

# Tefal®

## ADVANCED MULTICOOKER

EN	02	RO	79
DE	13	HR	90
NL	24	SL	101
FR	35	SK	112
BG	46	PL	123
CS	57	TR	134
HU	68		



## STARTERS

Diced mixed vegetables	3
Spinach salad	3
Rice salad	4
Vegetable stock	4
Oats porridge with raspberry and banana	4



## MAIN COURSES

Lentil soup	5
Potato and courgette omelette	5
Ratatouille	5
Carrot purée	6
Vegetable stir fry	6
Sautéed potatoes with mushrooms	6
Potato gratin	7
Wild mushroom risotto	7
Tadig Rice	7
Peas with lamb	8
Macaroni bolognaise	8
Lamb with turnip stew	8
Kabab Hala	9
Chicken with almonds	9
Chicken fillet with pineapple	9
Seafood paella	10
Monkfish in cream sauce	10
Steamed salmon with a pink glaze	10



## DESSERTS


Chocolate cake	11
Blueberry cheesecake	11
Chocolate cream dessert	12
Yogurt	12



- 3 potatoes, *diced*
- 2 carrots, *diced*
- 3 eggs
- 100 g *cooked peas*
- 2 tins of *tuna in oil*
- 2 *tbsp mayonnaise*
- *Sweet paprika powder*
- *Pepper*
- *Salt*

## Diced mixed vegetables




- 1 Put the potatoes and carrots into the bowl and cover them completely with water.
- 2 Select the STEAM  programme and set the cooking time to 30 minutes.
- 3 After 20 minutes, add the eggs in the steam basket and leave to cook for 10 minutes. Once the cooking programme is over, allow food to cool.
- 4 Mix all the ingredients in an other separated bowl and place the eggs (peeled and halved) on top.



- 300 g *fresh spinach*
- 1 *small onion, chopped*
- ¼ *measure of pine nuts*
- ¼ *measure of raisins*
- 2 *tbsp lemon juice*
- *Pepper*
- *Salt*

## Spinach salad



- 1 Put the onions pieces into the bowl. Select the CRUST/FRY  programme and cook for 8 minutes.
- 2 Add the pine nuts, followed by the raisins and spinach after 10 minutes of cooking. Cook until the spinach is reduced by half (around 2 minutes).
- 3 Add a dash of vinegar. Season with salt and pepper.

## Rice salad

- 2 measures of rice
- 2 measures of water
- 3 tbsp olive oil
- 2 tbsp lemon juice
- 150 g tinned sweetcorn
- 200 g tomatoes, diced
- 150 g red peppers, diced
- 1 avocado, diced
- 1 small onion, chopped
- Pepper
- Salt




- 1 Put the rice, water and 1 tbsp of oil into the bowl. Select the RICE/CEREALS programme.
- 2 Put the sweetcorn, tomatoes, red peppers, avocado and onion into a bowl. When the rice has finished cooking, rinse it with cool water.
- 3 Mix the rice with the other ingredients and season with salt, pepper, vinegar and the remaining olive oil.

## Vegetable stock

- 2 leek whites, diced
- 2 carrots, diced
- 1 onion, thinly sliced
- 2 potatoes, diced
- Olive oil
- Water
- Pepper
- Salt



- 1 Put all the vegetables into the bowl. Fill with water up to the maximum level, then add a pinch of salt, some pepper and a dash of olive oil.
- 2 Select the SOUP  programme and cook until the end of the programme (40 minutes).
- 3 Leave to stand until the liquid stops bubbling, then filter the stock and used as desired.



- 150 g oat flakes
- 600 ml milk
- 1 banana, sliced
- 1 handful of raspberries

## Oats porridge with raspberry and banana



- 1 Put the oat flakes and milk into the multi-cooker, then stir.
- 2 Start the PORRIDGE programme and cook for 20 minutes.
- 3 Once the cooking time is over, add the raspberries and banana slices.



- 150 g red lentils
- 1 onion, thinly sliced
- 1 clove of garlic, chopped
- 1 tbsp curry powder
- 1 tsp coriander
- 900 ml water
- Salt
- Pepper


## Lentil soup



X 4



30 min

- 1 Put all of the ingredients into the bowl. Select the SOUP  programme and set the cooking time to 30 minutes.
- 2 Once the cooking time is over, blend the soup in a bowl to obtain a smooth texture.

- 8 eggs
- 400 g potatoes, diced
- 200 g courgettes, diced
- ½ measure of oil
- Salt


## Potato and courgette omelette



X 4



30 min + 10 min

- 1 Add the oil, potatoes and courgettes to the bowl.
- 2 Select the CRUST/FRY  programme and leave to cook for 30 minutes. Stir occasionally.
- 3 Beat the eggs, add a pinch of salt and pour over the vegetables. Stir the omelette with a spatula at the beginning of the cooking time. Continue to cook for 10 minutes.
- 4 Once the omelette is cooked, remove the bowl using oven gloves and turn the omelette out onto a plate.



- 1 red pepper
- 1 green pepper
- 1 courgette
- ½ aubergine
- 1 onion
- 3 cloves of garlic
- 2 tbsp olive oil
- 1 potato, peeled
- 3 tomatoes, peeled
- Mixed herbs
- Pepper
- Salt


## Ratatouille



X 4



1 h

- 1 Dice the vegetables and put them into the bowl with the oil.
- 2 Select the STEW  programme and leave to cook for 60 minutes.
- 3 At the end of the cooking time, adjust the seasoning if necessary.

**Reduce the cooking time to 40 minutes if you prefer your vegetables crunchy.**



- 800 g carrots, diced
- 2 potatoes, diced
- 800 ml water
- 100 ml milk
- 30 g butter
- Salt

## Carrot purée




- 1 Peel and dice the carrots and potatoes.
- 2 Put all of the ingredients into the bowl and pour in the water. Start the BABY FOOD programme and set the cooking time to 45 minutes.
- 3 At the end of the cooking time, drain the water. Add the milk and butter to the carrots and potatoes and blend for 3 minutes in a food processor or using a hand blender.

- ½ green pepper, cut into matchsticks
- ½ red pepper, cut into matchsticks
- 1 courgette, cut into matchsticks
- Green beans, cut into pieces
- ½ red onion, thinly sliced
- ½ white onion, thinly sliced
- 3 carrots, cut into matchsticks
- 300 g fresh button mushrooms, thinly sliced
- Sesame oil
- Salt

## Vegetable stir fry




- 1 Add the sesame oil and all the other ingredients into the bowl. Season with salt and pepper.
- 2 Select the CRUST/FRY  programme and leave to cook for 12 minutes, stirring occasionally.
- 3 Select the KEEP WARM programme for a few minutes if you want your vegetables to be softer.



- 4 large potatoes, thinly sliced
- 1 onion, thinly sliced
- 300 g mushrooms, thinly sliced
- 4 tbsp vegetable oil
- Red chilli pepper, thinly sliced
- Garlic
- Salt

## Sautéed potatoes with mushrooms




- 1 Pour the vegetable oil into the bowl then add all the other ingredients.
- 2 Select the CRUST/FRY  programme and cook for 20 minutes.



- 1 tbsp butter
- 50 g grated Gruyère, Edam or Swiss cheese
- 1 clove of garlic, chopped
- 30 cl cream
- 7-8 potatoes, peeled and thinly sliced
- ¼ tsp nutmeg
- Salt
- Black pepper

## Potato gratin




- 1 Grease the inside of the bowl with butter.
- 2 Mix together garlic, cream, nutmeg, salt and pepper. Arrange the sliced potatoes in layers into the bowl alternating the cream mix and the grated cheese. Finish with the cream.
- 3 Select the BAKING  programme and cook for 40 minutes.

- 300 g fresh (or frozen) mushrooms, cut into small pieces
- 300 g risotto rice
- 1 L vegetable stock
- 1 onion, finely diced
- 1 clove of garlic, finely chopped
- 50 g parmesan
- 50 g butter
- 2 tbsp vegetable oil
- 2 sprigs of thyme
- Salt
- Finely ground black pepper

## Wild mushroom risotto



- 1 Pour the olive oil into the bowl. Add the onion, garlic and rice. Select the CRUST/FRY  programme and leave to cook for 12 minutes. Pour in the wine and wait until it evaporates. Add the mushrooms and stock.
- 2 Start the PILAF/RISOTTO programme. Once the cooking time is over, add the butter, salt and pepper (to taste) to the risotto.
- 3 Sprinkle with parmesan and garnish with thyme before serving.


**We recommend using short-grain rice, such as Arborio or Carnaroli, for the risotto.**



- 4 tbsp oil
- 4 cups of rice
- 7 cups of water

## Tahdig Rice



- 1 Place 4 tablespoons of oil, 4 cups of rice, 7 cups of water into the bowl.
- 2 Start the CRUST/FRY  programme for 75 minutes.

**This recipe will give you crispy and brown Tahdig.**



- 800 g frozen peas
- 150 g lamb, diced
- 1 white onion, chopped
- ½ measure of oil
- 20 g butter
- Pepper
- Salt



## Peas with lamb



X 4



10 min + 10 min

- 1 Put the lamb, onion, oil, salt and pepper into the bowl. Select CRUST/FRY  programme and leave to cook for 10 minutes.
- 2 Add the peas. Select the STEAM  programme and set the cooking time to 10 minutes.
- 3 At the end of the cooking time, add the butter and mix well.

- 350 g cooked macaroni
- 150 g minced beef
- 1 white onion, finely chopped
- 50 g grated cheese
- 3 measures of tomato sauce
- Drizzle of olive oil
- Oregano
- Pepper
- Salt



## Macaroni bolognese



X 4



10 min + 15 min

- 1 Put the olive oil, onion, minced beef and oregano into a bowl. Season with salt and pepper, select the CRUST/FRY  programme and leave to cook for 10 minutes, stirring occasionally.
- 2 Add the tomato sauce, stir. Add the macaroni, mix, start the SOUP  programme and leave to cook for 10 to 15 minutes.
- 3 Serve the pasta with grated cheese.



- 1 kg boneless lamb, cut into 1 cm cubes
- 2 medium-sized onions, thinly sliced
- 4 turnips, peeled and chopped
- 4 carrots, peeled and cut into pieces
- 2 tbsp vegetable oil
- ½ tsp salt
- ½ tsp pepper
- 2 tbsp fresh parsley, chopped
- 500 ml water



## Lamb with turnip stew



X 4



5 min + 1 h 30


- 1 Pour the oil into the bowl. Add the diced lamb. Select the CRUST/FRY  programme and cook for 5 minutes, stirring occasionally.
- 2 Add all the vegetables and pour in the water. Start the SOUP  programme and set the cooking time to 1 hour and 30 minutes.
- 3 Season with salt and pepper. Add the parsley before serving.



- 250 g Kabab meat
- 1 sweet pepper, diced
- 2 tomatoes, diced
- 1 onion, chopped
- 1 spoon of oil
- Pepper
- Salt

## Kabab Hala




- 1 Mix the whole ingredient together, add the oil, salt & pepper
- 2 Put the preparation into the bowl.
- 3 Select the STEAM  programme and leave to cook for 45 minutes.

- 2 chicken fillets, cut into pieces
- 200 g grilled almonds, peeled
- 1 red pepper, diced
- ¼ measure of oil
- 1 measure of water
- 3 cloves of garlic, thinly sliced
- 2 onions, chopped

## Chicken with almonds




- 1 Put all the ingredients into the bowl. Select the STEAM  programme and set the cooking time to 1 hour and 10 minutes.
- 2 Serve hot.



- 500 g chicken fillet, thinly sliced
- 350 g pineapple slices in syrup
- 1 onion, thinly sliced
- ½ measure of oil
- ¼ measure of chicken stock
- Pepper
- Salt

## Chicken fillet with pineapple



- 1 Cut the pineapple slices into quarters and keep the juice aside.
- 2 Mix the juice with the other ingredients and pour the mixture into the bowl. Season with salt and pepper.
- 3 Select the CRUST/FRY  programme and cook for 20 to 30 minutes, stirring occasionally.



- 150 g fresh mussels, cleaned
- 6 whole prawns
- 100 g peas
- 2 measures of rice
- 1 tbsp sweet paprika
- 5-6 strands of saffron
- 3 measures of vegetable stock
- Chilli pepper
- Oil
- Salt


## Seafood paella



X 4



10 min + AUTO

- 1 Add the oil, mussels and prawns to the bowl. Select the CRUST/FRY  programme and cook for 10 minutes.
- 2 Add the rice, saffron, peas, chilli pepper and vegetable stock, then start the RICE/CEREALS programme. Leave to cook until the end of the programme.

- 4 pieces of monkfish
- 3 measures of fish stock
- Rosemary
- 1 tbsp oil
- 1 onion, thinly sliced
- 1 carrot, cut into thin round slices
- ¼ measure of water
- ¼ measure of fresh cream
- Pepper
- Salt


## Monkfish in cream sauce



X 4



45 min

- 1 Put all of the ingredients into the bowl, except the monkfish. Select the STEAM  programme and set the cooking time to 45 minutes.
- 2 After 30 minutes, place the seasoned fish in the steam basket and add the basket to the bowl. Leave to cook until the end of the programme.
- 3 Serve the fish coated in sauce.



- 500 g salmon steaks
- 20 cl water
- Salt
- Pepper
- 1 lemon
- 1 lettuce leaf  
(For the garnish)

### For the glaze:

- 1 garlic clove, chopped
- 1 tbsp soy sauce
- 1 tbsp hoisin sauce
- 5 cl ketchup


## Steamed salmon with a pink glaze



X 4



20 min

- 1 Squeeze the lemon over the salmon steaks and season with salt and pepper. Put the fish into the steam basket, then place the basket in the multi-cooker.
- 2 Fill the bowl with water.
- 3 Select the STEAM  programme and cook for 20 minutes.
- 4 To prepare the glaze: mix together the soy sauce, hoisin sauce, ketchup and garlic. Coat the salmon with the glaze and serve on a lettuce leaf.

**You can use teriyaki sauce instead of hoisin sauce.**



- 150 g cooking chocolate
- 100 g butter
- 4 eggs
- 80 g sugar
- 50 g flour
- Baking paper greased with butter

## Chocolate cake



X 4



45 min

- 1 Melt the chocolate and butter in a saucepan.
- 2 Beat the eggs and sugar in a bowl. Add the melted chocolate and butter, then the flour, and mix for 2 minutes.
- 3 Line the bowl with greased baking paper. Pour in the mixture and select the DESSERT programme. Leave to cook until the end of the programme (45 minutes).
- 4 Leave to cool then turn out the cake. Serve with ice cream.



- 125 g crushed biscuits
- 70 g softened butter
- 300 g cream cheese spread
- 1 lemon yoghurt
- 1 measure of sugar
- 1 tbsp flour
- Zest of 1 lemon
- 3 eggs
- 100 g blueberry jam
- Baking paper greased with butter

## Blueberry cheesecake



X 4



40 min

- 1 Line the bowl with greased baking paper. Mix together the crushed biscuits and butter to form an even paste. Spoon the mixture into the base of the bowl, spreading evenly.
- 2 Whisk the egg whites in a bowl until they form stiff peaks. Set to one side.
- 3 Mix together the cheese, egg yolks, yoghurt, sugar, half the lemon zest and the flour in another bowl. Add the egg whites and mix.
- 4 Pour the mixture into the bowl, on top of the biscuit base. Select the DESSERT programme and set the cooking time to 40 minutes.
- 5 Once the cheesecake has cooled down, turn it out and coat with blueberry jam.



- 175 g cooking chocolate
- ½ L milk

## Chocolate cream dessert



- 1 Pour the milk into the bowl. Select the CREAM/CHEESE programme and set the cooking time to 40 minutes.
- 2 After 5 minutes, add the chocolate, broken into pieces. Mix to obtain a smooth consistency.
- 3 If necessary, add more chocolate or milk according to taste.



- 80 cl milk, whole or semi-skimmed
- 1 sachet of lactic starter cultures for making yoghurt
- 2 measures of water
- 2 tsp powdered milk

## Yogurt



- 1 Put the milk, lactic starter cultures, water and powdered milk into the container. Mix together.
- 2 Select the YOGURT programme and leave to cook for 10 hours.
- 3 At the end of the cooking time, put the yoghurt in the fridge for 2 hours.

**If you use UHT milk, there's no need to boil it. If you use whole or pasteurised milk, you should boil it then leave it to cool to room temperature. You can also use freeze-dried lactic starter cultures.**



## VORSPEISEN

Gemischter Gemüsesalat	14
Spinatsalat	14
Reissalat	15
Gemüsebrühe	15
Haferbrei mit Himbeeren und Bananen	15



## HAUPTGERICHTE

Linsensuppe	16
Kartoffel-Zucchini-Omelette	16
Ratatouille	16
Karottenpüree	17
Kurzgebratenes Gemüse	17
Bratkartoffeln mit Champignons	17
Kartoffelgratin	18
Steinpilzrisotto	18
Tadik-Reis	18
Lamm mit Erbsen	19
Makkaroni Bolognese	19
Steckrübeneintopf mit Lamm	19
Kebab Hala	20
Hähnchen mit Mandeln	20
Hähnchenfilet mit Ananas	20
Paella mit Meeresfrüchten	21
Seeteufel in Rahmsauce	21
Gedünsteter Lachs mit rosa Glasur	21



## NACHSPEISEN



Schokoladenkuchen	22
Käsekuchen mit Blaubeeren	22
Schokoladencreme	23
Joghurt	23



- 3 Kartoffeln, gewürfelt
- 2 Karotten, gewürfelt
- 3 Eier
- 100 g gekochte Erbsen
- 2 Dosen Thunfisch in Öl
- 2 Esslöffel Mayonnaise
- Edelsüßpaprika
- Pfeffer
- Salz

## Gemischer Gemüsesalat





- 1 Kartoffeln und Karotten in die Schüssel geben und vollständig mit Wasser bedecken.
- 2 Das Programm STEAM  (DAMPF ) wählen und die Garzeit auf 30 Minuten einstellen.
- 3 Die Eier nach 20 Minuten in den Dampfgareinsatz legen und 10 Minuten kochen. Das Kochgut nach Beendigung des Kochprogramms abkühlen lassen.
- 4 Alle Zutaten in einer anderen Schüssel mischen und die (geschälten und halbierten) Eier darauf anrichten.



- 300 g frischer Spinat
- 1 kleine Zwiebel, gehackt
- ¼ Messbecher Pinienkerne
- ¼ Messbecher Rosinen
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- Pfeffer
- Salz

## Spinatsalat



- 1 Gehackte Zwiebeln in die Schüssel geben. Das Programm CRUST/FRY  (RÖSTEN/BRATEN ) wählen und 8 Minuten garen.
- 2 Zunächst Pinienkerne, nach 10 Minuten Rosinen und Spinat hinzufügen. Kochen lassen, bis der Spinat auf die Hälfte reduziert ist (ca. 2 Minuten).
- 3 Einen Spritzer Essig hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Reissalat



- 2 Messbecher Reis
  - 2 Messbecher Wasser
  - 3 Esslöffel Olivenöl
  - 2 Esslöffel Zitronensaft
  - 150 g Mais aus der Dose
  - 200 g Tomaten, gewürfelt
  - 150 g rote Paprika, gewürfelt
  - 1 Avocado, gewürfelt
  - 1 kleine Zwiebel, gehackt
  - Pfeffer
  - Salz
- 1 Reis, Wasser und 1 Esslöffel Öl in die Schüssel geben. Das Programm RICE/CEREALS (REIS/GETREIDE) wählen.
  - 2 Mais, Tomaten, rote Paprika, Avocado und Zwiebel in eine Schüssel geben. Wenn der Reis gar ist, mit kaltem Wasser abspülen.
  - 3 Den Reis mit den anderen Zutaten mischen und mit Salz, Pfeffer, Essig und dem restlichen Öl abschmecken.

## Gemüsebrühe



- 2 Lauchstangen (nur den weißen Teil verwenden), gewürfelt
  - 2 Karotten, gewürfelt
  - 1 Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
  - 2 Kartoffeln, gewürfelt
  - Olivenöl
  - Wasser
  - Pfeffer
  - Salz
- 1 Das gesamte Gemüse in die Schüssel geben. Wasser bis zum maximalen Füllstand auffüllen, eine Prise Salz, etwas Pfeffer und einen Spritzer Olivenöl hinzugeben.
  - 2 Das Programm SOUP (SUPPE) wählen und bis zum Ende des Programms kochen lassen (40 Minuten).
  - 3 Stehen lassen, bis die Flüssigkeit keine Bläschen mehr bildet. Die Brühe dann abseihen und verwenden.



- 150 g Haferflocken
- 600 ml Milch
- 1 Banane, in Scheiben geschnitten
- 1 Handvoll Himbeeren

## Haferbrei mit Himbeeren und Bananen



- 1 Haferflocken und Milch in den Garer geben und umrühren.
- 2 Das Programm PORRIDGE (BREI) starten und 20 Minuten kochen.
- 3 Am Ende der Garzeit die Himbeeren und Bananenscheiben hinzugeben.



- 150 g rote Linsen
- 1 Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 1 Esslöffel Currypulver
- 1 Teelöffel Koriander
- 900 ml Wasser
- Salz
- Pfeffer

## Linsensuppe



X 4



30 min

- 1 Alle Zutaten in die Schüssel geben. Das Programm SOUP (SUPPE ) wählen und die Garzeit auf 30 Minuten einstellen.
- 2 Am Ende der Garzeit die Suppe in einer Schüssel pürieren, um eine sämige Beschaffenheit zu erhalten.

- 8 Eier
- 400 g Kartoffeln, gewürfelt
- 200 g Zucchini, gewürfelt
- ½ Messbecher Öl
- Salz

## Kartoffel-Zucchini-Omelette



X 4



30 min + 10 min

- 1 Öl, Kartoffeln und Zucchini in die Schüssel geben.
- 2 Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN ) wählen und 30 Minuten kochen. Gelegentlich umrühren.
- 3 Eier schaumig schlagen, eine Prise Salz hinzufügen und über das Gemüse gießen. Das Omelette zu Beginn der Garzeit mit einem Pfannenwender umrühren. Weitere 10 Minuten kochen.
- 4 Wenn das Omelette fertig ist, die Schüssel mithilfe von Topfhandschuhen herausnehmen und das Omelette auf einem Teller stürzen.



- 1 rote Paprika
- 1 grüne Paprika
- 1 Zucchini
- ½ Aubergine
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Kartoffel, geschält
- 3 Tomaten, geschält
- Gemischte Kräuter
- Pfeffer
- Salz

## Ratatouille



X 4



1 h

- 1 Das Gemüse würfeln und mit dem Öl in die Schüssel geben.
- 2 Das Programm STEW (SCHMOREN ) wählen und 60 Minuten kochen lassen.
- 3 Am Ende der Garzeit nach Bedarf abschmecken.

**Die Garzeit auf 40 Minuten reduzieren, wenn das Gemüse bissfest sein soll.**





- 800 g Karotten, gewürfelt
- 2 Kartoffeln, gewürfelt
- 800 ml Wasser
- 100 ml Milch
- 30 g Butter
- Salz

## Karottenpüree



- 1 Karotten und Kartoffeln schälen und würfeln.
- 2 Alle Zutaten in die Schüssel geben und Wasser hinzufügen. Das Programm BABY FOOD (BABYNAHRUNG) starten und die Garzeit auf 45 Minuten einstellen.
- 3 Am Ende der Garzeit das Wasser abgießen. Milch und Butter zu den Karotten und Kartoffel geben und 3 Minuten in einer Küchenmaschine oder mit einem Handmixer verrühren.

- ½ grüne Paprika, in Sticks geschnitten
- ½ rote Paprika, in Sticks geschnitten
- 1 Zucchini, in Sticks geschnitten
- Grüne Bohnen, in Stücke geschnitten
- ½ rote Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
- ½ weiße Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
- 3 Karotten, in Sticks geschnitten
- 300 g frische Champignons, in dünne Scheiben geschnitten
- Sesamöl
- Salz

## Kurzgebratenes Gemüse



- 1 Sesamöl mit allen anderen Zutaten in die Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 2 Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN) wählen und 12 Minuten kochen lassen. Dabei gelegentlich umrühren.
- 3 Das Programm KEEP WARM (WARMHALTEN) für einige Minuten laufen lassen, wenn das Gemüse etwas weicher sein soll.



- 4 große Kartoffeln, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
- 300 g frische Champignons, in dünne Scheiben geschnitten
- 4 Esslöffel Pflanzenöl
- Rote Chilischoten, in dünne Scheiben geschnitten
- Knoblauch
- Salz

## Bratkartoffeln mit Champignons



- 1 Pflanzenöl in die Schüssel gießen und alle anderen Zutaten hinzugeben.
- 2 Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN) wählen und 20 Minuten kochen.



- 1 Esslöffel Butter
- 50 g geriebener Gruyère, Edamer oder Schweizer Käse
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 30 mg Sahne
- 7-8 Kartoffeln, geschält und in dünne Scheiben geschnitten
- ¼ Teelöffel Muskat
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Kartoffelgratin



- 1 Die Innenseite der Schüssel mit Butter einfetten.
- 2 Knoblauch, Sahne, Muskat, Salz und Pfeffer verrühren. Die Kartoffelscheiben in die Schüssel schichten und abwechselnd Sahne und geriebenen Käse hinzugeben. Mit der Sahneschicht abschließen.
- 3 Das Programm BAKING (BACKEN ) wählen und 40 Minuten kochen.

- 300 g frische (oder tiefgefrorene) Steinpilze, in kleine Stücke geschnitten
- 300 g Risottoreis
- 1 L Gemüsebrühe
- 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 50 g Parmesan
- 50 g Butter
- 2 Esslöffel Pflanzenöl
- 2 Zweige Thymian
- Salz
- Fein gemahlener schwarzer Pfeffer

## Steinpilzrisotto



- 1 Das Olivenöl in die Schüssel geben. Zwiebel, Knoblauch und Reis hinzugeben. Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN ) wählen und 12 Minuten kochen lassen. Den Wein hinzugießen und warten, bis er verdampft ist. Steinpilze und Brühe hinzugeben.
- 2 Das Programm PILAF/RISOTTO (PILAW/RISOTTO) starten. Am Ende der Garzeit die Butter, Salz und Pfeffer (nach Geschmack) zum Risotto hinzufügen.
- 3 Parmesan darüber streuen und vor dem Servieren mit Thymian garnieren.

**Wir empfehlen, Rundkornreis wie Arborio oder Carnaroli, für das Risotto zu verwenden.**



- 4 Esslöffel Öl
- 4 Tassen Reis
- 7 Tassen Wasser

## Tadik-Reis



- 1 4 Esslöffel Öl, 4 Tassen Reis, 7 Tassen Wasser in die Schüssel geben.
- 2 Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN ) wählen und 75 Minuten garen.

**Mit diesem Rezept erhalten Sie einen knusprigen und braunen Tadik.**



- 800 g Tiefkühlerbsen
- 150 g Lammfleisch, gewürfelt
- 1 weiße Zwiebel, gehackt
- ½ Messbecher Öl
- 20 g Butter
- Pfeffer
- Salz

## Lamm mit Erbsen



X 4



10 min + 10 min

- 1 Lammfleisch, Zwiebel, Öl, Salz und Pfeffer in die Schüssel geben. Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN wählen und 10 Minuten kochen lassen.
- 2 Erbsen hinzufügen. Das Programm STEAM (DAMPF wählen und die Garzeit auf 10 Minuten einstellen.
- 3 Am Ende der Garzeit Butter hinzufügen und gut unterrühren.

- 350 g gekochte Makkaroni
- 150 g Rinderhack
- 1 weiße Zwiebel, fein gehackt
- 50 g geriebener Käse
- 3 Messbecher Tomatensoße
- Etwas Olivenöl
- Oregano
- Pfeffer
- Salz

## Makkaroni Bolognese



X 4



10 min + 15 min

- 1 Olivenöl, Zwiebel, Gehacktes und Oregano in die Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN wählen und 10 Minuten kochen lassen. Dabei gelegentlich umrühren
- 2 Tomatensoße hinzugeben und umrühren. Die Makkaroni hinzugeben, alles verrühren, das Programm SOUP (SUPPE starten und 10 bis 15 Minuten kochen lassen.
- 3 Die Pasta mit geriebenem Käse servieren.



- 1 kg Lammfleisch ohne Knochen, in 1 cm große Würfel geschnitten
- 2 mittelgroße Zwiebeln, in dünne Scheiben geschnitten
- 4 Steckrüben, geschält und gehackt
- 4 Karotten, geschält und in Stücke geschnitten
- 2 Esslöffel Pflanzenöl
- ½ Teelöffel Salz
- ½ Teelöffel Pfeffer
- 2 Esslöffel frischer Petersilie, gehackt
- 500 ml Wasser

## Steckrübeneintopf mit Lamm



X 4



5 min + 1 h 30

- 1 Das Olivenöl in die Schüssel gießen. Das in Würfel geschnittene Lammfleisch hinzugeben. Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN wählen und 5 Minuten garen. Dabei gelegentlich umrühren.
- 2 Das gesamte Gemüse hinzugeben und Wasser aufgießen. Das Programm SOUP (SUPPE starten und die Garzeit auf 1 Stunde 30 Minuten einstellen.
- 3 Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren Petersilie begeben.

- 250 g Kebab-Fleisch
- 1 Gemüsepaprika, gewürfelt
- 2 Tomaten, gewürfelt
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 Esslöffel Öl
- Pfeffer
- Salz

## Kebab Hala



- 1 Alle Zutaten vermischen, Öl, Salz und Pfeffer hinzufügen.
- 2 Die Mischung in die Schüssel geben.
- 3 Das Programm STEAM (DAMPF ) wählen und 45 Minuten kochen.

- 2 Hähnchenfilets, in Stücke geschnitten
- 200 g geröstete Mandeln, geschält
- 1 rote Paprika, gewürfelt
- ¼ Messbecher Öl
- 1 Messbecher Wasser
- 3 Knoblauchzehen, in feine Scheiben geschnitten
- 2 Zwiebeln, gehackt

## Hähnchen mit Mandeln



- 1 Alle Zutaten in die Schüssel geben. Das Programm STEAM (DAMPF ) wählen und die Garzeit auf 1 Stunde 10 Minuten einstellen.
- 2 Heiß servieren.



- 500 g Hähnchenfilet, in dünne Scheiben geschnitten
- 350 g Ananasscheiben in Saft
- 1 Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
- ½ Messbecher Öl
- ¼ Messbecher Hühnerbrühe
- Pfeffer
- Salz

## Hähnchenfilet mit Ananas



- 1 Die Ananasscheiben vierteln und den Saft auffangen.
- 2 Den Saft mit den anderen Zutaten mischen und die Mischung in die Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN ) wählen und 20 bis 30 kochen. Dabei gelegentlich umrühren.



- 150 g frische Muscheln, gesäubert
- 6 ganze Garnelen
- 100 g Erbsen
- 2 Messbecher Reis
- 1 Esslöffel Edelsüßpaprika
- 5-6 Safranfäden
- 3 Messbecher Gemüsebrühe
- Chili
- Öl
- Salz

## Paella mit Meeresfrüchten



X 4



10 min + AUTO

- 1 Öl, Muscheln und Garnelen in die Schüssel geben. Das Programm CRUST/FRY (RÖSTEN/BRATEN) wählen und 10 Minuten kochen.
- 2 Reis, Safran, Erbsen, Chilischoten und Gemüsebrühe hinzufügen. Das Programm RICE/CEREALS (REIS/GETREIDE) starten. Bis zum Programmende kochen lassen.

- 4 Stück Seeteufel
- 3 Messbecher Fischfond
- Rosmarin
- 1 Esslöffel Öl
- 1 Zwiebel, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 Karotte, in dünne Scheiben geschnitten
- ¼ Messbecher Wasser
- ¼ Messbecher frische Sahne
- Pfeffer
- Salz

## Seeteufel in Rahmsoße



X 4



45 min

- 1 Alle Zutaten außer Fisch in die Schüssel geben. Das Programm STEAM (DAMPF) wählen und die Garzeit auf 45 Minuten einstellen.
- 2 Den gewürzten Fisch nach 30 Minuten in den Dampfgareinsatz legen und den Einsatz in die Schüssel setzen. Bis zum Programmende kochen lassen.
- 3 Den Fisch mit Soße übergießen und servieren.



- 500 g Lachssteaks
- 20 mg Wasser
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zitrone
- 1 Salatblatt (zum Garnieren)

### Für die Glasur:

- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 1 Esslöffel Sojasoße
- 1 Esslöffel Hoisin-Soße
- 5 mg Ketchup

## Gedünsteter Lachs mit rosa Glasur



X 4



20 min

- 1 Die Lachssteaks mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch in den Dampfgareinsatz legen, den Einsatz in den Garer setzen.
- 2 Die Schüssel mit Wasser füllen.
- 3 Das Programm STEAM (DAMPF) wählen und 20 Minuten kochen.
- 4 Vorbereitung der Glasur: Sojasoße mit Hoisin-Soße, Ketchup und Knoblauch verrühren. Den Lachs mit der Glasur überziehen und auf einem Salatblatt servieren.

Statt Hoisin-Soße kann auch Teriyaki-Soße verwendet werden.



- 150 g Bitterschokolade
- 100 g Butter
- 4 Eier
- 80 g Zucker
- 50 g Mehl
- Mit Butter gefettetes Backpapier

## Schokoladenkuchen



X 4



45 min

- 1 Schokolade und Butter in einem Topf schmelzen.
- 2 Eier und Zucker in einer Schüssel schaumig schlagen. Geschmolzene Schokolade und Butter, danach das Mehl hinzufügen und 2 Minuten verrühren.
- 3 Die Schüssel mit gefettetem Backpapier auslegen. Die Mischung in die Schüssel geben und das Programm DESSERT wählen. Bis zum Programmende backen lassen (45 Minuten).
- 4 Abkühlen lassen, dann den Kuchen auf einem Teller stürzen. Mit Eiskrem servieren.



- 125 g zerstoßene Kekse
- 70 g weiche Butter
- 300 g Frischkäse
- 1 Zitronenjoghurt
- 1 Messbecher Zucker
- 1 Esslöffel Mehl
- Schale einer Zitrone
- 3 Eier
- 100 g Blaubeermarmelade
- Mit Butter gefettetes Backpapier

## Käsekuchen mit Blaubeeren



X 4



40 min

- 1 Die Schüssel mit gefettetem Backpapier auslegen. Die zerstoßenen Kekse und Butter zu einer gleichmäßigen Masse verrühren. Die Masse auf dem Boden der Schüssel gleichmäßig mit einem Löffel verteilen.
- 2 Das Eiweiß in einer Schüssel steif schlagen. Beiseite stellen.
- 3 Frischkäse, Eigelb, Joghurt, Zucker, die Hälfte der Zitronenschale und das Mehl in einer anderen Schüssel verrühren. Den Eischnee hinzufügen und verrühren.
- 4 Die Mischung auf der Keksschicht in der Schüssel verteilen. Das Programm DESSERT wählen und die Backzeit auf 40 Minuten einstellen.
- 5 Den Käsekuchen nach dem Abkühlen stürzen und mit Blaubeermarmelade bestreichen.



- 175 g Bitterschokolade
- ½ L Milch

## Schokoladencreme



- 1 Die Milch in die Schüssel gießen. Das Programm CREAM/CHEESE (FRISCHKÄSE) wählen und die Backzeit auf 40 Minuten einstellen.
- 2 Nach 5 Minuten die in Stücke zerbrochene Schokolade hinzufügen. Glattrühren.
- 3 Nach Bedarf und Geschmack mehr Schokolade oder Milch hinzufügen.



- 80 mg Voll- oder Magermilch
- 1 Beutel Milchsäurebakterien-Kulturen für die Herstellung von Joghurt
- 2 Messbecher Wasser
- 2 Teelöffel Milchpulver

## Joghurt



- 1 Milch, Milchsäurebakterien-Kulturen und Milchpulver in den Behälter geben. Alles vermischen.
- 2 Das Programm YOGURT (JOGHURT) wählen und 10 Stunden kochen lassen.
- 3 Am Ende der Garzeit den Joghurt 2 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

**Bei Verwendung von H-Milch ist kein Aufkochen erforderlich. Wird Vollmilch oder pasteurisierte Milch verwendet, sollte diese aufgekocht und dann auf Zimmertemperatur abgekühlt werden. Es können auch gefriergetrocknete Milchsäurebakterien-Kulturen verwendet werden.**



## VOORGERECHTEN

Groentemacedoine	25
Spinaziesalade	25
Rijstsalade	26
Groentebouillon	26
Haverhoutvlokken met frambozen en banaan	26



## HOOFDGERECHTEN

Linzensoep	27
Tortilla met aardappelen & courgettes	27
Ratatouille	27
Wortelpuree	28
Groentewok	28
Gebakken aardappelen met champignons	28
Aardappelgratin	29
Risotto met bospaddenstoelen	29
Perzische rijst	29
Ertwtjes met lam	30
Macaroni bolognaise	30
Ragout van lam en raapjes	30
Kebab Hala	31
Kip met amandelen	31
Kipfilet met ananas	31
Paella met zeevruchten	32
Zeeduivel in roomsaus	32
Gestoomde zalm met roze glazuurlaag	32



## DESSERTEN

Chocoladetaart	33
Cheesecake met blauwe bosbessen	33
Chocoladecrème	34
Yoghurt	34





- 3 aardappelen, in blokjes gesneden
- 2 wortelen, in blokjes gesneden
- 3 eieren
- 100 g gekookte erwten
- 2 blikjes tonijn in olie
- 2 el mayonaise
- Mild paprikapoeder
- Peper



## Groentemacedoine



X 4



30 min

- 1 Doe de aardappelen en wortels in de kuip en zet ze volledig onder water.
- 2 Kies het programma STEAM  (STOOM ) en stel de bereidingstijd in op 30 minuten.
- 3 Voeg na 20 minuten de eieren toe aan het stoommandje en laat 10 minuten garen. Wanneer het bereidingsprogramma ten einde is, laten afkoelen.
- 4 Meng alle ingrediënten in een kom en schik de gepelde en in tweeën gesneden eieren er bovenop.



- 300 g verse spinazie
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- ¼ maat pijnboompitten
- ¼ maat rozijnen
- 2 el citroensap
- Peper
- Zout



## Spinaziesalade



X 4



12 min

- 1 Doe de stukjes ui in de kuip. Kies het programma CRUST/FRY  (WOKKEN/SAUTEREN ) en bak gedurende 8 minuten.
- 2 Voeg na 10 minuten de pijnboompitten, rozijnen en spinazie toe. Laat garen tot de spinazie tot de helft geslonken is (na ongeveer 2 minuten).
- 3 Voeg wat azijn toe. Breng op smaak met zout en peper.

