

# rotex

комфортна техніка для тебе



ПЕРШІ СТРАВИ



СТРАВИ З М'ЯСА



СТРАВИ З РИБИ



СТРАВИ З ОВОЧІВ  
ТА ГРИБІВ



ВАРЕННЯ



ВИПІЧКА  
ТА ДЕСЕРТ



**120** КНИГА  
рецептів

ЕЛЕКТРИЧНА  
МУЛЬТИВАРКА

RMC401-B  
*Smart Cooking*

1. Борщ	4	31. Буженина тушена	34
2. Розсольник	5	32. Рагу овочеве з яловичиною	35
3. Гороховий суп	6	33. Свиняча рулька	36
4. Сирний суп	7	34. Свинячі реберця, тушковані з квасолею	37
5. Овочевий суп	8	35. Телятина, тушкована з печерицями	38
6. Суп з фрикадельками	9	36. Курка, тушкована з беконом і солодким перцем	39
7. Суп грибний	10	37. Печеня з печінки	40
8. Суп із цибулі	11	38. Їжачки	41
9. Суп з домашньою локшиною	12	39. Індичка з кабачками	42
10. Солянка м'ясна	13	40. Корейка свиняча в червоному вині	43
11. Суп з квашеної капусти	14	41. Рулет з курячої грудки з чорносливом	44
12. Рибна юшка	15	42. Морський окунь з грибами	45
13. Суп-пюре з печериць	16	43. Лосось, запечений з сиром	46
14. Смажені курячі крильця під соусом	17	44. Форель, запечена з лимоном	47
15. Горох	18	45. Курячі крильця у фритюрі	48
16. Плов з морепродуктами	19	46. Курячі гомілки барбекю	49
17. Плов овочевий	20	47. Свинина з квасолею	50
18. Голубці	21	48. Курка з рисом	51
19. Телятина з вишуканими травами	22	49. Яловичина копчена	52
20. Курка в лимонному маринаді	23	50. Форель копчена	53
21. Смажені креветки	24	51. Буженина	54
22. М'ясо по-французьки	25	52. Тефтелі з рисом	55
23. Медово-часникові крильця	26	53. Гречка з печерицями	56
24. Перець фарширований	27	54. Рис по-прованськи з печерицями	57
25. Свинина з гречкою	28	55. Рис з зеленню	58
26. Яловичина з чорносливом	29	56. Рис з карі та овочами	59
27. Яловичина з розмарином і петрушкою	30	57. Рис з кальмарами	60
28. Баранина, тушкована в помідорах	31	58. Крем-пюре зі шпинату	61
29. Лопатка по-кавказьки	32	59. Смажена картопля з солодким перцем	62
30. Кролик в гірчичному соусі	33	60. Омлет	63

61. Деруни	64	91. Вівсяна каша	94
62. Риба в майонезі	65	92. Гарбуз на парі	95
63. Картопля в соусі з помідорів	66	93. Білий хліб на воді	96
64. Овочеве рагу	67	94. Дріжджове тісто	97
65. Картопля фрі	68	95. Хліб без замішування	98
66. Червона квасоля, тушкована з солодким перцем	69	96. Смажені банани з медом	99
67. Морква в медовому соусі	70	97. Грушевий десерт	100
68. Овочеве пюре	71	98. Варення з лісових ягід	101
69. Різотто з овочами	72	99. Варення з полуниці (смородини)	102
70. Картопля з сиром і стручковою квасолею	73	100. Сирна запіканка	103
71. Вареники з сиром	74	101. Яблука, запечені з медом	104
72. Вареники з вишнями	75	102. Лимонна шарлотка	105
73. Холодець	76	103. Фондю шоколадне	106
74. Заливне з риби	77	104. Яблучний пиріг	107
75. Парові котлети	78	105. Кекс медовий	108
76. Риба на парі	79	106. Бісквіт	109
77. Овочі по-селянськи на парі	80	107. Манник	110
78. Паштет з баклажанів	81	108. Сирно-морквяна запіканка	111
79. Смажені баклажани з часником	82	109. Запечені яблука	112
80. Лечо	83	110. Вершковий йогурт	113
81. Аджика	84	111. Йогурт полуничний	114
82. Печериці, фаршировані овочами і шинкою	85	112. Пунш лимонний	115
83. Броколі з лимоном і часником	86	113. Ананасовий пиріг	116
84. Сьомга на парі	87	114. Компот із сухофруктів	117
85. Фондю сирне	88	115. Ряжанка	118
86. Пшенична каша з гарбузом	89	116. Глінтвейн	119
87. Кукурудзяна каша	90	117. Тепле молоко	120
88. Кукурудзяна каша з гарбузом	91	118. Настоянка полунична	121
89. Молочна рисова каша з родзинками	92	119. Маринад для огірків	122
90. Рисовий пудинг	93	120. Маринад для помідорів	123



