

LandLife

Универсальная
электроскороварка -
Ваша экономия во всём!

Личное время - 70%
Электроэнергия - 70%

Не требует постоянного контроля!


Самая БЕЗОПАСНАЯ!



Оглавление

Электроскороварка-мультиварка LandLife серии YBW	6
Главные достоинства электроскороварки LandLife это:	6
Инструкция по эксплуатации	6
Технические характеристики:	6
Комплектация:	7
Системы защиты и безопасности:.....	7
Как правильно пользоваться скороваркой.	7
Как приготовить рассыпчатый рис:	8
Готовим без программы и/или с отсрочкой.....	10
Прочие рекомендации.....	11
Примерное время приготовления продуктов в скороварке.....	12
Первые блюда	13
Французский луковый суп в скороварке Land Life	13
Щи.....	13
Щи из квашеной капусты	13
Щи гурьевские (из квашеной капусты).....	13
Щи Петровские (из квашеной капусты).....	13
Щи из крошева.....	13
Суп с рисом.....	14
Суп-харчо	14
Солянка.....	14
Гороховый суп.....	14
Гороховый суп.....	14
Гороховый суп.....	14
Гороховый суп.....	15
Мясной бульон	15
Суп	15
Курица с домашней лапшой.....	16
Тыквенно - морковный суп-пюре	16
Рыбная суп-солянка.....	16
Суп фасолевого с сосисками.	16
Сырный суп.....	17
Рассольник	17
Куриный суп с лапшой	17
Суп картофельно - рисовый	17
Разное	18

Капуста тушеная.....	18
Лобио.....	18
Омлет.....	18
Капустная солянка с сосисками.....	18
Жареный картофель в скороварке Land Life.....	18
Жареная картошка.....	19
Картошка вареная.....	19
Гречка.....	19
Гречневая, рисовая каши без молока.....	19
Ячневая каша с овощами.....	19
Катрошка с грибами.....	19
Овощи на пару.....	20
Тушеная квашеная капуста.....	20
Грибной плов.....	20
Холодец.....	20
Пирог «Ленивец».....	20
Легкие с морковкой и луком.....	20
Рис для роллов.....	21
Вторые блюда.....	22
Блюда из мяса.....	22
Жареное мясо в скороварке Land Life.....	22
Плов в мультиварке Land Life.....	22
Грудинка в соевом соусе в скороварке Land Life.....	22
Тушеная картошка со свиной.....	22
Перловка с фаршем.....	22
Мясо по-французски.....	23
Мясо по-французски 2.....	23
Говядина большим куском с картошкой.....	23
Свинина с грибами и картошкой.....	23
Мясо с черносливом.....	23
Котлеты с тертой картошкой.....	23
Котлеты с сыром.....	23
Мясо кусочками в соусе.....	24
Котлеты.....	24
Тефтельки.....	24
Картошка тушеная с мясом.....	24
Говядина.....	24

Картошка с ребрышками	25
Мясо.....	25
Картошка с говядиной и грибами	25
Бараньи ребрышки с овощами (рисом)	25
Жаркое с грибами.....	26
Бефстроганов "Для мужа"	26
Картошка с говядиной и грибами	26
Фаршированные перцы.....	26
Ежики с рисом	26
Голубцы диетические 	26
Тефтели нежные	27
Говядина тушеная с сыром.....	27
Блюда из рыбы.....	27
Кета с черносливом и овощами.....	27
Минтай с овощами	27
Рыба жареная	27
Рыба под маринадом	27
Блюда из птицы	28
Курица с ананасами.....	28
Овощи с куриной грудкой	28
Цыпленок «Карри» в скороварке Land Life	28
Куриные колочки	28
Куриные желудки в соусе.....	29
Курица с картошкой на пару	29
Курица кусками в соусе	29
Запеканка.....	29
Курица жареная	29
Курица в соусе	29
Блюда из молока.....	31
Топленое молоко в скороварке Land Life	31
Молочные Каши	31
Рисовая каша.....	31
Кукурузная каша с тыквой	31
Овсянка-геркулес	31
Манная каша	31
Гречневая, рисовая, кукурузная, пшенная, рис+пшенка, ячневая, пшеничная и другие "тяжелые" каши	32

Каша в скороварке Land Life.....	32
Рисовая каша ароматная	32
Выпечка и десерты	33
Мармелад из лимонов в скороварке Land Life	33
Торт бисквитный в скороварке Land Life	33
Компот.....	33
Творог.....	33
Бисквит.....	33
Пирог с персиками	34
Ягодный пирог.....	34
Шарлотка.....	34
Банановый пирог	34
Морковный пирог.....	34
Медовый бисквит	34
Запеканка творожная.....	35
Торт «Согласие»	35
Манник	35
Диетическая творожная запеканка	36

Электроскороварка-мультиварка LandLife серии YBW

Электрическая скороварка (мультиварка) LandLife - это современный многофункциональный прибор, помогающий Вам быстро и безопасно приготовить любимую пищу. В скороварке можно варить, тушить, жарить, печь и даже подогревать любые блюда. Необходимо только положить в нее все необходимые ингредиенты, выбрать программу и включить. В скороварке LandLife реализованы все способы приготовления пищи, используемые в здоровом питании. Ваш стол теперь украсят многие блюда, которые Вы раньше не имели возможности приготовить. В процессе приготовления резко пахнущих продуктов (например, некоторых сортов рыбы), запах почти не распространяется. Мясо, приготовленное в мультиварке, становится более мягким. Сохраняется большее количество витаминов и других полезных веществ, а также натуральный цвет овощей. Преимущество электрической скороварки в том, что она может готовить при низком и высоком давлении, используя различные режимы ("каша", "суп", "курица", "говядина", "рис", "холодец"). Если установить в мультиварке паровую решётку, то можно готовить блюда на пару под давлением. Таким образом, скороварка LandLife превращается в пароварку. Внутренняя поверхность чаши покрыта специальным антипригарным покрытием, а это значит, что не нужно использовать жир и масло. Можно готовить продукты в их собственном соку.

Главные достоинства электроскороварки LandLife это:

1. Экономия времени и сил, теперь не нужно стоять у плиты
2. Экономия электроэнергии до 70%
3. Герметический метод приготовления способствует сохранению питательных свойств и вкусовых качеств
4. Безопасность в использовании (10 степеней защиты)
5. Таймер отсрочки до 24 часов позволит получить готовое блюдо к нужному часу
6. Ничего не убегает и не подгорает
7. Теперь можно готовить по принципу "Всё в кастрюлю покидал и ушёл". Потому что по окончании программы приготовления готовка прекратится и включится режим автоматического поддержания температуры – ничего не остынет, не выкипит и не сгорит.
8. В отличие от других производителей, к мультиварке LandLife можно свободно приобрести дополнительно любое количество внутренних чаш и уплотнительных резинок. Теперь у Вас появляется возможность готовить несколько блюд подряд, просто меняя чаши. Пока готовится одно блюдо, Вы уже подготовили все продукты для второго блюда в другой чаше.
9. Ещё одно важное отличие: мультиварка LandLife - это скороварка, т.е. готовит под давлением. Большинство просто мультиварок такой возможности не имеют, поэтому тратят больше времени и электроэнергии.

Инструкция по эксплуатации

Технические характеристики:



Модели: YBW40-80A, YBW50-90A, YBW60-100A

Объем: 4л, 5л, 6л

Диаметр кастрюли (внутренней чаши): 20 см, 22 см,

Потребляемая мощность: 800 Вт, 900 Вт, 1000 Вт

Рабочее давление: 0 - 70 КПа

Напряжение сети: 220 В - 50 Гц

Управление: сенсорное

Цвет: металлик

Материал корпуса: металл

Страна производитель: Китай

Торговая марка: Россия

Гарантийный срок: 1 год

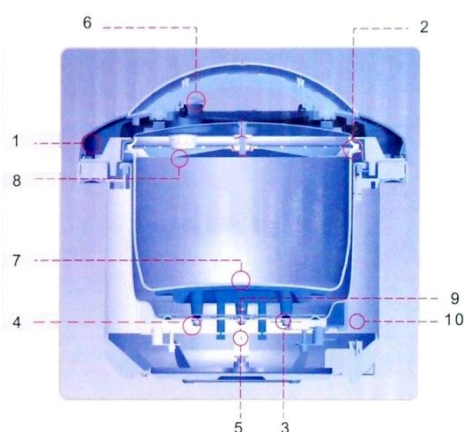
Комплектация:

В комплект поставки уже входит: собственно скороварка с крышкой, кабель электропитания, внутренняя кастрюля (или чаша, далее - просто "чаша"), ложка, мерный стаканчик и решетка для приготовления на пару. На внутренней стороне чаши размещены метки уровня/объёма: по левой шкале - в долях от полностью заполненной чаши, по правой - в полных мерных стаканчиках.

Кстати, по поводу ложки: не спешите выбрасывать. Этот пупырчатый дизайн совершенно неслучаен! Попробуйте наложить такой ложкой какую-нибудь густую кашу: в отличие от обычных ложек к пупырышкам ничего не прилипает! И каша легко отстает, и творог. А малая длина ручки обусловлена именно тем, чтобы со дна глубокой кастрюли еду легко доставать было.

Полный объем мерного стаканчика - 180 мл.

Системы защиты и безопасности:



1. Замок безопасности на крышке
2. Система удержания давления внутри скороварки
3. Система защиты от превышения давления
4. Система поддержания необходимой температуры
5. Система защиты от превышения температуры
6. Клапан избыточного давления
7. Система блокировки от случайного включения
8. Защитная сетка на клапане предельного давления
9. Система механической защиты от превышения давления
10. Специальный внутренний кожух для защиты при превышении давления

Как правильно пользоваться скороваркой.

1. Откройте крышку, удерживая её рукой и поворачивая по часовой стрелке, затем поднимите вверх.



2. Возьмите чашу (внутреннюю ёмкость) и положите в неё продукты. Максимально допустимый объём продуктов и добавляемой жидкости не должен превышать 4/5 высоты (по левой шкале) внутренней ёмкости. Минимально допустимый объём продуктов и жидкости не должен быть менее 1/5 высоты внутренней ёмкости. Продукты, которые во время приготовления сильно увеличиваются в объёме, закладываются, исходя из конечного объёма, но не более, чем на 3/5 от высоты внутренней ёмкости. Максимальное количество риса, которое можно приготовить за один раз: для модели объёмом 4 литра – 8 мерных чашек, 5 литров - 10 мерных чашек, 6 литров - 12 мерных чашек. (Ёмкость мерной чашки - 180 мл.) Для приготовления рассыпчатого риса необходимо на 1 мерную чашку крупы взять не менее 1 мерной чашки жидкости. Соотношение воды и риса определяется экспериментально по вкусу. Пропорция 1:1 соответствует рассыпчатому рису, 1:4 - кашка-размазня.

3. Перед тем, как установить заполненную продуктами внутреннюю ёмкость, убедитесь в том, что её наружная поверхность и поверхность нагревательного элемента чистые. Не размещайте посторонние предметы в месте теплового контакта.



