеля

750 гр воды

150 гр оливкового масла

50 гр молока

2 зубчика чеснока

соль

ЗАКУСКА ИЗ ФИЛЕ ТРЕСКИ

Филе трески обсушите бумажным или тканевым полотенцем.

Налейте в кувшин воды, вставьте дуршлаг с картофелем, порезанным на 4 части. Выставите время на 20 минут, температуру на 120 °C, скорость на 3. После подачи звукового сигнала выньте дуршлаг и слейте воду из кувшина.

Налейте в кувшин оливковое масло и положите 2 зубчика чеснока. Запрограммируйте прибор на 5 минут, температура на 80 °C, скорость на 2.

По окончании времени добавьте в кувшин филе трески, соль, молоко и сваренный картофель. Запрограммируйте прибор на 5 минут, 100 °C, скорость на 5.

Подавайте в качестве закуски, с тостами с сыром или чипсами; можно фаршировать получившейся массой яйца, помидоры, перец и подавать под чесночным соусом или соусом «Бешамель».

Время приготовления: 30 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: обсушить филе трески			
750 гр воды 300 гр картофеля	20 мин	120 °C	3
ВЫНЬТЕ ДУРШЛАГ, СЛУЙТЕ ВОДУ			
150 гр оливкового масла 2 зубчика чеснока	5 мин	80 °C	2
600 гр филе трески соль 50 гр молока сваренный картофель	5 мин	100 °C	5

ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 авокадо

сок ½ лимона

300 гр греческого йогурта

соль

молотый черный перец

КРЕМ «АВОКАДО»

Поместите все ингредиенты в кувшин. Запрограммируйте время на 2 минуты, скорость прогрессивная с 7 до 10. Разотрите до однородной массы.

Время приготовления: 2 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Поместите все ингредиенты в кувшин	2 мин		7<10

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 гр плавленого сыра

100 гр сыр с плесенью (типа «Рокфор»)

50 гр молока

тосты

СЫРНАЯ ЗАКУСКА

Поместите все ингредиенты, кроме тостов, в кувшин. Запрограммируйте время на 2 минуты, скорость на 8.

Подавать на тостах к кофе или чаю.

Можно накрыть сверху копченым лососем, беконом, ветчиной и т. п.

Время приготовления: 2 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: поместить все ингредиенты в кувшин	2 мин		8
Подавать на тостах.			

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 гр колбасы или ветчины

200 гр муки

120 гр лука

1 л молока

50 гр оливкового масла

соль

КРОКЕТЫ С КОЛБАСОЙ ИЛИ ВЕТЧИНОЙ

Нагрейте масло в кувшине в течение 1 минуты при температуре 120°С на скорости 1. Поместите через отверстие в крышке кувшина лук и поджарьте: время - 5 минут, температура - 120°С, скорость - 1. Добавьте колбасу и запрограммируйте прибор еще на 1 минуту, 100 °С, скорость на 4. Опустите шпателем получившуюся массу со стенок кувшина вниз и добавьте молоко, муку, соль. Запрограммируйте прибор: время на 5 минут, температуру на 100 °С, скорость на 4.

Заполните кондитерский мешок или шприц получившейся массой и сформируйте на поддон необходимой длины заготовки. Смажьте взбитым яйцом получившиеся заготовки, обваляйте в панировочных сухарях и выпекайте в разогретом масле на сковороде до золотистой корочки. Готовые крокеты выложите в блюдо, застеленное бумагой, что бы она впитала лишнее масло(жир).

Можете подавать в качестве закуски или как самостоятельное второе блюдо.

В таблице* - Сделайте тесто и выпекайте крокеты.