## Rijstsalade

- 2 maten rijst
- 2 maten water
- 3 el olijfolie
- 2 el citroensap
- 150 g suikermais uit blik
- 200 g tomaten, in blokjes gesneden
- 150 g rode paprika, in blokjes gesneden
- 1 avocado, in blokjes gesneden
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- Peper
- Zout




- 1 Doe de rijst en het water samen met 1 eetlepel olie in de kuip. Kies het programma RICE/CEREALS (RIJST/GRANEN).
- 2 Doe de suikermais, de tomaten, de rode paprika, de avocado en de ui samen in een kom. Wanneer de rijst gaar is, spoelen onder koud water.
- 3 Meng de rijst met de andere ingrediënten en breng op smaak met zout, peper, de azijn en de rest van de olijfolie.

## Groentebouillon

- 2 preiwitten, in blokjes gesneden
- 2 wortelen, in blokjes gesneden
- 1 ui in dunne ringen
- 2 aardappelen, in blokjes gesneden
- Olijfolie
- Water
- Peper
- Zout



- 1 Doe alle groenten in de kuip. Voeg water toe tot aan het maximumniveau, een snuifje zout, peper en scheutje olijfolie.
- 2 Kies het programma SOUP  (SOEP ) en laat tot het eind van het programma koken (40 minuten).
- 3 Laat rusten tot de soep niet meer pruttelt. Filter de gebruiksklare bouillon.



- 150 g havermoutvlokken
- 600 ml melk
- 1 banaan in schijfjes
- 1 handvol frambozen

## Havermoutvlokken met frambozen en banaan





- 1 Doe de havermoutvlokken en de melk in de multicooker en roer.
- 2 Start het programma PORRIDGE (HAVERMOUT) en laat 20 minuten garen.
- 3 Wanneer de bereiding klaar is, de frambozen en de schijfjes banaan toevoegen.



- 150 g rode linzen
- 1 ui in dunne ringen
- 1 fijgehakt teentje knoflook
- 1 el kerriepoeder
- 1 tl koriander
- 900 ml water
- Zout
- Peper

## Linzensoep





- 1 Doe alle ingrediënten in de kuip. Kies het programma SOUP  (SOEP ) en stel de bereidingstijd in op 30 minuten.
- 2 Mix de soep aan het eind van de bereiding in een kom voor een homogene textuur.

- 8 eieren
- 400 g aardappelen, in blokjes gesneden
- 200 g courgettes, in blokjes gesneden
- ½ maat olie
- Zout

## Tortilla met aardappelen & courgettes




- 1 Doe de aardappelen en de courgettes met de olie in de kuip.
- 2 Kies het programma CRUST/FRY  (WOKKEN/SAUTEREN ) en bak gedurende 30 minuten. Roer af en toe.
- 3 Klop de eieren los, voeg een snuifje zout toe en giet het mengsel over de groenten. Roer de tortilla met een spatel om aan het begin van de bereiding. Laat nog 10 minuten bakken.
- 4 Dien de gare tortilla op door de kuip met handschoenen uit het toestel te nemen en ze om te draaien op een bord.



- 1 rode paprika
- 1 groene paprika
- 1 courgette
- ½ aubergine
- 1 ui
- 3 teentjes knoflook
- 2 el olijfolie
- 1 geschilde aardappel
- 3 ontvelde tomaten
- Provençalse kruiden
- Peper
- Zout

## Ratatouille



- 1 Snijd alle ingrediënten in blokjes en doe ze met de olie in de kuip.
- 2 Kies het programma STEW VEGETABLES  (GROENTEN STOVEN ) en bak gedurende 60 minuten.
- 3 Aan het eind van de bereiding naar smaak bijkruiden.

Indien u de groenten graag krokant wil, kort de bereidingstijd dan in tot 40 min.



- 800 g wortelen, in blokjes gesneden
- 2 aardappelen, in blokjes gesneden
- 800 ml water
- 100 ml melk
- 30 g boter
- Zout

## Wortelpuree



- 1 Schil de wortelen en de aardappelen en snijd ze in stukjes.
- 2 Doe alle ingrediënten in de kuip en voeg het water toe. Kies het programma BABY FOOD en stel de bereidingstijd in op 45 minuten.
- 3 Giet het water in de kuip aan het eind van de bereiding weg. Voeg de melk en de boter toe aan de aardappelen en mix 3 minuten in een keukenrobot of een blender.

- ½ groene paprika, in julienne gesneden
- ½ rode paprika, in julienne gesneden
- 1 courgette, in julienne gesneden
- Prinsessenbonen, in stukken gesneden
- ½ rode ui, in dunne ringen
- ½ witte ui, in dunne ringen
- 3 wortelen, in julienne gesneden
- 300 g Parijse champignons, fijngesneden
- Sesamolie
- Zout

## Groentewok



- 1 Doe alle ingrediënten met de sesamolie in de kuip. Breng op smaak met zout en peper.
- 2 Kies het programma CRUST/FRY (WOKKEN/SAUTEREN) en bak gedurende 12 minuten. Af en toe roeren.
- 3 Houd het programma KEEP WARM (WARM HOUDEN) enkele minuten aan voor zachtere groenten.



- 4 grote aardappelen, in plakjes
- 1 ui in dunne ringen
- 300 g champignons (in plakjes)
- 4 el plantaardige olie
- Rood pepertje, fijngesneden
- Look
- Zout

## Gebakken aardappelen met champignons



- 1 Doe de plantaardige olie en alle ingrediënten in de kuip.
- 2 Kies het programma CRUST/FRY (WOKKEN/SAUTEREN) en bak gedurende 20 minuten.



- 1 el boter
- 50 g geraspte gruyère, edammer of Zwitserse kaas
- 1 fijngehakt teentje knoflook
- 30 cl room
- 7-8 geschilde aardappelen
- ¼ tl nootmuskaat
- Zout
- Zwarte peper

## Aardappelgratin



- 1 Smeer de binnenkant van de multicooker in met boter.
- 2 Meng de fijngehakte look, de room, de nootmuskaat, het zout en de peper. Schik de plakjes aardappel in lagen in de kuip. Doe er afwisselend het roommengsel en de kaas over. Eindig met de room.
- 3 Kies het programma BAKING (OVEN ) en bak gedurende 40 minuten.

- 300 g verse paddenstoelen (of diepvries), in kleine stukjes
- 300 g risottorijst
- 1 L groentebouillon
- 1 ui, gesnipperd
- 1 fijngehakt teentje knoflook
- 50 g Parmezaanse kaas
- 50 g boter
- 2 el plantaardige olie
- 2 takjes tijm
- Zout
- Zwarte peper uit de molen

## Risotto met bospaddenstoelen



- 1 Giet de olijfolie in de kuip. Voeg de ui, knoflook en rijst toe. Kies het programma CRUST/FRY (WOKKEN/SAUTEREN ) en gaar gedurende 12 minuten. Giet de wijn erbij en wacht totdat deze verdampt is. Voeg de paddenstoelen en de bouillon toe.
- 2 Start het programma PILAF/RISOTTO (PILAV/RISOTTO). Zodra de bereiding ten einde is, de boter, het zout en de peper (naar smaak) toevoegen.
- 3 Strooi er Parmezaanse kaas over en garneer met tijm voor het serveren.

**Wij raden u aan rijst met een ronde korrel te gebruiken, zoals arborio- of carnarolirijst.**



- 4 el olie
- 4 koppen rijst
- 7 koppen water

## Perzische rijst



- 1 Doe 4 eetlepels olie, 4 koppen rijst en 7 koppen water in de kuip.
- 2 Kies het programma CRUST/FRY (WOKKEN/SAUTEREN ) en gaar gedurende 75 minuten.

**Hierdoor krijgt u krokante bruine Perzische rijst.**



- 800 g diepvrieserwtjes
- 150 g lam, in blokjes gesneden
- 1 witte ui (gesnipperd)
- ½ maat olie
- 20 g boter
- Peper
- Zout





## Erwtjes met lam



X 4



10 min + 10 min

- 1 Doe het lam, de ui, de olie, het zout en de peper in de kuip. Kies het programma CRUST/FRY  (WOKKEN/SAUTEREN ) en gaar gedurende 10 minuten.
- 2 Voeg de erwtjes toe. Kies het programma STEAM  (STOMEN ) en stel de bereidingstijd in op 10 minuten.
- 3 Voeg aan het eind van de bereiding de boter toe en meng.

- 350 g gekookte macaroni
- 150 g rundergehakt
- 1 witte ui, fijngesnipperd
- 50 g geraspte kaas
- 3 maten tomatensaus
- Een beetje olijfolie
- Oregano
- Peper
- Zout





## Macaroni bolognaise



X 4



10 min + 15 min

- 1 Doe de olijfolie, de ui, het rundergehakt en de oregano in een kom. Kruid met zout en peper en kies het programma CRUST/FRY  (WOKKEN/SAUTEREN ) en bak gedurende 10 minuten. Af en toe roeren.
- 2 Voeg de tomatensaus toe en roer. Voeg de macaroni toe, meng en start het programma SOUP  (SOEP ) voor 10 tot 15 minuten.
- 3 Dien de pasta op met geraspte kaas.



- 1 kg lamsvlees, zonder been, in blokjes van 1 cm gesneden
- 2 fijngesnipperde middelgrote uien
- 4 raapjes, geschild en in stukken gesneden
- 4 wortelen, geschild en in stukjes gesneden
- 2 el plantaardige olie
- ½ tl zout
- ½ tl peper
- 2 el verse fijngehakte peterselie
- 500 ml water





## Ragout van lam en raapjes



X 4



5 min + 1 uur 30

- 1 Giet de olie in de kuip. Voeg de blokjes lam toe. Kies het programma CRUST/FRY  (WOKKEN/SAUTEREN ) en bak gedurende 5 minuten. Af en toe roeren.
- 2 Voeg de groenten toe en giet het water erbij. Kies het programma SOUP  (SOEP ) en stel de bereidingstijd in op 1 uur 30 minuten.
- 3 Breng op smaak met zout en peper. Voeg de peterselie net voor het opdienen toe.

- 250 g kebabvlees
- 1 rode paprika, in blokjes gesneden
- 2 tomaten, in blokjes gesneden
- 1 ui (gesnipperd)
- 1 lepel olie
- Peper
- Zout

## Kebab Hala



- 1 Meng alle ingrediënten en voeg de olie, het zout en de peper toe.
- 2 Doe de bereiding in de kuip.
- 3 Kies het programma STEAM (STOMEN ) en gaar gedurende 45 minuten.

- 2 kippenfilets, in stukken
- 200 g ontvelde en geroosterde amandelen
- 1 rode paprika, in blokjes gesneden
- ¼ maat olie
- 1 maat water
- 3 fijngehakte teentjes knoflook
- 2 uien (gesnipperd)

## Kip met amandelen



- 1 Doe alle ingrediënten in de kuip. Kies het programma STEAM (STOMEN ) en stel de bereidingstijd in op 1 uur 10 minuten.
- 2 Zeer warm opdienen.



- 500 g kipfilet, fijngesneden
- 350 g ananasschijven op siroop
- 1 ui in dunne ringen
- ½ maat olie
- ¼ maat kippenbouillon
- Peper
- Zout

## Kipfilet met ananas



- 1 Snijd de ananasschijven in vieren en houd het sap apart.
- 2 Meng alle ingrediënten met het opzij gezette sap en giet alles in de kuip. Breng op smaak met zout en peper.
- 3 Kies het programma CRUST/FRY (WOKKEN/SAUTEREN ) en bak gedurende 20 tot 30 minuten. Af en toe roeren.



- 150 g verse schoongemaakte mosselen
- 6 hele gamba's
- 100 g erwtes
- 2 maten rijst
- 1 el paprikapoeder (zoet)
- 5-6 saffraandraadjes
- 3 maten groentebouillon
- Pikant pepertje
- Olie
- Zout

## Paella met zeevruchten



X 4



10 min + AUTO

- 1 Doe de olie, de mosselen en de gamba's in de kuip. Kies het programma CRUST/FRY (WOKKEN/SAUTEREN) en bak gedurende 10 minuten.
- 2 Voeg de rijst, de saffraan, de erwtes, het pepertje en de groentebouillon toe en start het programma RICE/CEREALS (RIJST/GRANEN). Laat tot het eind van het programma garen.

- 4 stukken zeeduivel
- 3 maten visbouillon
- Rozemarijn
- 1 el olie
- 1 ui in dunne ringen
- 1 wortel, in fijne schijfjes gesneden
- ¼ maat water
- ¼ maat verse room
- Peper
- Zout

## Zeeduivel in roomsaus



X 4



45 min

- 1 Doe alle ingrediënten in de kuip, behalve de zeeduivel. Kies het programma STEAM (STOMEN) en stel de bereidingstijd in op 45 minuten.
- 2 Leg na 30 minuten bereidingstijd de gekruide vis in het stoommandje en plaats het in de kuip. Laat tot het eind van het programma garen.
- 3 Dien de zeeduivel op met de saus eroverheen.



- 500 g zalmsteak
- 20 cl water
- Zout
- Peper
- 1 citroen
- 1 blaadje sla (Voor de garnituur)

### Voor de glazuurlaag:

- 1 teentje knoflook, fijngehakt
- 1 el sojasaus
- 1 el hoisinsaus
- 5 cl ketchup

## Gestoomde zalm met roze glazuurlaag



X 4



20 min

- 1 Pers de citroen over de zalmsteaks en kruid met zout en peper. Schik de vis in het stoommandje van de multicooker.
- 2 Vul de kuip met water.
- 3 Kies het programma STEAM (STOMEN) en gaar gedurende 20 minuten.
- 4 Voor het glazuur de sojasaus mengen met de hoisinsaus, de ketchup en de fijngehakte look. Overgiet de zalm met het glazuur en dien op op een blaadje sla.

**U kunt teriyaki-saus gebruiken in plaats van hoisinsaus.**





- 150 g chocolade voor gebak
- 100 g boter
- 4 eieren
- 80 g suiker
- 50 g bloem
- Met boter ingevet bakpapier

## Chocoladetaart



X 4



45 min

- 1 Laat de chocolade met de boter in een sauspan smelten.
- 2 Klop de eieren met de suiker los in een kom. Voeg het chocolade-botermengsel toe, vervolgens de bloem en meng alles 2 minuten lang.
- 3 Leg het ingevette bakpapier in de kuip. Giet er de bereiding over en kies het programma DESSERT. Laat tot het eind van het programma bakken (45 minuten).
- 4 Laat afkoelen en haal uit de vorm. Dien op met een bolletje ijs.



- 125 g verkruidelde koekjes
- 70 g zachte boter
- 300 g roomkaas
- 1 yoghurt met citroen
- 1 maat suiker
- 1 el bloem
- 1 citroenschil
- 3 eieren
- 100 g bosbessenjam
- Met boter ingevet bakpapier

## Cheesecake met blauwe bosbessen



X 4



40 min

- 1 Leg het ingevette bakpapier in de kuip. Vermeng de verkruidelde koekjes en de boter tot een homogene massa. Lepel de massa over het bakpapier in de kuip en verdeel het mengsel goed over de bodem.
- 2 Klop de eiwitten stijf in een kom tot het rechtstaat. Zet het mengsel opzij.
- 3 Meng de kaas, de eierdooiers, de yoghurt, de suiker, de helft van de citroenschil en de bloem in een andere kom. Voeg de eiwitten toe en meng.
- 4 Giet het mengsel in de kuip bovenop de koekjesbereiding. Kies het programma DESSERT en stel de bereidingstijd in op 40 minuten.
- 5 Laat afkoelen en haal het gebak uit de vorm. Besmeer met bosbessenjam.



- 175 g chocolade voor gebak
- ½ L melk

## Chocoladecrème



X 4



40 min

- 1 Giet de melk in de kuip. Kies het programma CREAM/CHEESE (ROOM/KAAS) en stel de bereidingstijd in op 40 minuten.
- 2 Voeg na 5 minuten bereidingstijd de in stukken gebroken chocolade toe. Meng het geheel tot een homogene massa.
- 3 Voeg nog wat chocolade of melk toe in functie van de gewenste smaak.



- 80 cl (half)volle melk
- 1 zakje melkfermenten speciaal voor yoghurt
- 2 maten water
- 2 tl melkpoeder

## Yoghurt



X 4



10 uur

- 1 Doe de melk, de melkfermenten, het water en de melkpoeder in de kom. Meng alles.
- 2 Kies het programma YOGURT (YOGHURT) en laat 10 uur bereiden.
- 3 Zet de yoghurt aan het eind van de bereiding 2 uur in de koelkast.

Het is niet nodig om de melk te koken als ultra-gepasteuriseerde melk gebruikt. Als u volle of gepasteuriseerde melk gebruikt, moet u deze laten koken en laten afkoelen tot kamertemperatuur. U kunt ook gevriesdroogde fermenten gebruiken.



## ENTRÉES

Macédoine de légumes	36
Salade d'épinards	36
Salade de riz	37
Bouillon de légumes	37
Flocons d'avoine aux framboises et bananes	37



## PLATS

Soupe de lentilles	38
Omelette pommes de terre/courgettes	38
Ratatouille	38
Purée de carottes	39
Wok de légumes	39
Pommes de terre rissolées aux champignons et aux oignons	39
Gratin de pommes de terre	40
Risotto aux champignons forestiers	40
Riz croustillant	40
Petits pois au jambon cru	41
Macaroni à la bolognaise	41
Ragoût de navets et ses côtelettes d'agneau	41
Kebab maison	42
Poulet aux amandes	42
Filet de porc à l'ananas	42
Paëlla aux fruits de mer	43
Lotte à la crème	43
Saumon à la vapeur avec glaçage rose	43



## DESSERTS

Gâteau au chocolat	44
Cheesecake aux myrtilles	44
Crème au chocolat	45
Yaourt	45



- 3 pommes de terre coupées en dés
- 2 carottes coupées en dés
- 3 œufs
- 100 g de petits pois cuits
- 2 boîtes de thon à l'huile
- 2 c. à s. de mayonnaise
- Paprika doux en poudre
- Poivre
- Sel



## Macédoine de légumes



X 4



30 min

- 1 Mettre les pommes de terre et les carottes dans la cuve en les recouvrant complètement d'eau.
- 2 Sélectionner le programme STEAM  (VAPEUR ) et régler le temps de cuisson sur 30 minutes.
- 3 Après 20 minutes de cuisson, ajouter les œufs dans le panier vapeur et laisser cuire 10 minutes. Une fois le programme de cuisson terminé, laisser refroidir.
- 4 Mélanger tous les ingrédients dans un saladier et disposer les œufs écalés et coupés en 2 par-dessus.



- 300 g d'épinards frais
- 3 mesures de lardons de poitrine fumée
- ¼ de mesure de pignons
- ¼ de mesure de raisins secs
- 2 c. à s. de vinaigre de vin
- Poivre
- Sel



## Salade d'épinards



X 4



12 min

- 1 Mettre les lardons dans la cuve. Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et cuire pendant 12 minutes.
- 2 Ajouter dans l'ordre les pignons, les raisins secs et les épinards après 10 minutes de cuisson. Cuire jusqu'à ce que les épinards soient réduits de moitié (environ 2 minutes).
- 3 Ajouter un peu de vinaigre. Saler et poivrer.

## Salade de riz



X 4



AUTO

- 2 mesures de riz
- 2 mesures d'eau
- 3 c. à s. d'huile d'olive
- 2 c. à s. de vinaigre
- 150 g de maïs en conserve
- 200 g de tomates coupées en dés
- 150 g de poivrons rouges coupés en dés
- 1 avocat coupé en dés
- 1 petit oignon haché
- Poivre
- Sel

- 1 Mettre le riz, l'eau et 1 c. à s. d'huile dans la cuve. Sélectionner le programme RICE/CEREALS (RIZ/CÉRÉALES).
- 2 Préparer dans un saladier le maïs avec les tomates, les poivrons rouges, l'avocat et l'oignon. Lorsque la cuisson du riz est terminée, rincer avec de l'eau fraîche.
- 3 Mélanger le riz avec les autres ingrédients et assaisonner avec du sel, du poivre, le vinaigre et le reste d'huile d'olive.

## Bouillon de légumes





X 4



40 min

- 2 blancs de poireaux coupés en dés
- 2 carottes coupées en dés
- 1 oignon émincé
- 2 pommes de terre coupées en dés
- Huile d'olive
- Eau
- Poivre
- Sel

- 1 Mettre tous les légumes dans la cuve. Ajouter de l'eau jusqu'au niveau maxi, une pincée de sel, du poivre et de l'huile d'olive.
- 2 Sélectionner le programme SOUP  (SOUPE ) et faire cuire jusqu'à la fin du programme (40 minutes).
- 3 Laisser reposer jusqu'à l'arrêt du bouillonnement, filtrer le bouillon qui est prêt à l'emploi souhaité.



- 150 g flocons d'avoine
- 600 ml de lait
- 1 banane tranchée
- 1 poignée de framboise

## Flocons d'avoine aux framboises et bananes



X 4



20 min

- 1 Mettre les flocons d'avoine et le lait dans le multicuiseur, puis remuer.
- 2 Lancer le programme PORRIDGE et cuire pendant 20 minutes.
- 3 Ajouter les tranches de banane et les framboises une fois la cuisson terminée.



- 150 g de lentilles rouges
- 1 oignon finement émincé
- 1 gousse d'ail haché
- 1 c. à s. de curry
- 1 c. à c. de coriandre
- 900 ml d'eau
- Sel
- Poivre



## Soupe de lentilles



X 4



30 min

- 1 Placer tous les ingrédients dans la cuve. Sélectionner le programme SOUP  (SOUPE ) et régler le temps de cuisson sur 30 minutes.
- 2 Mixer la soupe dans un bol en fin de cuisson pour obtenir une texture homogène.

- 8 oeufs
- 400 g de pommes de terre coupées en dés
- 200 g de courgettes coupées en dés
- ½ mesure d'huile
- Sel



## Omelette pommes de terre/courgettes



X 4



30 min + 10 min

- 1 Mettre l'huile, les pommes de terre et les courgettes dans la cuve.
- 2 Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et cuire pendant 30 minutes. Remuer de temps en temps.
- 3 Battre les oeufs, ajouter une pincée de sel et les verser sur les légumes. En début de cuisson, remuer l'omelette avec une spatule. Cuire 10 minutes.
- 4 Pour servir l'omelette lorsqu'elle est suie, retirer la cuve avec des gants et la retourner sur une assiette.



- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 1 courgette
- ½ aubergine
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 pomme de terre épluchée
- 3 tomates pelées
- Herbes de Provence
- Poivre
- Sel



## Ratatouille



X 4



1 h

- 1 Couper tous les ingrédients en dés et les mettre dans la cuve avec l'huile.
- 2 Sélectionner le programme STEW  (MIJOTER ) et cuire pendant 60 minutes.
- 3 À la fin de la cuisson, rectifier l'assaisonnement si besoin.

**Si vous préférez les légumes croquants, vous pouvez réduire le temps de cuisson à 40 min.**



- 800 g de carottes coupées en dés
- 2 pommes de terre coupées en dés
- 800 ml d'eau
- 100 ml de lait
- 5 g de beurre
- Sel

## Purée de carottes





- 1 Éplucher les carottes et les pommes de terre, puis les couper en dés.
- 2 Placer tous les ingrédients dans la cuve et verser l'eau. Lancer le programme BABY FOOD (BÉBÉ) et régler le temps de cuisson sur 45 minutes.
- 3 Vider l'eau de la cuve en fin de cuisson. Mixer le mélange carottes/pommes de terre dans un robot mixeur ou un blender en ajoutant le lait et le beurre pendant 3 minutes.

- ½ poivron vert coupé en julienne
- ½ poivron rouge coupé en julienne
- 1 courgette coupée en julienne
- Haricots verts coupés en morceaux
- ½ oignon rouge émincé
- ½ oignon blanc émincé
- 3 carottes coupées en julienne
- 300 g de champignons de Paris émincés
- Huile de sésame
- Sel

## Wok de légumes





- 1 Mettre l'huile de sésame et tous les ingrédients dans la cuve. Saler et poivrer.
- 2 Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et faire cuire pendant 12 minutes en remuant de temps en temps.
- 3 Sélectionner le programme KEEP WARM pendant quelques minutes si vous souhaitez des légumes plus tendres.



- 4 grosses pommes de terre émincées
- 1 oignon émincé
- 300 g de champignons émincés
- 4 c. à s. d'huile végétale
- Piment rouge émincé
- Ail
- Sel

## Pommes de terre rissolées aux champignons et aux oignons



- 1 Verser l'huile végétale et ajouter tous les ingrédients dans la cuve.
- 2 Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et faire cuire pendant 20 minutes.



- 1 cuillère de beurre
- 50 g Gruyère, d'Edam ou de fromage suisse râpé
- 1 gousse d'ail hachée
- 30 cl de crème
- 7-8 pommes de terre épluchées coupées en fines tranches
- ¼ c. à c. de noix de muscade
- Sel
- Poivre noir



## Gratin de pommes de terre



X 4



40 min

- 1 Graisser l'intérieur de la cuve avec du beurre.
- 2 Mélanger l'ail, la crème, la muscade, sel et poivre. Disposer les tranches de pommes de terre en couches dans la cuve en alternant avec le mélange de crème et le fromage. Terminer par une couche de crème.
- 3 Sélectionner le programme BAKING  (FOUR ) et faire cuire pendant 40 minutes.

- 300g de champignons frais (ou surgelés) coupés en petits dés
- 300g de riz pour risotto
- 1 L de bouillon de légumes
- 1 oignon coupé en petits dés
- 1 gousse d'ail finement hachée
- 7 cl de vin blanc sec (facultatif)
- 50 g de parmesan
- 50 g de beurre
- 2 c. à s. d'huile végétale
- 2 brins de thym
- Sel
- Poivre noir finement moulu



## Risotto aux champignons forestiers



X 4



12 min + AUTO

- 1 Verser l'huile d'olive dans la cuve. Ajouter l'oignon, l'ail et le riz. Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et laisser cuire pendant 12 minutes. Verser le vin et attendre qu'il s'évapore. Ajouter les champignons et le bouillon.
- 2 Lancer le programme PILAF/RISOTTO (PILAF/RISOTTO). Une fois la cuisson terminée, ajouter le beurre, le sel et le poivre (au goût) dans le risotto.
- 3 Saupoudrer de parmesan et garnir de thym pour servir.

**Nous vous recommandons d'utiliser un riz rond, de type Arborio ou Carnaroli pour le risotto.**



- 4 cuil. à soupe d'huile
- 4 cups de riz
- 7 cups d'eau



## Riz croustillant



X 4



75 min

- 1 Mettre 4 cuillères à soupe d'huile, 4 cups de riz, 7 cups d'eau dans la cuve.
- 2 Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et faire cuire pendant 75 minutes.

**Le riz de cette recette sera croustillant et doré.**





- 800 g de petits pois surgelés
- 150 g de jambon cru coupé en dés
- 1 oignon blanc haché
- ½ mesure d'huile
- 20 g de beurre (facultatif en fin de cuisson)
- Poivre
- Sel

## Petits pois au jambon cru



X 4



10 min + 10 min

- 1 Mettre le jambon, l'oignon, l'huile, le sel et le poivre dans la cuve. Lancer le programme CRUST/FRY (WOK/SAUTÉ) pendant 10 minutes.
- 2 Ajouter les petits pois dans le multicuiseur. Sélectionner le programme STEAM (VAPEUR) et régler le temps de cuisson sur 10 minutes.
- 3 À la fin de la cuisson, ajouter le beurre et mélanger.

- 350 g de macaroni cuits
- 150 g de viande hachée de bœuf
- 1 oignon finement haché
- 50 g de fromage râpé
- 3 mesures de sauce tomate
- Un filet d'huile d'olive
- Origan
- Poivre
- Sel

## Macaroni à la bolognaise



X 4



10 min + 15 min

- 1 Mettre dans un saladier l'huile d'olive, l'oignon, la viande hachée et l'origan. Saler et poivrer, sélectionner le programme CRUST/FRY (WOK/SAUTÉ) et remuer de temps en temps pendant 10 minutes.
- 2 Ajouter la sauce tomate, remuer. Incorporer les macaronis, mélanger et lancer le programme PASTA (PÂTES) pendant 10 à 15 minutes.
- 3 Servir les pâtes avec du fromage râpé.



- 1 kg de mouton désossé coupé en dés de 1 cm
- 2 oignons moyens émincés
- 4 raves pelées et coupées
- 4 carottes épluchées et coupées en morceaux
- 2 c. à s. d'huile végétale
- ½ c. à c. de sel
- ½ c. à c. de poivre
- 2 c. à s. de persil frais ciselé
- 500 ml d'eau

## Ragoût de navets et ses côtelettes d'agneau



X 4



5 min + 1 h 30

- 1 Verser l'huile dans la cuve. Ajouter les dés de mouton. Sélectionner le programme CRUST/FRY (WOK/SAUTÉ) et cuire pendant 5 minutes en remuant de temps en temps.
- 2 Ajouter tous les légumes et verser l'eau. Lancer le programme SOUP (SOUPE) et régler la cuisson sur 1 heure et 30 minutes.
- 3 Saler et poivrer. Incorporer le persil avant de servir.

## Kebab maison



- 250 g de viande pour kebab
- 1 poivron coupé en cubes
- 2 tomates coupées en cubes
- 1 oignon haché
- 1 cuillère d'huile
- Poivre
- Sel



X 4



55 min

- 1 Mélanger tous les ingrédients, ajouter l'huile, le sel et le poivre
- 2 Mettre la préparation obtenue dans la cuve.
- 3 Sélectionner le programme STEAM  (VAPEUR ) et laisser cuire pendant 45 minutes.

## Poulet aux amandes



- 2 filets de poulet coupés en morceaux
- 200 g d'amandes sans peau grillées
- 1 poivron rouge coupé en dés
- ¼ de mesure d'huile
- 1 mesure d'eau
- 3 gousses d'ail émincées
- 2 oignons hachés



X 4



1 h 10

- 1 Mettre tous les ingrédients dans la cuve. Sélectionner le programme STEAM  (VAPEUR ) et régler le temps de cuisson sur 1 heure et 10 minutes.
- 2 Servir bien chaud.



## Filet de porc à l'ananas





- 500 g de filet de porc émincé finement
- 350 g de tranches d'ananas au sirop
- 1 oignon émincé
- ½ mesure d'huile
- ¼ de mesure de bouillon de poulet
- Poivre
- Sel



X 4



25 min

- 1 Couper en quartiers les tranches d'ananas et réserver le jus.
- 2 Mélanger tous les ingrédients avec le jus réservé et verser dans la cuve. Saler et poivrer.
- 3 Sélectionner le programme CRUST/FRY  (WOK/SAUTÉ ) et cuire pendant 20 à 30 minutes en remuant de temps en temps.



- 150 g de moules fraîches et nettoyées
- 6 crevettes entières
- 100 g de petits pois
- 2 mesures de riz
- 1 c. à s. de paprika doux
- 5-6 filaments de safran
- 3 mesures de bouillon de légumes
- Piment fort
- Huile
- Sel

## Paëlla aux fruits de mer

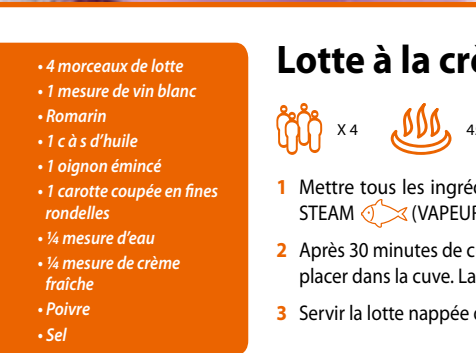


X 4



10 min + AUTO

- 1 Mettre l'huile, les moules, les crevettes. Sélectionner le programme CRUST/FRY (WOK/SAUTÉ) et cuire 10 minutes.
- 2 Ajouter le riz, le safran, les petits pois, le piment et le bouillon de légumes et lancer le programme RICE/CEREALS (RIZ/CÉRÉALES). Laisser cuire jusqu'à la fin du programme.



## Lotte à la crème



X 4



45 min

- 4 morceaux de lotte
- 1 mesure de vin blanc
- Romarin
- 1 c à s d'huile
- 1 oignon émincé
- 1 carotte coupée en fines rondelles
- ¼ mesure d'eau
- ¼ mesure de crème fraîche
- Poivre
- Sel

- 1 Mettre tous les ingrédients sauf la lotte dans la cuve. Sélectionner le programme STEAM (VAPEUR) et régler le temps de cuisson sur 45 minutes.
- 2 Après 30 minutes de cuisson, mettre le poisson assaisonné dans le panier vapeur et le placer dans la cuve. Laisser cuire jusqu'à la fin du programme.
- 3 Servir la lotte nappée de sauce.



- 500 g de darnes de saumon
- 20 cl d'eau
- Sel
- Poivre
- 1 citron
- 1 feuille de laitue (Pour la garniture)

### Pour le glaçage :

- 1 gousse d'ail hachée
- 1 c. à s. de sauce de soja
- 1 c. à s. de sauce hoisin
- 5 cl de ketchup

## Saumon à la vapeur avec glaçage rose



X 4



20 min

- 1 Presser le citron sur les darnes de saumon et assaisonner avec du sel et du poivre. Disposer le poisson dans le panier vapeur du multicuiseur.
- 2 Verser l'eau dans la cuve.
- 3 Sélectionner le programme STEAM (VAPEUR) et faire cuire pendant 20 minutes.
- 4 Pour préparer le glaçage: mélanger la sauce soja, la sauce hoisin, le ketchup et l'ail. Napper le saumon du glaçage et servir sur une feuille de laitue.

**Vous pouvez remplacer la sauce hoisin par la sauce teriyaki.**



- 150 g de chocolat
- 100 g de beurre
- 4 œufs
- 80 g de sucre
- 50 g de farine
- Papier de cuisson graissé avec du beurre

## Gâteau au chocolat



X 4



45 min

- 1 Faire fondre le chocolat avec le beurre dans une casserole.
- 2 Battre les œufs et le sucre dans un saladier. Ajouter le mélange chocolat et beurre, puis la farine et mélanger le tout pendant 2 minutes.
- 3 Disposer le papier de cuisson graissé dans la cuve. Verser la préparation et sélectionner le programme DESSERT. Cuire jusqu'à la fin du programme (soit 45 minutes).
- 4 Laisser refroidir et démouler. Servir avec une glace.



- 125 g de biscuits écrasés
- 70 g de beurre ramolli
- 300 g de fromage à tartiner
- 1 yaourt au citron
- 1 mesure de sucre
- 1 c. à s. de farine
- Zeste d'un citron
- 3 œufs
- 100 g de confiture de myrtilles
- Papier de cuisson graissé avec du beurre

## Cheesecake aux myrtilles



X 4



40 min

- 1 Disposer le papier de cuisson graissé dans la cuve. Mélanger les biscuits écrasés et le beurre jusqu'à obtenir une pâte homogène. Verser et bien répartir le mélange dans le fond de la cuve.
- 2 Monter les blancs d'œufs en neige ferme dans un saladier. Réserver.
- 3 Mélanger le fromage, les jaunes d'œufs, le yaourt, le sucre, la moitié du zeste de citron et la farine dans un nouveau saladier. Ajouter les blancs d'œufs et mélanger.
- 4 Verser le mélange dans la cuve par-dessus la préparation des biscuits. Sélectionner le programme DESSERT et régler le temps de cuisson sur 40 minutes.
- 5 Démouler une fois refroidi et napper avec la confiture de myrtilles.



- 175 g de chocolat dessert
- ½ L de lait

## Crème au chocolat



- 1 Verser le lait dans la cuve. Sélectionner le programme CREAM/CHEESE (CRÈME/FROMAGE FRAIS) et régler le temps de cuisson sur 40 minutes.
- 2 Ajouter le chocolat en morceaux après 5 minutes de cuisson. Mélanger jusqu'à obtenir une consistance homogène.
- 3 Ajouter un peu plus de chocolat ou de lait en fonction du goût souhaité.



- 80cl de lait entier ou demi-écrémé
- 1 sachet de ferment lactique spécial yaourtière
- 2 mesures d'eau
- 2 cuillères à café de lait en poudre

## Yaourt



- 1 Mettre le lait, les ferments lactiques, l'eau et le lait en poudre dans le récipient. Mélanger l'ensemble.
- 2 Sélectionner le programme YOGURT (YAOURT) et laisser cuire pendant 10 h.
- 3 Après la fin de la cuisson, mettre les yaourts 2 heures dans le réfrigérateur.

**Il n'est pas nécessaire de faire bouillir le lait si vous utilisez du lait ultra-pasteurisé. Si vous utilisez du lait entier ou pasteurisé, vous devez le faire bouillir puis le laisser refroidir à température ambiante. Vous pouvez utiliser des ferments lyophilisés.**



## ПРЕДЯСТЯ

Микс от зеленчуци на кубчета	47
Спаначена салата	47
Оризова салата	48
Зеленчукова супа	48
Овесена каша с малини и банан	48



## ОСНОВНИ ЯСТΙΑ

Супа от леща	49
Омлет с картофи и тиквички	49
Рататуй	49
Пюре от моркови	50
Зеленчуков микс	50
Картофи соте с гъби	50
Огретен	51
Ризото с диви гъби	51
Ориз по ирански	51
Агнешко с грах	52
Макарони «Болонезе»	52
Задушено агнешко с ряпа	52
Хала кебап	53
Пиле с бадеми	53
Пилешко филе с ананас	53
Паеля с морски дарове	54
Риба морски дявол в сметанов сос	54
Задушена съомга с розова глазура	54



## ДЕСЕРТИ

Шоколадова торта	55
Чийзкейк с боровинки	55
Десерт с шоколадов крем	56
Кисело мляко	56



- 3 картофа, нарязани на кубчета
- 2 моркова, нарязани на кубчета
- 3 яйца
- 100 g сготвен грах
- 2 консерви риба тон в зехтин
- 2 с. л. майонеза
- Сладък червен пипер на прах
- Пипер
- Сол



## Микс от зеленчуци на кубчета



x 4



30 мин.

- 1 Сложете картофите и морковите в купата и ги покрийте изцяло с вода.
- 2 Изберете програма STEAM  (ПАРА ) и настройте времето за готвене на 30 минути.
- 3 След 20 минути добавете яйцата в кошницата за пара и оставете да се готви 10 минути. След като програмата за готвене приключи, оставете храната да изстине.
- 4 Смесете всички съставки в друга отделна купа и сложете яйцата (обелени и нарязани на половинки) отгоре.