4. Перед тем, как установить крышку, проверьте правильность размещения уплотнительного кольца, если Вы его снимали для промывки. Установите крышку на наружную ёмкость и поверните по часовой стрелке до упора:



5. Перед началом процесса приготовления установите клапан предельного давления в положение “Close”.



6. Включите электропитание, загорится табло индикатора.

7. Выберите время приготовления в зависимости от набора продуктов.

8. Если произошла ошибка в выборе программы приготовления, нажмите кнопку “Сброс”.

Как приготовить рассыпчатый рис:

1. Возьмите внутреннюю ёмкость, положите в неё 2 мерных чашки рисовой крупы и половину чайной ложки соли. Налейте 2 мерных чашки воды.

2. Закройте крышку и установите клапан предельного давления на “Close”.

3. Включите электропитание.

4. На панели управления нажмите кнопку “Рис”. Включится световая индикация кнопки “Рис”, на табло панели управления загорится число 12 и начнут мигать нули. Скороварка на-

чала работу. Запустился процесс нагрева продуктов и создания избыточного давления внутри скороварки.



5. Через некоторое время, когда продукты внутри скороварки нагреются (10-15 минут), на табло индикатора появится буква “Р” и начнётся обратный отсчёт времени. Это означает, что в скороварке создано рабочее избыточное давление.

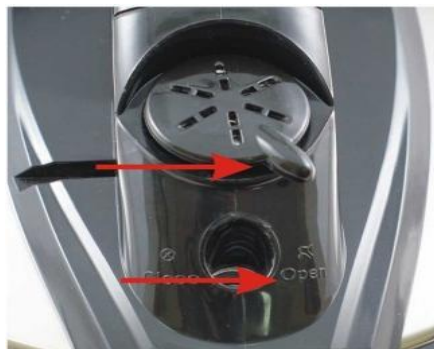
6. После окончания процесса приготовления (длительность соответственно выбранной программе) прозвучит звуковой сигнал, табло индикатора обнулится и включится световая индикация кнопки “Поддержка температуры”. Перед тем, как отключить скороварку от электросети, необходимо отключить эту программу. Нажмите на кнопку “Поддержка температуры”, программа отключится.



7. Перед тем как открыть крышку скороварки, подождите, пока давление пара внутри неё снизится. Защита от избыточного давления не позволит её открыть – не пытайтесь прикладывать силу, сломаете (если сможете). Если необходимо ускорить время остывания скороварки, положите на крышку влажное полотенце. Его можно менять несколько раз. Когда давление внутри скороварки спадёт, крышка свободно откроется.

8. Давление внутри скороварки можно понизить при помощи клапана предельного давления. Установите клапан в положение “Open”, пар из скороварки выйдет и давление внутри неё понизится.

Осторожно! Пар очень горячий!



Отводите рычаг переключения клапана давления рукой в поварской варежке или обёрнутой полотенцем. Вообще говоря, у меня это основной способ снижения давления после завершения приготовления. Но он категорически не подходит для приготовления супов и прочих блюд с большим содержанием жидкости в финальной фазе готовки и/или большим объёмом самого блюда. В таких случаях при открытии клапана из него будет выбрасываться не только пар, но и жидкость. Так что будьте осторожны. Применяйте мокрое полотенце для охлаждения.

Готовим без программы и/или с отсрочкой

Если по обретению опыта Вы решили готовить блюдо не по стандартной программе, а по определённому времени, воспользуйтесь функцией таймера. Положите подготовленные продукты в скороварку и закройте крышку. Нажимая на кнопку “Таймер (минуты)”, выставьте на табло индикатора желаемое время приготовления под давлением. Через несколько секунд скороварка начнёт работу. Когда процесс закончится, она подаст звуковой сигнал, табло индикатора обнулится.

Выбор времени отсрочки начала приготовления и длительности приготовления под давлением.

Если необходимо приготовить блюдо к какому-то определённому времени, положите подготовленные продукты в скороварку и закройте крышку. Нажмите кнопку “Таймер (часы)”, на табло индикатора загорится число 0,5 (30 мин). При помощи кнопки “+” выставите время (до 24 часов), через которое скороварка должна начать работу.



Затем при помощи кнопки "Таймер (минуты)" установите желаемое время (до 99 мин) приготовления под давлением. Скороварка готова к работе. Она начнёт готовить через то время, которое было установлено на табло. И будет готовить ровно столько минут, сколько Вы указали в данном случае.



Выбор времени отсрочки приготовления под давлением по стандартной программе.

При помощи кнопки “Таймер (часы)” установите на табло индикатора желаемое время начала приготовления (от 0,5 часа до 24 часов). Затем нажмите кнопку, соответствующую выбранной программе приготовления. Скороварка сама начнёт работу в заданное время и по заданной программе. Нажатием на кнопку “Поддержка температуры/сброс” можно отменить выбранную программу и выставить другую. Время приготовления под давлением при помощи выбранной программы всегда можно увеличить при помощи кнопки “+”. Либо уменьшить на несколько минут при помощи кнопки “-”.

Прочие рекомендации

Кнопка "Пар" - для того, чтобы готовить на пару. Режимы приготовления, кроме времени (температурой, уровнем давления) ничем не отличаются. Время по умолчанию на режимы: рис - 12 мин., суп и каша - 20 мин., выпечка - 30 мин., пар - 10 мин., курица - 12 мин., говядина - 40 мин., холодец - 70 мин., жарка - 30 мин. После окончания программы сигнал очень тихий и пикает один только раз.



Обратите внимание на эту деталь, обычно остающуюся на заднем плане. Это контейнер для сбора конденсата с крышки. Вода, стекающая сверху, скапливается в нём. Необходимо периодически опустошать.



А это клапан предельного давления с внутренней стороны крышки. Он имеет съёмную крышку, под которой необходимо тоже мыть. И просушивать!

Картинку с рекомендациями с боковой поверхности мультиварки отдирать совершенно не нужно (как я пытался сделать после покупки). Во-первых - полезная напоминка. А во-вторых - боковая поверхность никогда не нагревается выше 35-40 градусов.



Дно внутри мультиварки со снятой чашей. По центру нагревательного элемента - датчик наличия кастрюли. Нужно держать в чистоте и сухости.

Примерное время приготовления продуктов в скороварке.

Бобы	2—4 мин.
Кочанная капуста	3—4 мин.
Морковь молодая	3—5 мин.
Морковь старая	6—9 мин.
Морковь нарезанная	3—4 мин.
Красная фасоль	5—6 мин.
Баклажаны	8—10 мин.
Цветная капуста	5—7 мин.
Репа	10—12 мин.
Лук (тушеный)	8—10 мин.
Перец стручковый	8—10 мин.
Свекла молодая целиком	10—15 мин.
Свекла старая крупная	20—35 мин.
Картофель молодой мелкий	5—7 мин.
Картофель молодой средний	8—10 мин.
Картофель, нарезанный на четвертушки	4—5 мин.
Картофель, нарезанный на половинки	10—12 мин.
Картофель «в мундире»	15 мин.
Кукуруза в початках	15—20 мин.
Мороженые овощи	1 мин.
Мороженая рыба	4—5 мин.
Мороженая птица	10—12 мин.
Говядина (предв. обжаренная)	8—10 мин.
Баранина (предв. обжаренная)	10—12 мин.
Свинина или телятина (предв. обжаренная)	12—15 мин.
Печень	5 мин.
Рыба свежая	4—6 мин.
Цыпленок (предв. обжаренный)	15—20 мин.
Курица средняя	20—30 мин.
Утка	20—25 мин.
Вареная (паровая) курица	30—45 мин.
Рис	10 мин.

Первые блюда

Все рецепты примерные! Корректируйте их под свои вкусы и имеющиеся продукты! Приятного Вам аппетита!

Французский луковый суп в скороварке Land Life

ВАМ ПОТРЕБУЮТСЯ: 2 луковицы, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1,5 л воды, 50 г тертого сыра, пшеничный хлеб для гренок, 80 г сливочного масла, черный перец горошком по вкусу, соль по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: На дне **скороварки Land Life** без крышки обжарьте нарезанный полукольцами лук в сливочном масле, обсыпьте лук мукой и перемешивайте, пока масса не станет коричневой. Залейте холодной водой, плотно закройте крышку, добавьте соль и перец и варите 10 минут. По окончании выпустите пар в режиме медленной декомпрессии. Перед подачей на стол приготовьте гренки или тосты из белого хлеба. Разлейте суп по тарелкам, в каждую положите горячий тост и посыпьте его тертым сыром.

Щи

Было: 4 свиных ребрышка, капуста свежая, сладкий болгарский перец, лук, морковь, картошка, немного растительного масла, вода, соль.

Поставила пустую емкость на режим "мясо" (можно было и на другой - не критично, лишь бы дно нагрелось). Крышкой не закрывала! На дно - растительного масла немного. Когда разогрелось масло, кинула туда накрошенные лук, морковь и сладкий перец. Немного обжарила. Потом налила со стакан *горячей воды* (не надо лить холодную на раскаленное дно - испортим покрытие). Кинула замороженные (!!) ребра, нашинкованную капусту, нарезанный кубиками картофель. Долила воды, сколько мне надо (я варю густые супы), где-то до отметки 3/5. Посолила. Закрывает крышкой. Включила на режим "суп". После готовности открывать не стала, пар не спускала. Подождала, когда кастрюля сама остынет. Минут через 20 спустила остатки пара, открыла. Можно туда еще томат, перец, лаврушку.

Щи из квашеной капусты

Закладываю квашенную капусту, тру на крупной тёрке картофель (у нас в щах любят толчёный картофель), добавляю перец горошком, лаврушечку, томатную пасту, соли чуток, мясо и на режим "суп".

Как только после снятия давления открываю крышку, то сразу добавляю измельченный чеснок, он успевает немножко закипятиться.

Щи гурьевские (из квашеной капусты)

В эти щи добавляется предварительно замоченная перловка. А остальное всё так же.

Щи Петровские (из квашеной капусты).

В идеале для этих щей нужны белые грибы, которые надо обжарить обычным способом с луком. Я варю эти щи с сушеными грибами.

Сушеные грибы предварительно замочить, нашинковать, обжарить с луком и отправить в СВ к мясу, квашеной капусте, тертому картофелю и т.д.

Цвет у моих щей получается не красивый, зато на вкус это что-то....

Щи из крошева.

Крошвом называют зеленые листья капусты, порубленными с морковью и заквашенные как капуста. Эти щи лучше всего варить на жирной свинине. Картофель тоже потереть на крупной тёрке. Добавить ч.перчик горошком и лавровый лист.

Цвет у этих щей получается зеленовато-серый, неприглядный, но обалденно вкусные.

Суп с рисом

Взяла косточку на ней мясо, в кастрюльку, туда же картошечку, риса щепотку, лучок репчатый, морковку на терке, две ложки томатной пасты (можно помидорку), головку чеснока мелко порезанного, приправки какие люблю, и водой все залила. Режим мясо. После приготовления ели не сразу, полчаса, наверное, он стоял на хранении тепла. Клапан при приготовлении был закрыт.