Время приготовления: 12 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 50 гр оливкового масла	1 мин	120 °С	1
120 гр лука	5 мин	120 °С	1
200 гр муки	1 мин	100 °С	4
СДВИНЬТЕ ШПАТЕЛЕМ ПИЩУ СО СТЕНОК КУВШИНА ВНИЗ			
1 л молока 200 гр колбасы или ветчины соль	5 мин	100 °С	4
Выпекайте крокеты в разогретом масле			

ИНГРЕДИЕНТЫ:

330 гр копченого лосося

200 гр муки

120 гр лука

1 л молока

50 гр оливкового масла

соль

травы

КРОКЕТЫ С КОПЧЕННЫМ ЛОСОСЕМ

Нагрейте масло в кувшине в течение 1 минуты при температуре 120°С на скоростьи 1. Поместите через отверстие в крышке кувшина лук и поджарьте: время - 5 минут, температура - 120°С, скорость - 1. Добавьте копченый лосось и запрограммируйте прибор еще на 1 минуту, 100 °С, скорость 4. Опустите шпателем получившуюся массу со стенок кувшина вниз и добавьте молоко, муку, соль. Запрограммируйте прибор: время на 5 минут, температуру на 100 °С, скорость на 4.

Заполните кондитерский мешок или шприц получившейся массой и сформируйте на поддон необходимой длины заготовки. Смажьте взбитым яйцом получившиеся заготовки, обваляйте в панировочных сухарях и выпекайте в разогретом масле на сковороде до золотистой корочки. Готовые крокеты выложите в блюдо, застеленное бумагой, что бы она впитала лишнее масло (жир).

Можете подавать в качестве закуски или как самостоятельное второе блюдо.

В таблице* - Сделайте тесто и выпекайте крокеты.

Время приготовления: 12 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 50 гр оливкового масла	1 мин	120 °С	1
120 гр лука	5 мин	120 °С	1
300 гр копченого лосося	1 мин	100 °С	4
СДВИНЬТЕ ШПАТЕЛЕМ ПИЩУ СО СТЕНОК КУВШИНА ВНИЗ			
1 л молока 200 гр муки соль травы	5 мин	100 °С	4
Выпекайте крокеты в разогретом масле			

МАСЛА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

15 зубчиков чеснока

500 г оливкового масла

ЧЕСНОЧНОЕ МАСЛО

Положите чеснок в кувшин и налейте туда масло. Установите скорость на 2, время на 15 минут и температуру на 50°C. Храните масло с чесноком в стеклянной банке в защищенном от солнечного света месте.

Идеально подходит к пасте и овощной пицце.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 15 зубчиков чеснока	15 мин	50°C	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

50 г палочки корицы

500 г оливкового масла

МАСЛО С КОРИЦЕЙ

Налейте масло в кувшин и положите туда корицу. Установите скорость на 2, время на 15 минут при температуре - 50°C. Храните масло с корицей в стеклянной банке в защищенном от солнечного света месте.

Идеально подходит к белому мясу и сырам.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 50 гр палочки корицы 500 гр оливкового масла	15 мин	50°C	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

20 г кайены

500 г оливкового масла

МАСЛО С КАЙЕНОЙ

Налейте масло в кувшин и положите туда кайену. Установите скорость на 2 , время на 15 минут и температуру на 50°С.

Идеально подходит к пасте и пицце.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 20 гр кайены 500 гр оливкового масла	15 мин	50°С	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 мерный стаканчик трав

500 г оливкового масла

МАСЛО С ЗЕЛЕНЫМИ ТРАВАМИ

Травы и масло положите в кувшин. Установите скорость на 2 , время на 15 минут и температуру на 50°С.

Идеально подходит к рыбе и пицце.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 1 мерный стаканчик трав 500 гр оливкового масла	15 мин	50°С	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

цедра 3 лимонов

500 г оливкового масла

МАСЛО С ЛИМОНОМ

Положите лимонную цедру в кувшин и налейте туда масло. Установите скорость на 2 , время на 15 минут и температуру на 50°C. Полученное в результате масло храните в стеклянной банке в защищенном от солнечного света месте.

Идеально подходит для летних салатов и рыбы.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: цедра 3-х лимонов 500 гр оливкового масла	15 мин	50°C	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

20 г сухих листьев мяты

500 г оливкового масла

МАСЛО С МЯТОЙ

Ингредиенты положите в кувшин. Установите скорость на 2 , время на 15 минут и температуру на 50°C. Полученное в результате масло храните в стеклянной банке в защищенном от солнечного света месте.