- 300 g пресен спанак
- 1 малка глава лук, нарязана на кубчета
- ¼ мярка борови семена
- ¼ мярка стафиди
- 2 с. л. лимонov сок
- Пипер
- Сол



## Спаначена салата



x 4



12 мин.

- 1 Сложете парчетата лук в купата. Изберете програма CRUST/FRY  (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ ) и гответе 8 минути.
- 2 Добавете боровите семки, след това стафидите и спанака след 10 минути готвене. Гответе докато спанакът не намалее наполовина (около 2 минути).
- 3 Добавете капка оцет. Овкусетe със сол и пипер.

## Оризова салата





- 1 Сложете ориза, водата и 1 с. л. зехтин в купата. Изберете програма RICE/CEREALS (ОРИЗ/ЗЪРНЕНИ).
- 2 Сложете сладката царевица, домати, червения пипер, авокадото и лука в купа. Когато оризът бъде сготвен, изплакнете го с хладка вода.
- 3 Смесете ориза с другите съставки и овкусете със сол, пипер, оцет и останалия зехтин.

- 2 мерки ориз
- 2 мерки вода
- 3 с. л. зехтин
- 2 с.л. лимонов сок
- 150 g сладка царевица консерва
- 200 g домати, нарязани на кубчета
- 150 g червени пиперки, нарязани на кубчета
- 1 авокадо, нарязано на кубчета
- 1 малка глава лук, нарязана на кубчета
- Пипер
- Сол

## Зеленчукова супа



- 1 Сложете всички зеленчуци в купата. Напълнете с вода до максималното ниво, след това добавете щипка сол, малко пипер и капка зехтин.
- 2 Изберете програма SOUP  (СУПА ) и гответе до края на програмата (40 минути).
- 3 Оставете да престои докато течността не спре да кипи, след това прецедете зеленчуците и използвайте по желание.

- 2 стъбла праз, нарязани на кубчета
- 2 моркова, нарязани на кубчета
- 1 лук, нарязан на тънко
- 2 картофа, нарязани на кубчета
- Зехтин
- Вода
- Пипер
- Сол



## Овесена каша с малини и банан



- 1 Сложете овесените ядки и млякото в мултикукъра, след това разбъркайте.
- 2 Стартирайте програма PORRIDGE (КАША) и гответе 20 минути.
- 3 След като приключи времето за готвене, добавете малините и парчетата банан.

- 150 g овесени ядки
- 600 ml мляко
- 1 банан, нарязан
- 1 шепа малини







- 150 g червена леща
- 1 лук, нарязан на тънко
- 1 цяла скилидка чесън, нарязана на кубчета
- 1 с. л. кърпи на прах
- 1 ч. л. кориандър
- 900 ml вода
- Сол
- Пипер



## Супа от леща



x 4



30 мин.

- 1 Сложете всички съставки в купата. Изберете програма SOUP  (СУПА ) и настройте времето за готвене на 30 минути.
- 2 След като приключи времето за готвене, разбийте супата в купа, за да получите гладка текстура.

- 8 яйца
- 400 g картофи, нарязани на кубчета
- 200 g тиквички, нарязани на кубчета
- ½ мярка зехтин
- Сол



## Омлет с картофи и тиквички



x 4



30 мин. + 10 мин.

- 1 Сложете зехтина, картофите и тиквичките в купата.
- 2 Изберете програма CRUST/FRY  (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ ) и оставете да се готви 30 минути. Разбърквайте от време на време.
- 3 Разбийте яйцата, добавете щипка сол и изсипете върху зеленчуците. Разбъркайте омлета с шпатула в началото на времето за готвене. Продължете да готвите 10 минути.
- 4 След като омлетът бъде готов, махнете купата, като използвате кухненски ръкавици и обърнете омлета в чиния.



- 1 червена чушка
- 1 зелена чушка
- 1 тиквичка
- ½ патладжан
- 1 глава лук
- 3 цели скилидки чесън
- 2 с. л. зехтин
- 1 картоф, обелен
- 3 домати, обелени
- Смес от подправки
- Пипер
- Сол



## Рататуй



x 4



1 часа

- 1 Нарезете зеленчуците на кубчета и ги сложете в купата със зехтина.
  - 2 Изберете програма STEW  (ЗАДУШАВАНЕ ) и оставете да се готви 60 минути.
  - 3 В края на времето за готвене, доовкусете с подправки, ако е нужно.
- Намалете времето за готвене на 40 минути, ако предпочитате зеленчуците си хрупкави.**



- 800 g моркови, нарязани на кубчета
- 2 картофа, нарязани на кубчета
- 800 ml вода
- 100 ml мляко
- 30 g масло
- Сол

## Пюре от моркови



x 4



45 мин.

- 1 Обелете и нарежете на кубчета морковите и картофите.
- 2 Сложете всички съставки в купата и налейте вода. Стартирайте програма BABY FOOD (БЕБЕШКА ХРАНА) и настройте времето за готвене на 45 минути.
- 3 В края на времето за готвене, отцедете водата. Добавете млякото и маслото към морковите и картофите и бъркайте 3 минути в кухненски робот или с ръчен блендер.

- ½ зелена чушка, нарязана на ленти
- ½ червена чушка, нарязана на ленти
- 1 тиквичка, нарязана на ленти
- Зелен боб, нарязан на парчета
- ½ глава червен лук, нарязан на тънки филийки
- ½ глава бял лук, нарязан на тънки филийки
- 3 моркова, нарязани на ленти
- 300 g свежи печурки, нарязани на тънки филийки
- Сусамово масло
- Сол

## Зеленчуков микс



x 4



12 мин.

- 1 Сложете сусамовото масло и всички други съставки в купата. Овкусете със сол и пипер.
- 2 Изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ) и оставете да се готви 12 минути, като бъркате от време на време.
- 3 Изберете програмата KEEP WARM (ПОДДЪРЖАНЕ НА ТЕМПЕРАТУРАТА) за няколко минути, ако желаете зеленчуците да са по-меки.



- 4 големи картофа, нарязани на тънко
- 1 глава лук, нарязана на тънки филийки
- 300 g гъби, нарязани на тънки филийки
- 4 с.л. растително олио
- Червена люта чушка, нарязана на тънки филийки
- Чесън
- Сол

## Картофи соте с гъби



x 4



20 мин.



- 1 Изсипете растителното олио в купата, след това добавете другите съставки.
- 2 Изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ) и гответе 20 минути.



- 1 с.л. масло
- 50 г настъргано Грюер, Едам или швейцарско сирене
- 1 цяла скилидка чесън, нарязана на кубчета
- 30 cl сметана
- 7-8 картофа, обелени и нарязани на тънко
- ¼ ч. л. индийско орехче
- Сол
- Черен пипер

## Огретен





- 1 Намажете вътрешността на купата с масло.
- 2 Смесете чесъна, сметаната, индийското орехче, солта и пипера. Подредете нарязаните картофи на слоеве в купата, като редувате сметановата смес и настърганото сирене. Завършете със сметана.
- 3 Изберете програма BAKING  (ПЕЧЕНЕ ) и гответе 40 минути.

- 300 г свежи (или замразени) гъби, нарязани на малки парчета
- 300 г ориз за ризото
- 1 L зеленчуков бульон
- 1 глава лук, фино нарязана на кубчета
- 1 цяла скилидка чесън, фино нарязана на кубчета
- 50 g пармезан
- 50 g масло
- 2 с.л. растително олио
- 2 стръка мащерка
- Сол
- Фино смлян черен пипер

## Ризото с диви гъби



- 1 Изсипете зехтина в мултикукъра. Добавете лука, чесъна и ориза. Изберете програма CRUST/FRY  (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ ) и оставете да се готви 12 минути. Налейте виното и изчакайте да се изпари. Добавете гъбите и супата.
- 2 Стартирайте програмата PILAF/RISOTTO (ПИЛАФ/РИЗОТО). Когато времето за готвене приключи, добавете маслото, солта и пипера (на вкус) към ризотото.
- 3 Наръсете с Пармезан и гарнирайте с мащерка, преди да сервираме.


**Препоръчваме да използвате кръгъл ориз, като Арборио или Карнароли, за ризото.**



- 4 с.л. олио
- 4 чаши ориз
- 7 чаши вода

## Ориз по ирански



- 1 Сложете 4 с. л. олио, 4 чаши ориз, 7 чаши вода в купата.
- 2 Стартирайте програма CRUST/FRY  (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ) и гответе 75 минути.

**С тази рецепта ще получите хрупкав и кафяв ориз Tahdig.**



- 800 г замразен грах
- 150 г агнешко, нарязано на кубчета
- 1 глава обикновен лук, нарязана
- ½ мярка зехтин
- 20 г масло
- Пипер
- Сол

## Агнешко с грах



X 4



10 мин. + 10 мин.

- 1 Сложете агнешкото, лука, олиото, солта и пипера в купата. Изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ) и оставете да се готви 10 минути.
- 2 Добавете граха. Изберете програма STEAM (ПАРА) и настройте времето за готвене на 10 минути.
- 3 В края на времето за готвене, добавете маслото и разбъркайте добре.

- 350 г сготвени макарони
- 150 г смяно телешко
- 1 глава обикновен лук, нарязана
- 50 г настъргано сирене
- 3 мерки доматиен сос
- Капка зехтин
- Риган
- Пипер
- Сол

## Макарони «Болонезе»



X 4



10 мин. + 15 мин.

- 1 Сложете зехтина, лука, смяното телешко и ригана в купа. Овкусете със сол и пипер, изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ) и оставете да се готви 10 минути, като бъркате от време на време.
- 2 Добавете доматиения сос, разбъркайте. 3 Добавете макароните, разбъркайте, стартирайте програма SOUP (СУПА) и оставете да се готви от 10 до 15 минути.
- 3 Сервирайте макароните с настъргано сирене.



- 1 kg агнешко без кост, нарязано на кубчета 1 cm
- 2 средни глави лук, нарязани на тънко
- 4 репи, обелени и нарязани на кубчета
- 4 моркова, обелени и нарязани на парчета
- 2 с.л. растително олио
- ½ ч. л. сол
- ½ ч. л. пипер
- 2 с.л. свеж магданоз, нарязан
- 500 ml вода

## Задушено агнешко с ряпа



X 4



5 мин. + 1 часа 30

- 1 Изсипете олиото в мултикукъра. Добавете агнешкото на кубчета. Изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ) и гответе 5 минути, като бъркате от време на време.
- 2 Добавете всички зеленчуци и излейте водата. Стартирайте програма SOUP (СУПА) и настройте времето за готвене на час и 30 минути.
- 3 Овкусете със сол и пипер. Добавете ряпата преди да сервираете.

- 250 г месо за кебап
- 1 сладка пиперка, нарязана на кубчета
- 2 домати, нарязани на кубчета
- 1 лук, нарязан на кубчета
- 1 лъжица олио
- Пипер
- Сол

## Хала кебап



- 1 Разбъркайте всички съставки заедно, добавете олиото, солта и пипера.
- 2 Сложете цялата смес в купата.
- 3 Изберете програма STEAM (ПАРА ) и оставете да се готви 45 минути.

- 2 пилешки филета, нарязани на парчета
- 200 г печени бадеми, обелени
- 1 червена чушка, нарязана на кубчета
- ¼ мярка олио
- 1 мярка вода
- 3 цели скилидки чесън, фино нарязани на филийки
- 2 глави лук, нарязани

## Пиле с бадеми



- 1 Сложете всички съставки в купата. Изберете програма STEAM (ПАРА ) и настройте времето за готвене на час и 10 минути.
- 2 Сервирайте топло.



- 500 г пилешко филе, нарязано на тънки ивици
- 350 г парчета ананас в сироп
- 1 лук, нарязан на тънки филийки
- ½ мярка олио
- ¼ мярка пилешка супа
- Пипер
- Сол

## Пилешко филе с ананас



- 1 Нарезете парчетата ананас на четвъртини и оставете сока настрана.
- 2 Смесете сока с другите съставки и изсипете сместа в купата. Овкусетے със сол и пипер.
- 3 Изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНЕ/ПЪРЖЕНЕ ) и гответе 20 до 30 минути, като бъркате от време на време.



- 150 г пресни миди, почистени
- 6 цели скариди
- 100 г грах
- 2 мерки ориз
- 1 сл. сладък червен пипер
- 5-6 стръка шафран
- 3 мерки зеленчукова супа
- Люта чушка
- Олио
- Сол

## Паеля с морски дарове



X 4



10 мин. + AUTO

- 1 Сложете олиото, мидите и скаридите в купата. Изберете програма CRUST/FRY (ПРЕПИЧАНА/ПЪРЖЕНЕ) и гответе 10 минути.
- 2 Добавете ориза, шафрана, граха, лютивата чушка и зеленчуковия бульон, след това стартирайте програма RICE/CEREALS (ОРИЗ/ЗЪРНЕНИ). Оставете да се готви до края на програмата.

- 4 парчета морски дявол
- 3 мерки рибешки бульон
- Розмарин
- 1 сл. олио
- 1 лук, нарязан на тънки филийки
- 1 морков, нарязан на тънки кръгчета
- ¼ мярка вода
- ¼ мярка прясна сметана
- Пипер
- Сол

## Риба морски дявол в сметанов сос



X 4



45 мин.

- 1 Сложете всички съставки в купата, освен морския дявол. Изберете програма STEAM (ПАРА) и настройте времето за готвене на 45 минути.
- 2 След 30 минути, сложете овкусената риба в кошницата за пара и сложете кошницата в купата. Оставете да се готви до края на програмата.
- 3 Сервирайте рибата покрита със сос.



- 500 г котлети от съомга
- 20 сл вода
- Сол
- Пипер
- 1 лимон
- 1 лист маруля (За гарнитурата)

### За глазура:

- 1 скилидка чесън, нарязана
- 1 сл. соев сос
- 1 сл. китайски барбекю сос
- 5 сл кетчуп

## Задушена съомга с розова глазура



X 4



20 мин.

- 1 Изстискайте лимона над котлетите от съомга и овкусете със сол и пипер. Сложете рибата в кошницата за пара, след това сложете кошницата в мултикукъра.
- 2 Напълнете купата с вода.
- 3 Изберете програма STEAM (ПАРА) и гответе 20 минути.
- 4 За да пригответе глазура, смесете соевия сос, китайския барбекю сос, кетчупа и чесъна. Покрийте съомгата с глазура и сервирайте върху листо от маруля.++ Можете да замените китайския барбекю сос със сос терияки.



- 150 г шоколад за готвене
- 100 г масло
- 4 яйца
- 80 г захар
- 50 г г брашно
- Хартия за печене, намазана с масло

## Шоколадова торта



x 4



45 мин.

- 1 Разтопете шоколада и маслото в тенджерата.
- 2 Разбийте яйцата и захарта в купа. Добавете разтопените шоколад и масло, след това брашното и бъркайте 2 минути.
- 3 Покрийте купата с намазнена хартия за готвене. Изсипете сместа и изберете програма DESSERT (ДЕСЕРТИ). Оставете да се готви до края на програмата (45 минути).
- 4 Оставете да изстине, след това обърнете тортата. Сервирайте със сладолед.



- 125 г натрошени бисквити
- 70 г разтопено масло
- 300 г крема сирене
- 1 лимонен йогурт
- 1 мярка захар
- 1 с.л. брашно
- Цедра от 1 лимон
- 3 яйца
- 100 г сладко от боровинки
- Хартия за печене, намазана с масло

## Чийзкейк с боровинки



x 4



40 мин.

- 1 Поставете в купата намазнена хартия за готвене. Смесете натрошените бисквити и маслото, за да формират равномерна смес. Изсипете с лъжица сместа в основата на купата равномерно.
- 2 Разбийте белтъците в купа, докато не формират твърди връхчета. Оставете настрана.
- 3 Смесете сиренето, жълтъците, киселото мляко, захарта, половината лимонова цедра и брашното в друга купа. Добавете белтъците и разбъркайте.
- 4 Изсипете сместа в купата, върху бисквитената основа. Изберете програма DESSERT (ДЕСЕРТ) и настройте времето за готвене на 40 минути.
- 5 След като чийзкейкът изстине, обърнете го и покрийте със сладко от боровинки.



- 175 g шоколад за готвене
- ½ L мляко

## Десерт с шоколадов крем



- 1 Изсипете млякото в купата. Изберете програма CREAM/CHEESE (КРЕМА/СИРЕНЕ) и настройте времето за готвене на 40 минути.
- 2 След 5 минути добавете шоколада, начупен на парчета. Разбъркайте, за да получите гладка консистенция
- 3 Ако е нужно, добавете още шоколад или мляко по Ваш вкус.



- 80 cl мляко, напълно или полуобезмаслено
- 1 пакетче млечни стартерни култури за приготвяне на кисело мляко
- 2 мерки вода
- 2 ч.л. мляко на прах

## Кисело мляко



- 1 Сложете млякото, стартерните млечни култури, водата и млякото на прах в контейнера. Разбъркайте.
- 2 Изберете програма YOGURT (КИСЕЛО МЛЯКО) и оставете да се готви 10 часа.
- 3 В края на времето за готвене, поставете киселото мляко в хладилник за 2 часа.

**Ако използвате УНТ мляко, няма нужда да го варите. Ако използвате пълномаслено или пастеризирано мляко, трябва да го сварите и да го оставите да изстине до стайна температура. Може да използвате дълбоко замразена стартерна млечна култура.**





## PŘEDKRMY

Míchaná zelenina nakrájená na kostk  
Špenátový salát  
Rýžový salát  
Zeleninový vývar  
Ovesná kaše s malinami a banánem

58  
58  
59  
59  
59



## HLAVNÍ CHODY

Čočková polévka  
Bramborová a cuketová omeleta  
Ratatouille  
Mrkvové pyré  
Smažená zelenina  
Osmažené brambory s houbami  
Gratinované brambory  
Houbové rizoto  
Rýže Tadhig  
Hrášek s jehněčím  
Makaroni bolognese  
Jehněčí s dušeným tuřínem  
Kabab Hala  
Kuře s mandlemi  
Kuřecí filé s ananase  
Paella s mořskými plody  
Ďas mořský v krémové omáčce  
Dušený losos s růžovým leskem

60  
60  
60  
61  
61  
61  
62  
62  
62  
62  
63  
63  
63  
64  
64  
64  
65  
65  
65



## DEZERTY

Čokoládový dort  
Borůvkový cheesecake  
Dezert s čokoládovým krémem  
Jogurt

66  
66  
67  
67



- 3 brambory, nakrájené na kostky
- 2 mrkve, nakrájené na kostky
- 3 vejce
- 100 g vařeného hrášku
- 2 plechovky tuňáka v oleji
- 2 lžičce majonézy
- Mletá sladká paprika
- Pepř
- Sůl


## Míchaná zelenina nakrájená na kostk



X 4



30 min

- 1 Dejte do mísy brambory a mrkev a celé je zalejte vodou.
- 2 Vyberte program STEAM  a nastavte čas vaření na 30 minut.
- 3 Po 20 minutách vložte vejce do napařovače a nechejte je 10 minut vařit. Jakmile program vaření skončí, nechejte vychladnout.
- 4 Smíchejte všechny ingredience v jiné míse a nahoru položte vejce (zbažené skořápky a rozpůlené).



- 300 g čerstvého špenátu
- 1 menší cibule, nasekaná
- ¼ odměrky piniových ořechů
- ¼ odměrky hrozinek
- 2 lžičce citronové šťávy
- Pepř
- Sůl


## Špenátový salát



X 4



12 min

- 1 Dejte do mísy nakrájenou cibuli. Vyberte program CRUST/FRY  a 8 minut vařte.
- 2 Přidejte piniové ořechy a po 10 minutách vaření také hrozinky a špenát. Vařte, dokud se špenát nezmenší na polovinu (zhruba 2 minuty).
- 3 Přidejte kapku octa. Ochutťte solí a pepřem.

## Rýžový salát




- 1 Dejte do mísy rýži, vodu a jednu lžici oleje. Vyberte program RICE/CEREALS.
- 2 Přidejte do mísy sladkou kukuřici, červené papriky, avokádo a cibuli. Jakkmile rýže dovaří, propláchněte ji studenou vodou.
- 3 Smíchejte rýži s ostatními ingrediencemi a ochutte ji solí, pepřem, octem a zbytkem olivového oleje.

- 2 odměrky rýže
- 2 odměrky vody
- 3 lžičce olivového oleje
- 2 lžičce citronové šťávy
- 150 g kukuřice v plechovce
- 200 g rajčat, nakrájené na kostky
- 150 g červené papriky, nakrájená na kostky
- 1 avokádo, nakrájené na kostky
- 1 menší cibule, nasekaná
- Pepř
- Sůl

## Zeleninový vývar



- 1 Dejte do mísy veškerou zeleninu. Naplňte vodou po maximální úroveň, přidejte špetku soli, pepř a kapku octa.
- 2 Vyberte program SOUP  a vařte do konce programu (40 minut).
- 3 Nechejte stát, dokud tekutina nepřestane bublat, poté scedte vývar a naložte s ním dle vlastního uvážení.

- 2 pórký, nakrájené na kostky
- 2 mrkve, nakrájené na kostky
- 1 cibule, nakrájená na tenké plátky
- 2 brambory, na kostky
- Olivový olej
- Voda
- Pepř
- Sůl



## Ovesná kaše s malinami a banánem



- 1 Dejte ovesné vločky a mléko do multifunkčního vařiče a promíchejte.
- 2 Spusťte program PORRIDGE a vařte po dobu 20 minut.
- 3 Jakkmile skončí čas vaření, přidejte maliny a plátky banánu.

- 150 g ovesných vloček
- 600 ml mléka
- 1 banán, nakrájený na plátky
- 1 hrst malin





- 150 g červené čočky
- 1 cibule, nakrájená na tenké plátky
- 1 stroužek česneku, nasekaný
- 1 lžice kari koření
- 1 lžice koriandru
- 900 ml vody
- Sůl
- Pepř


## Čočková polévka



X 4



30 min

- 1 Dejte do mísy všechny ingredience. Vyberte program SOUP  a nastavte čas vaření na 30 minut.
- 2 Jakmile skončí čas vaření, míchejte polévku v míse, dokud nezíská jemnou texturu.

- 8 vajec
- 400 g brambor, nakrájené na kostky
- 200 g cukety, nakrájená na kostky
- ½ odměrky oleje
- Sůl


## Bramborová a cuketová omeleta



X 4



30 min + 10 min

- 1 Dejte do mísy sůl, brambory a cuketu.
- 2 Vyberte program CRUST/FRY  a nechejte vařit po dobu 30 minut. Občas zamíchejte.
- 3 Rozšlehejte vejce, přidejte špetku soli a zalejte jimi zeleninu. Na začátku času vaření zamíchejte omeletu špachtlí. Vařte dalších 10 minut.
- 4 Jakmile bude omeleta uvařená, odeberte v rukavicích mísu a otočte omeletu na talíř.



- 1 červená paprika
- 1 zelená paprika
- 1 cuketa
- ½ lilku
- 1 cibule
- 3 stroužky česneku
- 2 lžice olivového oleje
- 1 brambora, oloupaná
- 3 rajčata, oloupaná
- Směs bylin
- Pepř
- Sůl


## Ratatouille



X 4



1 hodin

- 1 Nakrájejte zeleninu na kostky a dejte ji do mísy s olejem.
- 2 Vyberte program STEW  a nastavte čas vaření na 60 minut.

**Po skončení času vaření dle potřeby dochuťte. Pokud máte rádi zeleninu křupavou, zkrátte čas vaření na 40 minut.**



- 800 g mrkve, nakrájené na kostky
- 2 brambory, nakrájené na kostky
- 800 ml vody
- 100 ml mléka
- 30 g másla
- Sůl

## Mrkvové pyré



X 4



45 min

- 1 Oloupejte mrkve a brambory a nakrájejte je na kostky.
- 2 Přidejte do misky všechny ingredience a zalejte je vodou. Vyberte program BABY FOOD a nastavte čas vaření na 45 minut.
- 3 Po skončení času vaření vylejte vodu. Na mrkve a brambory přidejte mléko a máslo a 3 minuty míchejte v technickém mixéru nebo ručním mixéru.

- ½ zelené papriky, nakrájené na hranolky
- ½ červené papriky, nakrájené na hranolky
- 1 cuketa, nakrájená na hranolky
- Zelené fazole, nakrájené na kusy
- ½ červené cibule, nakrájené na tenké plátky
- ½ bílé cibule, nakrájené na tenké plátky
- 3 mrkve, nakrájené na hranolky
- 300 g čerstvých žampionů, na tenké plátky
- Sezamový olej
- Sůl


## Smažená zelenina



X 4



12 min

- 1 Dejte do misky sezamový olej a všechny ostatní ingredience. Ochutíte solí a pepřem.
- 2 Vyberte program CRUST/FRY  a nechejte 12 minut povařit. Občas promíchejte.
- 3 Pokud chcete mít zeleninu měkčí, zvolte na několik minut program KEEP WARM.



- 1 cibule, nakrájená na tenké plátky
- 300 g hub, nakrájených na tenké plátky
- 4 lžiče rostlinného oleje
- červenou chilli papričku, nakrájenou na tenké plátky
- Česnek
- Sůl


## Osmažené brambory s houbami



X 4



20 min


- 1 Nalejte do misky rostlinný olej a přidejte všechny ostatní ingredience.
- 2 Vyberte program CRUST/FRY  a vařte po dobu 20 minut.
- 3 velké brambory, nakrájené na tenká kolečka.



- 1 lžice másla
- 50 g nastrouhaného ementálu, eidamu nebo sýra švýcarského typu
- 1 stroužek česneku, nasekaný
- 30 cl smetany
- 7-8 brambor, oloupaných a nakrájených na tenké plátky
- ¼ lžice muškátových ořechů
- Sůl
- Černý pepř

## Gratinované brambory




- 1 Vytřete mísu máslem.
- 2 Smíchejte s česnekem, smetanou, muškátovými ořechy, solí a pepřem. Položte nakrájené brambory do mísy do vrstev a proložte smetanou a nastrouhaným sýrem. Nahoru nalejte smetanu.
- 3 Vybte program BAKING  a vařte po dobu 40 minut.

- 300 g čerstvých (nebo zmražených) hub, nakrájených na malé kousky
- 300 g rizotové rýže
- 1 L zeleninového vývaru
- 1 cibule, nakrájená na malé kostky
- 1 stroužek česneku, jemně nasekaný
- 50 g parmezánu
- 50 g másla
- 2 lžice rostlinného oleje
- 2 snítky tymiánu
- Sůl
- Jemně namletý černý pepř

## Houbové rizoto



- 1 Naléjte do mísy olivový olej. Přidejte cibuli, česnek a rýži. Vybte program CRUST/FRY  a nechejte vařit po dobu 12 minut. Přilejte červené víno a počkejte, dokud se neodpaří. Přidejte houby a vývar.
- 2 Spustte program PILAF/RISOTTO. Jakmile skončí čas vaření, přidejte do rizota (k ochucení) máslo, sůl a pepř.
- 3 Posypete rizoto parmezánem a před podáním jídla ozdobte tymiánem.


**Na rizoto doporučujeme použít krátkozrnnou rýži jako např. Arborio nebo Carnaroli.**



- 4 lžice oleje
- 4 šálky rýže
- 7 šálků vody

## Rýže Tadig



- 1 Dejte do mísy 3 lžice oleje, 4 šálky rýže a 7 šálků vody.
- 2 Spustte program CRUST/FRY  na 75 minut.

**S tímto receptem připravíte křupavou a hnědou rýži Tahdig.**



- 800 g zmraženého hrášku
- 150 g jehněčího masa, nakrájeného na kostky
- 1 bílá cibule, nasekaná
- ½ odměrky oleje
- 20 g másla
- Pepř
- Sůl



## Hrašek s jehněčím



X 4



10 min + 10 min

- 1 Dejte do misky jehněčí, cibuli, olej, sůl a pepř. Vyberte program CRUST/FRY  a nechejte 10 minut vařit.
- 2 Přidejte hrášek. Vyberte program STEAM  a nastavte čas vaření na 10 minut.
- 3 Po skončení času vaření přidejte máslo a dobře promíchejte.

- 350 g vařených makaronů
- 150 g mletého hovězího masa
- 1 bílá cibule, jemně nasekaná
- 50 g nastrouhaného sýra
- 3 odměrky rajčatové omáčky
- Troška olivového oleje
- Oregano
- Pepř
- Sůl



## Makaroni bolognese



X 4



10 min + 15 min

- 1 Dejte do misky olivový olej, cibuli, mleté hovězí a oregano. Ochutťte solí a pepřem, vyberte program CRUST/FRY  a nechejte 10 minut povařit. Občás promíchejte.
- 2 Přidejte rajčatovou omáčku a promíchejte. Přidejte makarony, promíchejte, spusťte program SOUP  a nechejte 10 až 15 minut vařit.
- 3 Těstoviny podávejte s nastrouhaným sýrem.



- 1 kg jehněčího masa bez kostí, nakrájeného na 1cm kostky
- 2 středně velké cibule, na tenké plátky
- 4 tuňiny, oloupané a nasekané
- 4 mrkve, oloupané a nakrájené na kousky
- 2 lžíce rostlinného oleje
- ½ lžičky soli
- ½ lžičky pepře
- 2 lžíce čerstvě nasekané petrželky
- 500 ml vody



## Jehněčí s dušeným tuňinem



X 4



5 min + 1 hodina 30

- 1 Nalejte do misky olej. Přidejte jehněčí nakrájené na kostky. Vyberte program CRUST/FRY  a 5 minut vařte. Občás promíchejte.
- 2 Přidejte zeleninu a zalejte vodou. Spusťte program SOUP  a nastavte čas vaření na 1 hodinu 30 minut.
- 3 Ochutťte solí a pepřem. Před podáním jídla přidejte petrželku.

## Kabab Hala


- 250 g kebabového masa
- 1 sladká paprika, na kostky
- 2 rajčata, nakrájená na kostky
- 1 cibule, nasekaná
- 1 lžičce oleje
- Pepř
- Sůl



X 4



55 min

- 1 Smíchejte všechny ingredience, přidejte olej, sůl a pepř
- 2 Takto připravené ingredience dejte do mísy.
- 3 Vyberte program STEAM  a nechejte 45 minut vařit.

## Kuře s mandlemi


- 2 kuřecí filety, nakrájené na kousky
- 200 g grilovaných mandlí, oloupaných
- 1 sladká paprika, nakrájená na kostky
- ¼ odměrky oleje
- 1 odměrka vody
- 3 stroužky česneku, nakrájené na tenko
- 2 bílé cibule, nasekané



X 4



1 hodina 10

- 1 Dejte do mísy všechny ingredience. Vyberte program STEAM  a nastavte čas vaření na 1 hodinu a 10 minut.
- 2 Podávejte horké.



- 500 g kuřecích filet, nakrájených na tenké plátky
- 350 g plátků ananasu v sirupu
- 1 cibule, na tenké plátky
- ½ odměrky oleje
- ¼ odměrky kuřecího vývaru
- Pepř
- Sůl


## Kuřecí filé s ananasem



X 4



25 min

- 1 Nakrájejte plátky ananasu na kostky a zadržte uvnitř šťávu.
- 2 Šťávu smíchejte s ostatními ingrediencemi a nalejte směs do mísy. Ochutťte solí a pepřem.
- 3 Vyberte program CRUST/FRY  a vařte po dobu 20 až 30 minut. Občas promíchejte.





- 150 g čerstvých mušlí, vyčištěných
- 6 celých krevet
- 100 g hrášku
- 2 odměry rýže
- 1 lžice sladké papriky
- 5-6 větviček šafránu
- 3 odměry zeleninového vývaru
- Chillí paprička
- Olej
- Sůl

## Paella s mořskými plody



X 4



10 min + AUTO

- 1 Dejte do mísy olej, mušle a krevety. Vyberte program CRUST/FRY a 10 minut vařte.
- 2 Přidejte rýži, šafrán, hrášek, chilli papričku a zeleninový vývar. Poté spusťte program RICE/CEREALS. Nechejte vařit až do konce programu.

- 4 kusy dásu mořského
- 3 odměry rybiho vývaru
- rozmarýn
- 1 lžice oleje
- 1 cibule, nakrájená na tenké plátky
- 1 mrkev, nakrájená na tenké kulaté plátky
- ¼ odměry vody
- ¼ odměry čerstvé smetany
- Pepř
- Sůl

## Ďas mořský v krémové omáčce



X 4



45 min

- 1 Přidejte do mísy všechny ingredience s výjimkou dásu mořského. Vyberte program STEAM a nastavte čas vaření na 45 minut.
- 2 Po 30 minutách položte ochucenou rybu do napařovače a vložte napařovač do mísy. Nechejte vařit až do konce programu.
- 3 Rybu podávejte zalitou omáčkou.



- 500 g lososových steaků
- 20 cl vody
- Sůl
- Pepř
- 1 citron
- 1 salátový list (na ozdobu)

### Pro lesk:

- 1 stroužek česneku, nasekaný
- 1 lžice sójové omáčky
- 1 lžice omáčky hoisin
- 5 cl kečupu

## Dušený losos s růžovým leskem



X 4



20 min

- 1 Vytláče citron na lososové steaky a ochuťte solí a pepřem. Dejte rybu na napařovač a vložte napařovač do multifunkční vařiče.
- 2 Zalejte mísu vodou.
- 3 Vyberte program STEAM a nastavte čas vaření na 20 minut.
- 4 Jak připravit lesk: smíchejte sojovou omáčku, omáčku hoisin, kečup a česnek. Obalte glazurou lososa a podávejte na listu salátu.

Místo omáčky hoisin můžete použít omáčku teriyaki.



- 150 g čokolády na vaření
- 100 g másla
- 4 vejce
- 80 g cukru
- 50 g mouky
- Pečicí papír namaštěný máslem

## Čokoládový dort



X 4



45 min

- 1 Rozpusťte na pánvi čokoládu a máslo.
- 2 Rozšlehejte v míse vejce a cukr. Přidejte rozpuštěnou čokoládu a máslo, poté mouku a míchejte po dobu 2 minut.
- 3 Položte kolem mísy namaštěný pečicí papír. Nalijte směs a vyberte program DESSERT. Nechejte vařit až do konce programu (45 minut).
- 4 Nechejte vychladnout, poté dort překlopte. Podávejte se zmrzlinou.



- 125 g rozdrčených piškotů
- 70 g změkklého másla
- 300 g krémové omáčky
- 1 citronový jogurt
- 1 odměrka cukru
- 1 lžice mouky
- Kůra z 1 citronu
- 3 vejce
- 100 g borůvkového džemu
- Pečicí papír namaštěný máslem

## Borůvkový cheesecake



X 4



40 min

- 1 Položte kolem mísy namaštěný pečicí papír. Smíchejte rozdrčené piškoty a máslo a vytvořte souměrnou pastu. Směs naneste lžící na dno mísy a rovnoměrně rozetřete.
- 2 Šlehejte bílky v míse, dokud nezačnou vytvářet pevné špičky. Dejte je na jednu stranu.
- 3 Smíchejte sýr, vaječný žloutek, jogurt a cukr. V druhé míse smíchejte půl na půl citronovou kůru s moukou. Přidejte bílky a rozmíchejte.
- 4 Nalijte směs do mísy na piškotový základ. Vyberte program DESSERT a nastavte čas vaření na 40 minut.
- 5 Jakmile cheesecake zchladne, vyklopte jej ven a natřete borůvkovým džemem.



- 175 g čokolády na vaření
- ½ l mléka

## Dezert s čokoládovým krémem



X 4



40 min

- 1 Nalejte do mísy mléko. Vyberte program CREAM/CHEESE a nastavte čas vaření na 40 minut.
- 2 Po 5 minutách přidejte čokoládu rozlámanou na kousky. Míchejte, dokud nevznikne jemná konzistence.
- 3 Pokud to bude nutné, přidejte podle chuti další čokoládu nebo mléko.



- 80 cl mléka, plnotučného nebo polotučného
- 1 sáček mléčných kultur na výrobu jogurtu
- 2 odměrky vody
- 2 lžičky práškového mléka

## Jogurt



X 4



10 hodin

- 1 Dejte do nádoby mléko, mléčné kultury, vodu a práškové mléko. Smíchejte.
- 2 Vyberte program YOGURT a nastavte čas vaření na 10 hodin.
- 3 Na konci času vaření dejte jogurt na 2 hodiny do ledničky.

**Pokud používáte trvanlivé mléko, není jej třeba vařit. Jestliže používáte plnotučné nebo pasterizované mléko, měli byste jej uvařit a poté nechat vychladnout na pokojovou teplotu. Můžete rovněž použít sublimačně sušené mléčné kultury.**



## ELŐÉTELEK

Kockára vágott vegyes zöldség	69
Spenótsaláta	69
Rizssaláta	70
Zöldség alaplé	70
Zabkása málnával és banánnal	70



## FŐÉTELEK

Lencseleves	71
Burgonyás-cukkinis omlett	71
Francia lecsó	71
Répapüré	72
Olajban kisütött zöldség	72
Pírtott burgonya gombával	72
Csőben sült burgonya	73
Rizottó erdei gombával	73
Tah dig (fazékalja) rizs	73
Bárányhús borsóval	74
Bolognai makaróni	74
Bárány fehérrépa raguval	74
Kebab Hala	75
Mandulás csirke	75
Ananászos csirkemell filé	75
Paella tenger gyümölcseiből	76
Ördögghal tejszínes mártással	76
Párolt lazac rózsaszín mázban	76



## DESSZERTEK

Csokoládétorta	77
Áfonyás sajtorta	77
Csokoládés krémdesszert	78
Joghurt	78



- 3 felkockázott burgonya
- 2 felkockázott sárgarépa
- 3 tojás
- 100 g főtt borsó
- 2 doboz olajos tonhalkonzerv
- 2 ek. majonéz
- Őrölt csemege pirospaprika
- Bors
- Só

## Kockára vágott vegyes zöldség



X 4



30 perc

- 1 Tegye a burgonyát és a répát az edénybe, és öntsön annyi vizet rá, hogy elfedje.
- 2 Válassza ki a STEAM (PÁROLÁS ) programot, és állítsa a főzési időt 30 percre.
- 3 20 perc után tegye a tojásokat a párolókosárba, és még 10 percig hagyja főni az ételt. Amikor a főzési program lejárt, hagyja az ételt kihűlni.
- 4 Egy másik tálban keverjen össze minden hozzávalót, és tegye a (megpuccolt, félbevágott) tojásokat a tetejére.