Суп-харчо

Лук морковку обжарила, добавила томатную пасту, столовую ложку сацебели, аджику, мясо (как всегда замороженное) кусочками, чуть меньше полутора мерных чашек риса и водой залила до риски. "Суп" 20 минут. По окончании пару зубков чеснока

Солянка

Обжарила: лук, колбаску вареную и копченую, морковь и соленые огурчики.

В мультиварку: вода, картофель, мясо филе куриное и говядина, лаврушка, соль, долька лимона, оливки и все обжаренные продукты-соль конечно и свекла целая.

Поставила режим СУП. Открыла. Достала свеклу и на терке ее, и в суп. Зелень и чеснок выдавила. Картофель не разварился, но вкусно

Гороховый суп

Слегка обжарила оставшийся кусочек копченого сала, добавила рульку, лук, морковь. Далее картошечку, воды, 1 стакан промытого гороха (Сухого!!!) - 20 минут и суп готов! Горох разварился так, что не нашли ни одной горошинки. Если кто любит чтобы горошек плавал ставьте время меньше(хотя наверное зависит от гороха)

Гороховый суп

Поджарила в мультиварке - крышка снята, выбрана программа РИС - нарезанный лук, морковку. Как поджарится, программу выключаем, нажатием кнопки СБРОС. Положила слегка размороженные кусочки курочки, порезанную картошку, посолила, горох - 2 стаканчика от СВ. Налила воды на 3/5. Поставила крышку, закрыла клапан, и включила программу СУП. Минут 20 СВ набирала давление, еще 20 минут суп варился. Можно было дать ему настояться, но я очень хотела посмотреть результат, поэтому осторожно стравил воздух, и вуаля:



Горох разварился, а картошечка целенькая осталась! Запах на кухне - божественный!!!!

Гороховый суп

Ингредиенты: Свинина на кости, лук репчатый, морковь, картофель, соль, горох - 2 стакана, корейка копченая, вода до 4\5 кастрюли.

Способ приготовления: Поджарила в мультиварке - крышка снята, выбрано время 4 мин (в принципе все равно сколько минут - нет давления - отчет времени не идет), так вот поджарила лук и морковь, потом положила замороженное мясо (свинина на косточке)), порезанную картошку, соль, приправу для супа, горох 2 стаканчика от мультиварки, и еще пару кусочков коп-

ченой корейки (сама делала). Налила воды почти по самый край - это все же много - заполнять кастрюлю на 4\5, надо поменьше. Поставила крышку, клапан, и включила программу СУП. Через 50 мин. суп был готов, выключила подогрев и положила на крышку мокрое полотенце. НО.. полотенце мочила раза 4, воды-то много было в супе, и когда пыталась открыть клапан - из него не пар выходил, а бульон. Потом отключила скороварку от сети, и уже через какое-то время клапан спокойно выпустил воздух. Открыла крышку, а там красивунный суп!

Горох разварился весь, картошка не разварилась, а просто проварилась, мясо тоже готово.

Гороховый суп

Для приготовления горохового супа нам понадобятся: копченые ребрышки (я беру 4 ребра, можно взять одну рульку), 2 средние картофелины, морковка, луковица, 2 мерных стаканчика сухого гороха, соль, черный перец горошком, лавровый лист, зелень, 1 ст.л. растительного масла.

Приготовление: режем лук с морковкой (морковь можно потереть на крупной терке) и обжариваем на раст. масле на режиме "Рис".

Потом добавляем ребрышки (мясо с них частично нужно срезать и порезать кусочками), порезанный картофель, горох, соль и специи. При желании можно сразу положить зелень, но я предпочитаю добавлять ее в готовый суп. Заливаем водой до верхней отметки. Нажимаем кнопку "Отмена", закрываем крышку и клапан и нажимаем "Суп". Через 40 минут суп будет готов (при этом горох разварится, а картофель так и останется кусочками).

Мясной бульон

Пропорции: Мясо, вода, перец, соль.

Управление: В кастрюлю положить мясо, перец, соль и залить водой не больше чем верхняя отметка. Нажать кнопку "суп" или "говядина". Кастрюля набирает давление достаточно долго, когда внутри большой объем жидкости, может занять этот процесс около 20 мин, но в это время уже идет приготовление, потом загорается буква Р на табло. Расчетное время 35-50 мин.

После приготовления пену из бульона вынуть ложкой. Она обычно плавает 1-2 кусками. В крайнем случае, процедить.

ПРИМЕЧАНИЕ Если мясо жесткое, то можно после закладки выбрать время вручную 40-50 минут. Лавровый лист в бульон лучше не добавлять, он очень сильно уваривается.

Суп

Пропорции: лук, морковка, картошка, вода. Остальное по вкусу и желанию. Соль, перец, сливочное масло.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить нарезанный лук. Не закрывая крышку обжарить 3 минуты, до желаемой консистенции. Добавить морковку и еще немного обжарить. Нажать кнопку "Отмена" Добавить картошку, масло, соль, перец, воду или бульон и мясо. Далее на вкус (горох, фасоль, фрикадельки, щавель, капусту, и все что там еще бывает в супе). Закрывать крышкой, закрыть клапан и включить программу "Суп" Дождаться окончания программы "Суп". Ориентировочно время приготовления 40-50 минут.

Все продукты можно закладывать сразу. Картошка не разваривается. Исключение - мелкие макароны - они 40 минут под давлением не выдерживают - расползаются. Кастрюля набирает давление достаточно долго, когда внутри большой объем жидкости, может занять этот процесс около 20 мин, но в это время уже идет приготовление, потом загорается буква Р на табло. Расчетное время 35-50 мин.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если суп совсем простой без мяса, то можно варить в ручном режиме, выставив время 15 минут.

Курица с домашней лапшой

Поставила вариться курицу, разделанную на мелкие части, посолила, т.к. она у меня деревенская и еще очень молодая, варила ее аж 20 минут. Пока варилась курочка я сделала тесто на лапшу, я его завожу только на яйцах, такая яичная лапшичка. На 2 яйца, примерно 2 ст. муки, посолила яйца, вилкой немного взбила и муку туда, завела тесто, примерно как на пельмени, раскатала тонкие большие пласты примерно см 30 в диаметре, тоненькие обязательно, затем свернула типа рулета, только не плотно, а раза на 4 пласт завернула и порезала тонкой соломкой примерно по 0,5 см, можно и тоньше кто как любит. Когда курица приготовилась, я туда закинула потертую на крупной терке морковку и лук, порезанный четвертинками, включила режим курица 2 минуты.

Тыквенно - морковный суп-пюре

300гр. тыквы и 2 средне - больших моркови очистить, нарезать кружочками и тушить в кастрюле на 1ст.л. сливочного масла, прикрыв крышкой несколько минут.

В это время: *взять 100 гр. грецких орехов, крупно порубить. 100 гр. (я брала 50, и то много) темного изюма залить кипятком, дать чуток постоять, затем слить, хорошо промыть и обсушить.*

Добавить в кастрюлю с тыквой 1 стакан кипятка, выставить режим "суп".

Пока суп тушится обжарить орехи и изюм на 1 ст.л. сливочного масла.

Когда пропищит, спустить пар, открыть и аккуратно переложить в блендер, измельчить в пюре. Вернуть в кастрюлю, добавить соль, перец (я добавляла еще имбирь), суп развести молоком до желаемой консистенции, прогреть до первых бульков, но не кипятить!!

При подаче налить суп в тарелку, сверху сделать разводы жирными сливками, *добавить горсть жареных орехов и изюма*, обильно посыпать зеленью.

Я ЗРЯ бухнула имбирь... очень мешает он там на мой взгляд.

☺ А в остальном очень такой зимне-рождественский супчик, сытный. 😊



Рыбная суп-солянка

Может делала и неправильно, но получилось неплохо

Морковь и лук поджарила, Потом насыпала картошки, дождалась закипания. Потом добавила том. пасты (хотя надо было лук с морковкой обжарить в том. пасте). Потом добавила оливки, сол. огурчик, пару ложек пшена, а... главное - рыба горбуша из консервы (2 банки) - что-то мне форель стало жалко пускать на суп..., соль. И на программу СУП.

Когда попробовала, решила добавить сметанки, и получилось то что надо, и тогда бухнула ложки 3 в самую кастрюлю с супом.



Суп фасолевый с сосисками.

Фасоль была красная - из-за нее все окрасилось. Морковь и лук измельчила, налила в кастрюльку масла и все это дело поджарила, потом порезала туда сосиски, посыпала травами с солью (приправа такая) потом перчика немного посыпала белого и приправу для супа - оно продолжало жариться, потом выключила, положила порезанную картошку, насыпала фасоль (не замачивала ранее), налила воды и посыпала солью. Закрыла и на программу СУП, когда был готов, Остудила крышку, открыла и проверила готовность фасоли, она показалась мне малехо недоваренной, поэтому я снова закрыла скороварку крышкой и выставила на 15 мин еще, этого хватило.



Сырный суп

Ингредиенты: фарш, морковь, картошка, сыр плавленный, морковь, зелень, лук репчатый, перец, соль, лаврушка

Способ приготовления: лук нарубить, обжарить на растительном масле до золотистого цвета вместе с морковкой на "Рисе". Картофель нарезать и бросить в кастрюльку. Затем туда же пассированные овощи. Налепить из фарша фрикадельки и опускать в супчик. Затем нарезать кубиками сырки и опускать в скороварку. Варить на режиме "Суп". Добавить зеленушку.

Вышло супер!



Рассольник

Ингредиенты: Перловка - 1 стакан мерный, морковь - 1 шт., лук - 1 шт., огурцы соленые - 5 шт., картофель - 5 шт., рассол - 1 стакан, лавровый лист, соль, перец горошком по вкусу, рагу из свинины - 200 гр.

Способ приготовления: Лук и морковку тушим в капле рассола и масла на программе "Рис". Отмена. Закладываем остальные ингредиенты (предварительно покрошив по вашему вкусу). Заливаем водой до верхней полоски. Программа "Суп". Приятного аппетита.



Куриный суп с лапшой

Ингредиенты: лапша, окорочка, перец, соль, лаврушка, картошка, лук.

Способ приготовления: Сварить бульон на режиме "Каша", добавив туда окорочка, соль, перец горошком и лаврушку с луком. Когда сварится вынуть окорочка, разделить на кусочки и положить обратно в кастрюлю с картошкой и вермишелью. Поставить ручной режим на 8 минут. Все. Супчик готов.



Суп картофельно - рисовый

Закинула в кастрюльку курицу кусками, картошку кусочками, рис, морковку, лук, перец замороженный. Налила воды. И поставила на режим "суп". Давление набиралось долго, минут 20-25. Надо было горячей водой заливать. После набора давления готовилось около 15 минут. Как сварилось, я сбросила давление, добавила немного давленого чеснока и рубленной петрушки. И оставила ещё в режиме подогрева минут на 10.