Идеально подходит для летних салатов и овощного соте.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 20 гр сухих листьев мяты 500 гр оливкового масла	15 мин	50°C	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

цедра 3 апельсинов

500 г оливкового масла

АПЕЛЬСИНОВОЕ МАСЛО

Цедру 3 апельсинов положите в кувшин и залейте маслом. Установите скорость на 2, время на 15 минут и температуру на 50°С. Полученное в результате масло храните в стеклянной банке в защищенном от солнечного света месте.

Идеально подходит для летних салатов.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: цедка 3-х апельсинов 500 гр оливкового масла	15 мин	50°С	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

10 г тимьяна

500 г оливкового масла

МАСЛО С ТИМЬЯНОМ

Ингредиенты положите в кувшин. Установите скорость на 2 , время на 15 минут и температуру на 50°С. Удалите тимьян и полученное в результате масло храните в стеклянной банке в защищенном от солнечного света месте.

Идеально подходит для летних салатов.

Время приготовления: 15 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 10 гр тимьяна 500 гр оливкового масла	15 мин	50°С	2

СОУСЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 яйцо

3 зубчика чеснока

50 г воды

соль

400 г оливкового масла

АЙОЛИ

Положите все ингредиенты, кроме масла, в кувшин и на скорости 7 выставите время – 30 секунд. Затем на скорости 7 при помощи мерного стаканчика выливайте масло в течение 1 минуты (для эмульгирования). Если вы хотите более густой соус, то не добавляйте воду.

Время приготовления: 1 мин 30 с

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 1 яйцо 3 зубчика чеснока 50 гр воды соль	15 мин	50°C	2
* 400 гр олискового масла.			

* Если Вы хотите более густой соус, не добавляйте воду.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

70 г масла

70 г муки

500 г молока

мускатный орех

молотый белый перец

соль

СОУС БЕШАМЕЛЬ

Установите “бабочку”. Растопите масло: 1 минута, 80ºC, скорость 5. Добавьте муку и перемешайте : 1 минута, 80ºC, скорость 5. Добавьте молоко, соль, мускатный орех и молотый белый перец. Установите время 5 минут, 80ºC и скорость 5.

Время приготовления: 1 мин 30 с

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 70 гр сливочного масла	1 мин	80°C	5
70 гр муки	1 мин	80°C	5
500 гр молока соль мускатныый орех молотый белый перец	5 мин	80°C	5

ИНГРЕДИЕНТЫ:

40 г масла

40 г муки

500 г молока

мускатный орех

молотый белый перец

соль

БЕШАМЕЛЬ

Установите “бабочку”. Растопите масло: 1 минута, 80ºC, скорость 5. Добавьте муку и перемешайте: 1 минута, 80ºC, скорость 5. Добавьте молоко, соль, мускатный орех и молотый белый перец. Установите время: 5 минут, 100 градусов и скорость 5.

Время приготовления: 7 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 40 гр сливочного масла	1 мин	80°C	5
40 гр муки	1 мин	80°C	5
500 гр молока соль мускатныый орех молотый белый перец	5 мин	100°C	5

ИНГРЕДИЕНТЫ:

220 г томатов
150 г лука
150 г моркови
350 фарша
50 г белого вина
50 г оливкового масла
1 лавровый лист
черный молотый перец
соль

БОЛОНЬЕЗЕ

Подогреть масло : 1 минута, 120°C, скорость 1. Добавить лук и обжарить: 6 минут, 120°C, скорость 1. Добавить морковь, помидоры, щепотку соли и установить : 5 минут, 120°C и скорость 3. Затем положить лавровый лист, перец, фарш и варить 7 минут при 120°C, на скорости 2. Добавить белое вино и установить время: 2 минуты, 120°C, скорость 2.