- 300 g friss spenót
- 1 kis vöröshagyma (felaprítva)
- ¼ mérőedény fenyőmag
- ¼ mérőedény mazsola
- 2 teáskanál citromlé
- Bors
- Só

## Spenótsaláta



X 4



12 perc

- 1 Tegye a felaprított hagymát a tálba. Válassza ki a CRUST/FRY (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és állítsa 8 percre.
- 2 Adja hozzá a fenyőmagot, majd 10 perc főzés után a mazsolat és a spenótot. Főzze addig, míg a spenót a felére esik össze (körülbelül 2 perc).
- 3 Adjon hozzá egy cseppnyi ecet. Sózza és borsozza.

## Rizssaláta



- 1 Tegye a rizst, vizet és 1 evőkanál olajat a tálba. Válassza ki a RICE/CEREALS (RIZS/GABONAFÉLÉK) programot.
- 2 Tegye a csemegekukoricát, paradicsomot, piros paprikát, avokádót és hagymát az edénybe. Amikor a rizs megfőtt, öblítse le hideg vízzel.
- 3 Keverje össze a rizst a többi hozzávalóval, ízesítse sóval, paprikával, ecettel és a megmaradt olívaolajjal.

- 2 mérőedény rizs
- 2 mérőedény víz
- 3 ek olívaolaj
- 2 teáskanál citromlé
- 150 g konzerv csemegekukorica
- 200 g felkockázott paradicsom
- 150 g felkockázott piros paprika
- 1 felkockázott avokádó
- 1 kis vöröshagyma (felaprítva)
- Bors
- Só

## Zöldség alaplé



- 1 Tegye az összes zöldséget a tálba. Töltse fel a tálat vízzel a maximum szintig, majd adjon hozzá egy csipet sót, egy kis borsot és egy kevés olívaolajat.
- 2 Válassza ki a SOUP (LEVES) programot, és főzze az ételt a program végéig (40 perc).
- 3 Amíg forrásban van, hagyja a levest állni, majd szűrje le és használja fel igény szerint.

- 2 fehér póréhagyma
- 2 felkockázott répa
- 1 vékonyan felszeletelt vöröshagyma
- 2 felkockázott burgonya
- Olívaolaj
- Víz
- Bors
- Só



## Zabkása málnával és banánnal



- 1 Tegye a zabpelyhet és a tejet a multifunkciós főzőedénybe, és keverje meg.
- 2 Indítsa el a PORRIDG (KÁSA) programot, és főzze az ételt 20 percig.
- 3 Amikor a főzési idő letelt, adja hozzá a málnát és a banánszeleteket.

- 150 g zabpelyh
- 600 ml tej
- 1 felszeletelt banán
- 1 marék málna





- 150 g vöröslencse
- 1 vékonyan felszeletelt vöröshagyma
- 1 fokhagymagerezd (felaprítva)
- 1 evőkanál currypor
- 1 tk koriander
- 900 ml víz
- Só
- Bors



## Lencseleves



X 4



30 perc

- 1 Tegye az összes hozzávalót a tálba. Válassza ki a SOUP  (LEVES ) programot, és a főzési időt 30 percre állítsa be.
- 2 Amikor a főzési idő letelt, turmixolja simára a levest egy tálban.

- 8 tojás
- 400 g felkockázott burgonya
- 200 g felkockázott cukkini
- ½ mérőedény olaj
- Só



## Burgonyás-cukkinis omlett



X 4



30 perc + 10 perc

- 1 Tegye az olajat, burgonyát és cukkinit a tálba.
- 2 Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és hagyja az ételt 30 percig főni. Időnként keverje meg az ételt.
- 3 Verje fel a tojásokat, adjon hozzájuk egy csipet sót és öntse a zöldségekre. A sütési idő kezdetekor keverje meg az omlettet egy fakanállal. Folytassa a sütést további 10 perccig.
- 4 Amikor az omlett megsült, sütőkesztyű segítségével emelje le a tálat, és fordítsa az omlettet egy tányérra.



- 1 piros paprika
- 1 zöldpaprika
- 1 cukkini
- ½ padlizsán
- 1 vöröshagyma
- 3 fokhagymagerezd
- 2 ek olívaolaj
- 1 hámozott burgonya
- 3 hámozott paradicsom
- Vegyes fűszerek
- Bors
- Só



## Francia lecsó



X 4



1 óra

- 1 Kockázza fel a zöldségeket, és tegye őket a tálba az olajjal együtt.
- 2 Válassza ki a STEW  (RAGU ) programot, és hagyja az ételt 60 percig főni.
- 3 A főzési idő végén ízesítse az ételt, ha szükséges.

**Amennyiben a zöldséget ropogósan kedveli, csökkentse a főzési időt 40 percre.**



- 800 g felkockázott répa
- 2 felkockázott burgonya
- 800 ml víz
- 100 ml tej
- 30 g vaj
- Só

## Répapüré



X 4



45 perc

- 1 Hámozza meg és szeletelje fel a répát és a burgonyát.
- 2 Tegye az összes hozzávalót a tálba, és öntse hozzá a vizet. Válassza ki a BABY FOOD (BÉBIÉTEL) programot, és a főzési időt 45 percre állítsa be.
- 3 A főzési idő végén engedje le a vizet. Adja a vajat és a tejet a répához és burgonyához, majd turmixgépben vagy botmixerrel keverje 3 percig.

- ½ gyufaszál vékonyságúra vágott zöldpaprika
- ½ gyufaszál vékonyságúra vágott piros paprika
- 1 gyufaszál vékonyságúra vágott cukkini
- Darabokra aprított zöldbab
- ½ vékonyan felszeletelt lillahagyma
- ½ vékonyan felszeletelt vöröshagyma
- 3 gyufaszál vékonyságúra vágott répa
- 300 g vékonyan felszeletelt friss csiperkegomba
- Szezámolaj
- Só



## Olajban kisütött zöldség



X 4



12 perc

- 1 Tegye a szezámolajat és az összes többi hozzávalót a tálba. Sózza és borsozza.
- 2 Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és időnként kevergetve hagyja az ételt 12 percig sülni.
- 3 Válassza ki a KEEP WARM (MELEGENTARTÁS) programot, amennyiben a zöldségeket puhábban szeretné fogyasztani.



- 4 nagy, vékonyan felszeletelt burgonya
- 1 vékonyan felszeletelt vöröshagyma
- 300 g vékonyan felszeletelt gomba
- 4 evőkanál növényi olaj
- vékonyan felszeletelt piros csípőpaprika
- Fokhagyma
- Só



## Pírtott burgonya gombával



X 4



20 perc

- 1 Öntse a növényi olajat és az összes többi hozzávalót a tálba.
- 2 Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és állítsa 20 percre.







- 1 ek. vaj
- 50 g reszelt Gruyère, edámi vagy svájci sajt
- 1 fokhagymagerezd (felaprítva)
- 30 cl tejszín
- 7-8 hámozott, vékonyra felszelt burgonya
- ¼ teáskanál szerecsendió
- Só
- Feketebors

## Csőben sült burgonya





- 1 Vajazza ki a tál belsejét.
- 2 Keverje össze a fokhagymát, tejszínt, szerecsendiót, sót és borsot. Rendezze a felszeletelt burgonyát, tejszínes keveréket és reszelt sajtot váltakozó rétegekben a tálba. A rétegeket tejszínnel fejezze be.
- 3 Válassza ki a BAKING  (SÜTÉS ) programot, és állítsa 40 percre.

- 300 g friss (vagy mirelit) gomba apró darabokra szelve
- 300 g rizottó rizs
- 1 L zöldség alaplé
- 1 finomra aprított hagyma
- 1 gerezd finomra aprított fokhagyma
- 50 g parmezán
- 50 g vaj
- 2 evőkanál növényi olaj
- 2 szál friss kakukkfű
- Só
- Finomra őrölt feketebors

## Rizottó erdei gombával



- 1 Öntse az olívoajat a tálba. Adja hozzá a hagymát, a fokhagymát és a rizst. Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és hagyja az ételt 12 percig főni. Öntse hozzá a bort, és várjon, amíg elpárolog. Adja hozzá a gombát és az alaplevet.
- 2 Indítsa el a PILAF/RISOTTO (PILÁF/RIZOTTÓ) programot. Amikor a főzési idő letelt, adja a rizottóhoz a vajat, (ízlés szerint) a sót és paprikát.
- 3 Szórja meg parmezánnal, és tálalás előtt díszítse kakukkfűvel.



**A rizottóhoz rövid szemű, például Arborio vagy Carnaroli rizs használatát javasoljuk.**



- 4 evőkanál olaj
- 4 csésze rizs
- 7 csésze víz

## Tah dig (fazékalja) rizs



- 1 Tegyen 4 evőkanál olajat, 4 csésze rizst és 7 csésze vizet a tálba.
- 2 Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és állítsa 75 percre.

**Ezzel a recepttel ropogós, barna Tah dig rizs készíthető.**



- 800 g mirelit borsó
- 150 g felkockázott bărănyhús
- 1 vöröshagyma (felaprítva)
- ½ mérőedény olaj
- 20 g vaj
- Bors
- Só

## Bărănyhús borsóval



X 4



10 perc + 10 perc

- 1 Tegye a bărănyhúst, hagymát, olajat, sót és borsot a tálba. Válassza ki a CRUST/FRY (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS) programot, és hagyja az ételt 10 percig főni.
- 2 Adja hozzá a borsót. 2 Válassza ki a STEAM (PÁROLÁS) programot, és a főzési időt 10 percre állítsa be.
- 3 A főzési idő végén adja az ételhez a vaját és jól keverje el.

- 350 g főtt makarónitészta
- 150 g darált marhahús
- 1 vöröshagyma, finomra vágva
- 50 g reszelt sajt
- 3 mérőedény paradicsomszósz
- Olívaolaj locsolás
- Oregánó
- Bors
- Só

## Bolognai makaróni



X 4



10 perc + 15 perc

- 1 Tegye az olívaolajat, hagymát, darált húst és oregánót a tálba. Ízesítse sóval, borssal, válassza ki a CRUST/FRY (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS) programot, és időnként megkeverve hagyja főni 10 percig.
- 2 Adja hozzá a paradicsomszószot és keverje meg. Adja hozzá a makarónit, keverje össze, indítsa el a SOUP (LEVES) programot, és hagyja tovább főni 10-15 percig.
- 3 Tálalja a tésztát reszelt sajttal.



- 1 kg csont nélküli bărăny
- 1 cm-es kockákra vágva
- 2 közepes, vékonyan felszeletelt vöröshagyma
- 4 meghámozott és felvágott fehérrepa
- 4 meghámozott és darabokra vágott sárgarépa
- 2 evőkanál növényi olaj
- ½ teáskanál só
- ½ teáskanál bors
- 2 ek friss petrezselyem, apróra vágva
- 500 ml víz

## Bărăny fehérrepa raguval



X 4





5 perc + 1 óra 30

- 1 Öntse az olajat a tálba. Adja hozzá a felkockázott bărănyhúst. Válassza ki a CRUST/FRY (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS) programot, és időnként megkeverve főzze az ételt 5 percig.
- 2 Adja hozzá az összes zöldséget, és öntse a tálba a vizet. Indítsa el a SOUP (LEVES) programot, és a főzési időt 1 óra 30 percre állítsa be.
- 3 Sózza és borsozza. Tálalás előtt adja hozzá a petrezselymet.

- 250 g Kebab hús
- 1 felkockázott édes paprika
- 2 felkockázott paradicsom
- 1 apróra vágott vöröshagyma
- 1 kanál olaj
- Bors
- Só

## Kebab Hala





- 1 Keverjen minden hozzávalót össze, adja hozzá az olajat, sőt és borsot.
- 2 Öntse a keveréket a tálba.
- 3 Válassza ki a STEAM  (PÁROLÁS ) programot, és hagyja az ételt 45 percig főni.

- 2 csirkemell filé feldarabolva
- 200 g pirított, hámozott mandula
- 1 felkockázott piros paprika
- ¼ mérőedény olaj
- 1 mérőedény víz
- 3 vékonyan felszeletelt fokhagymagerezd
- 2 felaprított vöröshagyma

## Mandulás csirke





- 1 Tegye az összes hozzávalót a tálba. Indítsa el a STEAM  (PÁROLÁS ) programot, és a főzési időt 1 óra 10 percre állítsa be.
- 2 Forrón tálalja.



- 500 gvékonyan felszelt csirkemell filé
- 350 g ananász szelet szirupban
- 1 vékonyan felszeletelt vöröshagyma
- ½ mérőedény olaj
- ¼ csirkeleves alaplé
- Bors
- Só

## Ananászos csirkemell filé



- 1 Vágja az ananász szeleteket kockára, és öntse le róluk a levet.
- 2 Keverje össze az ananászlevet a többi hozzávalóval, és öntse a keveréket a tálba. Sózza és borsozza.
- 3 Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és időnként megkeverve főzze az ételt 20-30 percig.



- 150 g megtisztított kagyló
- 6 egész garnélarák
- 100 g zöldborsó
- 2 mérőedény rizs
- 1 evőkanál csemege pirospaprika
- 5-6 szál sáfrány
- 3 mérőedény zöldségleves alaplé
- Csillipaprika
- Olaj
- Só



## Paella tenger gyümölcseiből



X 4



10 perc + AUTO

- 1 Tegye az olajat, kagylót és garnélarákat a tálba. Válassza ki a CRUST/FRY  (KÉRGESÍTÉS/SÜTÉS ) programot, és állítsa 10 percre.
- 2 Adja hozzá a rizst, sáfrányt, borsót, csillipaprikát és zöldségleves alaplevet, majd indítsa el a RICE/CEREALS (RIZS/GABONAFÉLÉK) programot. Hagyja az ételt főni a program végéig.

- 4 db ördöghal
- 3 mérőedény hallevés alaplé
- Rozmaring
- 1 evőkanál olaj
- 1 vékonyan felszeletelt vörshagyma
- 1 sárgarépa vékony karikákra szelve
- ¼ mérőedény víz
- ¼ mérőedény friss tejszín
- Bors
- Só



## Ördöghal tejszínes mártással



X 4



45 perc

- 1 Tegye az összes hozzávalót a tálba, kivéve az ördöghalat. Válassza ki a STEAM  (PÁROLÁS ) programot, és a főzési időt 45 percre állítsa be.
- 2 30 perc után helyezze a befűszerezett halat a párolókosárba, és tegye a kosarat a tálba. Hagyja az ételt főni a program végéig.
- 3 Tálalja a halat mártással borítva.



- 500 g lazacszelet
- 20 cl víz
- Só
- Bors
- 1 citrom
- 1 salátalevél (A tálaláshoz)

### A mázhoz:

- 1 gerezd felaprított fokhagyma
- 1 evőkanál szójaszószt
- 1 evőkanál hoisin mártás
- 5 cl ketchup



## Párolt lazac rózsaszín mázban



X 4



20 perc

- 1 Facsarja a citrom levét a lazacszeletekre, ízesítse sóval, borssal. Tegye a halat a párolókosárba, majd helyezze a kosarat a multifunkciós főzőedénybe.
- 2 Töltse meg a tálal vízzel.
- 3 Válassza ki a STEAM  (PÁROLÁS ) programot, és állítsa 20 percre.
- 4 A máz elkészítése: keverje össze a szójaszószt, hoisin mártást, ketchupot és fokhagymát. Vonja be a lazacot a mázzal, és tálalja salátalevélen.

**Használhat teriyaki szószot is a hoisin mártás helyett.**



- 150 g főzőcsokoládé
- 100 g vaj
- 4 tojás
- 80 g cukor
- 50 g liszt
- Bevajazott sütőpapír

## Csokoládétorta



X 4



45 perc

- 1 Olvassza fel a csokoládét és a vajat egy serpenyőben.
- 2 Verje fel a tojásokat a cukorral a tálban. Adja hozzá a felolvasztott csokoládét és vajat majd a lisztet, és keverje össze 2 percre.
- 3 Bételje ki a tálat bevajazott sütőpapírral. Öntse bele a keveréket, és válassza ki a DESSERT (DESSZERT) programot. Hagyja az ételt sülni a program végéig (45 perc).
- 4 Hagyja kihűlni, utána fordítsa ki a tálból a tortát. Tálalja jégkrémrel.



- 125 g összetört keksz
- 70 g puha vaj
- 300 g tejszínes sajtkrém
- 1 citromos joghurt
- 1 mérőedény cukor
- 1 ek. liszt
- 1 citrom héja
- 3 tojás
- 100 g áfonyalekvár
- Bevajazott sütőpapír

## Áfonyás sajtorta



X 4



40 perc

- 1 Bételje ki a tálat bevajazott sütőpapírral. Keverje össze az összetört kekszet és vajat, amíg egyenletes tésztát nem kap. Egyenletesen elosztva kanalazza a keveréket a tál aljába.
- 2 Egy tálban verje a tojásfehérjét kemény habbá. Tegye a tálat félre.
- 3 Keverje össze a sajtot, tojássárgát, joghurtot, cukrot, a citromhéj felét és a lisztet egy másik tálban. Keverje hozzá a tojásfehérjéket.
- 4 Öntse a keveréket a tálba, a kekszréteg tetejére. Válassza ki a DESSERT (DESSZERT) programot, és a sütési időt 40 percre állítsa be.
- 5 Amikor a sajtorta kihült, fordítsa ki a tálból, és vonja be áfonyalekvárral.



- 175 g főzőcsokoládé
- ½ L tej

## Csokoládés krémdesszert



X 4



40 perc

- 1 Öntse a tejet a tálba. Válassza ki a CREAM/CHEESE (KRÉMSAJT) programot, és állítsa a főzési időt 40 percre.
- 2 5 perc után adja hozzá a darabokra tört csokoládét. Keverje addig, míg az állaga sima nem lesz.
- 3 Ha szükséges, ízlés szerint adjon még hozzá csokoládét vagy tejet.



- 80 cl tej, teljes vagy félszíros
- 1 zacskó tejsavas starterkultúra joghurt készítéséhez
- 2 mérőedény víz
- 2 evőkanál tejpor

## Joghurt



X 4



10 óra

- 1 Öntse a tejet, tejsav starterkultúrákat, vizet és tejport a tartályba. Keverje össze.
- 2 Válassza ki a YOGURT (JOGHURT) programot, és hagyja 10 percg főni.
- 3 A főzési idő végén tegye a joghurtot 2 órára a hűtőbe.

**Amennyiben UHT tejet használ, nincs szükség forralásra. Ha teljes vagy pasztőrözött tejet használ, először fel kell forralni, majd hagyni, hogy szobahőmérsékletűre hűljön. Használhat fagyasztott-szárított tejsav starterkultúrákat is.**



## ANTREURI

Amestec de cubulețe de legume	80
Salată de spanac	80
Salată de orez	81
Supă de legume	81
Budincă de ovăz cu zmeură și banane	81



## FELURI PRINCIPALE

Supă de linte	82
Omletă cu cartofi și dovlecei	82
Ghiveci	82
Piure de morcovi	83
Mâncare de legume prăjite rapid prin agitare	83
Sote de cartofi cu ciuperci	83
Cartofi gratinați	84
Rizoto cu ciuperci sălbatice	84
Orez Tadhig	84
Miel cu mazăre	85
Macaroane bolognese	85
Miel cu tocană de gulii	85
Kabab Hala	86
Pui cu migdale	86
Piept de pui cu ananas	86
Paella cu fructe de mare	87
Pește-undițar în sos de smântână	87
Somon la abur cu glazură roz	87



## DESERTURI

Prăjitură cu ciocolată	88
Prăjitură cu brânză și afine	88
Desert cu cremă de ciocolată	89
laurt	89



- 3 cartofi tăiați cubulețe
- 2 morcovi tăiați cubulețe
- 3 ouă
- 100 g de mazăre fiartă
- 2 conserve de ton în ulei
- 2 linguri de maioneză
- Praf de boia dulce
- Piper
- Sare


## Amestec de cubulețe de legume



X 4



30 min

- 1 Puneți cartofii și morcovii în bol și acoperiți-i în întregime cu apă.
- 2 Selectați programul STEAM  și setați timpul de gătire la 30 de minute.
- 3 După 20 de minute, adăugați ouăle în coșul de gătit la aburi și lăsați la gătit timp de 10 minute. După ce programul de gătit se încheie, lăsați mâncarea să se răcească.
- 4 Amestecați toate ingredientele într-un bol separat și puneți deasupra ouăle (decojite și tăiate în jumătăți).



- 300 g de spanac proaspăt
- 1 ceapă mică, tocată
- ¼ măsură de muguri de pin
- ¼ măsură de stafide
- 2 linguri de suc de lămâie
- Piper
- Sare


## Salată de spanac



X 4



12 min

- 1 Puneți bucățile de ceapă în vas. Selectați programul CRUST/FRY  și gătiți timp de 8 minute.
- 2 Adăugați mugurii de pin, apoi stafidele și spanacul după 10 minute de gătit. Lăsați la gătit până ce spanacul se reduce la jumătate (aproximativ 2 minute).
- 3 Adăugați puțin oțet. Condimentați cu sare și piper.



## Salată de orez




- 1 Puneți orezul, apa și 1 linguriță de ulei în vas. Selectați programul RICE/CEREALS.
- 2 Adăugați porumbul dulce, roșiile, ardeii roșii, avocado și ceapa într-un bol. După ce orezul a fiert, treceți-l sub un jet de apă rece.
- 3 Amestecați orezul cu celelalte ingrediente și asezonați-l cu sare, piper, oțet și restul de ulei de măsline.

- 2 măsuri de orez
- 2 măsuri de apă
- 3 linguri de ulei de măsline
- 2 linguri de suc de lămâie
- 150 g de porumb dulce la conservă
- 200 g de roșii, tocate mărunt
- 150 g de ardei roșii, tocați mărunt
- 1 avocado, tocat mărunt
- 1 ceapă mică, tocată
- Piper
- Sare

## Supă de legume



- 1 Puneți toate legumele în vas. Umpleți cu apă până la nivelul maxim, apoi adăugați un praf de sare, piper și puțin ulei de măsline.
- 2 Selectați programul SOUP  și lăsați la gătit până la sfârșitul programului (40 minute).
- 3 Lăsați deoparte până ce lichidul nu mai clocotește, apoi strecurați supa și folosiți-o după cum doriți.

- Partea albă de la 2 fire de praz, tocată mărunt
- 2 morcovi tăiați cubulețe
- 1 ceapă tăiată felii subțiri
- 2 cartofi tăiați cubulețe
- ulei de măsline
- Apă
- Piper
- Sare



## Budincă de ovăz cu zmeură și banane



- 1 Puneți fulgii de ovăz și laptele în aparatul de gătit multifuncțional, apoi amestecați.
- 2 Porniți programul PORRIDGE și lăsați la gătit timp de 20 de minute.
- 3 Imediat ce s-a încheiat timpul de gătire, adăugați zmeura și feliile de banane.

- 150 g de fulgi de ovăz
- 600 ml de lapte
- 1 banana, tăiată felii
- 1 mână de zmeură





- 150 g de linte roșie
- 1 ceapă tăiată felii subțiri
- 1 cățel de usturoi, tocat
- 1 lingură de praf de curry
- 1 linguriță de coriandru
- 900 ml de apă
- Sare
- Piper


## Supă de linte



X 4



30 min

- 1 Puneți toate ingredientele în vas. Selectați programul SOUP  și setați timpul de gătire la 30 de minute.
- 2 Imediat ce programul de gătire s-a încheiat, pasați supa într-un bol pentru a obține o textură omogenă.

- 8 ouă
- 400 g de cartofi, tăiați cubulețe
- 200 g de dovlecei, tăiați cubulețe • ½ măsură de ulei
- Sare


## Omeletă cu cartofi și dovlecei



X 4



30 min + 10 min

- 1 Adăugați uleiul, cartofii și dovleceii în vas.
- 2 Selectați programul CRUST/FRY  și lăsați la gătit timp de 30 minute. Amestecați din când în când.
- 3 Bateți ouăle, adăugați puțină sare și răsturnați peste ele legumele. Amestecați omeleta cu o spatulă la începutul timpului de gătire. Continuați să gătiți timp de 10 minute.
- 4 Imediat ce omeleta este gata, îndepărtați vasul folosind mănuși pentru cuptor și răsturnați omeleta pe o farfurie.



- 1 ardei roșu
- 1 ardei verde
- 1 dovlecel
- ½ vânăță
- 1 ceapă
- 3 căței de usturoi
- 2 linguri de ulei de măsline
- 1 cartof curățat
- 3 roșii, curățate
- Amestec de verdețuri
- Piper
- Sare


## Ghiveci



X 4



1 ore

- 1 Tăiați legumele cubulețe și puneți-le în vas împreună cu uleiul.
  - 2 Selectați programul STEW  și lăsați la gătit timp de 60 minute.
  - 3 La finalul timpului de preparare, asezonați dacă este necesar.
- Reduceți timpul de gătire la 40 minute dacă preferați legumele crocante.**



- 800 g morcovi tocați mărunț
- 2 cartofi tocați mărunț
- 800 ml de apă
- 100 ml de lapte
- 30 g de unt
- Sare

## Piure de morcovi



X 4



45 min

- 1 Curățați și tocați morcovii și cartofii.
- 2 Puneți toate ingredientele în vas și turnați apa. Porniți programul BABY FOOD și setați timpul de gătire la 45 de minute.
- 3 La finalul timpului de gătire, scurgeți apa. Adăugați laptele și untul peste morcovi și cartofi și pasați timp de 3 minute într-un robot de bucătărie sau folosind un mixer vertical.

- ½ ardei verde, tăiat julien
- ½ ardei roșu, tăiat julien
- 1 dovlecei, tăiat julien
- Fasole verde tăiată bucăți
- ½ ceapă roșie tăiată felii subțiri
- ½ ceapă albă tăiată felii subțiri
- 3 morcovi, tăiați julien
- 300 g de ciuperci Champignon, tăiate felii subțiri
- Ulei de susan
- Sare


## Mâncare de legume prăjite rapid prin agitare



X 4



12 min

- 1 Adăugați uleiul de susan și toate celelalte ingrediente în vas. Condimentați cu sare și piper.
- 2 Selectați programul CRUST/FRY  și lăsați la gătit timp de 12 minute, amestecând din când în când.
- 3 Selectați programul KEEP WARM timp de câteva minute dacă doriți ca legumele să fie mai moi.



- 4 cartofi mari, tăiați felii subțiri
- 1 ceapă tăiată felii subțiri
- 300 g de ciuperci, tăiate felii subțiri
- 4 linguri de ulei vegetal
- Ardei roșu iute, tăiat felii subțiri
- Usturoi
- Sare


## Sote de cartofi cu ciuperci



X 4



20 min

- 1 Turnați uleiul vegetal în vas și adăugați toate celelalte ingrediente.
- 2 Selectați programul CRUST/FRY  și gătiți timp de 20 minute.



- 1 lingură de unt
- 50 g de brânză Gruyère, Edam sau elvețiană rasă
- 1 cățel de usturoi, tocat
- 30 cl de smântână
- 7-8 cartofi curățați și tăiați felii subțiri
- ¼ linguriță nucșoară
- Sare
- Piper negru


## Cartofi gratinați



X 4



40 min

- 1 Ungeți cu unt interiorul vasul.
- 2 Amestecați usturoiul, smântâna, nucșoara, sarea și piperul. Aranjați cartofii feliți în straturi în bol alternând cu amestecul de smântână și brânza rasă. Ultimul strat trebuie să fie cel de smântână.
- 3 Selectați programul BAKING  și gătiți timp de 40 minute.

- 300 g de ciuperci proaspete (sau congelate), tăiate în bucăți mici
- 300 g de orez pentru rizoto
- 1 L supă de legume
- 1 ceapă tocată mărunt
- 1 cățel de usturoi, tocat fin
- 50 g parmezan
- 50 g de unt
- 2 linguri de ulei vegetal
- 2 crenguțe de cimbru
- Sare
- Piper negru măcinat fin

## Rizoto cu ciuperci sălbatice



X 4



12 min + AUTO

- 1 Turnați uleiul de măsline în vas. Adăugați ceapa, usturoiul și orezul. Selectați programul CRUST/FRY și lăsați la gătit timp de 12 minute. Turnați vinul și așteptați să se evapore. Adăugați ciupercile și stocul.
- 2 Porniți programul PILAF/RISOTTO. La finalul timpului de gătire, adăugați în rizoto untul, sarea și piperul (după gust).
- 3 Presărați parmezan și asezonați cu cimbru înainte de servire.

**Vă recomandăm să folosiți orez cu bobul rotund, cum ar fi Arborio sau Carnaroli.**



- 4 linguri de ulei
- 4 măsuri de orez
- 7 măsuri de apă

## Orez Tadhig



X 4



75 min

- 1 Adăugați în vas 4 linguri de ulei, 4 măsuri de orez, 7 măsuri de apă.
- 2 Porniți programul CRUST/FRY și gătiți timp de 75 minute.

**Folosind această rețetă, veți obține orez Tadhig crocant și rumenit.**



- 800 g de mazăre fiartă
- 150 g de carne de miel, cuburi
- 1 ceapă albă, tocată
- ½ măsură de ulei
- 20 g de unt
- Piper
- Sare


## Miel cu mazăre



X 4



10 min + 10 min

- 1 Puneți mielul, ceapa, uleiul, sarea și piperul în vas. Selectați programul CRUST/FRY  și lăsați la gătit timp de 10 minute.
- 2 Adăugați mazărea. Selectați programul STEAM și setați timpul de gătire la 10 de minute.
- 3 La finalul timpului de gătire, adăugați untul și amestecați bine.

- 350 g de macaroane fierte
- 150 g de carne de vită tocată
- 1 ceapă albă, tocată fin
- 50 g de brânză rasă
- 3 măsuri de sos de tomate
- Câteva picături de ulei de măsline
- Oregano
- Piper
- Sare



## Macaroane bolognese



X 4



10 min + 15 min

- 1 Puneți uleiul de măsline, ceapa, carnea de vită tocată și oregano în vas. Asezonați cu sare și piper, selectați programul CRUST/FRY  și lăsați la gătit timp de 10 minute, amestecând din când în când.
- 2 Adăugați sosul de tomate, amestecați. Adăugați macaroanele, amestecați, porniți programul SOUP  și lăsați la gătit timp de 10-15 minute.
- 3 Serviți pastele cu brânză rasă.



- 1 kg de carne dezosată de miel, tăiată în cubulețe de 1 cm
- 2 cepe medii, tăiate felii subțiri
- 4 gulii, curățate și tocate
- 4 morcovi, curățați și tăiați bucăți
- 2 linguri de ulei vegetal
- ½ linguriță de sare
- ½ linguriță de piper
- 2 lingură de pătrunjel proaspăt, tocat
- 500 ml de apă



## Miel cu tocană de gulii



X 4



5 min + 1 oră 30

- 1 Turnați uleiul în vas. Adăugați cubulețele de carne de miel. Selectați programul CRUST/FRY  și lăsați la gătit timp de 5 minute, amestecând din când în când.
- 2 Adăugați toate legumele și turnați apa. Porniți programul SOUP  și setați timpul de gătire la 1 oră și 30 de minute.
- 3 Asezonați cu sare și piper. Adăugați pătrunjelul înainte de servire.

## Kabab Hala


- 250 g de carne Kabab
- 1 ardei dulce, tocat
- 2 roșii, tocate
- 1 ceapă, tocată
- 1 lingură de ulei
- Piper
- Sare



X 4



55 min

- 1 Amestecați toate ingredientele împreună, adăugați uleiul, sarea și piperul
- 2 Puneți preparatul în vas.
- 3 Selectați programul STEAM  și lăsați la gătit timp de 45 minute.

## Pui cu migdale


- 2 piepturi de pui, tăiate bucățele
- 200 g migdale prăjite, curățate
- 1 ardei roșu, tocat
- ½ măsură de ulei
- 1 măsură de apă
- 3 căței de usturoi, tocați fin
- 2 cepe, tocate



X 4



1 oră 10

- 1 Puneți toate ingredientele în vas. Porniți programul STEAM  și setați timpul de gătire la 1 oră și 10 de minute.
- 2 Se servește cald.



- 500 g de piept de pui, tăiat în felii subțiri
- 350 g felii de ananas în compot
- 1 ceapă tăiată felii subțiri
- ½ măsură de ulei
- ¼ măsură de supă de pui
- Piper
- Sare


## Piept de pui cu ananas



X 4



25 min

- 1 Tăiați felile de ananas în sferturi și păstrați compotul.
- 2 Amestecați compotul cu alte ingrediente și turnați amestecul în bol. Asezonați cu sare și piper.
- 3 Selectați programul CRUST/FRY  și lăsați la gătit timp de 20-30 minute, amestecând ocazional.



- 150 g de midii proaspete, curățate
- 6 creveți întregi
- 100 g de mazăre
- 2 măsuri de orez
- 1 lingură de boia dulce
- 5-6 fire de șofran
- 3 măsuri de supă de legume
- Ardei iute
- Ulei
- Sare


## Paella cu fructe de mare



X 4



10 min + AUTO

- 1 Adăugați uleiul, miile și creveții în vas. Selectați programul CRUST/FRY  și gătiți timp de 10 minute.
- 2 Adăugați orezul, șofranul, mazărea, ardeii iute și supa de legume, apoi porniți programul RICE/CEREALS. Lăsați la gătit până la finalul programului.

- 4 bucăți de pește-undițar
- 3 măsuri de supă de pește
- Rozmarin
- 1 lingură de ulei
- 1 ceapă tăiată felii subțiri
- 1 morcov, tăiat felii rotunde subțiri
- ¼ măsură de apă
- ¼ măsură de smântână de gătit
- Piper
- Sare


## Pește-undițar în sos de smântână



X 4



45 min

- 1 Puneți toate ingredientele în vas, cu excepția peștelui-undițar. Selectați programul STEAM  și setați timpul de gătire la 45 de minute.
- 2 După 30 de minute, puneți peștele asezonat în coșul de gătit la abur și introduceți coșul în vas. Lăsați la gătit până la finalul programului.
- 3 Serviți peștele acoperit cu sos.



- 500 g de fileuri de somon
- 20 cl de apă
- Sare
- Piper
- 1 lămâie
- 1 frunză de salată (Pentru garnitură)

### Pentru glazură:

- 1 cățel de usturoi, tocat
- 1 lingură de sos de soia
- 1 lingură de sos hoisin
- 5 cl de ketchup


## Somon la abur cu glazură roz



X 4



20 min

- 1 Stoarceți lămâia peste fileurile de somon și asezonați cu sare și piper. Puneți peștele în coșul de gătit la abur, apoi introduceți coșul în aparatul de gătit multifuncțional.
- 2 Umpleți vasul cu apă.
- 3 Selectați programul STEAM  și gătiți timp de 20 minute.
- 4 Pentru prepararea glazurii: amestecați sosul de soia, sosul hoisin, ketchupul și usturoiul. Se acoperă somonul cu glazura și se servește pe o frunză de salată.

**Puteți înlocui sosul hoisin cu sos teriyaki.**



- 150 g ciocolată de menaj
- 100 g de unt
- 4 ouă
- 80 g de zahăr
- 50 g de făină
- Hârtie de copt unsă cu unt

## Prăjitură cu ciocolată



X 4



45 min

- 1 Topiți ciocolata și untul într-o cratiță.
- 2 Bateți ouăle cu zahărul într-un bol. Adăugați ciocolata și untul topite, apoi făina și amestecați timp de 2 minute.
- 3 Tapetați vasul cu hârtie de copt unsă. Turnați amestecul și selectați programul DESSERT. Lăsați la copt până la finalul programului (45 de minute).
- 4 Lăsați la răcit, apoi răsturnați prăjitura. Serviți cu înghețată.



- 125 g de biscuiți sfărâmați
- 70 g de unt moale
- 300 g de cremă de brânză
- 1 iaurt cu lămâie
- 1 măsură de zahăr
- 1 lingură de făină
- Zeama de la 1 lămâie
- 3 ouă
- 100 g de gem de afine
- Hârtie de copt unsă cu unt

## Prăjitură cu brânză și afine



X 4



40 min

- 1 Tapetați vasul cu hârtie de copt unsă. Amestecați biscuiții sfărâmați și untul pentru a forma o pastă omogenă. Puneți amestecul pe fundul vasului, întinzându-l uniform.
- 2 Bateți cu mixerul albușurile într-un bol până ce se formează o spumă consistentă. Lăsați deoparte.
- 3 Amestecați brânza, gălbenușurile, zahărul, jumătate din zeama de lămâie și făina într-un alt bol. Adăugați albușurile și amestecați.
- 4 Turnați amestecul în vas, peste baza de biscuiți. Selectați programul DESSERT și setați timpul de gătire la 40 de minute.
- 5 După ce prăjitura cu brânză s-a răcit, scoateți-o din vas și glazurați-o cu gem de afine.





- 175 g ciocolată de menaj
- ½ L lapte

## Desert cu cremă de ciocolată



X 4



40 min

- 1 Turnați laptele în vas. Selectați programul CREAM/CHEESE și setați timpul de gătire la 40 de minute.
- 2 După 5 minute adăugați ciocolata, tăiată în bucăți. Amestecați pentru a obține o consistență omogenă.
- 3 Dacă este nevoie, adăugați mai multă ciocolată sau mai mult lapte, după gust.



- 80 cl lapte integral sau semidegroat
- 1 plic de cultură starter pentru iaurt
- 2 măsuri de apă
- 2 lingurițe de lapte praf

## Iaurt



X 4



10 ore

- 1 Puneți laptele, culturile starter, apa și laptele praf în recipient. Amestecați-le.
- 2 Selectați programul YOGURT și lăsați la preparat timp de 10 ore.
- 3 La finalul timpului de gătire, puneți iaurtul la frigider timp de 2 ore.