Разное

Капуста тушеная

Сначала нашинковала лук с морковкой, чуть припустила сразу в сковородке с открытой крышкой, потом добавила порезанную куриную грудку (филе), перемешала. Далее положила до верхнего деления резаную капусту, посолила, поставила программу "Цыплёнок" 12 минут и закрыла крышку. После сигнала дождалась, пока упадёт давление, открыла, перемешала, заправила чуть томатом, перчиком, укропом и снова прогрела с открытой крышкой. В следующий раз попробую время убавить минут до 5ти, по-моему, будет достаточно. Как всегда, пишу дольше, чем готовила.

Лобио

Приправу я обычно покупаю у "узбеков" с мешочками, говорю "для лобио или саживи" и они намешивают. В составе кинза, шафран, карри, красный перец.....

Делаю все на глаз, поэтому так и напишу

На 0,5 кг фасоли, 2-3 луковицы, 0,5-0,7 стакана грецкого ореха, соль по вкусу, приправа 1 ст. л.

Т к мои лук не любят прокручиваю его на мясорубке, затем в мясорубку орехи. Лук пассируем в раст масле, выключаем огонь, добавляем орехи и приправу, закрываем и пусть потомится. Фасоль варим на режиме "каша". Воды должно быть побольше чем обычно, что бы не вся впиталась. (Я не помню сколько наливала, но получилось многовато, поэтому сливала потом - это не страшно). Если фасоль проварилась и воды на 2см выше уровня фасоли, то добавляем "заправку" в фасоль и томим 2 минутки на любом режиме.

Едят это блюдо как холодным, так и горячим, но в любом случае оно должно настояться.

Омлет

Пропорции: 2 яйца, 0,5-1 стакан молока или 2-3 ст.л. сметаны, 1 ч.л. подсолнечного масла по желанию, соль по вкусу. (можно делать и на 1 яйцо, но получается очень тонкий "блинчик")

Управление: Нажать кнопку "Выбор времени". Установить 4 минуты, нажать кнопку "Выбор функций". Кастрюля набирает 2-3 минуты давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления. После окончания приготовления встряхнуть внутреннюю чашу. Положить сверху тарелку и перевернуть - содержимое вытряхнуть кверху ногами на тарелку. Для чаши из нержавейки рекомендую подкладывать пергамент.

Капустная солянка с сосисками

Пропорции: 1 кг капусты, 2-3 морковки, сосиски, томатная паста, зелень по желанию, растительное масло. Лавровый лист, соль, перец. Если капуста очень сухая четверть стакана воды.

Управление: В кастрюлю положить сосиски, нарезанную капусту, морковку. залить томатной пастой, добавить соль перец. Перемешать. Нажать кнопку "Мясо птицы". Закрывать крышкой, закрыть клапан и дождаться окончания программы "Мясо птицы". Ориентировочно время приготовления 20-25 минут. Кастрюля набирает 2-3 минуты давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Ели капуста молодая и очень зеленая - лучше готовить солянку в ручном режиме - выставить время 7-10 минут. Так же можно тушить другие овощи. Например, кабачки т.д.

Жареный картофель в сковородке Land Life

Наливаем растительное масло. Кладём картофель и обжариваем до золотистой корочки. Закрываем крышку и ставим программу "рис".

Жареная картошка.

Налила подсолнечного масла немного, положила картошку, посыпала солью и приправой для блюд из картофеля. Поставила программу ГО-ВЯДИНА. И минут через 5 просто накрыла крышкой, даже не закрывала, правда клапан не убрала - не подумала о нем. Потом раньше чем через 20 мин - она пропичкала. Тогда я сняла крышку и решила что, наверно, пусть еще поджарится - нажала на программу КАША и опять закрыла крышкой. Короче я в след раз или закрою крышкой или не буду, но жарит она на любой программе, я выбрала те, что по времени меньше. А крышку потом сняла, выпустила пар через клапан, и открыла, а буква Р так долго еще сияла.

РЕЗЮМЕ: жарить можно!!



Картошка вареная

Пропорции: 1 кг картошки, вода, соль

Управление: Порезать картошку кусками. Налить в кастрюлю воды на 2 см от дна. Добавить соль. Положить картошку в воду или на установленную решетку пароварку. Закрывать крышку и клапан. Нажать кнопку "Выбор времени". Установить 7 минут (если картошка старая) (или 15 минут если молодая), нажать кнопку "Выбор функций". Кастрюля набирает 5-6 минут давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Молодая картошка варится дольше!

Я теперь овощи для салатов варю только в скороварке, на пару. Картофель для пюре тоже варю в скороварке, на пару. Потом его достаю, пропускаю через пресс, добавляю горячее молоко и масло. Я не люблю взбитое картофельное пюре.

Гречка

В пропорции 1/1 воду и гречку, соль.

Таймер на 8 утра. Проснулась в 11. Думаю воды можно было бы немного больше, в следующий раз попробую 1/2, т.к. гречка слишком сухая получилась, зато очень рассыпчатая. Уже в тарелку добавила масла.

Гречневая, рисовая каши без молока

Пропорции: 1 стакан крупы, 3,5 стакана воды

Управление: Нажать кнопку "Каша". Кастрюля набирает 5-6 минут давление, потом загорается буква Р на табло. Это время зависит от количества жидкости. С этого момента идет время приготовления. С этого момента идет время приготовления. Ориентировочно время приготовления 15-20 минут

Ячневая каша с овощами

Состав: ячневая крупа 1 чашка, вода 2 чашки, морковь 1 шт., лук 1 шт., соль, раст. масло

Приготовление: лук порезать, морковку потереть. Обжарить на раст масле, всыпать по верх жарки крупу, залить водой. Режим "каша".



Картошка с грибами.

Немного размороженные резанные шампиньоны положила в Св, Нажала программу РИС, жарились пока не выкипела лишняя вода, потом туда посыпала "приправу для блюд из грибов", посолила, налила подсолнечного масла. Они немного поджарились, потом туда кинула картошку, посыпала ее "приправой для блюд из картофеля", налила еще немного масла. Так оно все жарилось пока Св сама не выключилась (ви-



димо, время программы Рис закончилось). Пришлось поставить крышку (с клапаном) и выставить время 10 минут.

Этого вполне хватило, чтоб картошка с грибами была готова. Она получилась не совсем жареная.. но вкусная!

Овощи на пару

На Новый год варила в скороварке на пару овощи: свекла - 15 мин, морковь - 7 мин. Овощи почистила перед варкой, свекла была некрупная. Сначала отварила свеклу, потом заложила морковку, воду не меняла - быстро и удобно.

Тушеная квашеная капуста

Берем квашеную капусту, промываем, если кислая. Добавляем картошки чуть и риса. Добавить томат. пасты/соус и водички немного. Сахарку немного обязательно. Соль по вкусу. Я не досаливаю. И мясо тоже по желанию. У меня было 2 кусочка наготове 😊 Один видно 😊 Поставила в ручной режим 1 час + где-то около часа на подогреве стояло.

Фото что-то не очень аппетитное вышло, но поверьте, это очень вкусно!

Мои ошибки: Я в этот раз что-то с пропорциями напутала. Положила мало капусты и лишка риса 😊. Воду чуть лишка. И можно по времени было немного поменьше.



Грибной плов

Обжарить на "рисе" лук, морковку. Далее я закинула замороженные шампиньоны (300гр), добавила риса (1 стакан) и воды (2 стакана). Специи на ваш вкус. И поставила на режим "рис" 😊. Все.



Холодец

Этот холодец самый вкусный из тех, что я варила в своей кулинарной жизни.

2 ноги, 1 кг индейки (бедро без кости), 1 морковь, 1 луковица, 2 лаврушки, перец горошком 20 шт. 1 ст.л. соли, вода из фильтра до отметки 4/5, режим холодец 2 раза по 70 мин. режим "холодец".

В разобранное мясо 3 зубчика чеснока, можно молотый перец, я не клала в этот раз, чтобы малыш мог покушать. Варила два раза по 70 минут, т.к. первый цикл когда прошел, посмотрела и подумала, что еще надо, люблю когда ножки почти разваливаются, а тут целенькие были. Получился очень вкусный, прозрачный, застыл идеально.



Пирог «Ленивец»

Ингредиенты: 2 листа лаваша тонкого, 500 грамм фарша (можно заменить на грибы, картошку), лук репчатый, зелень.

Для заливки: 3 яйца, 5 ст.л. майонеза, 2 ст.л. кетчупа.

Делаем фарш-начинку, намазываем на лаваш, сворачиваем трубочкой, скручиваем как можем улиткой на дно МВ (смазанное раст. маслом), заливаем заливкой, ставим режим ВЫПЕЧКА (у меня 30 минут в новой МВ), после окончания режима, не открываем минут 15, потом открываем крышку и еще минут 10 не трогаем. Сыну понравилось.



Легкие с морковкой и луком

Включила на режим "рис" с открытой крышкой, налила немного раст. масла. Кинула лук обжариваться, добавила морковку. Пассировала, пока нарезала кусочками легкие. Потом нажала "отмена". Добавила лёгкие, 1,5 мерных стакана воды и выставила вручную 25 минут. Ми-

нуты 3 набиралось давление (пока набирается давление, таймер время не отсчитывает). Далее шла готовка. Получилось мням. Я довольна как слон. А ведь обычно я варила легкие не меньше 3х часов!!!

Рис для роллов

1 мерный стаканчик риса (Мистраль Кубань, белый круглозерный). Хорошо промыть до прозрачной воды. Залить 1 3/4 мерными стаканчиками воды (если 2 полных, то рис будет слишком разваренным), добавить неполную ч.л. соли и 1/2 ч.л. сахара. Варить в режиме "Рис", когда приготовиться, лучше сразу открыть горшочек. Этого количества риса хватает на 4-5 колбасок, если класть тонким слоем.

Вторые блюда

Блюда из мяса

Жареное мясо в скороварке Land Life

ВАМ ПОТРЕБУЮТСЯ: кусок говядины, баранины, свинины или телятины, 2 столовые ложки кулинарного жира или маргарина, соль по вкусу, приправы по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: Нагрейте пустую **кастрюлю-скороварку Land Life** без крышки на среднем огне, пока кромки кастрюли не будут шипеть от прикосновения мокрых пальцев. Положите на дно кастрюли пищевой жир и дождитесь, пока он растает. Теперь положите мясо и тщательно обжарьте его со всех сторон, чтобы оно зарумянилось. Добавьте приправу по вкусу. Выньте мясо, слейте жир. На дно **мультиварки Land Life** положите решетку и поместите на нее мясо. Добавьте 250—300 г воды, в зависимости от объема кастрюли. Надо чтобы вода лишь немного прикрывала решетку. Добавьте приправы и соль. Закройте крышку (если она не будет одеваться из-за различия температуры с уже нагретой кастрюлей, положите ее на некоторое время просто поверх кастрюли, пока крышка нагреется, и тогда плотно закройте). После достижения заданного давления (смотрите инструкцию к скороварке) варите: говядину 8—10 минут, баранину 10—12 минут, свинину или телятину 12—15 минут. Если мясо старое, эти цифры надо немного увеличить. Быстро выпускать из кастрюли пар или охлаждать ее под струей холодной воды не следует, желательнее дать ей остыть до падения давления. Это относится как к приготовлению мяса, так и птицы.