Время приготовления: 21 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 50 гр оилвкового масла	1 мин	120°C	1
150 гр лука	6 мин	120°C	1
150 гр моркови 220 гр томатов соль	5 мин	120°C	3
1 лавровый лист 350 гр фарша соль черный молотый перец	7 мин	120°C	2
50 гр белого вина	2 мин	120°C	2

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г моркови

200 г лука

10 г паприки

300 г уксуса

5 зубчиков чеснока

2 лавровых листа

1,2 литра оливкового масла

перец–горошек

МАРИНАД

Положить морковь, лук, паприку и уксус в кувшин и измельчить: 10 секунд на скорости 6. Добавить чеснок, черный перец, лавровый лист и масло. Установить время на 20 мин, 100°С и скорость 2. Вылить маринад из кувшина и использовать его на свое усмотрение.

Идеально подходит к белому мясу, к сардинам и форели.

Время приготовления: 25 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 200 гр моркови 200 гр лука 10 гр паприки 300 гр уксуса	10 с		6
5 зубчиков чеснока перец-горошек 2 лавровых листа 1,2 л оливкового масла	20 мин	100°С	2

ГОЛАНДЕЗА С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

Положите каперсы, корнишоны, лук; влейте воду, белое вино и измельчайте в течение 10 секунд на скорости 6. Установите “бабочку” и добавьте масло и желтки. Готовьте 10 минут при температуре 70°C на скорости 3.

Идеально подходит к мясу, запеченному на гриле.

Время приготовления: 15 мин

ИНГРЕДИЕНТЫ:

150 г масла
20 г белого вина
30 г воды
4 желтка
20 г каперсов
30 г корнишон (соленых огурчиков)
50 г лука
соль

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 20 гр каперсов 30 гр солёных огурчиков 50 гр лука 30 гр воды 20 гр белого вина	10 с		6
150 гр сливочного масла 4 желтка	10 мин	70°C	3

МАЙОНЕЗ

Опустить в кувшин яйцо, добавить соль и перемешать на скорости 6. Добавить масло тонкой струйкой при помощи мерного стаканчика в течение 1 минуты пока смесь не станет майонезом.

Время приготовления: ±1 мин

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 яйцо
250 г оливкового масла
соль

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 1 яйцо соль			6
* 250 гр оливкового масла	±1 мин		6

* масло добавлять тонкой струйкой

ГАРНИРЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 помидора

250 гр фарша

150 гр лука

100 гр сыра «Моцарелла»

1 мерный стаканчик порубленной петрушки

50 гр оливкового масла

соль

перец черный молотый

ТОМАТЫ В ИТАЛЬЯНСКОМ СТИЛЕ

ОПИСАНИЕ.

Налейте масло в кувшин и выставите время на 1 минуту, температуру на 120°С, скорость на 1.

Закиньте лук и выставите время на 5 минут, температуру на 120°С, скорость на 1.

Затем положите внутренность помидоров в кувшин и выставите время на 6 минут, температуру на 120°С, скорость на 2.

Когда закончится этот процесс, положите в кувшин: подсоленный фарш и порубленную петрушку. Установите металлическую чашу для приготовления на пару на кувшин и в неё положите пустые помидоры, из которых вы удалили мякоть. Запрограммируйте время на 10 минут, температуру на 120°С, скорость на 2.

Когда закончится эта функция, уберите чашу и положите в кувшин сыр, выставите время на 2 минуты, температуру на 120°С, скорость на 2.

*Заполните помидоры тем, что Вы приготовили в кувшине.

Время приготовления: 24 мин

БЫСТРЫЙ ГИД			
Ингредиенты: 50 гр оливкового масла	1 мин	120 °С	1
150 гр лука	5 мин	120 °С	1
мякоть 4-х помидоров	6 мин	120 °С	2
250 гр фарша 1 мерный стаканчик порубленной петрушки 4 томата без мякоти	10 мин	120 °С	2
100 гр сыра «Моцарелла»	2 мин	120 °С	2

*My***cook**

Мусоок КНИГА РЕЦЕПТОВ