**Dacă folosiți lapte UHT, nu trebuie să îl fierbeți. Dacă folosiți lapte integral sau pasteurizat, ar trebui să îl fierbeți și apoi să îl lăsați să se răcească la temperatura camerei. Puteți folosi culturi starter deshidratate și congelate.**



## PREDJELA

- Miješano povrće narezano na kockice 91
- Salata od špinata 91
- Salata od riže 92
- Povrtni temeljac 92
- Zobena kaša s malinama i bananom 92



## GLAVNA JELA

- Juha od leće 93
- Omlet od krumpira i tikvice 93
- Ratatouille 93
- Pire od mrkve 94
- Miješano prženo povrće 94
- Pirjani krumpiri s gljivama 94
- Gratinirani krumpir 95
- Rižoto od divljih gljiva 95
- Riža Tadhig 95
- Grašak s janjetinom 96
- Makaroni bolonjeze 96
- Janjetina s varivom od repe 96
- Kabab Hala 97
- Piletina s bademima 97
- Pileći file s ananasom 97
- Paella s morskim plodovima 98
- Grdobina u umaku od vrhnja 98
- Losos na pari s ružičastom glazurom 98



## DESERTI

- Torta od čokolade 99
- Torta od sira s borovnicama 99
- Desert od čokoladne kreme 100
- Jogurt 100



- 3 krumpira, narezana na kockice
- 2 mrkve, narezane na kockice
- 3 jaja
- 100 g kuhanog graška
- 2 konzerve tune u ulju
- 2 žlice majoneze
- Slatka paprika u prahu
- Papar
- Sol



## Miješano povrće narezano na kockice



X 4



30 min

- 1 Stavite krumpire i mrkvu u zdjelu i prekritje ih u potpunosti vodom.
- 2 Odaberite program STEAM  (PARA ) i postavite vrijeme kuhanja na 30 minuta.
- 3 Nakon 20 minuta, dodajte jaja u košaru za kuhanje na pari i ostavite ih da se kuhaju 10 minuta. Kada program kuhanja završi, pustite da se hrana ohladi.
- 4 Pomiješajte sve sastojke u drugoj odvojenoj zdjeli i postavite jaja (oguljena i prepolovljena) na vrh.



- 300 g svježeg špinata
- 1 mala glavica luka, nasjeckana
- ¼ mjerice pinjola
- ¼ mjerice grožđica
- 2 žlice limunova soka
- Papar
- Sol



## Salata od špinata



X 4



12 min

- 1 Stavite luk u zdjelu. Odaberite program CRUST/FRY  (KORICA/PRŽENJE ) i kuhajte 8 minuta.
- 2 Dodajte pinjole, a zatim grožđice i špinat nakon 10 minuta kuhanja. Kuhajte dok se špinat ne smanji za polovicu (približno 2 minute).
- 3 Dodajte malo octa. Začinite solju i paprom.

## Salata od riže





- 2 mjerice riže
- 2 mjerice vode
- 3 žlice maslinova ulja
- 2 žlice limunova soka
- 150 g kukuruza iz konzerve
- 200 g rajčica, narezanih na kockice
- 150 g crvenih paprika, narezanih na kockice
- 1 avokado, narezan na kockice
- 1 mala glavica luka, nasjeckana
- Papar
- Sol

- 1 Stavite rižu, vodu i 1 žlicu ulja u zdjelu. Odaberite program RIŽA/ŽITARICE.
- 2 Stavite kukuruz, rajčicu, crvene paprike, avokado i luk u zdjelu. Kada se riža skuha, isperite je hladnom vodom.
- 3 Pomiješajte rižu s ostalim sastojcima i začinite je solju, paprom, octom i preostalim maslinovim uljem.

## Povrtni temeljac



- 2 stapke poriluka, narezane na kockice
- 2 mrkve, narezane na kockice
- 1 luk, narezan na tanke ploške
- 2 krumpira, narezana na kockice
- Maslinovo ulje
- Voda
- Papar
- Sol

- 1 Stavite povrće u zdjelu. Napunite je vodom do najviše razine, a zatim dodajte prstohvat soli, te malo papra i maslinova ulja.
- 2 Odaberite program SOUP  (JUHA ) i kuhajte do kraja programa (40 minuta).
- 3 Ostavite da odstoji dok tekućina ne prestane vreti, a zatim procijedite temeljac i koristite ga prema potrebi.



- 150 g zobnih pahuljica
- 600 ml mlijeka
- 1 banana, narezana na ploške
- 1 šaka malina

## Zobena kaša s malinama i bananom



- 1 Stavite zobene pahuljice i mlijeko u višenamjensko kuhalo i promiješajte.
- 2 Pokrenite program PORRIDG (KAŠA) i kuhajte 20 minuta.
- 3 Kad kuhanje završi, dodajte maline i banane narezane na ploške.



- 150 g crvene leće
- 1 luk, narezan na tanke ploške
- 1 češanj češnjaka, narezan
- 1 žlica karija u prahu
- 1 žličica korijandra
- 900 ml vode
- Sol
- Papar



## Juha od leće



X 4



30 min

- 1 Stavite sve sastojke u zdjelu. Odaberite program SOUP  (JUHA ) i postavite vrijeme kuhanja na 30 minuta.
- 2 Kad kuhanje završi, izmiksajte juhu u zdjeli kako biste dobili glatku teksturu.

- 8 jaja
- 400 g krumpira, narezanih na kockice
- 200 g tikvica narezanih na kockice
- ½ mjerice ulja
- Sol



## Omlet od krumpira i tikvice



X 4



30 min + 10 min

- 1 Stavite ulje, krumpire i tikvice u zdjelu.
- 2 Odaberite program CRUST/FRY  (KORICA/PRŽENJE ) i ostavite da se peče 30 inuta. Povremeno pomiješajte.
- 3 Istucite jaja, dodajte prstohvat soli i prelijte preko povrća. Na početku kuhanja miješajte omlet lopaticom. Nastavite peći 10 minuta.
- 4 Kad se omlet ispeče, uklonite zdjelu s pomoću rukavica za pećnicu i preokrenite omlet na tanjur.



- 1 crvena paprika
- 1 zelena paprika
- 1 tikvica
- ½ patlidžana
- 1 glavica luka
- 3 češnja češnjaka
- 2 žlice maslinova ulja
- 1 krumpir, oguljen
- 3 rajčice, oguljene
- Miješano začinsko bilje
- Papar
- Sol



## Ratatouille



X 4



1 sati

- 1 Narežite povrće na kockice i stavite ga u zdjelu s uljem.
- 2 Odaberite program STEW  (PIRJANJE ) i ostavite da se kuha 60 minuta.
- 3 Kad kuhanje završi, prilagodite začine po potrebi.

**Ako volite hrskavije povrće, smanjite vrijeme kuhanja na 40 minuta.**



- 800 g mrkve, narezane na kockice
- 2 krumpira, narezana na kockice
- 800 ml vode
- 100 ml mlijeka
- 30 g maslaca
- Sol

## Pire od mrkve



- 1 Ogulite i narežite na kockice mrkve i krumpire.
- 2 Stavite sve sastojke u zdjelu i nalijte vodu. Pokrenite program BABY FOOD (HRANA ZA BEBE) i postavite vrijeme kuhanja na 45 minuta.
- 3 Kad kuhanje završi, ocijedite vodu. Dodajte mlijeko i maslac mrkvama i krumpirima i miksajte 3 minute u sjeckalici za hranu ili štapnim mikserom.

- ½ zelene paprike, narezane na štapiće veličine šibica
- ½ crvene paprike, narezane na štapiće veličine šibica
- 1 tikvica, narezana na štapiće veličine šibica
- zelene mahune, narezane na komadiće
- ½ crvenog luka, narezanog na tanke ploške
- ½ bijelog luka, narezanog na tanke ploške
- 3 mrkve, narezane na štapiće veličine šibica
- 300 g svježih šampinjona, narezanih na tanke ploške
- Sezamovo ulje
- Sol

## Miješano prženo povrće



- 1 Stavite sezamovo ulje i sve ostale sastojke u zdjelu. Začinite solju i paprom.
- 2 Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE) i ostavite da se peč 12 minuta, povremeno miješajući.
- 3 Odaberite program KEEP WARM (ODRŽAVANJE TOPLINE) na nekoliko minuta ako želite da vaše povrće bude mekše.



- 4 velika krumpira, narezana na tanke ploške
- 1 luk, narezan na tanke ploške
- 300 g gljiva, narezanih na tanke ploške
- 4 žlice biljnog ulja
- Crvena čili papričica, narezana na tanke ploške
- Češnjak
- Sol

## Pirjani krumpiri s gljivama



- 1 Uljite biljno ulje u zdjelu, a zatim dodajte sve ostale sastojke.
- 2 Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE) i kuhajte 20 minuta.



- 1 žlica maslaca
- 50 g naribanog sira Gruyère, Edam ili švicarskog sira
- 1 češanj češnjaka, narezan
- 30 cl vrhnja
- 7-8 krumpira, oguljenih i narezanih na tanke ploške
- ¼ žličice muškarnog oraščića
- Sol
- Crni papar

## Gratinirani krumpir



- 1 Premažite unutrašnjost zdjele maslacem.
- 2 Pomiješajte češnjak, vrhnje, muškarni oraščić, sol i papar. Posložite ploške krumpira u slojeve unutar zdjele naizmjenice s mješavinom vrhnja i naribanim sirom. Završite s vrhnjem.
- 3 Odaberite program BAKING (PEČENJE ) i pecite 40 minuta.

- 300 g svježih (ili zamrznutih) gljiva, narezanih na male komadiće
- 300 g riže za rižoto
- 1 L povrtnog temeljca
- 1 luk, narezan na sitne kockice
- 1 češanj češnjaka, sitno narezan
- 50 g parmezana
- 50 g maslaca
- 2 žlice biljnog ulja
- 2 grančice majčine dušice
- Sol
- Sitno mljeveni crni papar

## Rižoto od divljih gljiva



- 1 Ulijte maslinovo ulje u zdjelu. Dodajte luk, češnjak i rižu. Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE ) i ostavite da se kuha 12 minuta. Ulijte vino i pričekajte da ispari. Dodajte gljive i temeljac.
- 2 Pokrenite program PILAF/RISOTTO (PILAF/RIŽOTO). Kad kuhanje završi, dodajte maslac, sol i papar (po želji) u rižoto.
- 3 Posipajte parmezan i začinite majčinom dušicom prije posluživanja.

**Za rižoto preporučujemo uporabu riže kratkog zrna, kao što je Arborio ili Carnaroli.**



- 4 žlice ulja
- 4 šalice riže
- 7 šalica vode

## Riža Tadig



- 1 Stavite 4 žlice ulja, 4 šalice riže i 7 šalica vode u zdjelu.
  - 2 Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE ) i kuhajte 75 minuta.
- Ovaj recept je za hrskav i smeđi Tadig.**



- 800 g zamrznutog graška
- 150 g janjetine, narezane na kockice
- 1 glavica bijelog luka, nasjeckana
- ½ mjerice ulja
- 20 g maslaca
- Papar
- Sol

## Grašak s janjetinom



X 4



10 min + 10 min

- 1 Stavite janjetinu, luk, ulja, sol i papar u zdjelu. Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE) i ostavite da se kuha 10 minuta.
- 2 Dodajte grašak. Odaberite program STEAM (PARA) i postavite vrijeme kuhanja na 10 minuta.
- 3 Kad kuhanje završi, dodajte maslac i dobro promiješajte.

- 350 g kuhanih makarona
- 150 g mljevene junetine
- 1 glavica bijelog luka, sitno nasjeckana
- 50 g naribanog sira
- 3 mjerice umaka od rajčice
- Malo maslinova ulja
- Origano
- Papar
- Sol

## Makaroni bolonjeze



X 4



10 min + 15 min

- 1 Stavite maslinovo ulje, luk, mljevenu junetinu i origano u zdjelu. Začinite solju i paprom, odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE) i ostavite da se kuha 10 minuta, povremeno miješajući.
- 2 Dodajte umak od rajčice i promiješajte. Dodajte makarone, promiješajte, pokrenite program SOUP (JUHA) i ostavite da se kuha 10 do 15 minuta.
- 3 Poslužite tjesteninu s naribanim sirom.



- 1 kg janjetine bez kosti, narezane na kockice od 1 cm
- 2 srednje glavice luka, narezane na tanke ploške
- 4 repe, oguljene i narezane
- 4 mrkve, oguljene i narezane na komadiće
- 2 žlice biljnog ulja
- ½ žličice soli
- ½ žličice papra
- 2 žlice svježeg peršina, narezanog
- 500 ml vode

## Janjetina s varivom od repe



X 4



5 min + 1 sati 30



- 1 Ulijte ulje u zdjelu. Dodajte janjetinu narezanu na kockice. Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE) i kuhajte 5 minuta, povremeno miješajući.
- 2 Dodajte sve povrće i ulijte vodu. Pokrenite program SOUP (JUHA) i postavite vrijeme kuhanja na 1 sat i 30 minuta.
- 3 Začinite solju i paprom. Dodajte peršin prije posluživanja.



- 250 g mesa za kebab
- 1 slatka paprika, narezana na kockice
- 2 rajčice, narezane na kockice
- 1 glavica luka, nasjeckana
- 1 žlica ulja
- Papar
- Sol

## Kabab Hala





- 1 Pomiješajte sve sastojke, dodajte ulje, sol i papar
- 2 Stavite pripremljenu mješavinu u zdjelu.
- 3 Odaberite program STEAM  (PARA ) i ostavite da se kuha 45 minuta.

- 2 pileća filea, narezana na komadiće
- 200 g tostiranih badema, oguljenih
- 1 crvena paprika, narezana na kockice
- ¼ mjerice ulja
- 1 mjerica vode
- 3 češnja češnjaka, tanko narezana
- 2 glavice luka, nasjeckane

## Piletina s bademima





- 1 Stavite sve sastojke u zdjelu. Odaberite program STEAM  (PARA ) i postavite vrijeme kuhanja na 1 sat i 10 minuta.
- 2 Poslužite vruće.



- 500 g pilećeg filea, tanko narezanog
- 350 g kriški ananasa u sirupu
- 1 luk, narezan na tanke ploške
- ½ mjerice ulja
- ¼ mjerice pilećeg temeljca
- Papar
- Sol

## Pileći file s ananasom



- 1 Izrežite kriške ananasa na četvrtine, a sok odvojite.
- 2 Pomiješajte sok s ostalim sastojcima i ulijte smjesu u zdjelu. Začinite solju i paprom.
- 3 Odaberite program CRUST/FRY  (KORICA/PRŽENJE ) i kuhajte 20 do 30 minuta, povremeno miješajući.



- 150 g svježih dagnji, očišćenih
- 6 cijelih kozica
- 100 g graška
- 2 mjerice riže
- 1 žlica slatke paprike
- 5-6 trakica šafrana
- 3 mjerice povrtnog temeljca
- Čili papričica
- Ulje
- Sol

## Paella s morskim plodovima



X 4



10 min + AUTO

- 1 Stavite ulje, dagnje i kozice u zdjelu. Odaberite program CRUST/FRY (KORICA/PRŽENJE) i kuhajte 10 minuta.
- 2 Dodajte rižu, šafran, grašak, čili papričicu i povrtni temeljac, a zatim pokrenite program RICE/CEREALS (RIŽA/ŽITARICE). Ostavite da se kuha do kraja programa.

- 4 komada grdobine
- 3 mjerice ribljeg temeljca
- Ružmarin
- 1 žlica ulja
- 1 luk, narezan na tanke ploške
- 1 mrkva, narezana na tanke okrugle ploške
- ¼ mjerice vode
- ¼ mjerice slatkog vrhnja
- Papar
- Sol

## Grdobina u umaku od vrhnja



X 4



45 min

- 1 Stavite sve sastojke osim grdobine u zdjelu. Odaberite program STEAM (PARA) i postavite vrijeme kuhanja na 45 minuta.
- 2 Nakon 30 minuta, stavite začinjenu ribu u košaru za kuhanje na pari i stavite košaru u zdjelu. Ostavite da se kuha do kraja programa.
- 3 Poslužite ribu prelivenu umakom.



- 500 g odrezaka od lososa
- 20 cl vode
- Sol
- Papar
- 1 limun
- 1 list salate (Za ukras)

### Za glazuru:

- 1 češanj češnjaka, nasjeckan
- 1 žlica sojina umaka
- 1 žlica hoisin umaka
- 5 cl kečapa

## Losos na pari s ružičastom glazurom



X 4



20 min

- 1 Iscijedite limun po odrescima lososa i začinite ih solju i paprom. Stavite ribu u košaru za kuhanje na pari, a zatim postavite košaru u višenamjensko kuhalo.
- 2 Napunite zdjelu vodom.
- 3 Odaberite program STEAM (PARA) i kuhajte 20 minuta.
- 4 Za pripremu glazure: pomiješajte sojin umak, hoisin umak, kečap i češnjak. Preljite losos glazurom i poslužite na listu salate.

Možete koristiti teriyaki umak umjesto hoisin umaka.



- 150 g čokolade za kuhanje
- 100 g maslaca
- 4 jaja
- 80 g šećera
- 50 g brašna
- Papir za pečenje premazan maslacem

## Torta od čokolade



X 4



45 min

- 1 Rastopite čokoladu i maslac u loncu za umake.
- 2 Istucite jaja i šećer u zdjeli. Dodajte rastopljenu čokoladu i maslac, te potom brašno i miješajte dvije minute.
- 3 Postavite namašćeni papir za pečenje u zdjelu. Ulijte smjesu i odaberite program DESSERT (DESERT). Ostavite da se peče do kraja programa (45 minuta).
- 4 Ostavite da se ohladi, a zatim preokrenite kolač. Poslužite ga sa sladoledom.



- 125 g razmrvljenih keksa
- 70 g omekšalog maslaca
- 300 g sirnog namaza
- 1 jogurt od limuna
- 1 mjerica šećera
- 1 žlica brašna
- Korica 1 limuna
- 3 jaja
- 100 g marmelade od borovnica
- Papir za pečenje premazan maslacem

## Torta od sira s borovnicama



X 4



40 min

- 1 Postavite namašćeni papir za pečenje u zdjelu. Pomiješajte razmrvljene kekse i maslac kako biste dobili jednoličnu pastu. Žlicom nanesite smjesu na dno zdjele i ravnomjerno je rasporedite.
- 2 Istucite bjelanjke u zdjeli dok ne postanu čvrsti. Odložite ih sa strane.
- 3 Pomiješajte sir, žumanjke, jogurt, šećer, koricu pola limuna i brašno u drugoj zdjeli. Pomiješajte bjelanjke i mješavinu.
- 4 Nalijte smjesu u zdjelu, na podlogu od keksa. Odaberite program DESSERT (DESERT) i postavite vrijeme kuhanja na 40 minuta.
- 5 Kad se torta od sira ohladi, izvucite je i premažite marmeladom od borovnica.



- 175 g čokolade za kuhanje
- ½ L mlijeka

## Desert od čokoladne kreme



X 4



40 min

- 1 Ulijte mlijeko u zdjelu. Odaberite program CREAM/CHEESE (SIRNI/NAMAZ) i postavite vrijeme kuhanja na 40 minuta.
- 2 Nakon 5 minuta dodajte čokoladu rastrganu na komadiće. Miješajte dok ne dobijete glatku konzistenciju.
- 3 Prema potrebi, dodajte još čokolade ili mlijeka prema želji.



- 80 cl mlijeka, punomasnog ili poluobranog
- 1 vrećica mliječnih starter kultura za izradu jogurta
- 2 mjerice vode
- 2 žličice mlijeka u prahu

## Jogurt



X 4



10 sati

- 1 Stavite mlijeko, mliječne starter kulture, vodu i mlijeko u prahu u spremnik. Pomiješajte.
- 2 Odaberite program YOGURT (JOGURT) i ostavite da se kuha 10 sati.
- 3 Kad kuhanje završi, stavite jogurt u frižider na 2 sata.

**Ako upotrebljavate trajno mlijeko, nema potrebe da ga prokuhate. Ako upotrebljavate punomasno ili pasteurizirano mlijeko, trebali biste ga prokuhati i ostaviti ga da se ohladi na sobnu temperaturu. Možete upotrebljavati i mliječne starter kulture koje su osušene zamrzavanjem.**



## PREDJEDI

Mešana zelenjava	102
Špinačna solata	102
Riževa solata	103
Zelenjavna jušna osnova	103
Osveni kosmiči z malinami in banano	103



## GLAVNE JEDI

Juha z lečo	104
Omleta s krompirjem in bučkami	104
Ratatouille	104
Korenčkov pire	105
Sotirana zelenjava	105
Sotiran krompir z gobami	105
Gratiniran krompir	106
Rižota z divjimi gobami	106
Riž Tadig	106
Jagnjetina z graham	107
Testenine po bolonjsko	107
Obara z jagnjetino in repo	107
Kabab Hala	108
Piščanec z mandlji	108
Piščančji file z ananasom	108
Paella z morskimi sadeži	109
Morska spaka v smetanovi omaki	109
V pari pripravljen losos z rožnatim prelivom	109



## SLADICE

Čokoladni biskvit	110
Borovničeva skutna torta	110
Čokoladna sladica	111
Jogurt	111



- 3 krompirji, narezani na kocke
- 2 korena, narezana na kocke
- 3 jajca
- 100 g kuhanega graha
- 2 konzervi tunine v olju
- 2 jedilni žlici majoneze
- Mleta sladka paprika
- Poper
- Sol


## Mešana zelenjava



X 4



30 min

- 1 Krompir in korenje dajte v posodo ter vse skupaj prelijte z vodo.
- 2 Izberite program STEAM  in nastavite čas priprave na 30 minut.
- 3 Po 20 minutah v parno košaro dodajte jajca, vse skupaj naj se kuha še 10 minut. Ko se program priprave konča, hrano pustite, da se ohladi.
- 4 V posebni posodi zmešajte vso zelenjavo, jajca (olupljena in prerezana na pol) pa razporedite po vrhu.



- 300 g sveže špinače
- 1 majhna čebula, nasekljana
- ¼ merilne posodice pinjol
- ¼ merilne posodice rozin
- 2 jedilni žlici limoninega soka
- Poper
- Sol


## Špinačna solata



X 4



12 min

- 1 Stresite koščke čebule v posodo. Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se pripravlja 8 minut.
- 2 Dodajte pinjole, po 10 minutah priprave pa še rozine in špinačo. Kuhajte toliko časa, da se prostornina špinače zmanjša za polovico (približno 2 minuti).
- 3 Dodajte kanček kisa. Začinite s soljo in poprom.

## Riževa solata




- 1 V posodo dajte riž, vodo in 1 jedilno žlico olja. Izberite program RICE/CEREALS.
- 2 V drugo posodo stresite sladko koruso, paradižnik, rdečo papriko, avokado in čebulo. Ko se riž skuha, ga sperite s hladno vodo.
- 3 Zmešajte riž z ostalimi sestavinami ter začinite s soljo, poprom, kisom in preostankom olivnega olja.

- 2 merilni posodici riža
- 2 merilni posodici vode
- 3 jedilne žlice olivnega olja
- 2 jedilni žlici limoninega soka
- 150 g sladke korusze iz konzerve
- 200 g paradižnika, narezanega na kocke
- 150 g rdeče paprike, narezane na kocke
- 1 avokado, narezan na kocke
- 1 majhna čebula, nasekljana
- Poper
- Sol

## Zelenjavna jušna osnova



- 1 V posodo stresite vso zelenjavo. Nalijte vodo do oznake za največjo dovoljeno količino vode, dodajte ščepec soli, popra in kanček olivnega olja.
- 2 Izberite program SOUP  in počakajte, da se priprava samodejno zaključi (40 minut).
- 3 Počakajte, da tekočina preneha vreti, nato jušno osnovo precedite in uporabite, kakor želite.

- 2 pora, le beli del, narezan na kocke
- 2 korenja, narezana na kocke
- 1 čebula, tanko narezana
- 2 krompirja, narezana na kocke
- Olivno olje
- Voda
- Poper
- Sol



## Ovseni kosmiči z malinami in banano



- 1 Mleko in ovsene kosmiče dajte v večnamenski kuhalnik in premešajte.
- 2 Izberite program PORRIDGE in čas priprave 20 minut.
- 3 Ko se čas priprave izteče, dodajte maline in koščke banane.

- 150 g ovsenih kosmičev
- 600 ml mleka
- 1 banana, narezana na koščke
- 1 pest malin





- 150 g rdeče leče
- 1 čebula, tanko narezana
- 1 strok česna, nasekljan
- 1 jedilna žlica curryja
- 1 čajna žlička koriandra
- 900 ml vode
- Sol
- Popper


## Juha z lečo



X 4



30 min

- 1 Vse sestavine stresite v posodo. Izberite program SOUP  in nastavite čas priprave na 30 minut.
- 2 Ko se čas priprave izteče, zmes zmeljite v mešalniki, da bo tekstura juhe gladka.

- 8 jajc
- 400 g krompirja, narezanega na kocke
- 200 g bučk, narezanih na kocke
- ½ merilne posodice olja
- Sol


## Omleta s krompirjem in bučkami



X 4



30 min + 10 min

- 1 V posodo dajte olje, krompir in bučke.
- 2 Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja 30 minut. Občasno premešajte.
- 3 Stepite jajca, dodajte ščepec soli in zmes prelijte čez zelenjavo. Na začetku priprave omleto premešajte z lopatico. Omleta naj se pripravlja še 10 minut.
- 4 Ko je omleta pripravljena, s prijemalkami odstranite posodo iz naprave in omleto stresite na krožnik.



- 1 rdeča paprika
- 1 zelena paprika
- 1 bučka
- ½ jajčevca
- 1 čebula
- 3 stroki česna
- 2 jedilni žlici olivnega olja
- 1 krompir, olupljen
- 3 paradižniki, olupljeni
- Mešane začimbe
- Popper
- Sol


## Ratatouille



X 4



1 h

- 1 Zelenjavo narežite na kocke, stresite v posodo ter prelijte z oljem.
- 2 Izberite program STEW  in nastavite čas priprave na 60 minut.
- 3 Ko se čas priprave izteče, začinite po okusu.

Če želite, da zelenjava ostane hrustljava, čas priprave skrajšajte na 40 minut.



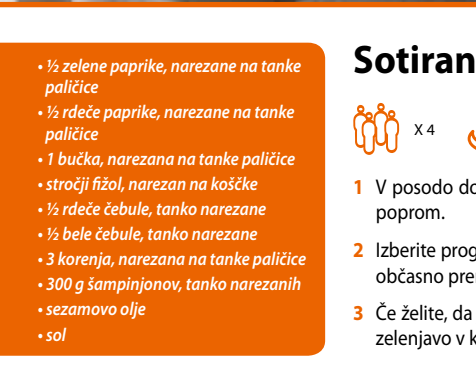


- 800 g korenja, narezanega na kocke
- 2 krompirja, narezana na kocke
- 800 ml vode
- 100 ml mleka
- 30 g masla
- sol

## Korenčkov pire




- 1 Olupite korenje in krompir ter oboje zrežite na kocke.
- 2 Vse sestavine stresite v posodo in dolijte vodo. Zaženite program BABY FOOD, čas priprave nastavite na 45 minut.
- 3 Ko se čas priprave izteče, odcedite vodo. Korenju in krompirju dodajte mleko in maslo ter v kuhinjskem robotu ali z ročnim mešalnikom mešajte 3 minute.



## Sotirana zelenjava



- ½ zelene paprike, narezane na tanke paličice
- ½ rdeče paprike, narezane na tanke paličice
- 1 bučka, narezana na tanke paličice
- stročji fižol, narezan na koščke
- ½ rdeče čebule, tanko narezane
- ½ bele čebule, tanko narezane
- 3 korenja, narezana na tanke paličice
- 300 g šampinjonov, tanko narezanih
- sezamovo olje
- sol


- 1 V posodo dodajte sezamovo olje in vse ostale sestavine. Začinite s soljo in poprom.
- 2 Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja 12 minut, občasno premešajte.
- 3 Če želite, da je zelenjava mehkejša, izberite program KEEP WARM in pustite zelenjavo v kühlniku še nekaj minut.



- 4 veliki krompirji, tanko narezani
- 1 čebula, tanko narezana
- 300 g gob, tanko narezanih
- 4 jedilne žlice rastlinskega olja
- rdeč čili, tanko narezan
- Česni
- sol

## Sotiran krompir z gobami



- 1 Rastlinsko olje zlijte v posodo in dodajte vse ostale sestavine.
- 2 Izberite program CRUST/FRY  in nastavite čas priprave na 20 minut.



- 1 jedilna žlica masla
- 50 g naribanega sira vrste Grojer ali Edamskega ali švicarskega sira
- 1 strok česna, nasekljan
- 30 cl smetane
- 7–8 krompirjev, olupljenih in tanko narezanih
- ¼ čajne žličke muškatanega oreščka
- sol
- Črni poper


## Gratiniran krompir



X 4



40 min

- 1 Notranjost posode namastite z maslom.
- 2 Zmešajte česen, smetano, muškati orešček, sol in poper. Narezan krompir razporedite v posodo v plasteh, vsako plast prekrijte z mešanico smetane in naribanim sirom. Zaključite s smetano.
- 3 Izberite program BAKING  in nastavite čas priprave na 40 minut.

- 300 g svežih (ali zamrznjenih) gob, drobno narezanih
- 300 g riža za rižoto
- 1 L zelenjavne jušne osnove
- 1 čebula, drobno nasekljana
- 1 strok česna, drobno nasekljan
- 50 g parmezana
- 50 g masla
- 2 jedilni žlici rastlinskega olja
- 2 vejici timijana
- sol
- drobno mlet črn poper


## Rižota z divjimi gobami



X 4



12 min + AUTO

- 1 V posodo zlijte olivno olje. Dodajte čebulo, česen in riž. Izberite program CRUST/FRY in pustite, da se jed pripravlja 12 minut. Nato v posodo zlijte vino in počakajte, da izhlapi. Dodajte gobe in jušno osnovo.
- 2 Zaženite program PILAF/RISOTTO . Ko se čas priprave izteče, v rižoto dodajte maslo, sol in poper (po okusu).
- 3 Preden jed postrežete, na rižoto potresite parmezan in okrasite s timijanom.

**Za rižoto priporočamo uporabo kratkozrnatega riža, na primer vrste Arborio ali Carnaroli.**



- 4 jedilne žlice olja
- 4 skodelice riža
- 7 skodelic vode


## Riž Tadig



X 4



75 min

- 1 V posodo dajte 4 jedilne žlice olja, 4 skodelice riža in 7 skodelic vode.
  - 2 Zaženite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja 75 minut.
- Če jed pripravite po tem receptu, bo riž Tadig hrustljiv in rjavo zapečen.**



- 800 g zamrznjenega graha
- 150 g jagnjetine, narezane na kocke
- 1 bela čebula, nasekljana
- ½ merilne posodice olja
- 20 g masla
- Popper
- Sol



## Jagnjetina z grahom



X 4



10 min + 10 min

- 1 V posodo dajte jagnjetino, čebulo, olje, sol in poper. Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja 10 minut.
- 2 Dodajte grah. Izberite program STEAM  in nastavite čas priprave na 10 minut.
- 3 Ko se čas priprave izteče, dodajte maslo in dobro premešajte.

- 350 g skuhanih testenin
- 150 g mleto govedine
- 1 bela čebula, drobno nasekljana
- 50 g naribanega sira
- 3 merilne posodice paradižnikove mezge
- Nekaj kapljic olivnega olja
- Origano
- Popper
- Sol



## Testenine po bolonjsko



X 4



10 min + 15 min

- 1 V posodo zlijte olivno olje, dodajte čebulo, mleto govedino in origano. Začinite s soljo in poprom, izberite program CRUST/FRY  ter pustite, da se jed pripravlja 10 minut in občasno premešajte.
- 2 Dodajte paradižnikovo mezgo, premešajte. Dodajte testenine, premešajte, zaženite program SOUP  in pustite, da se jed pripravlja od 10 do 15 minut.
- 3 Testenine postrezite z naribanim sirom.



- 1 kg jagnjetine brez kosti, narezane na 1-cm kocke
- 2 srednje veliki čebuli, tanko narezani
- 4 repe, olupljene in narezane
- 4 korenja, olupljena in narezana na koščke
- 2 jedilni žlici rastlinskega olja
- ½ čajne žličke soli
- ½ čajne žličke popra
- 2 jedilni žlici svežega peteršilja, nasekljanega
- 500 ml vode



## Obara z jagnjetino in repo



X 4



5 min + 1 uro 30

- 1 V posodo zlijte olje. Dodajte narezano jagnjetino. Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja 5 minut, občasno premešajte.
- 2 Dodajte vso zelenjavo in v posodo nalijte vodo. Zaženite program SOUP  ter nastavite čas priprave na 1 uro in 30 minut.
- 3 Začinite s soljo in poprom. Preden jed postrežete, dodajte peteršilj.


## Kabab Hala



X 4



55 min

- 1 Premešajte osnovno sestavino, dodajte olje, sol in poper.
- 2 Zmes stresite v posodo.
- 3 Izberite program STEAM  in pustite, da se jed pripravlja 45 minut.

- 250 g mesa za Kabab
- 1 sladka paprika, narezana na kocke
- 2 paradižnika, narezana na kocke
- 1 čebula, nasekljana
- 1 žlica olja
- Poper
- Sol


## Piščanec z mandlji



X 4



1 uro 10

- 1 Vse sestavine stresite v posodo. Izberite program STEAM  in nastavite čas priprave na 1 uro in 10 minut.
- 2 Postrezite vroče.

- 2 piščančja fileja, narezana na koščke
- 200 g praženih mandljev, olupljenih
- 1 rdeča paprika, narezana na kocke
- ¼ merilne posodice olja
- 1 merilna posodica vode
- 3 stroki česna, tanko narezani
- 2 čebuli, nasekljani




## Piščančji file z ananasom



X 4



25 min

- 1 Rezine ananasa narežite na četrtine, sok shranite.
- 2 Sok ananasa zmešajte z vsemi ostalimi sestavinami in zmes zlijte v posodo. Začinite s soljo in poprom.
- 3 Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja od 20 do 30 minut, občasno premešajte.

- 500 g piščančjega fileja, drobno narezanega
- 350 g rezin ananasa v sirupu
- 1 čebula, tanko narezana
- ½ merilne posodice olja
- ¼ merilne posodice piščančje jušne osnove
- Poper
- Sol





- 150 g svežih dagenj, očiščenih
- 6 celih velikih kozic
- 100 g graha
- 2 merilni posodici riža
- 1 jedilna žlica sladke paprike
- 5–6 nitk žafrana
- 3 merilne posodice zelenjavne jušne osnove
- Čili
- Olje
- Sol


## Paella z morskimi sadeži



X 4



10 min + AUTO

- 1 V posodo dodajte olje, dagnje in velike kozice. Izberite program CRUST/FRY  in pustite, da se jed pripravlja 10 minut.
- 2 Dodajte riž, žafran, grah, čili in zelenjavno jušno osnovo, nato pa zaženite program RICE/CEREALS. Počakajte, da se priprava zaključi.

- 4 fileji morske spake
- 3 merilne posodice ribje jušne osnove
- rožmarin
- 1 jedilna žlica olja
- 1 čebula, tanko narezana
- 1 korenje, narezano na tanke okrogle koščke
- ¼ merilne posodice vode
- ¼ merilne posodice sveže smetane
- Poper
- Sol


## Morska spaka v smetanovi omaki



X 4



45 min

- 1 Vse sestavine, razen morske spake, stresite v posodo. Izberite program STEAM  in nastavite čas priprave na 45 minut.
- 2 Po 30 minutah v parno košaro dodajte začinjeno ribo in košaro postavite v posodo. Počakajte, da se program priprave zaključi.
- 3 Postrezite ribo, prelito z omako.



- 500 g filejev lososa
- 20 cl vode
- Sol
- Poper
- 1 limona
- 1 list zelene solate (za okrasitev)

### Za preliv:

- 1 strok česna, nasekljan
- 1 jedilna žlica sojine omake
- 1 jedilna žlica omake hoisin
- 5 cl ketchupa


## V pari pripravljen losos z rožnatim prelivom



X 4



20 min

- 1 Na fileje lososa stisnite limonin sok in jih začinite s soljo in poprom. Ribo položite v parno košaro, nato pa košaro namestite v večnamenski kuhalnik.
- 2 Posodo napolnite z vodo.
- 3 Izberite program STEAM  in pustite, da se jed pripravlja 20 minut.
- 4 Za preliv: zmešajte sojino omako, omako hoisin, ketchup in česen. Lososa prelijte s prelivom in postrezite na listu solate.

Namesto omake hoisin lahko uporabite omako teriyaki.



- 150 g čokolade za kuhanje
- 100 g masla
- 4 jajca
- 80 g sladkorja
- 50 g moke
- Papir za peko, namaščen z maslom

## Čokoladni biskvit



X 4



45 min

- 1 V loncu stopite čokolado in maslo.
- 2 V posodi stepite jajca in sladkor. Dodajte stopljeno čokolado in maslo, nato pa še moko. Mešajte 2 minuti.
- 3 Posodo obložite z namaščenim papirjem za peko. V posodo nalijte zmes in izberite program DESSERT. Počakajte, da se priprava zaključi (45 minut).
- 4 Pustite biskvit, da se ohladi, nato posodo obrnite, da biskvit pade iz nje. Postrezite skupaj s sladoledom.



- 125 g zmletih piškotov
- 70 g zmešanega masla
- 300 g sirnega namaza
- 1 limonin jogurt
- 1 merilna posodica sladkorja
- 1 jedilna žlica moke
- Limonina lupinica 1 limone
- 3 jajca
- 100 g borovničeve marmelade
- Papir za peko, namaščen z maslom

## Borovničeva skutna torta



X 4



40 min

- 1 Posodo obložite z namaščenim papirjem za peko. Skupaj zmešajte zmlate piškote in maslo, da nastane enakomerna zmes. Z žlico maso potlačite na dno posode, plast naj bo razporejena enakomerno.
- 2 V posebni posodi stepite beljake, da so trdni. Pustite ob strani.
- 3 V drugi posodi zmešajte sirni namaz, rumenjake, jogurt, sladkor, pol limonine lupinice in moko. V zmes dodajte stepene beljake in premešajte.
- 4 Zmes prelijte v posodo, na osnovo iz piškotov. Izberite program DESSERT in nastavite čas priprave na 40 minut.
- 5 Ko se skutna torta ohladi, jo vzemite iz posode in premažite z borovničevo marmelado.



- 175 g čokolade za kuhanje
- ½ L mleka

## Čokoladna sladica



X 4



40 min

- 1 V posodo zlijte mleko. Izberite program CREAM/CHEESE in nastavite čas priprave na 40 minut.
- 2 Po 5 minutah dodajte čokolado, nalomljeno na koščke. Mešajte toliko časa, da v zmesi ne bo več vidnih velikih delčkov.
- 3 Po potrebi dodajte še čokolade ali mleka, po okusu.



- 80 cl mleka, polnomastno ali polposneto
- 1 vrečka sirarske kulture za pripravo jogurta
- 2 merilni posodici vode
- 2 čajni žlički mleka v prahu

## Jogurt



X 4



10 ur.