Плов в мультиварке Land Life

Наливаем масло, обжариваем лук и морковь. Добавляем мясо, обжариваем. Добавляем рис из расчёта: 2 стакана риса - 3 стакана воды. Приправы, соль по вкусу. Ставим на программу в зависимости от мяса (курица - программа "курица", говядина - программа "говядина").

Грудинка в соевом соусе в скороварке Land Life

Ингредиенты: грудинка - 1 кг; лук репчатый - 1 средняя луковица; имбирь - 5 гр; вино сухое - 2 столовые ложки; соевый соус крепкий - 1 столовая ложка; сахар - 1 столовая ложка с верхом; чёрный перец - 10 горошин; бадьян - 1 шт. (разломать); масло растит. - 2 столовые ложки; соль - по вкусу; вода - 1 мерный стакан;

Мясо порезать поперёк волокон кусочками 1х2 (см). Порезать лук. Смешать все ингредиенты и положить в кастрюлю. Закройте крышку. Готовить на кнопке "мясо" (30 минут). По окончании приготовления, открыть крышку и выпарить оставшуюся жидкость, слегка поджарить мясо.

На гарнир можно подать отварной картофель или отварную морковь.

Тушеная картошка со свининой.

Налила немного масла на дно. Включила на режим "Мясо". Когда емкость нагрелась, до легкой корочки обжарила мясо. Потом туда же закинула лук, морковь, сладкий перец. Немного пожарила. Потом присыпала ложечкой муки, специями и налила три стаканчика воды. Положила нарезанную не крупно и не мелко картошку. Посолила. Закрыла. Поставила на режим "Мясо" (это 25 минут). После готовности сразу спустила пар (неохота было ждать, когда подостынет). Картошка с мясом прекрасно протушились. Только воды можно было побольше налить, учитывая, что я добавляла муки. Или не добавлять муки.

Перловка с фаршем

С открытой крышкой на растительном масле обжарила фарш с луком, добавила туда тертую морковь. Положила перловку и залила водой см на 1,5 выше уровня перловки, все перемешала, посолила (заливала горячей водой), сразу попробовала на соль, закрыла крышку и режим мясо 25 минут. Перловка распарилась, такая вкуснячая получилась.

Мясо по-французски

12 средних картофелин порезала кружками, выложила в сковородку и перемешала с солью и майонезом, потом слой медальонов из мяса толщиной больше 1 см. (всего около 1 кг.), сверху мяса - лук, все это безобразно обмазала майонезом, + специи и поставила на 30 минут на режим Мясо.

Специально написала в каком количестве готовила продукты, чтоб был понятен общий объем - в итоге 30 минут вполне так достаточно, картошка не разварена, мяско мягчайшее и очень красивое.

Мясо по-французски 2

Смазала растительным маслом чашу. Отбила кусочки свинины, примерно 1-1,5 см. толщиной, поперчила, посолила и уложила на дно. Немного кетчупа сверху накапала. Потом тоненькими кольцами лук. Потом картошку слоями, каждый слой посолить и немного зеленью посыпать (я сушеную петрушку больше люблю). Режим МЯСО, но 15 минут. Потом открыла крышку и посыпала хорошим слоем натертого сыра. Закрыла крышку и подержала минут 5 в режиме хранения тепла.

Говядина большим куском с картошкой

Берем кусок говядины, обмазываем специями (кто чем любит - можно нашпиговать ее чесноком, добавить лавровый лист). И оставляем ненадолго постоять во всем этом.

Я еще закинула картошку половинками, чтобы она пропиталась соком от говядины. Закладываем все в мультиварку. Воды никакой добавлять не надо, из мяса воды выпаривается более чем достаточно. Ставим режим мясо (25 минут).

Свинина с грибами и картошкой

Порезала свининку кусочками, обмазала ее в смеси майонеза, чеснока, соли и перца. Порезала шампиньоны (я беру целые, т.к. они вкуснее и ароматнее), картофель брусочками и лук кольцами. Все это загрузила в мультю, перемешала, посолила и на режим "Мясо" на 25 мин.

Мясо с черносливом

Мясо (говядина) кубиками примерно 1,5-1,5 см, чтобы все дно было плотно заложено, у меня на бл. грамм 700-800 было. Посолила, посыпала приправой для мяса, сушеным чесночком и ложки 3 сметаны. Потерла на крупной терке 3 средних морковки, тоже посолила, посыпала сушеным чесноком и тоже сметаны - 2 ст. ложки. все перемешала. На дно выложила мясо слоем, затем слой лука, четвертинками, затем слой чернослива (грамм 250): Затем слой морковки. Все. Закрываем и режим мясо 25 мин. Когда давление спадет, на мелкой терке слой сыра: Оставляем в режиме хранения тепла на 2-3 минутки.

Котлеты с тертой картошкой

Фарш, смешала с картошкой натертой на крупной терке, лук, чеснок, соль, перчик, сделала котлетки и в мультю. На дно масло. Режим "каша" на 10 мин., пропикала, спустила пар, открыла, перевернула и еще на 5 мин. В следующий раз попробую на других режимах.

Котлеты с сыром

На пол килограмма фарша, 1 морковка, 1 луковица, 1 яйцо, морковку на мелкой терке, лук тоже на терке, только на крупной потерла все перемешать, посолить, еще чесночка туда. Затем делаем котлеты. Я делала так из руки в руку фаршик перебросила, как бы на руке отбила, в серединку кусочек сыра примерно 1 см x 2 см, можно поменьше. Дно смазала маслом и выложила котлетки. Поставила на режим рис 13 минут, некоторые котлетки хорошие получились, а некоторые раскрылись.

Мясо кусочками в соусе

Пропорции: 1 кг мяса или больше, нарезанное кусочками. Одна большая луковица, немного растительного масла. Лавровый лист, соль, перец. Для соуса - сметана, майонез, томатная паста, любой другой соус или травы по желанию.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить нарезанный лук. Не закрывая крышку обжарить 3 минуты, до желаемой консистенции. Нажать кнопку "Отмена" Добавить мясо, сметану или другой соус на выбор. Воду не доливать! Закрыть крышкой, закрыть клапан и дождаться окончания программы "Говядина". Ориентировочно время приготовления 35 минут. Кастрюля набирает 2-3 минуты давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ Если процесс обжарки лука и закладывания мяса получился долгим, то закрыв крышку нажмите кнопку "Отмена". И еще раз сначала запустите программу "Говядина"

Котлеты

Пропорции: 1 кг мясного фарша для котлет (мясо, лук, картошка, хлеб и т.д. по желанию). 1 Ст.л. растительного масла.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить будущие котлетки-колобки. Не закрывая крышку, обжарить 3 минуты, до желаемой корочки. Перевернуть котлеты на другую сторону лопаткой. Воду не доливать! Закрыть крышкой, закрыть клапан и дождаться окончания программы "рис". Ориентировочно время приготовления 15-20 минут. Кастрюля набирает минуту-другую давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ Если процесс переворачивания котлет затянулся, то закрыв крышку нажмите кнопку "Отмена". И еще раз сначала запустите программу "Рис"

Тефтельки

Пропорции: 1 кг мясного фарша для котлет (мясо, лук, морковь, зелень и т.д. по желанию). Сырой или вареный рис, томатная паста или сметана/майонез и т.д. 1 Ст.л. растительного масла.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить будущие тефтельки-колобки :) Добавить желаемый соус, 1/3 стакана воды. Закрыть крышкой, закрыть клапан и дождаться окончания программы "Рис". Ориентировочно время приготовления 15-20 минут. Кастрюля набирает 3-5 минут давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

Картошка тушеная с мясом

Пропорции: 1 кг картошки, мясо кусочками, лук, вода, соль, перец, сливочное масло.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить нарезанный лук. Не закрывая крышку обжарить 3 минуты, до желаемой консистенции. Нажать кнопку "Отмена" Добавить картошку, масло, соль, перец, полстакана воды. Закрыть крышкой, закрыть клапан и включить еще раз сначала программу "Рис" Дождаться окончания программы "Рис". Ориентировочно время приготовления 20-25 минут. Кастрюля набирает 5-6 минут давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если мясо жесткое, то можно после закладки всех продуктов выбрать режим "Говядина" или ручную 20-30 минут.

Говядина.

Порезала говядину полосками, бросила в СВ, включила программу РИС, что б поджарить мясо. Когда оно малехо там поджарилось, кинула туда приправы: под руку попала: Ароматная приправа Кнор, она была в каком-то журнале, как подарок приклеена. Потом бросила неного замороженного красного перца (тоже полосками нарезан), малехо посолила и еще добавила приправу СОЛЬ с ЧЕСНОКОМ. Потом налила масла и все. Закрыла крышкой, переставила программу на Говядину.



В итоге получилось вкусное мясо, правда слегка пересоленное, не надо было просто добавлять соль, ее с приправами хватило.

Картошка с ребрышками

Все очень просто до безобразия. Ребрышки купили вчера, но так как было достаточно много, сварила гороховый суп и решила с картошечкой ребрышки сделать. Готовила в скороварке. На дно картошку, сверху порубленные ребрышки - что б кастрюльку не покорябали. И приправа для картофеля и еще приправа с морской солью и травами.



Мясо.

Был кусок говядины, довольно жесткое мясо. Сначала я включила просто время на 6 мин - крышку отложила в сторонку. Налила масла, насыпала порезанный лук и пару долек (измельченных) чесночка и немного поджарила, кстати кастрюлька начала шипеть минуты через 3. Потом когда решила что пора закладывать мясо - кинула его туда- оно было порезано длинными кусочками, как на гуляш (наверно). Ну так вот, перемешав мясо, я еще кинула туда острой приправы для мяса, и снова перемешала, потом немного посолила, но соли надо было побольше все таки (я из-за приправы побоялась больше посолить.). Потом налила немного воды и решила проверить программу Говядина. Поставила крышку, повернула и через какое время - ну как положено, кастрюлька была под давлением. Через 20-25 мин она запищала, я ее выключила, и минут через 5-8 подошла и аккуратно повернула клапан. Пар вышел, потом я открыла.



Мясо просто таяло во рту...

Мне кажется что в мульте я такого эффекта не добивалась,

ПОТОМ, МЕТОДОМ ТЫКА, ВЫЯСНИЛОСЬ, ЧТО ВСЕ ЖАРИТЬ УДОБНО НА ПРОГРАММЕ "РИС"

Картошка с говядиной и грибами.

Порезала говядину кусочками, посыпала немного чесночком и поставила в скороварку немного поджариться, потом туда кинула оставшиеся грибы (делала оладьи с припеком, остались шампиньоны). Потом выключила скороварку, положила картошку, посыпала приправой для картошки, посолила и налила немного воды. Закрыла крышкой и нажала программу ГОВЯДИНА.



Получилось вкусно, боялась что будет пересоленная но нет, тютелька в тютельку

Бараньи ребрышки с овощами (рисом)

В кастрюльку налить немного растительного масла. Лук нарезать кольцами, обжарить на режиме "Рис" до красивого цвета. Добавить нарезанные брусочками помидоры и продолжать жарить еще 3 мин. Вынуть овощи из кастрюльки.

Бараньи ребрышки разрезать, посолить, поперчить, посыпать паприкой (сладкий красный перец), обжарить на режиме "Рис" с одной стороны. Перевернуть, добавить овощи. Закрыть крышку и включить режим "Говядина"

После готовности, если жира будет много, то можно к ребрышкам добавить **РИС**. Два стаканчика пропаренного риса, разровнять, не перемешивая, и залить водой что бы она закрыла рис примерно на 1-2 см. Посолить. Закрыть крышку и включить режим "Рис".

Жаркое с грибами

Фарша со специями и луком обжарила на программе "рис" и с открытой крышкой, добавила обжаренные грибы (лисички), и еще немного пожарила. Почистила картошку, порезала на Бернере и сыпанула к фаршу с грибами. Закрывает крышку и еще раз включила "рис".

Бефстроганов "Для мужа"

Ингредиенты: Мякоть говядины 500-600 гр., лук репчатый - 1 шт., чеснок - 2-3 зубчика, томатная паста - 1-2 ст. л., сметана - 2-3 ст. л., горчица, соль, перец.

Приготовление в скороварке: после того как мясо порезала соломкой хорошо отбила. Затем каждый кусок обмазать с 2 сторон готовой горчицей и оставить минут на 20-30 (это для того, что бы мясо стало более мягким), налила в скороварку немного масла, положила мясо и включила время - несколько минут, и мясо так обжаривалось, пока я не решила, что пора уже остальное к нему докладывать. Мелко порезанный лук и чеснок я перемешала с мясом, минуты через 5 добавила сметану, перемешанную с томат-пастой, налила воды - у меня получилось воды многовато - хотя это не испортило блюда.

Потом я закрыла крышку, поставила клапан и включила программу ГОВЯДИНА. Через 20 мин. все это дело было готово.

Картошка с говядиной и грибами

Ингредиенты: Мясо говядины, чеснок, грибы, картофель, специи, соль, вода

Способ приготовления: Порезала говядину кусочками, посыпала немного чесночком и поставила в скороварку немного поджариться, потом туда кинула оставшиеся грибы. Потом выключила скороварку, положила картошку, посыпала приправой для картошки, посолила и налила немного воды. Закрывает крышкой и нажала программу ГОВЯДИНА. Получилось вкусно, боялась что будет пересоленная, но нет, тютелька в тютельку.

Фаршированные перцы

Ингредиенты: перец - 6 шт., фарш - 400 гр., рис (пропаренный) - 2 ст., морковь - 2шт, лук - 2шт, томатная паста - ложка столовая, чеснок, соль по вкусу, сметана - ст. ложка.

Способ приготовления: Смешать рис, фарш, соль, чеснок, морковь, лук, рис. Заложить смесь в перцы туго. Поставить в скороварку и залить томатной пастой со сметаной, разведенными в воде. Поставить на режим "Каша". Приятного аппетита.



Ежики с рисом

Ингредиенты: рис пропаренный, капуста, фарш, морковь, лук, перец, соль, томатная паста, сметана

Способ приготовления: Все это смешать и слепить тугие шарики. Выложить в скороварку и залить соусом (сметана и томатная паста и водой) наполовину залив их. Поставить на режим "Каша". После приготовления посыпать немного тертым сыром и подержать под крышкой 5 мин., чтобы сыр расплавился. Все готово.



Голубцы диетические 🍴

Я делала фарш сама, из мяса, грибов. Брала примерно 70% говядины и 30% свинины. Лучка побольше, да чеснок. Все через мясорубку 2 раза. Далее добавляем 1-2 яйца, капусту, соль, специи по вкусу. Перемешиваем. Лепим шарики и складываем в кастрюльку. Заливаем томатным соком. Режим "каша". Усе готово

Если не сидите на диете, добавляйте рис, будет сытней и вкусней 😊 Рис не надо отваривать. Морковки тоже можно или тыквы. И ещё можно сыр (любой, хоть плавленый, какой любите) добавить в соус.

Тефтельки нежные

Делаем фарш: мяско + булка, вымоченная в молоке, + лук + соль. Все тщательно через мясорубку пару раз. Далее я включаю программы "рис" и начинаю лепить. Лепим кругляшки и складываем в кастрюльку. Пока дошли до последнего (я делаю 1 ряд), они успевают чуть поджариться. Переворачиваю и заливаю томатным соусом из банки разведенным чуть водичкой. Можно по желанию добавить сметану/майонез. Закрываем крышку и в ручном режиме 5 минут. Мням! Бывает, я замораживаю партию таких тефтелек до лучших времен. И если беру из морозилки, то заливаю соусом и ставлю на 10 минут.

Говядина тушеная с сыром

Режем говядину, заранее убрать жилки и пленки, складываем в кастрюльку. Добавляем лук, перец, помидорки (если есть, у меня замороженные). Добавляем немного копченого сыра аля косичка. Ещё немного воды и чутка муки для густоты соуса. Солим немного, ибо сыр соленый. Перемешиваем, закрываем крышку и нажимаем режим "говядина". Ну такая вкуснятина, за уши не оттащишь 😊. Можно подавать с картофелем, макаронами, рисом. У меня приготовление вышло примерно 25 минут. Такое же блюдо можно приготовить и без скороварки, то тогда рекомендую потушить немного мясо отдельно от овощей и сыра, все-таки говядина жестковата.

Блюда из рыбы

Кета с черносливом и овощами

В мультю налила растительное масло. Затем слой тертой моркови, слой лука, слой чернослива (не много). Затем положила кету кусочками (посолила), сверху опять морковь и майонез. Режим рыба.

Получилось очень вкусно. Овощей было много, получилось что-то типа рыбы в овощах.

Минтай с овощами

Потёрла на тёрке Бёрнера морковь (много), лук, порезала филе минтая "брусочками" (поперёк филешки, и толщиной примерно 1-1.5 см), добавила зелень (у меня был укроп свежий), перец болгарский сушёный, майонеза немного, соль-перец по вкусу, всё сразу немного перемешала ложкой. Режим "Рыба-Рис", 15 минут. Вот, собственно, и всё. Единственный момент - филе рыбы всегда делаю сама, терпеть не могу готовое, оно как мочалка по консистенции, и воды в нём тонна, и костей предостаточно встречается. Фото, к сожалению, нет, но на вид - ничего особенного. Зато вкусно и нехлопотно!

Рыба жареная

Пропорции: 1 кг рыбы, соль, мука, 1 ст.л. растительного масла.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить рыбу, обваленную в муке, солее, приправах. Не закрывая крышку, обжарить 3 минуты, до желаемой корочки. Перевернуть куски рыбы на другую сторону лопаткой. Воду не доливать! Закрывать крышкой, закрыть клапан и дожидаться окончания программы "Рис". Ориентировочно время приготовления 15-20 минут. Кастрюля набирает минуту-другую давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если процесс переворачивания рыбы затянулся, то закрыв крышку, нажмите кнопку "Отмена". И еще раз сначала запустите программу "Рис". Если хотите, например, потушить рыбу, то после переворачивания добавьте морковку с томатом и готовьте так же.

Рыба под маринадом

Рыбу (у меня пикша) порезала на куски, обваляла в муке и слегка обжарила на "рисе". Пока рыба обжаривалась, на плите на сковородке обжарила лук с морковкой. Как рыба обжарилась чуть, закидала лук/морковь, залила томат. соусом слегка разбавленным водой, лимончик,



чуть сахарка и лавровый лист кинула. Поставила на 5 минут + ещё минут 10 стояла на подогреве, ждала пока картошка сварится. Очень вкусно и нежно!

Блюда из птицы

Курица с ананасами

Нарезать куриное филе кубиками, поперчить, посолить, специи (мне нравится очень сочетание карри с ананасом), лук, морковка, потом консервированные ананасы кусочками и совсем немного ананасового сока. Обычно туда добавляю еще кукурузу консервированную (но сегодня не было. Режим цыпленок.

Овощи с куриной грудкой

Нарезала кубиками лук, морковь, сладкий перец, кабачок, картофель.

Немного прямо в кастрюле пожарила морковь с луком и перцем. Потом кинула туда замороженные половинки грудки, картошку, кабачок. Посолила. Готовила на режиме "Цыпленок". Пар стравил сразу после готовности. Мясо проваренное, мягкое. Овощам бы и поменьше можно было тушиться. Но, опять же, картошка у меня сильно разваривается, сорт такой. Немного воды добавляла. Можно было не добавлять, достаточно было бы воды (сока) от грудок и кабачка.

Цыпленок «Карри» в скороварке Land Life

ВАМ ПОТРЕБУЮТСЯ: разделанная и выпотрошенная тушка цыпленка, 1 луковица, 1 столовая ложка порошка карри, 1 чайная ложка карри-пасты, 280 мл бульона, 1 десертная ложка пряностей, включая гвоздику, 1 столовая ложка лимонного сока, 60 г маргарина, 1 столовая ложка с верхом муки, 1 яблоко, соль по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: Разделите тушку цыпленка на части и обваляйте в муке. Разогрейте кастрюлю **скороварки Land Life** без крышки, добавьте маргарин. Обжарьте куски цыпленка, чтобы они зарумянились. Выньте цыпленка, слейте жир. На дно скороварки положите решетку. На решетку положите куски цыпленка, обмазав их пастой карри и обваляв затем в порошке карри. Сверху положите нарезанный кольцами или полукольцами лук, нарезанное дольками и освобожденное от сердцевины яблоко. Добавьте лимонный сок, пряности, соль и залейте бульоном. Плотно закройте крышку скороварки и поставьте на огонь. После достижения нужного давления (смотрите инструкцию к скороварке) варите 15 минут. Дайте скороварке медленно остыть.

Куриные колобки

Соус молочный делала отдельно, потом перелила в мультю. Можно, конечно, в мульте его делать, но я опасаясь. Его надо непрерывно мешать. Боюсь, как бы я покрытие не прогоркала

Соус: 40г сливочного масла, 2 ст. л. с небольшой горкой муки, 0,5 литра молока и соль по вкусу.