- 1 V posodo zlijte mleko, dodajte sirarsko kulturo, vodo in mleko v prahu. Sestavine premešajte.
- 2 Izberite program YOGURT in nastavite čas priprave na 10 ur.
- 3 Ko se čas priprave izteče, naj jogurt še 2 uri počiva v hladilniku.

Če uporabljate mleko, obdelano po postopku UHT, ga ni treba prevreti. Če uporabljate polnomastno ali pasterizirano mleko, ga morate najprej zavreti in nato pustiti, da se ohladi na sobno temperaturo. Uporabite lahko tudi sirarsko kulturo, sušeno z zamrzovanjem.



## PREDJEDLÁ

Na kocky nakrájané miešaná zelenina	113
Špenátový šalát	113
Ryžový šalát	114
Zeleninový vývar	114
Ovsená kaša s malinami a banánom	114



## HLAVNÉ CHODY

Šošovicová polievka	115
Omeleta zo zemiakov a cukiny	115
Ratatouille	115
Mrkvové pyré	116
Rýchla restovaná zelenina	116
Rýchle opražené zemiaky s hubami	116
Gratinované zemiaky	117
Hubové rizoto	117
Ryžové tadhig	117
Hrášok s jahňacím	118
Boloňské makaróny	118
Jahňacie s dusenou kvakou	118
Kebab hala	119
Kura s mandľami	119
Kura s ananásom	119
Paella z morských plodov	120
Morský čert v smotanovej omáčke	120
Dusený losos s ružovou glazúrou	120



## DEZERTY

Čokoládový koláč	121
Čučoriedkový cheesecake	121
Čokoládový krémový dezert	122
Jogurt	122





- 3 zemiaky, nakrájané na kocky
- 2 mrkvy, nakrájané na kocky
- 3 vajcia
- 100 g vareného hrášku
- 2 plechovky tuniaka v oleji
- 2 PL majonézy
- Mletá sladká paprika
- Mleté čierne korenie
- Soľ


## Na kocky nakrájané miešaná zelenina



X 4



30 min

- 1 Vložte zemiaky a mrkvu do misy a zalejte ich vodou.
- 2 Zvoľte program STEAM  a nastavte čas varenia na 30 minút.
- 3 Po 20 minútach pridajte vajcia v parnom košíku a nechajte variť 10 minút. Keď program varenia skončí, nechajte jedlo vychladnúť.
- 4 Zmiešajte všetky ingrediencie v ďalšej samostatnej mise a na vrch dajte vajcia (olúpané a prekrojené na polovicu).



- 300 g čerstvého špenátu
- 1 malá cibuľa, nakrájaná
- ¼ odmerky borovicových jadierok
- ¼ odmerky hrozienok
- 2 PL citrónovej šťavy
- Mleté čierne korenie
- Soľ


## Špenátový šalát



X 4



12 min

- 1 Vložte do misy nakrájanú cibuľu. Zvoľte program CRUST/FRY  a pripravujte 8 minút.
- 2 Pridajte borovicové jadierka a po 10 minútach prípravy hrozienka a špenát. Varte, pokiaľ sa špenát zredukuje na polovicu (približne 2 minúty).
- 3 Pridajte trochu octu. Osolte a okoreňte.

## Ryžový šalát



X 4



AUTOMATIC

- 1 Vložte do misy ryžu, vodu a 1 PL oleja. Zvoľte program RICE/CEREALS.
- 2 Do misy vložte sladkú kukuricu, paradajky, červenú papriku, avokádo a cibuľu. Keď sa ryža varí, prepláchnite ju studenou vodou.
- 3 Zmiešajte ryžu so všetkými ostatnými ingredienciami a dochuťte soľou, korením, octom a zvyšným olivovým olejom.

- 2 odmerky ryže
- 2 odmerky vody
- 3 PL olivového oleja
- 2 PL citrónovej šťavy
- 150 g konzervovanej sladkej kukurice
- 200 g paradajok, nakrájané na kocky
- 150 g červenej papriky, nakrájaná na kocky
- 1 avokádo, nakrájané na kocky
- 1 malá cibuľa, nakrájaná
- Mleté čierne korenie
- Soľ


## Zeleninový vývar



X 4



40 min

- 1 Vložte do misy všetku zeleninu. Dolejte vodu na maximálnu úroveň, pridajte štipku soli, korenie a trochu olivového oleja.
- 2 Zvoľte program SOUP  a nechajte variť do konca programu (40 minút).
- 3 Počkajte, kým sa vývar prestane variť a prefiltrujte ho a použite podľa potreby.

- 2 póry, nakrájané na kocky
- 2 mrkvy, nakrájané na kocky
- 1 cibuľa, nakrájaná na tenké plátky
- 2 zemiaky, nakrájané na kocky
- Olivový olej
- Voda
- Mleté čierne korenie
- Soľ



- 150 g ovsených vločiek
- 600 ml mlieka
- 1 banán, nakrájaný na plátky
- 1 hrst malín

## Ovsená kaša s malinami a banánom



X 4



20 min

- 1 Dajte do multifunkčného variča ovsené vločky a mlieko a zamiešajte.
- 2 Spustite program PORRIDGE a varte 20 minút.
- 3 Po skončení varenia pridajte maliny a banán nakrájaný na plátky.



- 150 g červenej šošovice
- 1 cibuľa, nakrájaná na tenké plátky
- 1 strúčik cesnaku, nasekaný
- 1 PL kari korenia
- 1 ČL koriandru
- 900 ml vody
- Soľ
- Mleté čierne korenie


## Šošovicová polievka



X 4



30 min

- 1 Vložte do misy všetky ingrediencie. Zvoľte program SOUP  a nastavte čas varenia na 30 minút.
- 2 Po skončení varenia rozmixujte polievku v mise, aby ste získali hladkú štruktúru.

- 8 vajec
- 400 g zemiakov, nakrájané na kocky
- 200 g cukiny, nakrájaná na kocky
- ½ odmerky oleja
- Soľ


## Omeleta zo zemiakov a cukiny



X 4



30 min + 10 min

- 1 Do misy dajte olej, zemiaky a cukinu.
- 2 Zvoľte program CRUST/FRY  a nechajte pripravovať 30 minút. Občas premiešajte.
- 3 Rozmiešajte vajíčka, pridajte štipku soli a vylejte na zeleninu. Na začiatku prípravy premiešajte omeletu širšou varechou. Nechajte piecť ďalších 10 minút.
- 4 Po upečení omelety vyberte misu pomocou rukavíc ochrannej rukavice a vyklopte omeletu na tanier.



- 1 červená paprika
- 1 zelená paprika
- 1 cukina
- ½ baklažánu
- 1 cibuľa
- 3 strúčiky cesnaku
- 2 PL olivového oleja
- 1 zemiak, ošúpaný
- 3 paradajky, ošúpané Rôzne bylinky
- Mleté čierne korenie
- Soľ


## Ratatouille



X 4



60 min

- 1 Nakrájajte zeleninu na kocky a dajte ich do misy s olejom.
- 2 Zvoľte program STEW  a nechajte variť 60 minút.
- 3 Pred koncom varenia dochuťte podľa potreby.

**Ak chcete mať zeleninu chrumkavú, znížte čas varenia na 40 minút.**



- 800 g mrkvy, nakrájaná na kocky
- 2 zemiaky, nakrájané na kocky
- 800 ml vody
- 100 ml mlieka
- 30 g masla
- Soľ

## Mrkvové pyré



X 4



45 min

- 1 Mrkvu a zemiaky ošúpte a nakrájajte na kocky.
- 2 Vložte všetky ingrediencie do misy a zalejte vodou. Zvoľte program BABY FOOD a nastavte čas prípravy na 45 minút.
- 3 Na konci varenia vylejte vodu. Pridajte k mrkve a zemiakom mlieko a maslo a mixujte 3 minúty v kuchynskom robote alebo ručným mixérom.

- ½ zelenej papriky, nakrájaná na tenké pásky
- ½ červenej papriky, nakrájaná na tenké pásky
- 1 cukina, nakrájaná na tenké pásky
- zelená fazuľa, nakrájaná na kúsky
- 1 červená cibuľa, nakrájaná na tenké plátky
- 1 biela cibuľa, nakrájaná na tenké plátky
- 3 mrkvy, nakrájané na tenké pásky
- 300 g čerstvých šampiňónov, nakrájané na tenké plátky
- Sezamový olej
- Soľ


## Rýchla restovaná zelenina



X 4



12 min

- 1 Do misy dajte sezamový olej a všetky ostatné ingrediencie. Osolte a okoreňte.
- 2 Zvoľte program CRUST/FRY , nechajte pripravovať 12 minút a občas premiešajte.
- 3 Ak chcete, aby bola zelenina mäkkšia, zvoľte program KEEP WARM na zopár minút.



- 4 veľké zemiaky, nakrájané na tenké plátky
- 1 cibuľa, nakrájaná na tenké plátky
- 300 g húb, nakrájané na tenké plátky
- 4 PL rastlinného oleja
- Čili paprika, nakrájaná na tenké plátky
- Cesnak
- Soľ

## Rýchle opražené zemiaky s hubami



X 4



20 min


- 1 Dajte do misy zeleninu a pridajte všetky ingrediencie.
- 2 Zvoľte program CRUST/FRY  a pripravujte 20 minút.



- 1 PL masla
- 50 g strúhaného syra Gruyère, eidamu alebo švajčiarskeho syra
- 1 strúčik cesnaku, nasekaný
- 30 cl smotany
- 7 - 8 zemiakov, ošúpané a na tenko nakrájané
- ¼ čajovej lyžičky muškátového orieška
- Soľ
- Čierne korenie

## Gratinované zemiaky




- 1 Potrite vnútro misy maslom.
- 2 Zmiešajte cesnak, smotanu, muškátový oriešok, soľ a korenie. Rozvrstviť na plátky nakrájané zemiaky do misy a prekládajte rozmiešanou smotanou a nastrúhaným syrom. Na vrch rozotrite smotanu.
- 3 Zvoľte program BAKING  a pečte 40 minút.

- 300 g čerstvých (alebo mrazených) húb nakrájaných na malé kúsky
- 300 g ryže na rizoto
- 1 L zeleninového vývaru
- 1 cibuľa, nakrájaná nadrobno
- 1 strúčik cesnaku, nasekaný nadrobno
- 50 g parmezánu
- 50 g masla
- 2 PL rastlinného oleja
- 2 vetvičky tymianu
- Soľ
- Jemne mleté čierne korenie

## Hubové rizoto



- 1 Do nádoby nalejte olivový olej. Pridajte cibuľu, cesnak a ryžu. Zvoľte program CRUST/FRY  a nechajte pripravovať 12 minút. Nalejte víno a počkajte, kým sa neodparí. Pridajte huby a vývar.
- 2 Spustite program PILAF/RISOTTO. Keď skončí čas varenia, pridajte do rizota maslo, soľ a korenie (podľa chuti).
- 3 Pred servírovaním posypte parmezánom a ozdobte tymianom.


**Na rizoto odporúčame použiť krátkozrnnú ryžu ako Arborio alebo Carnaroli.**



- 4 PL oleja
- 4 šálky ryže
- 7 šálok vody

## Ryžové tahdig



- 1 Do misy dajte 4 polievkové lyžice oleja, 4 šálky ryže a 7 šálok vody.
- 2 Spustite program CRUST/FRY  a varte 75 minút.

**Týmto receptom pripravíte chrumkavé a hnedé tahdigy.**



- 800 g mrazeného hrášku
- 150 g jahňacieho, nakrájané na kocky
- 1 biela cibuľa, nakrájaná
- ½ odmerky oleja
- 20 g masla
- Mleté čierne korenie
- Soľ


## Hrašok s jahňacím



X 4



10 min + 10 min

- 1 Do misky dajte jahňacie, cibuľu, olej, soľ a korenie. Zvoľte program CRUST/FRY  a nechajte pripravovať 10 minút.
- 2 Pridajte hrášok. Zvoľte program STEAM a nastavte čas varenia na 10 minút.
- 3 Na konci varenia pridajte maslo a dobre premiešajte.

- 350 g uvarených makarónov
- 150 g mletého mäsa
- 1 biela cibuľa, pokrúpaná nadrobno
- 50 g strúhaného syra
- 3 odmerky paradajkového pretlaku
- Malé množstvo olivového oleja
- Oregano
- Mleté čierne korenie
- Soľ



## Boloňské makaróny



X 4



10 min + 15 min

- 1 Do misky dajte olivový olej, cibuľu, mleté mäso a oregano. Ochutťe soľou a korením, zvoľte program CRUST/FRY , nechajte pripravovať 10 minút a občas premiešajte.
- 2 Pridajte paradajkový pretlak a premiešajte. Pridajte makaróny, premiešajte, spustíte program SOUP  a nechajte variť 10 až 15 minút.
- 3 Cestoviny podávajte so strúhaným syrom.



- 1 kg jahňacieho bez kosti, nakrájané na 1 cm kocky
- 2 stredné cibule, nakrájané na tenké plátky
- 4 kvaky, ošúpané a nakrájané
- 4 mrkvy, ošúpané a nakrájané na kúsky
- 2 PL rastlinného oleja
- 1 ČL soli
- 1 ČL korenia
- 2 PL čerstvého nasekaného petržlenu
- 500 ml vody



## Jahňacie s dusenou kvakou



X 4




5 min + 1 hod. 30

- 1 Do nádoby nalejte olej. Pridajte na kocky nakrájané jahňacie. Zvoľte program CRUST/FRY , pripravujte 5 minút a občas premiešajte.
- 2 Pridajte všetku zeleninu a zalejte vodou. Spustíte program SOUP  a nastavte čas varenia na 1 hodinu 30 minút.
- 3 Osolte a okoreňte. Pred podávaním pridajte petržlen.

- 250 g kebabového mäsa
- 1 sladká paprika, nakrájaná na kocky
- 2 paradajky, nakrájané na kocky
- 1 cibuľa, nasekaná
- 1 lyžica oleja
- Mleté čierne korenie
- Soľ

## Kebab hala




- 1 Zmiešajte všetky ingrediencie, pridajte olej, soľ a korenie
- 2 Vložte zmes do misy.
- 3 Zvoľte program STEAM  a nechajte variť 45 minút.

- 2 kuracie prsia, nakrájané na kúsky
- 200 g grilovaných mandlí, olúpané
- 1 červená paprika, nakrájaná na kocky
- ½ odmerky oleja
- 1 odmerka vody
- 3 strúčiky cesnaku, nakrájaný na tenké plátky
- 2 cibule, nasekané

## Kura s mandľami




- 1 Vložte do misy všetky ingrediencie. Spustíte program STEAM  a nastavte čas varenia na 1 hodinu 10 minút.
- 2 Podávajte teplé.



- 500 g kuracích prs, nakrájaných na tenké plátky
- 350 g plátkov ananásu v sirupe
- 1 cibuľa, nakrájaná na tenké plátky
- ½ odmerky oleja
- ¼ odmerky kuracieho vývaru
- Mleté čierne korenie
- Soľ

## Kura s ananásom



- 1 Nakrájajte plátky ananásu na štvorčeky a šťavu si odložte.
- 2 Zmiešajte šťavu s ostatnými ingredienciami a nalejte zmes do misy. Osoľte a okoreňte.
- 3 Zvoľte program CRUST/FRY , nechajte pripravovať 20 až 30 minút a občas premiešajte.



- 150 g čerstvých slávok, očistených
- 6 celých kreviet
- 100 g hrášku
- 2 odmerky ryže
- 1 PL sladkej papriky
- 5 - 6 byliek šafranu
- 3 odmerky zeleninového vývaru
- Čili paprika
- Olej
- Sol'


## Paella z morských plodov



X 4



10 min + AUTOMATIC

- 1 Do misy dajte olej, slávky a krevety. Zvoľte program CRUST/FRY  a pripravujte 10 minút.
- 2 Pridajte ryžu, šafran, hrášok, čili papriku a zeleninový vývar a potom spustíte program RICE/CEREALS. Nechajte variť do konca programu.

- 4 kusy morského čerta
- 3 odmerky zeleninového vývaru
- Rozmarín
- 1 PL oleja
- 1 cibula, nakrájaná na tenké plátky
- 1 mrkva, nakrájaná na hrubé okrúhle plátky
- ¼ odmerky vody
- ¼ odmerky čerstvej smotany
- Mleté čierne korenie
- Sol'


## Morský čert v smotanovej omáčke



X 4



45 min

- 1 Vložte do misy všetky ingrediencie okrem morského čerta. Zvoľte program STEAM  a nastavte čas varenia na 45 minút.
- 2 Po 30 minútach vložte ochutenú rybu do parného koša a pridajte kôš do misy. Nechajte variť do konca programu.
- 3 Rybu podávajte zaliatu omáčkou.



- 500 g filetovaného lososa
- 20 cl vody
- Sol'
- mleté čierne korenie
- 1 citrón
- 1 list šalátu (na ozdobenie)

### Na glazúru:

- 1 strúčik cesnaku, nasekaný
- 1 PL sójovej omáčky
- 1 PL hoisin omáčky
- 5 cl kečupu


## Dusený losos s ružovou glazúrou



X 4



20 min

- 1 Vytláčte na filety lososa citrónovú šťavu a ochuťte soľou a korením. Vložte rybu do parného koša a kôš vložte do multifunkčného variča.
- 2 Nalejte do misy vodu.
- 3 Zvoľte program STEAM  a varte 20 minút.
- 4 Príprava glazúry: zmiešajte sójovú omáčku, hoisin omáčku, kečup a cesnak. Polejte lososa glazúrou a podávajte na liste šalátu.

**Namiesto hoisin omáčky môžete použiť teriyaki omáčku.**





- 150 g čokolády na varenie
- 100 g masla
- 4 vajcia
- 80 g cukru
- 50 g múky
- Papier na pečenie potreť maslom

## Čokoládový koláč



X 4



45 min

- 1 Na panvici roztopte čokoládu a maslo.
- 2 V mise vyšľahajte vajčička s cukrom. Pridajte roztopenú čokoládu a maslo, potom múku a 2 minúty miešajte.
- 3 Vložte misu masným papierom na pečenie. Vylejte zmes a zvolte program DESSERT. Nechajte variť do konca programu (45 minút).
- 4 Nechajte vychladnúť a potom koláč vyklopte. Podávajte so zmrzlinou.



- 125 g rozdrvených keksov
- 70 g zmäknutého masla
- 300 g nátierky zo smotanového syra
- 1 citrónový jogurt
- 1 odmerka cukru
- 1 PL múky
- Kôra z 1 citróna
- 3 vajcia
- 100 g čučoriedkového džemu
- Papier na pečenie potreť maslom

## Čučoriedkový cheesecake



X 4



40 min

- 1 Vložte misu masným papierom na pečenie. Zmiešajte roztlačené sušienky a maslo, aby vytvorili hladkú pastu. Rozotrite zmes rovnomerne na dno misy.
- 2 Vyšľahajte bielka vajej v mise, pokým nevytvoria pevné vlny. Odložte nabok.
- 3 Zmiešajte syr, žltka vajej, jogurt, cukor, polovicu citrónovej kôry a múku v ďalšej mise. Pridajte bielka vajej a zmiešajte.
- 4 Vylejte zmes do misy na vrch sušienkového základu. Zvoľte program DESSERT a nastavte čas prípravy na 40 minút.
- 5 Keď cheesecake vychladne, vyklopte ho a potrite čučoriedkovým džemom.



- 175 g čokolády na varenie
- ½ L mlieka

## Čokoládový krémový dezert



X 4



40 min

- 1 Do nádoby nalejte mlieko. Zvoľte program CREAM/CHEESE a nastavte čas prípravy na 40 minút.
- 2 Po 5 minútach pridajte čokoládu naľamanú na kúsky. Zmiešajte, aby ste dostali hladkú konzistenciu.
- 3 V prípade potreby pridajte čokoládu alebo mlieko podľa chuti.



- 80 cl mlieka, plnotučného alebo polotučného
- 1 vrecko mliečnych štartovacích kultúr na prípravu jogurtu
- 2 odmerky vody
- 2 ČL práškového mlieka

## Jogurt



X 4



10 hodín

- 1 Do nádoby dajte mlieko, mliečne štartovacie kultúry, vodu a práškové mlieko. Zmiešajte.
- 2 Zvoľte program YOGURT a nechajte bežať 10 hodín.
- 3 Na konci času prípravy dajte jogurt do chladničky na 2 hodiny.

**Ak používate mlieko s predĺženou trvanlivosťou (UHT), nie je potrebné ho variť. Ak používate plnotučné alebo pasterizované mlieko, mali by ste ho prevariť a potom nechať ochladiť na izbovú teplotu. Taktiež môžete použiť mrazom sušené mliečne štartovacie kultúry.**



## PRZYSTAWKI

Sałatka jarzynowa z tuńczykiem 14  
Sałatka szpinakowa 14  
Sałatka ryżowa 15  
Bulion warzywny 15  
Owsianka z malinami i bananami 15



## DANIA GŁÓWNE

Zupa z soczewicy 16  
Omlet z ziemniakami i cukinią 16  
Ratatouille 16  
Purée marchewkowe 17  
Warzywa po chińsku 17  
Ziemniaki smażone z pieczarkami 17  
Zapiekanka ziemniaczana 18  
Grzybowe risotto 18  
Ryż po tadżycku 18  
Jagnięcina z groszkiem 19  
Makaron bolognese 19  
Potrawka jagnięca z rzepą 19  
Kebab Hala 20  
Kurczak z migdałami 20  
Filet z kurczaka z anansem 20  
Paella marinera 21  
Żabnica w sosie śmietanowym 21  
Łosoś na parze w różowej glazurze 21



## DESERY

Ciasto czekoladowe 22  
Sernik jagodowy 22  
Krem czekoladowy 23  
Jogurt 23



- 3 ziemniaki pokrojone w kostkę
- 2 marchewki pokrojone w kostkę
- 3 jaja
- 100 g gotowanego groszku
- 2 puszki tuńczyka w oleju
- 2 łyżki stołowe majonezu
- Papryka słodka mielona
- Pieprz
- Sól



## Saładka jarzynowa z tuńczykiem



X 4



30 min

- 1 Włóż ziemniaki i marchewkę do miski i całkowicie zalej wodą.
- 2 Wybierz program STEAM  (GOTOWANIE NA PARZE ) i ustaw czas gotowania na 30 minut.
- 3 Po upływie 20 minut włóż jaja do koszyka do gotowania na parze, na pozostałe 10 minut gotowania. Po zakończeniu programu wyjmij składniki i poczekaj do ich ostygnięcia.
- 4 W osobnej misce wymieszaj wszystkie składniki i rozłóż jaja (obrane i pokrojone w połówki) na wierzchu.



- 300 g świeżego szpinaku
- 1 mała cebula (posiekana)
- ¼ miarki orzeszków piniowych
- ¼ miarki rodzynek
- 2 łyżki stołowe soku z cytryny
- Pieprz
- Sól



## Saładka szpinakowa



X 4



12 min

- 1 Włóż pokrojoną cebulę do miski. Wybierz program CRUST/FRY  (OPIEKANIE/SMAŻENIE ) i gotuj przez 8 minut.
- 2 Po 10 minutach gotowania dodaj orzeszki piniowe, rodzyнки i szpinak. Gotuj dotąd, aż szpinak straci połowę swojej objętości (ok. 2 minuty).
- 3 Dodaj odrobinę octu winnego. Przypraw solą i pieprzem do smaku.

## Salatka ryżowa



X 4



TRYB AUTOMATYCZNY

- 1 Włóż ryż do miski, zalej wodą i dodaj łyżkę stołową oliwy. Wybierz program RICE/CEREALS (RYŻ/PRODUKTY ZBOŻOWE).
- 2 Włóż kukurydzę, pomidory, paprykę, awokado i cebulę do miski. Po ugotowaniu przepłucz ryż zimną wodą.
- 3 Zmieszaj ryż z pozostałymi składnikami i przypraw solą, pieprzem, octem winnym i oliwą do smaku.

- 2 miarki ryżu
- 2 miarki wody
- 3 łyżki stołowe oliwy z oliwek
- 2 łyżki stołowe soku z cytryny
- 150 g kukurydzy konserwowej
- 200 g pomidorów pokrojonych w kostkę
- 150 g czerwonej papryki pokrojonej w kostkę
- 1 awokado pokrojone w kostkę
- 1 mała cebula (posiekana)
- Pieprz
- Sól



## Bulion warzywny



X 4



40 min

- 1 Włóż wszystkie warzywa do miski. Zalej wodą do maksymalnego poziomu, dodaj szczyptę soli, pieprzu i odrobinę oliwy.
- 2 Wybierz program SOUP  (ZUPA ) i gotuj przez pełen czas trwania programu (40 minut).
- 3 Odczekaj, aż bulion przestanie wrzeć, odcedź i wykorzystaj według uznania.

- 2 pory (biała część) pokrojone w kostkę
- 2 marchewki pokrojone w kostkę
- 1 cebula pokrojona w cienkie plastry
- 2 ziemniaki pokrojone w kostkę
- Oliwa z oliwek
- Woda
- Pieprz
- Sól



## Owsianka z malinami i bananami



X 4



20 min

- 1 Włóż płatki owsiane do urządzenia MultiCooker, wlej mleko i zamieszaj zawartość.
- 2 Włącz program PORRIDGE (OWSIANKA) i gotuj przez 20 minut.
- 3 Po upływie czasu gotowania dodaj maliny i plastry banana.

- 150 g płatków owsianych
- 600 ml mleka
- 1 banan pokrojony w plastry
- 1 garść malin





- 150 g czerwonej soczewicy
- 1 cebula pokrojona w cienkie plastry
- 1 ząbek czosnku (posiekany)
- 1 łyżka stołowa curry
- 1 łyżeczka kolendry
- 900 ml wody
- Sól
- Pieprz



## Zupa z soczewicy



X 4



30 min

- 1 Włóż wszystkie składniki do miski. 2 Wybierz program SOUP  (ZUPA ) i ustaw czas gotowania na 30 minut.
- 2 Po upływie czasu gotowania zmiksuj zupę w misie, aby uzyskać jednorodną konsystencję.

- 8 jaj
- 400 g ziemniaków pokrojonych w kostkę
- 200 g cukinii pokrojonej w kostkę
- ½ miarki oleju
- Sól



## Omlęt z ziemniakami i cukinią



X 4



30 min + 10 min

- 1 Wlej olej do miski, dodaj ziemniaki i cukinię.
- 2 Wybierz program CRUST/FRY  (OPIEKANIE/SMAŻENIE ) i gotuj przez 30 minut. Co pewien czas zamieszaj.
- 3 Ubij jaja dodając szczyptę soli i wlej do warzyw. Zamieszaj omlęt łyżką. Gotuj przez kolejne 10 minut.
- 4 Po ugotowaniu wyjmij misę używając rękawic kuchennych i wyłóż omlęt na talerz.



- 1 czerwona papryka
- 1 zielona papryka
- 1 cukinia
- ½ bakłażana
- 1 cebula
- 3 ząbki czosnku
- 2 łyżki stołowe oliwy z oliwek
- 1 ziemniak (obrany)
- 3 pomidory (obrane)
- Zioła prowansalskie
- Pieprz
- Sól



## Ratatouille



X 4



1 godz

- 1 Pokrój warzywa w kostkę i włóż do miski, dodając oliwę.
- 2 Wybierz program STEW  (DUSZENIE ) i gotuj przez 60 minut.
- 3 Po upływie czasu gotowania przypraw danie do smaku.

**Jeśli chcesz, aby warzywa były bardziej chrupiące, skróć czas gotowania do 40 minut.**



- 800 g marchewki pokrojonej w kostkę
- 2 ziemniaki pokrojone w kostkę
- 800 ml wody
- 100 ml mleka
- 30 g masła
- Sól

## Purée marchewkowe



- 1 Pobierz marchewkę i ziemniaki, a następnie pokrój je w kostkę.
- 2 Włóż wszystkie składniki do miski i zalej wodą. Wybierz program BABY FOOD (PAPKA) i ustaw czas gotowania na 45 minut.
- 3 Po upływie czasu gotowania odcedź wodę. Dodaj mleko i masło do warzyw i miksuj przez 3 minuty używając malaksera lub blendera.

- ½ zielonej papryki pokrojona w zapałkę
- ½ czerwonej papryki pokrojona w zapałkę
- 1 cukinia pokrojona w zapałkę
- Fasolka szparagowa pokrojona na kawałki
- ½ czerwonej cebuli pokrojona w cienkie plastry
- ½ białej cebuli pokrojona w cienkie plastry
- 3 marchewki pokrojone w zapałkę
- 300 g świeżych pieczarek pokrojonych w cienkie plastry
- Olej sezamowy
- Sól

## Warzywa po chińsku



- 1 Wlej do miski olej sezamowy i dodaj pozostałe składniki. Przypraw solą i pieprzem.
- 2 Wybierz program CRUST/FRY (OPIEKANIE/SMAŻENIE) i gotuj przez 12 minut mieszając co pewien czas.
- 3 Jeśli chcesz, aby warzywa były miękkie, ustaw program KEEP WARM (UTRZYMYWANIE CIEPŁA) na kilka minut.



- 4 duże ziemniaki, pokrojone w cienkie plastry
- 1 cebula pokrojona w cienkie plastry
- 300 g pieczarek pokrojonych w cienkie plastry
- 4 łyżki stołowe oleju roślinnego
- Czerwona papryczka chilli pokrojona w cienkie plastry
- Czosnek
- Sól

## Ziemniaki smażone z pieczarkami





- 1 Wlej olej roślinny do miski i dodaj pozostałe składniki.
- 2 Wybierz program CRUST/FRY (OPIEKANIE/SMAŻENIE) i gotuj przez 20 minut.



- 1 łyżka stołowa masła
- 50 g tartego sera Gruyère, edamskiego lub szwajcarskiego
- 1 ząbek czosnku (posiekany)
- 300 ml śmietany
- 7-8 ziemniaków obranych i pokrojonych w cienkie plastry
- ¼ łyżki stołowej gałki muszkatołowej
- Sól
- Pieprz

## Zapienkanka ziemniaczana





- 1 Posmaruj dno miski masłem.
- 2 Zmieszaj śmietanę z czosnkiem, gałką muszkatołową, solą i pieprzem. Układaj ziemniaki w misce warstwami, przekładając doprawioną śmietaną i startym serem. Na wierzchu rozsmaruj pozostałą śmietanę.
- 3 Wybierz program BAKING  (PIECZENIE ) i gotuj przez 40 minut.

- 300 g świeżych (lub mrożonych) grzybów pokrojonych w małe kawałki
- 300 g ryżu do risotto
- 1 L bulionu warzywnego
- 1 cebula (drobno posiekana)
- 1 ząbek czosnku (drobno posiekany)
- 50 g parmezanu
- 50 g masła
- 2 łyżki stołowe oleju roślinnego
- 2 gałązki tymianku
- Sól
- Drobnio zmielony czarny pieprz

## Grzybowe risotto





- 1 Wlej olej do miski. Dodaj cebulę, czosnek i ryż. Wybierz program CRUST/FRY  (OPIEKANIE/SMAŻENIE ) i gotuj przez 12 minut. Wlej wino i zaczekaj, aż odparuje. Dodaj grzyby i bulion.
  - 2 Włącz program PILAF/RISOTTO. Po upływie czasu gotowania dodaj masło, sól i pieprz do smaku.
  - 3 Przed podaniem posyp parmezanem i udekoruj tymiankiem.
- Do risotto zalecamy użyć ryżu krótkoziarnistego, np. odmiany Arborio lub Carnaroli.**



- 4 łyżki stołowe oleju roślinnego
- 4 miarki ryżu
- 7 miarek wody

## Ryż po tadżycku



- 1 Wlej do miski 4 łyżki stołowe oleju, dodaj 4 miarki ryżu i 7 miarek wody.
  - 2 Wybierz program CRUST/FRY  (OPIEKANIE/SMAŻENIE ) i gotuj przez 75 minut.
- Gotowy ryż będzie brązowy i półmiękki.**





- 800 g mrożonego groszku
- 150 g jagnięciny pokrojonej w kostkę
- 1 biała cebula (posiekana)
- ½ miarki oleju
- 20 g masła
- Pieprz
- Sól

## Jagnięcina z groszkiem



X 4



10 min + 10 min

- 1 Włóż jagnięcinę i cebulę do miski, dodaj olej, sól i pieprz. Wybierz program CRUST/FRY (OPIEKANIE/SMAŻENIE) i gotuj przez 10 minut.
- 2 Dodaj groszek. 2 Wybierz program STEAM (GOTOWANIE NA PARZE) i ustaw czas gotowania na 10 minut.
- 3 Po upływie czasu gotowania dodaj masło i całość dokładnie wymieszaj.

- 350 g gotowanego makaronu
- 150 g mielonej wołowiny
- 1 biała cebula (drobno posiekana)
- 50 g tartego sera
- 3 miarki przecieru pomidorowego
- Oliwa z oliwek
- Oregano
- Pieprz
- Sól

## Makaron bolognese



X 4



10 min + 15 min

- 1 Skrop mięś oliwą, dodaj cebulę, mielone mięso i oregano. 2 Przypraw solą i pieprzem. Wybierz program CRUST/FRY (OPIEKANIE/SMAŻENIE) i gotuj przez 10 minut mieszając co pewien czas.
- 2 Dodaj przecier pomidorowy i wymieszaj z pozostałymi składnikami. Dodaj makaron, wymieszaj całość, włącz program SOUP (ZUPA) i gotuj przez 10-15 minut.
- 3 Przed podaniem posyp tartym serem.



- 1 kg jagnięciny bez kości, pokrojonej w ok. centymetrową kostkę
- 2 średnie cebule pokrojone w cienkie plastry
- 4 rzepy obrane i posiekane
- 4 marchewki, obrane i pokrojone na kawałki
- 2 łyżki stołowe oleju roślinnego
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżeczka pieprzu
- 2 łyżki stołowe posiekanej świeżej natki pietruszki
- 500 ml wody

## Potrawka jagnięca z rzepą



X 4



5 min + 1 godz 30

- 1 Wlej olej do miski. Dodaj jagnięcinę pokrojoną w kostkę. Wybierz program CRUST/FRY (OPIEKANIE/SMAŻENIE) i gotuj przez 5 minut mieszając co pewien czas.
- 2 Dodaj warzywa i wlej wodę. Włącz program SOUP (ZUPA) i ustaw czas gotowania na 1 godzinę i 30 minut.
- 3 Przypraw solą i pieprzem. Przed podaniem posyp natką pietruszki.

## Kebab Hala



- 250 g mięsa kebabowego
- 1 słodka papryka pokrojona w kostkę
- 2 pomidory pokrojone w kostkę
- 1 cebula (posiekana)
- 1 łyżka oleju
- Pieprz
- Sól



X 4



55 min

- 1 Wymieszaj składniki, dodaj olej, sól i pieprz
- 2 Włóż wszystko do misy.
- 3 Wybierz program STEAM  (GOTOWANIE NA PARZE ) i gotuj przez 45 minut.

## Kurczak z migdałami



- 2 filety z kurczaka pokrojone na kawałki
- 200 g prażonych migdałów obranych ze skórki
- 1 czerwona papryka pokrojona w kostkę
- ¼ miarki oleju
- 1 miarka wody
- 3 ząbki czosnku pokrojone w cienkie plastry
- 2 cebule (posiekane)



X 4



1 godz 10

- 1 Włóż wszystkie składniki do misy. Wybierz program STEAM  (GOTOWANIE NA PARZE ) i ustaw czas gotowania na 1 godzinę i 10 minut.
- 2 Podawaj gorące.



## Filet z kurczaka z anansem





- 500 g fileta z kurczaka pokrojonego w cienkie plastry
- 350 g ananasa w syropie
- 1 cebula pokrojona w cienkie plastry
- ½ miarki oleju
- ¼ miarki bulionu drobiowego
- Pieprz
- Sól



X 4



25 min

- 1 Wymyj plastry ananasa z syropu i pokrój na ćwiartki.
- 2 Wymieszaj syrop z pozostałymi składnikami i wlej całość do misy. Przypraw solą i pieprzem.
- 3 Wybierz program CRUST/FRY  (OPIEKANIE/SMAŻENIE ) i gotuj przez 20-30 minut mieszając co pewien czas.



- 150 g świeżych oczyszczonych małży
- 6 całych krewetek
- 100 g groszku
- 2 miarki ryżu
- 1 łyżka stołowa papryki słodkiej
- 5-6 nitek szafranu
- 3 miarki bulionu warzywnego
- Papryczka chilli
- Olej
- Sól

## Paella marinera



X 4



10 min + TRYB AUTOMATYCZNY

- 1 Wlej olej do miski, dodaj małże i krewetki. Wybierz program CRUST/FRY (OPIEKANIE/SMĄŻENIE) i gotuj przez 10 minut.
- 2 Dodaj ryż, szafran, groszek, papryczkę chilli i olej roślinny. Włącz program RICE/CEREALS (RYŻ/PRODUKTY ZBOŻOWE). Gotuj do zakończenia programu.

- 4 kawałki żabnicy
- 3 miarki bulionu rybnego
- rozmaryn
- 1 łyżka stołowa oleju
- 1 cebula pokrojona w cienkie plastry
- 1 marchewka pokrojona w cienkie plastry
- ¼ miarki wody
- ¼ miarki świeżej śmietany
- Pieprz
- Sól

## Żabnica w sosie śmietanowym



X 4



45 min

- 1 Włóż wszystkie składniki (poza rybą) do miski. 2 Wybierz program STEAM (GOTOWANIE NA PARZE) i ustaw czas gotowania na 45 minut.
- 2 Po upływie 30 minut umieść przyprawioną rybę w koszyku do gotowania na parze i włóż koszyk do miski. Gotuj do zakończenia programu.
- 3 Podawaj rybę pokrytą sosem.



- 500 g łososia w dzwonkach
- 200 ml wody
- Sól
- Pieprz
- 1 cytryna
- 1 liść salaty (do przybrania)

### Glazura:

- 1 ząbek czosnku (posiekany)
- 1 łyżka stołowa sosu sojowego
- 1 łyżka stołowa sosu hoisin
- 50 ml ketchupu

## Łosoś na parze w różowej glazurze



X 4



20 min

- 1 Skrop dzwonka łososia cytryną, przypraw solą i pieprzem. Włóż rybę do koszyka do gotowania na parze i umieść koszyk w urządzeniu MultiCooker.
- 2 Napełnij misę wodą.
- 3 Wybierz program STEAM (GOTOWANIE NA PARZE) i gotuj przez 20 minut.
- 4 Przygotowanie glazury: zmieszaj ze sobą sos sojowy, sos hoisin, ketchup i czosnek. Polej łososia glazurą i podawaj na liściu salaty.