Разогреть масло на сковороде, положить туда муку, хорошенько перемешать, чтобы мука пропиталась маслом. Постепенно (не сразу, небольшими порциями) вливать молоко, все время помешивая в одном направлении. По мере загустения молоко подливать. Подсолить по вкусу. Делается не так долго, как я рассказывала. На тефтельки купили 2 крупные куриные грудки (900г общий вес). Кожу выбросила (у нас никто не ест). Сняла только большие филе. Грудную кость с малыми филе заморозила. Или на куриный супчик пойдет, или на салат с курицей. Перекрутила на мясорубке филе, среднюю луковицу, 1 среднюю морковку. Добавила 2 столовые ложки манной крупы, соль по вкусу. Хорошо вымесила и выбила фарш. Дала ему постоять в холодильнике с часик (манка разбухает, фарш становится более плотным, очень хорошо с ним работать).

В мультю вылила соус, выложила в него сформованные круглые колобки (из этого количества фарша сделала 6 штук). Поставила на режим "цыпленок", убавив время до 7 минут. После отключения пар не спускала. Когда он сам сошел, открыла.

Куриные желудки в соусе

Обжарила лук на растительном масле в мульте. Добавила нарезанные желудки и разбавленную томатную пасту (1 стакан). Поставила на режим мясо.

Курица с картошкой на пару

Вниз я положила лук (сырой), морковь (сырая), маринованный зеленый лук, маринованную петрушку, 4 куриных крылышка (2 глубокой заморозки), 2 куриных ножки, 2 ложки томатной пасты, соль, вода.

На решетку: картошку (зачем то посолила) и решила попробовать, как поведет себя курочка, достала кусочек снизу и положила на решетку(не солила и правильно сделала). Режим цыпленок 15 мин, ждем-с...

Тадам: все пропичало, спустила пар через полотенце, открыла крышку, выглядело все так же, как я положила(правда, при ближайшем рассмотрении, увидела, что курочка в размере уменьшилась).

Курица на пару приготовилась очень хорошо (для тех, кто забыл - режим цыпленок 15 минут), вкусно (но я люблю на пару)

Курица кусками в соусе

Пропорции: 1 курица нарезанная кусками (или больше) (обязательно размороженная) или куриные ноги 6-8 штук. Одна большая луковица, немного растительного масла. Лавровый лист, соль, перец. Для соуса - сметана, майонез, томатная паста, любой другой соус или травы по желанию.

Управление: Нажать кнопку "Рис". В кастрюлю налить немного масла и положить нарезанный лук. Не закрывая крышку обжарить 3 минуты, до желаемой консистенции. Добавить сырую курицу, сметану или другой соус на выбор. Воду не доливать! Закрывать крышкой, закрыть клапан и дожидаться окончания программы "рис". Ориентировочно время приготовления 20 минут. Также можно готовить свежее нежесткое мясо. Кастрюля набирает 2-3 минуты давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если процесс обжарки лука и закладывания курицы получился долгим, то закрыв крышку нажмите кнопку "Отмена". И еще раз сначала запустите программу "Рис". Можно готовить курицу в режиме "Тушение курицы". Этот режим чуть более долгий, чем "Рис" и менее горячий. Продукты не обжариваются, а только тушатся.

Запеканка

400 гр куриного фарша перемешать с +1 луковица +1 п укропа +1 п петрушки +соль перец по вкусу два больших яблока сыр 150 гр. слоями фарш, тертые яблоки, тертый сыр. режим цыпленок.

Курица жареная

Обжарила на подсолнечном масле мелко нарезанные 2 головки репчатого лука и 2 зубчика чеснока, добавила туда почти целую чайную ложку молотого красного острого перца, по полчайной ложке молотого имбиря, кориандра, розмарина, 3 гвоздички, немного корицы. Можно просто добавить карри или смесь для курицы. В полученный соус кладем кусочки курицы, перемешиваем и обжариваем 5 минут, потом солим, добавляем воды, накрываем крышкой и тушим до готовности, при необходимости добавляя воду. При подаче можно чуть полить лимонным соком. Я потом просто решила что мне воды много и оставила курицу что б она поджарилась (просто время выставила). Запах шел аж в коридор к лифту, где я в это время разговаривала с девочками-соседками, они -то и унюхали...

Так что советую эту курочку приготовить - вес равно где хоть в мульте, хоть на плите. Будет вкусно!!!

Курица в соусе



На режиме "рис" обжарила лук. Потом закинула курицу кусками, добавила немного воды, томат. пасты, майонеза, пару капель соевого соуса, сушеный чеснок, молотый перец и ещё плавленого сыра немного. На ручной режим 15 минут. Через 15 минут опять сплошной восторг с макаронками просто улетно. Мясо очень легко отходит от костей. Даже хрящи мягкие



Блюда из молока

Топленое молоко в скороварке Land Life

(А это уже российский рецепт, не из инструкции)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: В скороварку залейте 1 литр свежего молока, закройте ее крышкой и поставьте на большой огонь. По достижении высокого давления убавьте огонь и продолжайте кипятить молоко в течение 10—15 минут. Чтобы получить толстую аппетитную пенку, это время увеличьте до 20 минут. Дайте **скороварке Land Life** медленно остыть.

Из этого топленого молока можно получить домашнюю ряженку, если добавить на литр охлажденного молока чайную ложку сметаны, размешать и поставить в теплое место.

Молочные Каши

Хочу отдельно отметить, что каши получаются на вкус чудесные. Они немного томленные и очень нежные. Из стакана крупы каши получается **ОЧЕНЬ** много. Я обычно варю из расчета половина или треть стакана крупы. Кастрюлю при варке молочной каши не рекомендуется заполнять больше чем на 3/4.

Кашу можно не боясь ставить на таймер с вечера. Вот она мечта выходного дня. И родители выспались, и каша есть. Молоко не прокисает и каша никуда не сбежит. Единственное - хотя бы примерно с точностью до часа-полтора готовить ее к завтраку. Если каша будет стоять в режиме подогрева 5 часов, то есть, вероятно, что молоко все таки снизу приварится.

Рисовая каша

Готовилась 20 мин.

Пропорции 1:5

Докладываю точные пропорции (свои): на 1 мерный стаканчик сухого риса налила 5 мерных стаканчиков жидкости (я смешиваю 1:1 молоко и воду). Соль, сахар на глазок посыпала. Потом пришлось немного досолить и подсахарить. Но с горячей кашей это сделать легко. Закрывает крышку. Поставила на режим "Каша" (т.е. 20 минут). Когда процесс закончился, подождала опускания клапана поплавкового, немного пар спустила.

Каше по консистенции - просто супер! Не густая, не жидкая. Самое ОНО. Если надо пожиже, то взять на 1 мерку риса **ШЕСТЬ** мерок жидкости.

Получилось 3-4 порции каши на завтрак. Почему 3-4? Потому что едоки разные. Кто-то немного каши ест, кто-то побольше. Скажем так: три полновесные порции, на хорошего дядьку

Рис разварился в меру!

Кукурузная каша с тыквой

150г тыквы (у меня была замороженная, нарезанная кубиками, если свежая - потереть на терке), 1 мерный стаканчик кукурузной крупы, 4 мерных стаканчика воды, 4 мерных стаканчика молока. Соль, сахар по вкусу.

Всё! Засыпали и приготовили в режиме "Каша". Я ее готовлю обычно больше часа - а тут...

Овсянка-геркулес

Пропорции: 1 стакан хлопьев, 4 стакана молока, 2 ст.л. сахара. (0.5 ст. хлопьев+2 стакана молока+1 ст.л. сахара)

Управление: Нажать кнопку "Выбор времени". Установить 2 минуты, нажать кнопку "Выбор функций". Кастрюля набирает 5-6 минут давление, потом загорается буква Р на табло. Это время зависит от количества жидкости. С этого момента идет время приготовления.

Манная каша

Пропорции: 1 стакан манки, 5 стаканов молока, 2 ст.л. сахара. (0.5 ст. манки+2.5 стакана молока+1 ст.л. сахара)

Управление: Нажать кнопку "Выбор времени". Установить 1 минуту, нажать кнопку "Выбор функций". Кастрюля набирает 5-6 минут давление, потом загорается буква Р на табло. Это время зависит от количества жидкости. С этого момента идет время приготовления.

ПРИМЕЧАНИЕ. Манка получается немного комочками. Если вы такую не любите - можно ее энергично размешать и процедить через сито в тарелку.

Гречневая, рисовая, кукурузная, пшенная, рис+пшенка, ячневая, пшеничная и другие "тяжелые" каши

Пропорции: 1 стакан крупы, 6 стаканов молока, 2 ст.л. сахара. (0.5 ст крупы+3 стакана молока+1 ст.л. сахара)

Управление: Нажать кнопку "Каша". Кастрюля набирает 5-6 минут давление, потом загорается буква Р на табло. Это время зависит от количества жидкости. С этого момента идет время приготовления. Ориентировочно время приготовления 15-20 минут.

Каша в скороварке Land Life

Ингредиенты: Рис круглый - 2 мерных стакана; крупа гречневая - 1 мерный стакан; вода - 2,5 мерных стакана; молоко - 1 мерный стакан; масло растит. - 2 столовых ложки; соль - по вкусу.

Смешать предварительно промытые крупы, положить в кастрюлю. Добавить остальные продукты. Количество добавляемой жидкости не увеличивать! Готовить на кнопке "рис", после приготовления подождать 5 - 10 минут, не открывая крышку. Открыть крышку и перемешать.

Рисовая каша ароматная

Состав: рис 3/4 мерной чашки, вода 4 чашки (если не поститесь, то молоко + вода), сахар 1,5-2 ст. л, сахар ванильный 0,5 - 1 ч л, соль 0,5 ч л, изюм золотистый без косточек 1/3 чашки, апельсин 1 шт, масло (любимое).

Приготовление: 1. Изюм промыть.

2. С апельсина теркой снять цедру - 1 ч л пойдет в кашу (по вкусу, можно меньше или больше), сам апельсин очистить, разделить на дольки, каждую разрезать пополам.

3. Рис промыть следующим образом: залить холодной водой, потереть руками, потом промыть под проточной холодной водой.

4. Сложить все в кастрюльку (я ставила на таймер с вечера), залить водой, режим "Каша".

В готовую, еще горячую кашу добавить немного масла (наверное, вкусно с миндальным, у меня его не было - добавила кунжутное светлое). Если не поститесь, то сливочное).

Примечание. *Пару слов о рисе: эта крупа обладает способностью сорбировать и выводить из организма токсины, шлаки - но только при условии, что он сварен на воде, и хорошо промыт (мы моем его не только от грязи, но и вымываем часть крахмала). Хорошо работает в сочетании с овощами и фруктами.*



Выпечка и десерты

Мармелад из лимонов в скороварке Land Life

ВАМ ПОТРЕБУЮТСЯ: 0,5 кг лимонов, 0,5 л воды, 1,25 кг сахарного песка.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: Вымойте и обсушите лимоны. Разрежьте их на половинки и выжмите сок. Вычистите сердцевинки и косточки и заверните их в марлю. Порежьте кожуру на одинаковые кусочки. Замочите все это в 0,5 л воды, смешанной с лимонным соком, и оставьте на ночь.

Затем отожмите в кастрюлю **мультиварки Land Life** содержимое марли и добавьте все остальное. Плотно закройте крышку, поставьте на огонь. После достижения высокого давления варите 10—15 минут. Дайте скороварке медленно остыть.

Откройте крышку и добавьте сахар. Размешайте его до растворения. Снова поставьте кастрюлю на огонь, но не накрывайте крышкой. Доведите до кипения, снимите пену и варите, пока мармелад не загустеет.

(Тест на готовность: Заранее поставьте в морозильное отделение холодильника чистое фарфоровое блюдечко. Когда вы решите, что пора проверить мармелад на готовность, капните его ложкой на охлажденное блюдечко. Если капля расплывается и течет вниз при наклоне блюдечка — значит, варку надо продолжить. Капля готового мармелада на охлажденном блюде сохраняет форму, как бы вы не наклоняли блюдце.)

Разложите готовый мармелад по маленьким баночкам, ведь это лакомство, и большая банка здесь неуместна. Вы получите желеобразный мармелад (или джем) приятного кисло-сладкого вкуса с пикантной горчинкой. Лимонный мармелад, намазанный на горячие поджаренные тосты, — это очень вкусно!

Торт бисквитный в скороварке Land Life

Ингредиенты: Яйцо - 3 шт.; масло растит. - 5 ст. ложек; молоко - 4 ст. ложки; мука пшеничная - 6 ст. ложек; мука кукурузная - 1,5 ст. ложек; уксус - 0,5 ст. ложек; соль - на кончике чайной ложки; сахар - 6 ст. ложек.

Смешать пшеничную и кукурузную муку (можно заменить крахмалом). Отделить белки от желтков. Взбить белки с 1-й ст. ложкой сахара, добавить уксус для удаления запаха яиц. В миске смешать масло и молоко. Добавить туда соль, оставшийся сахар и предварительно смешанную муку. Перемешать всё до состояния однородной массы. Добавить, примешивая по одному, желтки. Добавить в тесто взбитые белки, аккуратно перемешивая. Выложить тесто в смазанную маслом внутреннюю ёмкость кастрюли и закрыть кастрюлю. Выставить режим приготовления на 20 минут.

Компот

Немного сухофруктов (в один слой по дну). Залила около 3 литров кипящей воды. Немного сахара. Режим подогрев. Минут через 30 открыла. Вода на этот раз осталась на уровне. Компот очень насыщенный. Сейчас думаю, что воду можно было и не кипятить отдельно

Творог

Выливаем молоко в мультиварку, по количеству сколько хотите. У меня было 2 литра. Пол стакана кефира туда же и на режим хранения тепла. Я открыла мультю через 2 часа, сыворотка уже отделилась, и творог уварился. Откинула на дуршлаг с мелкими дырочками, водичка стекла и вуаля!!! Творог получился нежный, не сухой, и совсем не кислый. Хочу попробовать из кефира сделать, должно тоже получиться, только еще быстрее!!!

Бисквит

Да рецепта то особого и нет! 2 яйца, 5 ст л сахара, 2 ст л подсолнечного масла, 5 ст л какао, стакан молока, муки на глаз - до консистенции сметаны и упаковка разрыхлителя. все отчет по бисквиту в режиме каша пропекся полностью! за 20 минут

Пирог с персиками

А рецепт то как говориться на глаз или что под рукой: стакан молока, два яйца, пакетик разрыхлителя, пять столовых ложек сахара муки до консистенции сметаны. часть вылить в кастрюльку (только предварительно ее обязательно смазать!!!!!!) потом выложить консервированные персики и залить оставшимся тестом - в режим каша, после пропитать сиропом от персиков ням!

Время - 17 минут

Ягодный пирог

Тесто: 4 яйца, немного соды, стакан сахара и стакан муки. Все тщательно перемешать. Промыть мороженые ягоды (мне больше всего нравится одна брусника), но сегодня брусники было совсем мало, поэтому добавила еще клюквы и смородины. Ягоды аккуратно высыпать в тесто (чтобы не помять) и перемешать. Чашу смазать растительным маслом. Режим каша. Сверху немного сгущенки.

Тесто пропеклось хорошо. Дно не подгорело. Очень-очень вкусно. Хорошо, что порция небольшая, иначе бы лопнула. За раз съела почти половину

Шарлотка

На дно выкладываем мелко порезанные яблоки.

Тесто: 3 яйца, 1 ст. сметаны, 1 ст. сахара, 0,5 ч.л. соды и мука до густоты сметаны. Тестом заливаем яблоки и выпекаем на режиме каша, можно время уменьшить, у меня дно подгорает на 20 минутах

Банановый пирог

Сегодня испекла в любимой мультиварке пирог с бананом. Ну очень вкусный и сочный! банан в выпечке темнеет, как крапинки шоколада на вид. а вкус...это нечто!!!!!!!

РЕЦЕПТ: 1 ст. кефира (в моем случае простокваша), 1 ст. манки, 3 яйца, 1 ч. л. негашеной соды, 0,5 пачки растопленного маргарина, еще сахар 0,5 ст, 2-3 переспелых банана, размятых вилкой. Тесту желательно постоять перед выпечкой минут 10-30. Выпекать на режиме КАША 17 мин

Морковный пирог

175 гр сахара, 175 гр подсолнечного масла (у меня грамм 100 было), 3 больших яйца ,слегка взбить, 140 грамм тертой сырой моркови(около 3х штук), 100 грамм изюма (у меня была вяленая вишня), тертая цедра одного апельсина(можно лимона), 175 гр муки, 1 ст. ложка разрыхлителя, 1 столовая ложка корицы, 1/2 столовой ложки молотого мускатного ореха.

Для глазури: 175 гр сахарной пудры , 1,5 -2 ст.ложки апельсинового сока (лимонного).

Соединить сахар, масло и яйца. Слегка взбить. Добавить цедру, морковь и изюм.

Смешать муку, разрыхлитель, специи и просеять в уже готовое тесто. ТЕСТО ДОЛЖНО БЫТЬ ПОЧТИ ЧТО ЖИДКИМ!!! Выложить в форму. Выпекать на режиме КАША.

Достать из формы. Взбить ингредиенты для глазури, до густоты жидких сливок и залить пирог.

Гораздо вкуснее он, когда совсем остынет. Корицу и мускатный орех можно уменьшить или убрать вовсе, но это будет совсем не то...

Медовый бисквит

Решила испечь таки этот медовый корж. Начиталась в инете, что стелят на дно пергамент, что бы легко вытащить и не пригорело - постелила, смазала, вылила тесто. Поставила на режим каша. Через пару минут запахло гарью, запищало ЕЗ! Открыла - подгорает пергамент! Соскробла тесто на дно мульти и закрыла ее снова. Режим каша, правда время поставила 18 мин. и потом спустила пар.

Тесто: 100г масла на терке, 3 мерных стаканчика муки, 1 стаканчик сахара, сода на кончике ножа, 2ст. ложки меда. Все это в комбайне замесила, добавила 3 взбитых яйца.

По вкусу- сладкая булка, но суховатая, поэтому я разрежала на два коржа и пропитала сметанным кремом и посыпала какао

Запеканка творожная

Пропорции: 2 пачки творога по 250 гр, 2 яйца, 2 ст.л. манки, 2 ст.л. сахара, ванилин, 1 ст.л. растительного масла.

Управление: Смешать в комбайне, миксером или вилкой все ингредиенты. В кастрюлю налить немного масла и выложить творожную массу ровным слоем. Закрывать крышкой, закрыть клапан и нажать кнопку "Рис". Ориентировочно время приготовления 15-20 минут.

Кастрюля набирает минуту-другую давление, потом загорается буква Р на табло. С этого момента идет время приготовления. После окончания приготовления встряхнуть внутреннюю чашу. Положить сверху тарелку и перевернуть - содержимое вытряхнуть кверху ногами на тарелку. Для чаши из нержавеющей стали рекомендую использовать пергамент.

Торт «Согласие»

Ингредиенты: Мука пшеничная - 1 стакан (я брала граненый), молоко сгущенное - 400 г., сода пищевая - 1 ч.л., яйцо - 2 штуки, крахмал - 50 г (я брала кукурузный), масло сливочное - 200г.

Способ приготовления: Не судите строго, выглядит не очень, но муж сказал, что очень вкусно и съел 3 куса. Выкладываю потому, что рецепт нормальный и тортик очень съедобный.

Для теста смешать сгущенное молоко, яйца, муку, взбивайте постепенно добавляя крахмал, до увеличения объема в 2 раза, в конце взбивания всыпать соду.

МОЙ СОВЕТ, попробуйте сначала взбить сами яйца, а потом добавить сгущенку, и остальное понемногу добавляйте, муку я просеивала.

У меня масса не увеличилась в 2 раза (наверно в 1,5) - я думаю из-за того что яйца взбивала уже вместе со сгущенкой.

В оригинальном рецепте советуют разделить на 2 части и в одну добавить какао, я так делать не стала.

Потом поставила все в скороварку 2 раза на программу КАША

Получился неплохой бисквит или корж, когда разрежала на 2 толстеньких коржа - был суховат и поэтому я в небольшом кол-ве воды развела растворимый кофе и пропитала коржи. Взбила крем - у меня была сгущенка с какао (главпродукт) и 200 грамм масла, взбила, намазала обильно кремом коржи (получилось 2 штуки) и оставила пропитываться. Масла - если вышел не очень большой бисквит - можно поменьше, грамм на 50.

Кастрюльку смазать маргарином перед закладкой в нее теста.



Манник

Ингредиенты: Манка - 1 стакан (объем 180 мл), кефир 2,5% - 1 стакан, яйца - 3 шт., сахар - 3/4 стакана, ванилин - 1,5 г., сливочное масло - 100 гр., мука - 1 стакан, разрыхлитель - 1 ч.л.

Способ приготовления: манку залить кефиром и оставить настояться 1 - 1,5 часа, в это время взбить яйца с сахаром, ванилином, растопленным маслом и мукой с разрыхлителем. Взбитую массу добавить в манку с кефиром и перемешать лопаткой до однородности.

Чашу смазать маргарином и обсыпать манкой. Тесто переложить в чашу и включить режим "Каша".

После сигнала оставить на 20 минут отдохнуть. Вынимать удобнее, накрыв чашу тарелкой и перевернув ее.



Диетическая творожная запеканка

Нам потребуется: 2 пачки обезжиренного творога, 2 яйца, яблоко, немножко соды, лимонный сок, сухофрукты.

Приготовление: Взбейте 2 белка, добавьте творог, тертое яблоко, порезанные сухофрукты, соду погасить лим. соком. Все перемешать. На дно кастрюльки выложить бумагу для выпечки и выложить полученную массу. Готовить на режиме "каша" 2 раза. Т.е. пропичала СВ первый раз, дайте ей отдохнуть пару минут и ещё раз "каша". Запеканка получилась мокренькая. После приготовления я её из СВ вынула, переложила на тарелку и дала остыть. Т.к. не использовала муку и маслом бумагу не смазывала, то запеканка прилипла маленько к бумаге. Ну я этого и ожидала. В целом, мне очень понравилось 😊