Zamiast sosu hoisin możesz użyć sosu teriyaki.



- 150 g czekolady do gotowania
- 100 g masła
- 4 jaja
- 80 g cukru
- 50 g mąki
- Papier do pieczenia natłuszczony masłem

## Ciasto czekoladowe



X 4



45 min

- 1 Rozpuść czekoladę i masło w rondlu.
- 2 Ubij jaja z cukrem w misce. Dodaj rozpuszczoną czekoladę i masło, a następnie mąkę. Mieszaj przez 2 minuty.
- 3 Wylóż misę urządzenia papierem do pieczenia natłuszczonym masłem. Wlej ciasto i wybierz program DESSERT (DESER). Gotuj do zakończenia programu (45 minut).
- 4 Odczekaj do ostygnięcia i wylóż ciasto spodem do góry. Podawaj z lodami.



- 125 g pokruszonych herbatników
- 70 g miękkiego masła
- 300 g serka kremowego do smarowania
- 1 jogurt cytrynowy
- 1 miarka wody
- 1 łyżka stołowa mąki
- Skórka z jednej cytryny
- 3 jaja
- 100 g konfitury z jagód
- Papier do pieczenia natłuszczony masłem

## Sernik jagodowy



X 4



40 min

- 1 Wylóż misę urządzenia papierem do pieczenia natłuszczonym masłem. Utrzyj pokruszone herbatniki i masło na jednolitą masę. Równomiernie rozłóż masę na dnie misy za pomocą łyżki.
- 2 Ubij białka w misce na sztywną pianę. Odstaw na bok.
- 3 W osobnej misce wymieszaj ze sobą ser, żółtka, jogurt, cukier, połowę startej skórki z cytryny i mąkę. Dodaj pianę z białek i wymieszaj.
- 4 Wylej masę na spód z herbatników. 2 Wybierz program DESSERT (DESER) i ustaw czas gotowania na 40 minut.
- 5 Po ostygnięciu wylóż sernik spodem do góry i nałóż warstwę konfitury jagodowej.



- 175 g czekolady do gotowania
- ½ l mleka

## Krem czekoladowy



X 4



40 min

- 1 Wlej mleko do miski. 2 Wybierz program CREAM/CHEESE (SEREK/KREMOWY) i ustaw czas gotowania na 40 minut.
- 2 Po upływie 5 minut dodaj połamaną na kawałki czekoladę. Mieszaj do uzyskania gładkiej konsystencji.
- 3 Jeśli trzeba, dodaj więcej czekolady lub mleka do smaku.



- 800 ml mleka pełnego lub półpełnego
- 1 saszetka kultur bakterii starterowych do jogurtu
- 2 miarki wody
- 2 łyżeczki mleka w proszku

## Jogurt



X 4



10 godz

- 1 Do pojemnika wlej mleko, dodaj kultury bakterii, wodę i mleko w proszku. Wymieszaj wszystko.
- 2 Wybierz program YOGURT (JOGURT) i gotuj przez 10 godzin.
- 3 Po upływie czasu gotowania włóż jogurt do lodówki na 2 godziny.

**Jeśli używasz mleka UHT, to nie ma potrzeby go zagotować. Jeśli używasz mleka surowego lub pasteryzowanego, zagotuj je i pozostaw do ostygnięcia w temperaturze pokojowej. Możesz także użyć mrożonych kultur bakterii starterowych.**



## BAŞLANGIÇLAR

Küp şeklinde doğranmış karışık sebzeler	135
Ispanak salatası	135
Pirinç salatası	136
Sebze suyu	136
Frambuazlı ve muzlu yulaf ezmesi	136



## ANA YEMEKLER

Mercimek çorbası	137
Patatesli ve sakız kabaklı omelet	137
Ratatouille	137
Havuç püresi	138
Sebze sote	138
Mantarlı patates sote	138
Patates graten	139
Yabani mantarlı risotto	139
Tahdig Pilavı	139
Kuzu etli bezelye	140
Makarna bolonez	140
Şalgamlı kuzu güveç	140
Hala Kebabı	141
Bademli tavuk	141
Ananaslı tavuk fileto	141
Deniz mahsullü paella	142
Krema soslu fener balığı	142
Pembe somon buğulama	142



## TATLILAR

Çikolatalı kek	143
Yaban mersinli cheesecake	143
Çikolata kremalı tatlı	144
Yoğurt	144



- 3 patates, küp doğranmış
- 2 havuç, küp doğranmış
- 3 yumurta
- 100 g pişmiş bezelye
- 2 konserve yağda ton balığı
- 2 yemek kaşığı mayonez
- Tatlı kırmızı toz biber
- Karabiber
- Tuz



## Küp şeklinde doğranmış karışık sebzeler



x 4



30 dk.

- 1 Patatesleri ve havuçları kaba yerleştiril üzerilerini örtecek kadar su ekleyin.
- 2 STEAM  (BUHAR ) programını seçin ve pişirme süresini 30 dakika olarak ayarlayın.
- 3 20 dakika sonra yumurtaları buhar sepetine yerleştirin ve 10 dakika pişirmeye bırakın. Pişirme programı sona erdikten sonra, karışımı soğumaya bırakın.
- 4 Diğer bütün malzemeleri ayrı bir kapta karıştırın ve en üste yumurta (soyulmuş ve ikiye bölünmüş) ekleyin.



- 300 g taze ıspanak
- 1 küçük soğan, doğranmış
- ¼ ölçü çam fıstığı
- ¼ ölçü kuru üzüm
- 2 yemek kaşığı limon suyu
- Karabiber
- Tuz



## İspanak salatası



x 4



12 dk.

- 1 Doğranmış soğanları kaba yerleştirin. CRUST/FRY  (KITIR/KIZARTMA ) programını seçin ve 8 dakika pişirin.
- 2 Çam fıstığı ekleyin, 10 dakika pişirdikten sonra kuru üzüm ve ıspanağı da koyun. Ispanakların büyüklüğü yarıya inene kadar pişirin (yaklaşık 2 dakika).
- 3 Biraz sirke ekleyin. Tuz ve karabiberle tatlandırın.

## Pirinç salatası



X 4



OTOMATİK

- 2 ölçü pirinç
- 2 ölçü su
- 3 yemek kaşığı zeytin yağı
- 2 yemek kaşığı limon suyu
- 150 g konserve tatlı mısır
- 200 g domates, küp doğranmış
- 150 g kırmızı biber, küp doğranmış
- 1 avokado, küp doğranmış
- 1 küçük soğan, doğranmış
- Karabiber
- Tuz

- 1 Pirinç, su ve 1 yemek kaşığı yağı kaba ekleyin. RICE/CEREALS (PİRİNÇ/TAHILLAR) programını seçin.
- 2 Tatlı mısır, domates, kırmızı biber, avokado ve soğanı kaba alın. Piştikten sonra pirinci soğuk suda durulayın.
- 3 Pirinci diğer malzemelerle karıştırın ve tuz, karabiber, sirke ve kalan zeytinyağı ile tatlandırın.

## Sebze suyu



X 4



40 dk.

- 2 beyaz pırasa, küp doğranmış
- 2 havuç, küp doğranmış
- 1 soğan, ince dilimlenmiş
- 2 patates, küp doğranmış
- Zeytinyağı
- Su
- Karabiber
- Tuz

- 1 Tüm sebzeleri kaba alın. Maksimum seviyeye kadar suyla doldurun ve ardından bir tutam tuz, biraz karabiber ve biraz da zeytinyağı ekleyin.
- 2 SOUP (ÇORBA) programını seçin ve programın sonuna kadar (40 dakika) pişirmeye devam edin.
- 3 Sıvı karışım fokurdamaya başlayana kadar bırakın ve ardından sebze suyunu süzün, dilediğiniz şekilde kullanın.



- 150 g yulaf gevreği
- 600 ml süt
- 1 muz, dilimlenmiş
- 1 avuç frambuaz

## Frambuazlı ve muzlu yulaf ezmesi



X 4



20 dk.

- 1 Yulaf gevreğini ve sütü çoklu pişiriciye ekleyin ve ardından karıştırın.
- 2 PORRIDGE (LAPA) programını seçin ve 20 dakika pişirin.
- 3 Pişirme süresi dolduktan sonra frambuaz ve muz dilimlerini ekleyin.





- 150 g kırmızı mercimek
- 1 soğan, ince dilimlenmiş
- 1 diş sarımsak, kıyılmış
- 1 yemek kaşığı toz köri
- 1 çay kaşığı kişniş
- 900 ml su
- Tuz
- Karabiber

## Mercimek çorbası



X 4



30 dk.

- 1 Bütün malzemeleri kaba alın. SOUP (ÇORBA) programını seçin ve pişirme süresini 30 dakika olarak ayarlayın.
- 2 Pişirme süresi dolduktan sonra, pürüzsüz bir doku elde etmek için çorbayı bir kaptaki karıştırın.

- 8 yumurta
- 400 g patates, küp doğranmış
- 200 g sakız kabağı, küp doğranmış
- ½ ölçü sıvı yağ
- Tuz

## Patatesli ve sakız kabaklı omlet



X 4



30 dk. + 10 dk.

- 1 Yağ, patates ve sakız kabaıklarını kaba ekleyin.
- 2 CRUST/FRY (ÇITIR/KIZARTMA) programını seçin ve pişirme süresini 30 dakika olarak ayarlayın. Arada bir karıştırın.
- 3 Yumurtaları çırpın, bir tutam tuz ekleyin ve sebzelerin üzerine dökün. Pişirme süresinin başında omletleri bir spatula yardımıyla karıştırın. 10 dakika daha pişirin.
- 4 Omleti piştikten sonra fırın ildivenleri kullanarak kaptan alın ve çevirerek табаğa yerleştirin.



- 1 kırmızı biber
- 1 yeşil biber
- 1 sakız kabağı
- ½ patlıcan
- 1 soğan
- 3 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı zeytin yağı
- 1 patates, soyulmuş
- 3 domates, soyulmuş
- Karışık taze baharatlar
- Karabiber
- Tuz

## Ratatouille



X 4



1 saat

- 1 Sebzeleri küp şeklinde doğrayın ve yağ ekleyerek bir kaba yerleştirin.
- 2 STEW (YAVAŞ PIŞİRME) programını seçin ve 60 dakika pişmeye bırakın.
- 3 Pişirme süresinin sonunda dilerseniz baharat ekleyin.

**Sebzelerin diri kalmasını istiyorsanız pişirme süresini 40 dakikaya düşürün.**



- 800 g havuç, küp doğranmış
- 2 patates, küp doğranmış
- 800 ml su
- 100 ml süt
- 30 g tereyağı
- Tuz

## Havuç püresi



X 4



45 dk.

- 1 Havuç ve patatesleri soyun ve küp şeklinde doğrayın.
- 2 Tüm malzemeleri kaba alın ve su ekleyin. BABY FOOD (BEBEK MAMASI) programını seçin ve pişirme süresini 45 dakika olarak ayarlayın.
- 3 Pişirme süresinin sonunda suyu boşaltın. Havuç ve patateslere süt ve tereyağı ekleyin ve mutfak robotu veya el blenderi kullanarak 3 dakika karıştırın.

- ½ yeşil biber, kibrit çöpü boyunda kesilmiş
- ½ kırmızı biber, kibrit çöpü boyunda kesilmiş
- 1 sakız kabağı, kibrit çöpü boyunda kesilmiş
- Yeşil fasulye, doğranmış
- ½ kırmızı soğan, ince dilimlenmiş
- ½ beyaz soğan, ince dilimlenmiş
- 3 havuç, kibrit çöpü boyunda kesilmiş
- 300 g taze kültür mantarı, ince dilimlenmiş
- Susam yağı
- Tuz



## Sebze sote



X 4



12 dk.

- 1 Susam yağını ve diğer tüm malzemeleri kaba ekleyin. Tuz ve karabiberle tatlandırın.
- 2 CRUST/FRY  (ÇITIR/KIZARTMA ) programını seçin arada bir karıştırarak 12 dakika pişirin.
- 3 Sebzeleinizin yumuşak olmasını istiyorsanız KEEP WARM (SICAK TUTMA) programında birkaç dakika bekletin.



- 4 büyük patates, ince dilimlenmiş
- 1 soğan, ince dilimlenmiş
- 300 g mantar, ince dilimlenmiş
- 4 yemek kaşığı bitkisel yağ
- Acı kırmızı biber, ince dilimlenmiş
- Sarımsak
- Tuz



## Mantarlı patates sote



X 4



20 dk.



- 1 Bitkisel yağı kaba dökün ve ardından diğer malzemeleri ekleyin.
- 2 CRUST/FRY  (ÇITIR/KIZARTMA ) programını seçin ve 20 dakika pişirin.



- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 50 g rendelenmiş Gravyer, Edam veya İsviçre peyniri
- 1 diş sarımsak, kıyılmış
- 30 cl krema
- 7-8 patates, soyulmuş ve ince dilimlenmiş
- ¼ çay kaşığı muskat
- Tuz
- Karabiber

## Patates graten





- 1 Kabı tereyağı ile yağlayın.
- 2 Sarımsak, krema, muskat, tuz ve biberi karıştırın. Dilimlenmiş patatesleri katlı olacak şekilde, aralarına kremalı malzemeden koyarak kaba dizin ve rendelenmiş peynir ekleyin. En üst krema ekleyin.
- 3 BAKING  (FIRINDA PIŞİRME ) programını seçin ve 40 dakika pişirin.

- 300 g taze (veya dondurulmuş) mantar, küçük parçalar halinde doğranmış
- 300 g risotto pirinci
- 1 L sebze suyu
- 1 soğan, ince küp doğranmış
- 1 diş sarımsak, ince kıyılmış
- 50 g parmesan
- 50 g tereyağı
- 2 yemek kaşığı bitkisel yağ
- 2 tutam kekik
- Tuz
- İnce çekilmiş karabiber

## Yabani mantarlı risotto





- 1 Zeytinyağını kaba dökün. Soğan, sarımsak ve pirinç ekleyin. CRUST/FRY  (ÇITIR/KIZARTMA ) programını seçin ve 12 dakika pişmeye bırakın. Şarap ekleyin ve buharlaşana kadar bekleyin. Mantarları ve bulyonu ekleyin.
  - 2 PILAF/RISOTTO (PİLAV/RISOTTO) programını başlatın. Pişirme süresi sona erdikten sonra, risottoya tereyağı, tuz ve biber (tatlandırmak için) ekleyin.
  - 3 Servis etmeden önce üzerine parmesan peyniri ve kekikli çesni serpiştirin.
- Risotto için Arborio veya Carnaroli gibi küçük taneli pirinç kullanmanızı öneririz.**



- 4 yemek kaşığı yağ
- 4 bardak pirinç
- 7 bardak su

## Tahdig Pilavı



- 1 4 yemek kaşığı sıvı yağ, 4 bardak pirinç ve 7 bardak suyu kaba ekleyin.
- 2 CRUST/FRY  (ÇITIR/KIZARTMA ) programında 75 dakika pişirin.

**Bu tarifte çitir ve kızarmış bir Tahdig yapabilirsiniz.**



- 800 g dondurulmuş bezelye
- 150 g kuzu eti, küp doğranmış
- 1 beyaz soğan, doğranmış
- ½ ölçü sıvı yağ
- 20 g tereyağı
- Karabiber
- Tuz

## Kuzu etli bezelye



X 4



10 dk. + 10 dk.

- 1 Kuzu eti, soğan, tuz ve biberi kaba ekleyin. CRUST/FRY (ÇİTİR/KIZARTMA) programını seçin ve 10 dakika pişirin.
- 2 Bezelyeleri ekleyin. STEAM (BUHAR) programını seçin ve pişirme süresini 10 dakika olarak ayarlayın.
- 3 Pişirme süresinin sonunda, tereyağı ekleyin ve iyice karıştırın.

- 350 g pişmiş makarna
- 150 g dana kıyma
- 1 beyaz soğan, ince doğranmış
- 50 g rendelenmiş peynir
- 3 ölçü domates sosu
- Biraz zeytinyağı
- Taze kekik
- Karabiber
- Tuz

## Makarna bolonez



X 4



10 dk. + 15 dk.

- 1 Zeytinyağı, soğan, dana kıyma ve taze kekiği bir kaba ekleyin. Tuz ve karabiberle tatlandırın, CRUST/FRY (ÇİTİR/KIZARTMA) pişirme programını seçin ve arada bir karıştırarak 10 dakika pişirin.
- 2 Domates sosunu ekleyin ve karıştırın. Makarnayı ekleyin, karıştırın ve SOUP (ÇORBA) programını seçerek 10 ila 15 dakika pişirmeye bırakın.
- 3 Makarnayı rendelenmiş peynirler servis edin.



- 1 kg kemiksiz kuzu eti, 1 cm'lik küpler şeklinde doğranmış
- 2 orta boy soğan, ince dilimlenmiş
- 4 şalgam, soyulmuş ve doğranmış
- 4 havuç, soyulmuş ve doğranmış
- 2 yemek kaşığı bitkisel yağ
- ½ çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı karabiber
- 2 yemek kaşığı maydanoz, doğranmış
- 500 ml su

## Şalgamlı kuzu güveç



X 4





5 dk. + 1 saat 30

- 1 Yağı kaba dökün. Küp şeklinde doğranmış kuzu etini ekleyin. CRUST/FRY (ÇİTİR/KIZARTMA) programını seçin ve arada bir karıştırarak 5 dakika pişirin.
- 2 Tüm sebzeleri ekleyin ve üzerine su dökün. SOUP (ÇORBA) programını seçin ve pişirme süresini 1 saat 30 dakika olarak ayarlayın.
- 3 Tuz ve karabiberle tatlandırın. Servis etmeden önce maydanoz ekleyin.

## Hala Kebabı



X 4 55 dk.



- 1 Tüm malzemeleri karıştırın; yağ, tuz ve karabiber ekleyin
- 2 Hazırladığınız karışımı kaba alın.
- 3 STEAM  (BUHAR ) programını seçin ve 45 dakika pişirmeye bırakın.

- 250 g Kebap eti
- 1 tatlı biber, küp doğranmış
- 2 domates, küp doğranmış
- 1 soğan, doğranmış
- 1 kaşık yağ
- Karabiber
- Tuz

## Bademli tavuk



X 4 1 saat 10

- 1 Tüm malzemeleri kaba alın. STEAM  (BUHAR ) programını seçin ve pişirme süresini 1 saat 10 dakika olarak ayarlayın.
- 2 Sıcak servis edin.



- 2 tavuk fileto, doğranmış
- 200 g kavrulmuş badem, soyulmuş
- 1 kırmızı biber, küp doğranmış
- ¼ ölçü yağ
- 1 ölçü su
- 3 diş sarımsak, ince dilimlenmiş
- 2 soğan, doğranmış



## Ananaslı tavuk fileto



X 4 25 dk.

- 1 Ananas dilimlerini dörde bölün ve suyunu ayırın.
- 2 Ananas suyunu diğer malzemelerle karıştırın ve karışımı kaba alın. Tuz ve karabiberle tatlandırın.
- 3 CRUST/FRY  (ÇITIR/KIZARTMA ) programını seçin ve arada bir karıştırarak 20 ila 30 dakika pişirin.

- 500 g tavuk fileto, ince dilimlenmiş
- 350 g şurupta ananas dilimleri
- 1 soğan, ince dilimlenmiş
- ½ ölçü sıvı yağ
- ¼ ölçü tavuk suyu
- Karabiber
- Tuz





- 150 g taze midye, temizlenmiş
- 6 bütün karides
- 100 g bezelye
- 2 ölçü pirinç
- 1 yemek kaşığı tatlı paprika
- 5-6 tutam safran
- 3 ölçü sebze suyu
- Kırmızı biber
- Sıvı yağ
- Tuz



## Deniz mahsullü paella



X 4



10 dk. + OTOMATİK

- 1 Sıvı yağ, midye ve karidesleri kaba alın. CRUST/FRY  (KITIR/KIZARTMA  programını seçin ve 10 dakika pişirin.
- 2 Pirinç, safran, bezelye, kırmızı biber ve sebze suyunu ekleyin, ardından RICE/CEREALS (PİRİNÇ/TAHİL) programını başlatın. Program sonlanana kadar pişirmeye bırakın.

- 4 parça fener balığı
- 3 ölçü balık suyu
- Biberiye
- 1 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 soğan, ince dilimlenmiş
- 1 havuç, halka doğranmış
- ¼ ölçü su
- ¼ ölçü taze krema
- Karabiber
- Tuz



## Krema soslu fener balığı



X 4



45 dk.

- 1 Fener balığı hariç tüm malzemeleri kaba alın. STEAM  (BUHAR  programını seçin ve pişirme süresini 45 dakika olarak ayarlayın.
- 2 30 dakika sonra, baharatla tatlandırılmış balığı buhar sepetine alın ve sepeti kaba yerleştirin. Program sonlanana kadar pişirmeye bırakın.
- 3 Balığı sosla kaplayarak servis edin.



- 500 g dilimlenmiş somon
- 20 cl su
- Tuz
- Karabiber
- 1 limon
- 1 -marul yaprağı (Çeşni için)

### Üst sos için:

- 1 diş sarımsak, doğranmış
- 1 yemek kaşığı soya sosu
- 1 yemek kaşığı hoisin sosu
- 5 cl ketçap



## Pembe somon buğulama



X 4



20 dk.

- 1 Somon dilimleri üzerine limon sıkın, tuz ve karabiberle tatlandırın. Balığı buhar sepetine yerleştirin ve ardından sepeti çoklu pişiriciye koyun.
- 2 Kabı suyla doldurun.
- 3 STEAM  (BUHAR  programını seçin ve 20 dakika pişirin.
- 4 Üst sosun hazırlanması: Soya sosu, hoisin sosu, ketçap ve sarımsağı karıştırın. Somonu sosla kaplayın ve marul yaprağı üzerinde servis edin.

**Hoisin sosu yerine teriyaki sosu kullanabilirsiniz.**



- 150 g çikolata
- 100 g tereyağı
- 4 yumurta
- 80 g şeker
- 50 g un
- Tereyağıyla kaplanmış pişirme kağıdı

## Çikolatalı kek



X 4



45 dk.

- 1 Çikolata ve tereyağını tavada eritin.
- 2 Kapta yumurta ve şekeri çırpın. Erimiş çikolata ve tereyağını ekleyin, ardından unu da ekleyerek 2 dakika karıştırın.
- 3 Kabı yağlı pişirme kağıdıyla kaplayın. Karışımı dökün ve DESSERT (TATLI) programını ayarlayın. Programın sonuna kadar (45 dakika) pişirmeye bırakın.
- 4 Soğumasını bekleyin ve keki çıkarın. Dondurmayla servis edin.



- 125 g parçalanmış bisküvi
- 70 g yumuşak tereyağı
- 300 g krem peynir
- 1 limon yoğurt
- 1 ölçü şeker
- 1 yemek kaşığı un
- 1 limon kabuğu
- 3 yumurta
- 100 g yaban mersini reçeli
- Tereyağıyla kaplanmış pişirme kağıdı

## Yaban mersinli cheesecake



X 4



40 dk.

- 1 Kabı yağlı pişirme kağıdıyla kaplayın. Parçalanmış bisküvileri ve tereyağını karıştırarak macunumsu bir karışım elde edin. Karışımı kabin tabanına kaşıkla, eşit biçimde yayın.
- 2 Yumurtaların beyaz kısımlarını sert tepecikler oluşturana kadar bir kapta çırpın. Bir kenara ayırın.
- 3 Peynir, yumurta sarısı, yoğurt, şeker, yarım limon kabuğu ve unu başka bir kapta karıştırın. Yumurta beyazlarını da ekleyin ve karıştırın.
- 4 Karışımı kaba, bisküvi tabakasının üzerine dökün. DESSERT (TATLI) programını seçin ve pişirme süresini 40 dakika olarak ayarlayın.
- 5 Cheesecake soğuduğunda, çevirin ve yabanmersinli reçelle kaplayın.



- 175 g çikolata
- ½ L süt

## Çikolata kremalı tatlı



- 1 Sütü kaba dökün. CREAM/CHEESE (KREM/PEYNİR) programını seçin ve pişirme süresini 40 dakika olarak ayarlayın.
- 2 5 dakika sonra, çikolata parçalarını ekleyin. Pürüzsüz bir tabaka elde edene kadar karıştırın.
- 3 Damak tadınıza göre, gerekirse, daha fazla çikolata veya süt ekleyin.



- 80 cl süt, tam veya yarım yağlı
- 1 paket yoğurt yapmak için laktik starter kültür
- 2 ölçü su
- 2 çay kaşığı süt tozu

## Yoğurt



- 1 Süt, laktik starter kültürler, su ve süt tozunu kaba yerleştirin. Karıştırın.
- 2 YOGURT (YOĞURT) programını seçin ve 10 saat pişirmeye bırakın.
- 3 Pişirme süresinin sonunda, yoğurdu 2 saat buzdolabında bekletin.

**UHT süt kullanıyorsanız sütü kaynatmanıza gerek yoktur. Tam yağlı veya pastörize süt kullanıyorsanız kaynatıktan sonra oda sıcaklığında soğumaya bırakmanız gerekmektedir. Dondurularak kurutulmuş laktik starter kültürler de kullanabilirsiniz.**







• ۱۷۵ گرم شکلات پخت و پز  
• ۱/۲ لیتر شیر

## دسر خامه شکلات

۴ X  ۴۰ دقیقه

- ۱ شیر را در کاسه بریزید. برنامه CREAM CHEESE «خامه پنیر» را انتخاب کرده و زمان پخت را در ۴۰ دقیقه تنظیم کنید.
- ۲ پس از ۵ دقیقه، شکلات، شکسته شده به چند قطعه را اضافه کنید. آن را مخلوط کنید تا یک غلظت یکدست بدست آورید.
- ۳ در صورت لزوم، شکلات یا شیر بیشتر با توجه به سلیقه اضافه کنید.



• ۸۰۰ سانتی لیتر شیر، خالص یا نیم چرب  
• ۱ بسته کوچک استارتر لاکتیک  
• برای درست کردن ماست  
• ۲ پیمانه آب  
• ۲ قاشق چای خوری شیر خشک

## ماست

۴ X  ۱۰ ساعت

- ۱ شیر، استارتر لاکتیک، آب و شیر خشک را در ظرف قرار دهید. با هم مخلوط کنید.
  - ۲ برنامه YOGURT «ماست» را انتخاب کرده و بگذارید که پخت به مدت ۱۰ ساعت انجام شود.
  - ۳ در پایان زمان پخت و پز، ماست را به مدت ۲ ساعت در یخچال قرار دهید.
- اگر از شیر UHT استفاده می کنید، نیازی نیست که آنرا بجوشانید. اگر از شیر خالص یا پاستوریزه استفاده می کنید، شما باید آنرا جوشانده سپس بگذارید به دمای اتاق سرد شود. شما همچنین می توانید از استارتر لاکتیک یخ خشک استفاده کنید.

## کیک شکلاتی

۴ X  ۴۵ دقیقه 

- ۱۵۰ گرم شکلات پخت و پز
- ۱۰۰ گرم کره
- ۴ تخم مرغ
- ۸۰ گرم شکر
- ۵۰ گرم آرد
- کاغذ پخت چرب شده با کره



۱ شکلات و کره را در یک ماهی تابه آب کنید.

۲ تخم مرغ شکر را در یک کاسه بزنید. شکلات و کره آب شده، سپس آرد را اضافه کنید، و به مدت ۲ دقیقه مخلوط کنید.

۳ کاسه را در امتداد کاغذ چرب پخت قرار دهید. مخلوط را بریزید و برنامه DESSERT «دسر» را انتخاب کنید. بگذارید تا پایان برنامه (۴۵ دقیقه) پخته شود.

۴ بگذارید خنک شود سپس کیک را خارج کنید. با بستنی سرو کنید.

## کیک پنیر زغال اخته

۴ X  ۴۰ دقیقه 

- ۱۲۵ گرم بیسکویت خرد شده
- ۷۰ گرم کره نرم شده
- ۳۰۰ گرم خامه پنیر مالدینی
- ۱ ماست لیمو
- ۱ پیمانه شکر
- ۱ قاشق غذاخوری آرد
- تراشه پوست ۱ لیمو
- ۳ تخم مرغ
- ۱۰۰ گرم مربای زغال اخته
- کاغذ پخت چرب شده با کره



۱ بیسکویت خرد شده و کره را برای درست شدن خمیر یکدست مخلوط کنید. مخلوط را با قاشق به پایه کاسه بکشید، و یکدست پخش کنید.

۲ سفیده تخم مرغ را در یک کاسه هم بزنید تا زمانی که شکل نوک تیز و کشیده درست شود. به یک طرف تنظیم کنید.

۳ پنیر، زرده تخم مرغ، ماست، شکر، نصف تراشه پوست لیمو و آرد با هم در کاسه دیگری مخلوط کنید. سفیده تخم مرغ را افزوده و مخلوط کنید.

۴ مخلوط را در کاسه، بر روی ه بیسکویت بریزید. برنامه DESSERT «دسر» را انتخاب کنید و زمان پخت را در ۴۰ دقیقه تنظیم کنید.

۵ به محض خنک شدن کیک پنیر، آن را در بیرون قرار داده و با مربای زغال اخته بیوشانید.

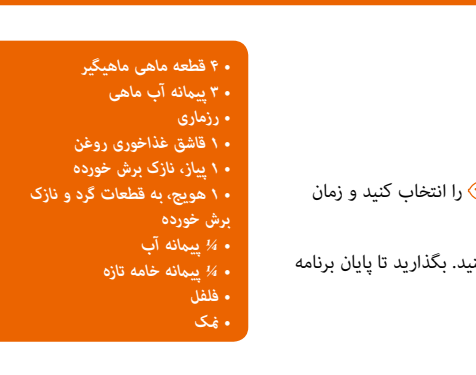


- ۱۵۰ گرم صدف تازه، پاک شده
- ۶ میگوی کامل
- ۱۰۰ گرم نخود فرنگی
- ۲ پیمانه برنج
- ۱ قاشق غذاخوری فلفل شیرین
- ۵-۶ رشته زعفران
- ۳ پیمانه آب سبزیجات
- فلفل چیلی
- روغن
- نمک

## خوراک دریائی اسپانیایی

۴ X  ۱۰ دقیقه + اتوماتیک 

- ۱ روغن، صدف و میگو را به کاسه اضافه کنید. برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن» را انتخاب کنید و به مدت ۱۰ دقیقه پخته شود.
- ۲ برنج، زعفران، نخود فرنگی، فلفل چیلی و آب سبزیجات اضافه کنید، سپس برنامه RICE/CEREALS «برنج/غلات» را شروع کنید. بگذارید تا پایان برنامه پخته شود.



## ماهی ماهیگیر در سس خامه

۴ X  ۴۵ دقیقه 

- ۱ تمام مواد به جز ماهی ماهیگیر را در کاسه قرار دهید، برنامه STEAM «بخار» را انتخاب کنید و زمان پخت و پز را به مدت ۴۵ دقیقه تنظیم کنید.
- ۲ پس از ۳۰ دقیقه، ماهی چاشنی زده را سبب بخار قرار داده و سبب را به کاسه اضافه کنید. بگذارید تا پایان برنامه پخته شود.
- ۳ ماهی پوشش داده شده را در سس سرو کنید.

- ۴ قطعه ماهی ماهیگیر
- ۳ پیمانه آب ماهی
- رزماری
- ۱ قاشق غذاخوری روغن
- ۱ پیاز، نازک برش خورده
- ۱ هویج، به قطعات گرد و نازک
- برش خورده
- ¼ پیمانه آب
- ¼ پیمانه خامه تازه
- فلفل
- نمک

## ماهی قزل آلائی بخارپز با یک لعاب صورتی

۴ X  ۲۰ دقیقه 

- ۱ لیمو را بر روی استیک سالمون فشار دهید و با نمک و فلفل چاشنی بزنید. ماهی را در سبب بخار بگذارید، سپس سبب را در چند خوراک پز قرار دهید.
  - ۲ کاسه را با آب پر کنید.
  - ۳ برنامه STEAM «بخار» را انتخاب کنید و به مدت ۲۰ دقیقه بپزید.
  - ۴ برای تهیه لعاب: سس سویا، سس هوی سین «hoisin sauce»، سس کچاپ «Ketchup» و سیر را با هم مخلوط کنید. سالمون را با لعاب بپوشانید و در یک برگ کاهو سرو کنید.
- شما می توانید از سس تری یکی به جای سس هوی سین استفاده کنید

- ۵۰۰ گرم استیک سالمون
- ۲۰ سانتی لیتر آب
- نمک
- فلفل
- ۱ لیمو
- ۱ برگ کاهو (برای چاشنی)
- برای لعاب:
- ۱ حبه سیر، خرد شده
- ۱ قاشق غذاخوری سس سویا
- ۱ قاشق غذاخوری سس هوی سین
- ۵ سانتی لیتر سس کچاپ




## کیاب هلا

۴ X  ۵۵ دقیقه 

۱ مواد را با هم مخلوط کنید، روغن، نمک و فلفل اضافه کنید.


۲ آماده سازی را در کاسه قرار دهید.

۳ برنامه STEAM «بخار»  را انتخاب کنید و بگذارید به مدت ۴۵ دقیقه پخته شود.

- ۲۵۰ گرم گوشت کیاب
- ۱ فلفل شیرین، برش خورده به شکل مکعب
- ۲ گوجه فرنگی، برش خورده به شکل مکعب
- ۱ پیاز، خرد شده
- ۱ قاشق روغن فلفل
- نمک

## مرغ با بادام

۴ X  ۱ ساعت و ۱۰ دقیقه 

۱ تمام مواد را در کاسه قرار دهید. برنامه STEAM «بخار»  را انتخاب کرده و زمان پخت و پز

را در ۱ ساعت و ۱۰ دقیقه تنظیم کنید.

۲ گرم سرو کنید.

- ۲۰ فیله مرغ، برش خورده به قطعات
- ۲۰۰ گرم بادام کیابی، پوست کنده
- ۱ فلفل قرمز، برش خورده به شکل مکعب
- ۱/۴ پیمانه روغن
- ۱ پیمانه آب
- ۳ حبه سیر، نازک برش خورده
- ۲ پیاز، خرد شده



## فیله مرغ با آناناس

۴ X  ۲۵ دقیقه 

۱ قطعات آناناس را در یک چهارم برش دهید و آب میوه را کنار بگذارید.

۲ آب میوه را با مواد دیگر مخلوط کنید و مخلوط را در کاسه بریزید. با نمک و فلفل چاشنی بزنید.

۳ برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن» را انتخاب کرده و به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه پخته شود، گهگاه هم بزنید.

- ۵۰۰ گرم فیله مرغ، نازک برش خورده
- ۳۵۰ گرم قطعات آناناس در شربت
- ۱ پیاز، نازک برش خورده
- ۱/۴ پیمانه روغن
- ۱/۴ پیمانه آب مرغ
- فلفل
- نمک



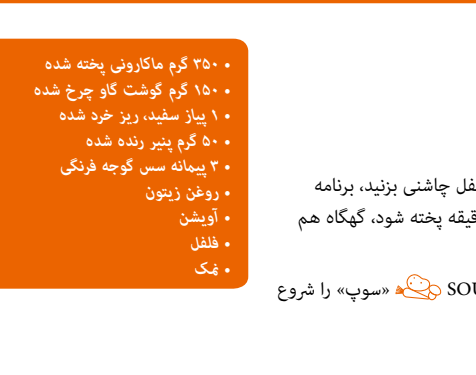


- ۸۰۰ گرم نخود فرنگی منجمد
- ۱۵۰ گرم گوشت بره، برش خورده
- به شکل مکعب
- ۱ پیاز سفید، خرد شده
- ۱/۲ پیمانه روغن
- ۲۰ گرم کره
- فلفل
- نمک

## نخود فرنگی با گوشت بره

۴× ۱۰ + ۱۰ دقیقه

- ۱ گوشت بره، پیاز، روغن، نمک و فلفل را در کاسه قرار دهید. برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن» را انتخاب کرده و به مدت ۱۰ دقیقه پخته شود.
- ۲ نخود فرنگی اضافه کنید. برنامه STEAM «بخار» را انتخاب کرده و زمان پخت و پز به مدت ۱۰ دقیقه را تنظیم کنید.
- ۳ در پایان زمان پخت و پز، کره اضافه نموده و به خوبی مخلوط کنید.



- ۳۵۰ گرم ماکارونی پخته شده
- ۱۵۰ گرم گوشت گاو چرخ شده
- ۱ پیاز سفید، ریز خرد شده
- ۵۰ گرم پنیر رنده شده
- ۳ پیمانه سس گوجه فرنگی
- روغن زیتون
- آویشن
- فلفل
- نمک

## ماکارونی بولوگنیز

۴× ۱۰ + ۱۵ دقیقه

- ۱ روغن زیتون، پیاز، گوشت گاو چرخ شده و آویشن را در کاسه قرار دهید. با نمک و فلفل چاشنی بزنید، برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن» را انتخاب کرده و بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه پخته شود، گهگاه هم بزنید.
- ۲ سس گوجه فرنگی اضافه کنید، هم بزنید. ماکارونی اضافه نموده، هم بزنید، برنامه SOUP «سوپ» را شروع کنید و بگذارید به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه پخته شود.
- ۳ پاستا را با پنیر رنده شده سرو کنید.



- ۱ کیلوگرم گوشت بره بدون استخوان
- ۲ پیاز متوسط، نازک برش خورده
- ۴ شلغم، پوست کنده و خرد شده
- ۴ هویج، پوست کنده و برش خورده به قطعات
- ۲ قاشق غذاخوری روغن نباتی
- ۱/۲ قاشق چای خوری نمک
- ۱/۲ قاشق چای خوری فلفل
- ۲ قاشق غذاخوری جعفری تازه، خرد شده
- ۵۰۰ میلی لیتر آب

## گوشت بره با خورش شلغم

۴× ۵ دقیقه + ۱ ساعت


- ۱ روغن را در کاسه بریزید. گوشت بره تکه شده را کنید. برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن» (\*\*\*\*) را انتخاب کرده و به مدت ۵ دقیقه پخته شود، گهگاه هم بزنید.
- ۲ سبزیجات و آرد را به آب اضافه کنید. برنامه SOUP «سوپ» را شروع و زمان پخت را در ۱ ساعت و ۳۰ دقیقه تنظیم کنید.
- ۳ با نمک و فلفل چاشنی بزنید. جعفری را قبل از سرو کردن اضافه کنید.

## گراتین سیب زمینی

۴ X  ۴۰ دقیقه 

۱ داخل کاسه را با کره چرب کنید.


۲ سیر، خامه، جوز، نمک و فلفل را با هم مخلوط کنید. سیب زمینی برش خورده را در چند لایه درون کاسه قرار داده و یک در میان با مخلوط خامه ای و پنیر زنده شده عوض کنید. با خامه پایان دهید.

۳ برنامه BAKING  «پخت» را انتخاب کرده و به مدت ۴۰ دقیقه پخته شود.

- ۱۰ قاشق غذاخوری کره
- ۵۰ گرم پنیر گرویر، ایدام یا پنیر سوئیسی
- ۱ حبه سیر، خرد شده
- ۳۰ سانتی لیتر خامه
- ۷-۸ سیب زمینی، پوست کنده و نازک برش خورده
- ¼ قاشق چای خوری جوز
- نمک
- فلفل سیاه



## قارچ وحشی ریساتو

۴ X  ۱۲ دقیقه + خودکار ۱ روغن زیتون را در کاسه قرار دهید. پیاز، سیر و برنج اضافه کنید. برنامه CRUST/FRY  را انتخاب کرده و به مدت ۱۲ دقیقه پخت پخته شود. در سرکه بریزید و صبر کنید تا زمانی که آن تبخیر شود. قارچ و آب را اضافه کنید.

۲ برنامه PILAF/RISOTTO «پلو/ریساتو» را شروع کنید. هنگامی که زمان پخت و پز پایان یابد، کره، نمک و فلفل (برای طعم) به ریساتو اضافه کنید.

۳ پامیزان بپاشید و با آویشن چاشنی بزنید قبل از آنکه سرو کنید.

توصیه می کنیم از برنج دانه کوتاه، مانند آرباریو یا کارنارولی، برای ریساتو استفاده شود



- ۳۰۰ گرم قارچ تازه (یا منجمد)، برش خورده به قطعات کوچک

- ۳۰۰ گرم برنج ریساتو
- ۱ لیتر آب سبزیجات
- ۱ پیاز، نازک برش خورده
- ۱ حبه سیر، ریز خرد شده
- ۵۰ گرم پامیزان
- ۵۰ گرم کره
- ۲ قاشق غذاخوری روغن نباتی
- ۲ شاخه آویشن
- نمک
- فلفل سیاه ریز خرد شده



- ۴ قاشق غذاخوری روغن
- ۴ پیمانه برنج
- ۷ پیمانه آب

## «تدیگ» برنج (Tadhig)

۴ X  ۷۵ دقیقه 

۱ ۴ قاشق غذاخوری روغن، ۴ پیمانه برنج ۷ پیمانه آب در کاسه قرار دهید.

۲ برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن»  را به مدت ۷۵ دقیقه شروع کنید. این دستور غذا ته دیگ ترد و قهوه ای ارائه می دهد.

## پوره هویج

۴X ۴۵ دقیقه 

۴\* نفر ۴۵ دقیقه

۱ یَقْشَرُ الجزر والبطاطس، وتُقَطَّع الى مكعبات.

۲ توضع جميع المكونات في الوعاء ويسكب فيه الماء. شغل برنامج طعام الأطفال BABY FOOD، واضبط وقت الطهي على ۴۵ دقيقة.

۳ عند انتهاء وقت الطهي، تُصْفَى الماء. يضاف الحليب والزبدة إلى الجزر والبطاطس وتُخَلط في مُحَضِّر الطعام، أو بواسطة خلاط اليد لمدة ۳ دقائق.

• ۸۰۰ جرام جزر، مقطعة إلى

مكعبات

• ۲ البطاطس، مقطعة إلى مكعبات

• ۸۰۰ مل من الماء

• ۱۰۰ مل حليب

• ۲۰ جرام من الزبدة

• ملح



• ۱/۲ فلفل سبز، باريك و كوچك برش

خورده

• ۱/۲ فلفل قرمز، باريك و كوچك برش

خورده

• ۱ كدو سبز، باريك و كوچك برش خورده

• لوبيا سبز، به قطعات برش خورده

• ۱/۲ پياز قرمز، نازك برش خورده

• ۱/۲ پياز سفيد، نازك برش خورده

• ۲۰ هويج، باريك و كوچك برش خورده

• ۲۰۰ گرم قارچ تازه دكمه ای، نازك برش

خورده

• روغن كنجد

• فمك



• ۴۰ سیب زمینی بزرگ، نازک برش

خورده

• ۱ پیاز، نازک برش خورده

• ۳۰۰ گرم قارچ، نازک برش خورده

• ۴ فاشق غذاخوری روغن نباتی

• فلفل قرمز چیلی، نازک برش

خورده


• سیر

• فمك

## هم زدن سرخ کردن سبزیجات

۴X ۱۲ دقیقه 

۱ روغن کنجد و تمام مواد دیگر را به کاسه اضافه کنید. با نمک و فلفل چاشنی بزنید.

۲ برنامه CRUST/FRY  «پوسته/سرخ کردن» را انتخاب کرده و به مدت ۱۲ دقیقه پخته شود، گهگاه هم بزنید.

۳ برنامه گرم نگه داشتن را برای چند دقیقه انتخاب کنید اگر شما می خواهید سبزیجات نرم تر شود.



## سیب زمینی سرخ کرده با قارچ

۴X ۲۰ دقیقه 


۱ روغن نباتی را در کاسه بریزید سپس مواد دیگر را اضافه کنید.

۲ برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن»  را انتخاب کرده و به مدت ۲۰ دقیقه پخته شود.



## سوپ عدس

۴ X  ۳۰ دقیقه 


- ۱ همه مواد را در کاسه قرار دهید. برنامه SOUP  «سوپ» را انتخاب کرده و زمان پخت و پز را در ۳۰ دقیقه تنظیم کنید.
- ۲ هنگامی که زمان پخت و پز پایان یابد، سوپ را برای به دست آوردن یک بافت صاف در یک کاسه مخلوط کنید.

- ۱۵۰ گرم عدس قرمز
- ۱ پیاز، نازک برش خورده
- ۱ حبه سیر، خرد شده
- ۱ قاشق غذاخوری پودر کاری
- ۱ قاشق چای خوری گشنیز
- ۹۰۰ میلی لیتر آب
- نمک
- فلفل



## املت سیب زمینی و کدو سبز

۴ X  ۳۰ + ۱۰ دقیقه 


- ۱ روغن، سیب زمینی و کدو سبز را به کاسه اضافه کنید.
- ۲ برنامه CRUST/FRY «پوسته / سرخ کردن»  را انتخاب کرده و بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه پخته شود. گهگاه هم بزنید.
- ۳ تخم مرغ ها را بزنید، کمی نمک اضافه کنید و بر روی سبزیجات بریزید. املت را با یک کفگیر در آغاز زمان پخت و پز هم بزنید. به مدت ۱۰ دقیقه به پخت ادامه دهید.
- ۴ هنگامی که املت پخته شد، با استفاده از دستکش کاسه را بردارید و املت را به یک بشقاب برگردانید.

- ۸۰ تخم مرغ
- ۴۰۰ گرم سیب زمینی، برش خورده به شکل مکعب
- ۲۰۰ گرم کدو سبز، برش خورده به شکل مکعب
- ۱/۲ پیمانه روغن
- نمک



## راتاتوی

۴ X  ۶۰ دقیقه 

- ۱ سبزیجات را به شکل مکعب برش داده و با روغن در کاسه قرار دهید.
  - ۲ برنامه STEW «خورش»  را انتخاب کرده و بگذارید به مدت ۶۰ دقیقه پخته شود.
  - ۳ در پایان زمان پخت، چاشنی را در صورت لزوم تنظیم کنید.
- زمان پخت و پز را به ۴۰ دقیقه کاهش دهید اگر شما سبزیجات را ترد ترجیح می دهید.

- ۱ فلفل قرمز
- ۱ فلفل سبز
- ۱ کدو سبز
- ۱/۲ بادمجان
- ۱ پیاز
- ۳ حبه سیر
- ۲ قاشق غذاخوری روغن زیتون
- ۱ سیب زمینی، پوست کنده
- ۳ گوجه فرنگی، پوست کنده
- گیاهان مخلوط
- فلفل
- نمک



## سالاد برنج


۴ X  اتوماتیک 

- ۱ برنج، آب و ۱ قاشق غذاخوری روغن را در کاسه قرار دهید. برنامه RICE/CEREALS « برنج/غلات » را انتخاب کنید.
- ۲ ذرت شیرین، گوجه فرنگی، فلفل قرمز، آوآدو و پیاز را در یک کاسه قرار دهید. وقتی پخت و پز برنج به پایان رسید، آن را با آب سرد شستشو دهید.
- ۳ برنج را با مواد دیگر مخلوط کنید و با نمک، فلفل، سرکه و باقیمانده روغن زیتون چاشنی بزنید.

- ۲۰ پیمانه برنج
- ۲ پیمانه آب
- ۳ قاشق غذاخوری روغن زیتون
- ۲ قاشق غذاخوری آب لیمو
- ۱۵۰ گرم ذرت شیرین کنسرو شده
- ۲۰۰ گرم گوجه فرنگی، بریده شده به شکل مکعب
- ۱۵۰ گرم فلفل قرمز، بریده شده به شکل مکعب
- ۱ آوآدو، بریده شده به شکل مکعب
- ۱ پیاز کوچک، خرد شده
- فلفل
- نمک

## آب سبزیجات

۴۰ دقیقه  ۴ X 

- ۱ تمام سبزیجات را در کاسه قرار دهید. تا حداکثر سطح با آب پر کنید، سپس کمی نمک، فلفل و روغن زیتون اضافه کنید.
- ۲ برنامه «سوپ»  SOUP را انتخاب کرده و تا پایان برنامه پخته شود (۴۰ دقیقه).
- ۳ بگذارید موجود باشد تا زمانی که مایع، حباب درست کردن را متوقف کند، سپس آب را از صافی رد کنید و به طرز مورد نظر استفاده نمایید.



- ۲ قسمت سفید تره فرنگی، برش خورده به شکل مکعب
- ۲ هویج، برش خورده به شکل مکعب
- ۱ پیاز، نازک برش خورده
- ۲ سیب زمینی، برش خورده به شکل مکعب
- روغن زیتون
- آب
- فلفل
- نمک

## فرنی جودوسر با تمشک و موز

۲۰ دقیقه  ۴ X 


- ۱ تکه های جودوسر و شیر را در چند خوراگ پز قرار دهید، سپس هم بزنید.
- ۲ برنامه فرنی را شروع کرده و به مدت ۲۰ دقیقه پخته شود.
- ۳ هنگامی که زمان پخت و پز پایان یابد، برش های تمشک و موز را اضافه کنید.

- ۱۵۰ گرم تکه های جودوسر
- ۵۰۰ میلی لیتر شیر
- ۱ موز، برش خورده
- ۱ مشت تمشک



## قطعات سبزیجات

۴ X  ۳۰ دقیقه 


- ۱ سیب زمینی و هویج را در کاسه قرار داده و با آب کاملاً بپوشانید.
- ۲ برنامه بخار STEAM  را انتخاب کرده و زمان پخت و پز را در ۳۰ دقیقه تنظیم کنید.
- ۳ پس از ۲۰ دقیقه، تخم مرغ را به سبب بخار اضافه کنید و بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه بپزد. هنگامی که برنامه پخت و پز پایان یابد، اجازه دهید غذا خنک شود.
- ۴ همه مواد را در یک کاسه دیگر مخلوط کنید و تخم مرغ ها را (پوست کنده و نصف شده) در بالاترین درجه قرار دهید.

- ۳۰ سیب زمینی، به قطعات به شکل مکعب برش خورده
- ۲۰ هویج، به قطعات به شکل مکعب برش خورده
- ۳ تخم مرغ
- ۱۰۰ گرم نخود فرنگی پخته شده
- ۲ قوطی تن ماهی در روغن
- ۲ قاشق غذاخوری سس مایونز
- پودر فلفل قرمز شیرین
- فلفل
- نمک



## سالاد اسفناج

۴ X  ۱۲ دقیقه 

- ۱ قطعات پیاز را در کاسه قرار دهید. برنامه CRUST/FRY «پوسته/سرخ کردن»  را انتخاب کرده و به مدت ۸ دقیقه پخته شود.
- ۲ آجیل کاج، به دنبال آن کشمش و اسفناج را بعد از ۱۰ دقیقه پخت و پز اضافه کنید. بپزید تا زمانی که اسفناج به نصف کاهش یابد (حدود ۲ دقیقه).
- ۳ مقدار کمی سرکه اضافه کنید. با نمک و فلفل چاشنی بزنید.

- ۳۰۰ گرم اسفناج تازه
- ۱ پیاز کوچک، خرد شده
- ¼ مقدار آجیل کاج
- ¼ مقدار کشمش
- ۲ قاشق غذاخوری آب لیمو
- فلفل
- نمک





## پیش غذا

- قطعات سبزیجات
- 154 سالاد اسفناج
- 155 سالاد برنج
- 155 آب سبزیجات
- 155 فرنی جودوسر با تمشک و موز



## پرس های اصلی

- 153 سوپ عدس
- 153 املت سیب زمینی و کدو سبز
- 153 راتاتوی
- 152 پوره هویج
- 152 هم زدن سرخ کردن سبزیجات
- 152 سیب زمینی سرخ کرده با قارچ
- 151 گراتین سیب زمینی
- 151 قارچ وحشی ریسانو
- 151 «تدیگ» برنج (Tadhig)
- 150 نخود فرنگی با گوشت بره
- 150 ماکارونی بولوکنیز
- 150 گوشت بره با خورش شلغم
- 149 کباب هلا
- 149 مرغ با بادام
- 149 فیله مرغ با آناناس
- 148 خوراک دریایی اسپانیایی
- 148 ماهی ماهیگیر در سس خامه
- 148 ماهی قزل آلی بخارپز با یک لعاب صورتی



## انواع دسر

- 147 کیک شکلاتی
- 147 کیک پنیر زغال اخته
- 146 دسر خامه شکلات
- 146 ماست



## حلى الشوكولاته بالكريمة

٤٠ دقيقة

٤ X

- ١ يسكب الحليب في وعاء. اختر برنامج الجبنه CREAM/CHEESE واضبطن وقت الطهي إلى ٤٠ دقيقة.
- ٢ بعد ٥ دقائق، تُضاف الشوكولاته، مُقطعة الى قطع صغيرة. تُخلط للحصول على الاتساق على نحو سلس.
- ٣ إذا لزم الأمر، يُضاف المزيد من الشوكولاته أو الحليب حسب الذوق.



٨٠٠ سل حليب، كامل الدسم أو نصف دسم  
١٠ مغلف من خميرة اللاكتيك لصنع اللبن  
٢٠ مقدار من الماء  
٢٠ ملعقة صغيرة من مسحوق الحليب

## اللبن الزبادي


١٠ دقائق

٤ X

- ١ يوضع الحليب، خميرة اللاكتيك، الماء، والحليب المجفف في الوعاء. تُمزج معا.
  - ٢ اختر برنامج اللبن YOGURT ويترك ليظهر لمدة ١٠ ساعات.
  - ٣ وفي نهاية وقت الطهي، يوضع اللبن في التلاجة لمدة ٢ ساعة.
- إذا كنت تستخدم الحليب المعقم، فلا حاجة لغلبيه. إذا كنت تستخدم الحليب الكامل الدسم أو المبستر، يجب أن تغليه ثم يُترك ليبرد ليصل إلى درجة حرارة الغرفة. يمكنك أيضا استخدام الثقافات بداية اللاكتيك تجميد المجفف.



## كعكة الشوكولاتة

٤٥ دقيقة 

٤ X 

- ١٥٠ جرام من شوكولاتة الطبخ
- ١٠٠ جرام زبدة
- ٤ بيضات
- ٨٠ جرام من السكر
- ٥٠ جرام طحين
- ورقة الخبز مدهون بالزبدة


١ تذوب الشوكولا والزبدة في مقلاة.

٢ يُخفق البيض والسكر في وعاء. تُضاف الشوكولاتة المذوبة والزبدة، ثم الطحين، وتُخلط لمدة ٢ دقيقة.

٣ يُطَبَّن الوعاء بورقة الخبز مدهونة بالزبدة. يُسكب الخليط في الوعاء. اختر برنامج الحلوى DESSERT. تُترك للطهي حتى نهاية البرنامج (٤٥ دقيقة).

٤ تُترك الكعكة لتبرد ثم تُقلب. يقدم هذا الطبق مع الآيس كريم.

## فطيرة الجبنة بالتوت

٤٠ دقيقة 

٤ X 

- ١٢٥ جرام من البسكويت المسحوق
- ٧٠ جرام زبدة خفيفة
- ٣٠٠ جرام جبنة للدهن
- ١ زبادي بالليمون
- ١ مقدار من السكر
- ١ ملعقة كبيرة من الطحين
- قشر ليمونة واحدة
- ٣ بيضات
- ١٠٠ جرام مربى التوت
- ورقة الخبز مدهون بالزبدة

١ يُطَبَّن الوعاء بورقة الخبز مدهونة بالزبدة. يُمزج البسكويت المسحوق بالزبدة لتشكيل عجينة مُتجانسة. يُسبب الخليط بواسطة الملعقة على قاعدة الوعاء، ويُوزع بالتساوي.

٢ يُخفق بياض البيض في وعاء حتى تتشكل منه قمم جامدة. توضع جانباً.


٣ يُخلط الجبن، صفار البيض، اللبن، السكر، نصف قشر الليمون، والطحين في وعاء آخر. يُضاف بياض البيض وتخلط.

٤ يُسكب الخليط في الوعاء، فوق قاعدة البسكويت. اختر برنامج الحلوى DESSERT. تُترك للطهي حتى نهاية البرنامج حوالي ٤٠ دقيقة.

٥ بمجرد أن تبرد فطيرة الجبنة، تُقلب وتُغلف بمربى توت.

## المأكولات البحرية بايلا

٤ X  ١٠ دقائق + أوتوماتيك 


- ١ يُضاف الزيت، بلح البحر والجمبري إلى الوعاء. اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY  وتترك للطهي لمدة ١٠ دقائق.
- ٢ يضاف الأرز، الزعفران، البازلاء، الفلفل الحار ومرقة الخضار، ثم يُشغّل برنامج الأرز / الحبوب RICE/CEREALS. تترك للطهي حتى نهاية البرنامج.

- ١٥٠ جرام بلح البحر الطازج، نظيفة
- ٦٠ جمبري كاملة
- ١٠٠ جرام من البازلاء
- ٢٠ مقدارين من الأرز
- ١ ملعقة كبيرة فلفل أحمر حلو
- ٦-٥ خيوط من الزعفران
- ٣ مقادير من مرقة الخضار
- فلفل حار
- زيت
- ملح



## سمك الراهب بصلصة الكريما

٤ X  ٤٥ دقيقة 


- ١ توضع جميع المكونات في الوعاء، باستثناء سمك الراهب. اختر برنامج البخار STEAM  واضبط وقت الطهي على SOUP ٤٥ دقيقة.
- ٢ بعد ٣٠ دقيقة، يوضع السمك المُتبّل في سلة البخار، وتوضع السلة في الوعاء. تُترك للطهي حتى نهاية البرنامج.
- ٣ يُقدّم السمك مُغلّفًا بالصلصة.

- ٤ قطع من سمك الراهب
- ٣ مقادير من مرقة السمك
- اكليل الجبل
- ١ ملعقة كبيرة من الزيت
- ١ بصلة، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ١ جزرة، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ¼ مقدار من الماء
- ¼ مقدار من القشدة الطازجة
- فلفل
- ملح



## سمك السلمون على البخار مع الصلصة الوردية

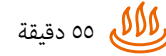
٤ X  ٢٠ دقيقة 

- ١ يُعصر الليمون على شرائح سمك السلمون وتُتبّل الشرائح بالملح والفلفل. توضع شرائح السمك في سلة البخار، ثم توضع السلة في مُحضّر الطعام المتعدد الوظائف.
- ٢ يُملأ الوعاء بالماء.
- ٣ اختر برنامج البخار STEAM  وتُطهى لمدة ٢٠ دقيقة.
- ٤ لإعداد الصلصة الوردية: تمزج صلصة الصويا، صلصة هويسين، صلصة الطماطم والثوم. يُغلّف السلمون بالصلصة ويُقدّم في ورقة الخس.

- ٥٠٠ جرام من شرائح سمك السلمون
- ٢٠ سل ماء
- ملح
- فلفل
- ليمونة
- ١ ورقة خس (للتزيين)
- للصلصة الوردية:
- ١ فص ثوم، مقطعة
- ١ ملعقة كبيرة صلصة الصويا
- ١ ملعقة كبيرة من صلصة هويسين
- ٥ سل كاتشب

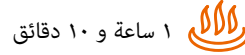


## كباب هلا



- ١ تُخلط المكونات كلها مع بعض، يُضاف الزيت والملح والفلفل.
- ٢ يوضع التحضير في الوعاء.
- ٣ اختر برنامج البخار STEAM واترك التحضير ليطهى لمدة ٤٥ دقيقة.

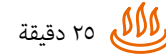
## الدجاج مع اللوز



- ١ توضع جميع المكونات في الوعاء. اختر برنامج البخار STEAM واضبط وقت الطهي على ١ ساعة و ١٠ دقائق.
- ٢ تقدم ساخنة.



## فيليه الدجاج مع الأناناس



- ١ تُقطع شرائح الأناناس إلى أرباع ويُحتفظ بالعصير جانبا.
- ٢ يُخلط العصير مع المكونات الأخرى، ويُسكب الخليط في الوعاء. يُتبّل بالملح والفلفل.
- ٣ اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY وتترك للطهي لمدة ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة، تُقلّب من حين لآخر.

- ٥٠٠ جرام من فيليه الدجاج،
- مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٣٥٠ جرام من شرائح الأناناس بالشراب
- ١ بصلة، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ١/٢ مقدار من الزيت
- ١/٤ مقدار من مرقة الدجاج
- فلفل
- ملح


- ٢٥٠ جرام لحم كباب
- ١ قليفة حلوة، مُقطعة إلى مكعبات
- ٢ طماطم، مُقطعة إلى مكعبات
- ١ بصلة، مفرومة
- ١ ملعقة من الزيت
- فلفل
- ملح

- ٢ فيليه دجاج، مقطعة إلى قطع
- ٢٠٠ جرام من اللوز المشوي، مقشر
- ١ فلفل أحمر، مُقطع إلى مكعبات
- ١/٤ مقدار من الزيت
- ١ مقدار من الماء
- ٣ فصوص من الثوم، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٢ بصلتان، مفرومتان





## البازلاء بلحم الضأن


٤ X 10 دقائق + 10 دقائق 

- 1 توضع لحمة الضأن والبصل والزيت والملح والفلفل في الوعاء. اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY وتترك للطهي لمدة 10 دقائق.
- 2 تضاف البازلاء. اختر برنامج البخار STEAM واضبط وقت الطهي على 10 دقائق.
- 3 عند انتهاء وقت الطهي، تُضاف الزبدة وتخلط جيدا.

- ٨٠٠ جرام من البازلاء المثلجة
- ١٥٠ جرام لحم ضأن، مقطعة إلى مكعبات
- ١ بصلة بيضاء، مفرومة
- 1/2 مقدار من الزيت
- ٢٠ جرام من الزبدة
- فلفل
- ملح



## معكرونة بولوغنيز


٤ X 10 دقائق + 10 دقيقة 

- 1 يوضع زيت الزيتون، البصل، لحم البقر المفروم والزعر في الوعاء. تُتبّل بالملح والفلفل، اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY وتترك للطهي لمدة 10 دقائق، تُقلّب من حين لآخر.
- 2 تضاف صلصة الطماطم، تُقلّب. تُضاف المعكرونة، تُمزج، يُبدأ تشغيل البرنامج المعكرونة SOUP وتترك لتطهى لمدة 10 إلى 15 دقيقة.
- 3 تُقدّم المعكرونة مع الجبنة المبشورة.

- ٣٥٠ جرام من المعكرونة المطبوخة
- ١٥٠ جرام لحم بقر مفروم
- ١ بصلة بيضاء، مفرومة فرما ناعما
- ٥٠ جرام من الجبنة المبشورة
- ٣ مقادير من صلصة الطماطم
- رشّة من زيت الزيتون
- أعشاب أوريجانو
- فلفل
- ملح



## يخنة اللفت بلحم الضأن

٤ X 5 دقائق + 1 ساعة و 30 دقيقة 

- 1 يُسكب الزيت في الوعاء. تُضاف مكعبات لحمة الضأن. اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY وتترك للطهي لمدة 5 دقائق، تُقلّب من حين لآخر.
- 2 تُضاف جميع الخضروات وتُسكب عليها الماء. يُبدأ بتشغيل برنامج الشوربة SOUP واضبط وقت الطهي على 1 ساعة و 30 دقيقة.
- 3 تُتبّل بالملح والفلفل. يُضاف البقدونس قبل التقديم.

- 1 كلج من لحم الضأن الخالية من العظم، مقطعة إلى مكعبات 1 سم
- ٢٠ بصلتان متوسطتان في الحجم، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٤ لفت، مقشرة ومفرومة
- ٤ جزر، مقشر ومقطع إلى قطع
- ٢ ملعقة كبيرة من الزيت النباتي
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفلفل
- ٢ ملعقة كبيرة من البقدونس الطازج، المفروم
- ٥٠٠ مل من الماء





- ١ ملعقة كبيرة من الزبدة
- ٥٠ جرام من جبنة الجروير
- المبشورة، جبنة إدام أو جبنة سويسرية
- ١ فص من الثوم، مفروم
- ٣٠ سل كريمة
- ٨-٧ بطاطس، مقشرة ومقطعة الى شرائح رقيقة
- ¼ ملعقة صغيرة من جوزة الطيب
- ملح
- فلفل أسود

## غراتان البطاطس

٤٠ دقيقة



٤ X

- ١ يُدهن الجانب الداخلي من الوعاء بالزبدة.
- ٢ يُمزج الثوم، الكريمة، جوزة الطيب، الملح والفلفل. تُرتب شرائح البطاطس في طبقات مع مزيج القشدة والجبن المبشور. انتهاء بالكريمة.
- ٣ اختر برنامج الخبز BAKING وتُطهى لمدة ٤٠ دقيقة.

- ٣٠٠ جرام من الفطر الطازج (أو المنثج)، ومقطع إلى قطع صغيرة
- ٣٠٠ جرام من أرز ريزوتو
- ١ لتر من مرقة الخضار
- ١ بصلة، مفرومة فرما ناعما
- ١ فص من الثوم، مفروم فرما ناعما
- ٥٠ جرام من جبنة البارميزان
- ٥٠ جرام زبدة
- ٢ ملعقة كبيرة من الزيت النباتي
- ٢ من أغصان الزعتر
- ملح
- فلفل أسود مطحون ناعما

## ريزوتو الفطر البري

١٢ دقيقة + أوتوماتيك ٤ X

- ١ يُسكب زيت الزيتون في الوعاء. يضاف البصل والثوم والأرز. اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY وتترك لتطهى لمدة ١٢ دقيقة. يُضاف الفطر والمرقة.
  - ٢ إبدأ بتشغيل برنامج ارز بيلاف/ريزوتو PILAF/RISOTTO. بمجرد أن ينتهي وقت الطهي، تُضاف الزبدة والملح والفلفل (حسب الذوق).
  - ٣ تُرش البارميزان وتُزيّن بالزعتر قبل التقديم.
- نوصي باستخدام حبوب الأرز القصير، مثل أربوريو أو كارنارولي



- ٤ ملاعق كبيرة من الزيت
- ٤ أكواب من الأرز
- ٧ أكواب من الماء

## أرز «تديغ» Tadhig


٧٥ دقيقة



٤ X

- ١ يُسكب ٤ ملاعق كبيرة من الزيت، ٤ أكواب من الأرز، ٧ أكواب من الماء في الوعاء.
- ٢ إبدأ بتشغيل برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY لمدة ٧٥ دقيقة. تُطهى هذه الوصفة أرز بني مقرمش «تهديك».

## بيوريه الجزر

٤ X ٤٥ دقيقة 

١ يُقشّر الجزر والبطاطس، وتُقطع إلى مكعبات.

٢ توضع جميع المكونات في الوعاء ويسكب فيه الماء. يُشغّل برنامج طعام الأطفال BABY FOOD. ويُضبط وقت الطهي على ٤٥ دقيقة.

٣ عند انتهاء وقت الطهي، تُصفى الماء. يضاف الحليب والزبدة إلى الجزر والبطاطس وتُخلط في مُحضّر الطعام، أو بواسطة خلاط اليد لمدة ٣ دقائق.

- ٨٠٠ جرام جزر، مقطعة إلى مكعبات
- ٢ البطاطس، مقطعة إلى مكعبات
- ٨٠٠ مل من الماء
- ١٠٠ مل حليب
- ٣٠ جرام من الزبدة
- ملح



## خضار مقلية

٤ X ١٢ دقيقة 


١ يُضاف زيت السمسم إلى جميع المكونات الأخرى في الوعاء. تُتبّل بالملح والفلفل. اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY واترك المكونات لتطهى لمدة ١٢ دقيقة. تُقلّب من حين لآخر.

٣ اختر برنامج الحفاظ على الطعام ساخناً WARM KEEP لبضع دقائق إذا كنت ترغب أن تكون الخضروات أكثر ليونة.

- ١/٢ فلفل أخضر، مقطعة بالطول
- ١/٢ فلفل أحمر، مقطعة بالطول
- ١ كوسى، مقطعة بالطول
- لوبياء خضراء، مقطعة
- ١/٢ بصلة حمراء، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ١/٢ بصلة بيضاء، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٣ جزر، مقطعة بالطول
- ٣٠٠ جرام من الفطر الطازج، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- زيت السمسم
- ملح



## بطاطس مقلية مع الفطر

٤ X ٢٠ دقيقة 

١ يُسكب الزيت النباتي في الوعاء ثم تُضاف جميع المكونات الأخرى.

٢ اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY وتُطهى لمدة ٢٠ دقيقة.

- ٤ بطاطس كبيرة، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ١ بصلة، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٣٠٠ جرام من الفطر، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٤ ملاعق كبيرة من الزيت النباتي
- فلفل حار أحمر، مقطع إلى شرائح رقيقة
- ثوم
- ملح



## شوربة العدس

٤ X 

٣٠ دقيقة 


- ١ توضع جميع المكونات في الوعاء. اختر برنامج الشوربة SOUP واضبط وقت الطهي على ٣٠ دقيقة.
- ٢ عندما ينتهي وقت الطهي، تُمزج الشوربة في وعاء للحصول على مزيج ناعم.

- ١٥٠ جرام عدس أحمر
- ١ بصلة، مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ١ فص من الثوم، مفروم
- ١ ملعقة كبيرة من مسحوق الكاري
- ١ ملعقة صغيرة من الكزبرة
- ٩٠٠ مل من الماء
- فلفل
- ملح



## أومليت البطاطس بالكوسى

٤ X 

٣٠ + ١٠ دقائق 

- ١ يُسكب الزيت وتوضع البطاطس والكوسى في وعاء.
- ٢ اختر برنامج القلي/التحميص CRUST/FRY واضبط وقت الطهي لمدة ٣٠ دقيقة. تُقلّب من حين لآخر.
- ٣ يُخفق البيض، ويُضاف اليه القليل من الملح ويُسكب فوق الخضار. تُحرّك الأومليت بواسطة المعلقة في المرحلة الأولى للطهي. واصل الطهي لمدة ١٠ دقائق.
- ٤ مُجرّد أن تتجشج الأومليت، ارفع الوعاء باستخدام قفازات الفرن واقبلب الأومليت على طبق آخر.



• ٨ بيضات

• ٤٠٠ جرام من البطاطس، مقطعة إلى

مكعبات

• ٢٠٠ جرام من الكوسى، مقطعة إلى

مكعبات

• ½ مقدار من الزيت

• ملح



• ١ فلفل أحمر

• ١ فلفل أخضر

• ١ كوسى

• ½ باذنجانة

• ١ بصلة

• ٣ فصوص من الثوم

• ٢ ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

• ١ بطاطس، مقشرة

• ٣ الطماطم، مقشرة


• تشكيلة من الأعشاب

• فلفل

• ملح


## راتاتوي

٤ X 

٦٠ دقيقة 

- ١ تُقطع الخضروات الى مكعبات وتوضع في وعاء مع الزيت.
- ٢ اختر برنامج الطهي البطيء STEW واضبط وقت الطهي لمدة ٦٠ دقيقة.
- ٣ عند انتهاء وقت الطهي، تُضبط التوابل إذا لزم الأمر.
- خفف وقت الطهي إلى ٤٠ دقيقة إذا كنت تفضل الخضراوات مقرمشة

## سلطة الأرز


٤ X طهي أوتوماتيكي 

- ١ يوضع الأرز والماء و ملعقة واحدة كبيرة من الزيت في وعاء. اختر برنامج الأرز / الحبوب RICE/CEREALS.
- ٢ توضع الذرة الحلوة، الطماطم، الفلفل الأحمر، الأفوكادو والبصل في وعاء. عندما ينتهي طهي الأرز، يُغسل بالماء البارد.
- ٣ يخلط الأرز مع بقية المكونات ويُتبّل بالملح والفلفل والخل و ما تبقى من زيت الزيتون.

- ٢٠ مقدار من الأرز
- ٢٠ مقدار من الماء
- ٣ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- ٢ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- ١٥٠ جرام من الذرة الحلوة المعلبة
- ٢٠٠ جرام من الطماطم، مُقطعة إلى مكعبات
- ١٥٠ جرام من الفلفل الأحمر، مقطّعاً إلى مكعبات
- ١ أفوكادو، مُقطعة إلى مكعبات
- ١ بصلة صغيرة، مفرومة
- فلفل
- ملح

## مرقة الخضار


٤ X ٤٠ دقيقة 

- ١ توضع جميع الخضروات في الوعاء. مُملأ الوعاء بالماء لغاية علامة الحد الأقصى، ثم يضاف قليل من الملح، وبعض الفلفل ورشة من زيت الزيتون.
- ٢ اختر برنامج الشوربة SOUP  وتابع الطهي حتى نهاية البرنامج (٤٠ دقيقة).
- ٣ يُترك السائل إلى أن يتوقف عن الغليان، ثم يُصْفَى ويستعمل كما تريد.



- ٢ كراث أبيض، مقطّع إلى مكعبات
- ٢ جزر، مقطّع إلى مكعبات
- ١ بصلة، مقطّعة إلى شرائح رقيقة
- ٢ بطاطس، مقطّعة إلى مكعبات
- زيت زيتون
- ماء
- فلفل
- ملح

## عصيدة الشوفان مع التوت والموز

٤ X ٢٠ دقيقة 

- ١ توضع رقائق الشوفان والحليب في مُحضّر الطعام المتعدد الوظائف، ثم تُقلّب.
- ٢ يُشغّل برنامج العصيدة PORRIDGE وتُطهى المكونات لمدة ٢٠ دقيقة.
- ٣ عندما ينتهي وقت الطهي، يُضاف التوت وتُضاف شرائح الموز.

- ١٥٠ جرام من رقائق الشوفان
- ٦٠٠ مل حليب
- ١ موزة، مقطّعة إلى شرائح
- ١ حفنة من التوت





- ٣٠ بطاطس، مُقطعة الى مكعبات
- ٢ جزر، مُقطعة الى مكعبات
- ٣ بيضات
- ١٠٠ جرام من البازلاء المطبوخة
- ٢ علبة تونة بالزيت
- ٢ ملعقة كبيرة مايونيز
- مسحوق الفلفل الأحمر الحلو
- فلفل
- ملح

## خُضار مُشكلة مُقطعة الى مكعبات

٣٠ دقيقة

٤ X

- ١ توضع البطاطس والجزر في وعاء وتُغطى بالماء.
- ٢ اختر برنامج STEAM واضبط وقت الطهي على ٣٠ دقيقة.
- ٣ بعد ٢٠ دقيقة، يُضاف البيض الى سلة البخار وتترك للطهي لمدة ١٠ دقائق. بمجرد أن ينتهي برنامج الطهي، يُترك الطعام لكي يبرد.
- ٤ تخلط جميع المكونات في وعاء مفصل، ويوضع البيض في الأعلى (مقشر ومُقطع الى أنصاف).



- ٣٠٠ جرام من السبانخ الطازجة
- ١ بصلة صغيرة، مفرومة
- ¼ مقدار من الصنوبر والجوز
- ¼ مقدار من الزبيب
- ٢ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- فلفل
- ملح

## سلطة السبانخ

١٢ دقيقة

٤ X

- ١ توضع قطع البصل في وعاء. اختر برنامج CRUST/FRY وتطهى لمدة ٨ دقائق.
- ٢ يُضاف الصنوبر، يليه الزبيب والسبانخ بعد ١٠ دقائق من مدة الطهي. تُطهى إلى أن ينخفض حجم السبانخ الى النصف (دقيقتان تقريباً)
- ٣ يُضاف القليل من الخل. تُتبّل بالملح والفلفل.

## المقبلات

- 167 خُضار مُشكلة مُقطعة الى مكعبات  
167 سلطة السبانخ  
165 سلطة الأرز  
165 مرقة الخُضار  
165 عصيدة الشوفان مع التوت والموز



## الأطباق الرئيسية

- 164 شوربة العدس  
164 أومليت البطاطس بالكوسى  
164 راتاتوي  
163 بيوريه الجزر  
163 خُضار مقليه  
163 بطاطس مقليه مع الفطر  
162 غراتان البطاطس  
162 ريزوتو الفطر البري  
162 أرز «تديغ» Tadhig  
161 البازلاء بلحم الضأن  
161 معكرونة بولوغنيز  
161 يخنة اللفت بلحم الضأن  
160 كباب هلا  
160 الدجاج مع اللوز  
160 فيليه الدجاج مع الأناناس  
159 المأكولات البحرية بأثيلا  
159 سمك الراهب بصلصة الكريما  
159 سمك السلمون على البخار مع الصلصة الوردية



## الحلويات

- 158 كعكة الشوكولاتة  
158 فطيرة الجبنه بالتوت  
157 حلوى الشوكولاته بالكريما  
157 اللبن الزبادي



# Tefal®

156

FA

167

AR