## БОРЩ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г яловичини (філе)  
500 г картоплі  
250 г капусти білокачанної  
200 г буряка  
100 г цибулі ріпчастої  
100 г моркви

80 г томатної пасту  
10 г часнику  
50 мл рослинної олії  
2 л води  
Петрушка, кріп, сіль, спеції

М'ясо, цибулю, буряк, моркву, капусту та картоплю помити, нарізати соломкою 0,5х3 см. Часник і зелень подрібнити ножем. У чашу мультиварки налити рослинну олію, додати цибулю, моркву, томатну пасту. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС», встановити час приготування 10 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати з відкритою кришкою, періодично помішуючи, до закінчення програми. У чашу мультиварки викласти всі інші інгредієнти: яловичину, буряк, капусту, картоплю, часник та залити водою, додати сіль і спеції та перемішати. Вибрати програму «БОРЩ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Готовий борщ посипати подрібненою зеленню. Порада: подавайте борщ із часниковими пампушками.

## РОЗСОЛЬНИК

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 куряча грудка  
3–4 картоплини  
4–5 солоних огірків  
1 морквина

1 цибулина  
1/2 мірних склянки рису  
Рослинна олія  
Сіль, перець, спеції за смаком

Усі овочі добре вимити і очистити. Картоплю, моркву, цибулю, огірки нарізати кубиками. На дно чаші налити рослинну олію, вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити цибулю та моркву протягом 5 хвилин. Готувати з відкритою кришкою. Потім додати огірки, курку, рис і насамкінець — картоплю. Обсмажувати ще 15–20 хвилин. Після закінчення програми «СМАЖЕННЯ» долити воду до верхньої позначки і вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ГОРОХОВИЙ СУП

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 мірних склянки гороху  
Копчені ребра  
3 картоплини  
1 морквина

1 цибулина  
Сіль, перець,  
зелень для сервірування

Усі овочі добре вимити і очистити. Картоплю, моркву, цибулю нарізати кубиками. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити цибулю та моркву протягом 5–10 хвилин. Готувати з відкритою кришкою. Додати в чашу картоплю, горох, ребра, залити водою. Посолити, поперчити за смаком. Вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Подавати із зеленню.

## СИРНИЙ СУП

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г плавленого сиру  
1 маленька цвітна капуста  
1 маленький молодий кабачок  
(за бажанням)

2 картоплини  
1 морквина  
1 цибулина  
100 г рису

Усі овочі добре вимити і очистити. Картоплю, кабачок, моркву, цибулю нарізати кубиками. Цвітну капусту розділити на суцвіття. Ретельно перемішати з рисом. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити в чаші овочі разом з рисом протягом 15–20 хвилин. Готувати з відкритою кришкою. Потім залити холодною водою і вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Після закінчення програми додати в суп плавлений сир і залишити його в режимі «ПІДТРИМКА ТЕПЛА».





## ОВОЧЕВИЙ СУП

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г картоплі  
200 г капусти білокачанної  
1 морквина

1 цибулина  
Спеції  
1 000 мл бульйону зі свинини

Овочі нарізати кубиками по 0,5–1 см. У чашу мультиварки викласти овочі та додати дві столові ложки рослинної олії. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та обсмажити овочі в чаші протягом 15–20 хвилин. Готувати з відкритою кришкою. Потім залити бульйоном, закрити кришку, вибрати програму «СУП» і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## СУП З ФРИКАДЕЛЬКАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г фаршу домашнього  
4–5 картоплин  
0,5 м. скл. рису  
1 цибулина

1 морквина  
1–2 ст. л. рослинної олії  
Лавровий лист, перець, сіль,  
зелень

З фаршу сформувати фрикадельки розміром з горіх. Цибулю нарізати півкільцями, моркву натерти. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити цибулю та моркву з невеликою кількістю олії. Обсмажувати з відкритою кришкою, періодично помішуючи, після чого скасувати програму натисканням на кнопку «ВІДМІНА/РОЗІГРІВ». Додати нарізані кубиками картоплю, промитий рис, фрикадельки й залити 2 літрами води. Перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення роботи програми «СУП» відкрити кришку мультиварки і додати сіль та спеції, зелень.



## СУП ГРИБНИЙ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г грибів свіжоморожених  
1 цибуля-порей  
1 морквина

4–5 картоплин  
1 ст. л. рослинної олії  
Зелень, сіль

Гриби розморозити, промити, відкинути на друшляк і дати стекти воді. Моркву нарізати, цибулю-порей — дрібно нарізати. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити овочі в рослинній олії до золотистого кольору. Смажити з відкритою кришкою, періодично помішуючи, після чого скасувати програму натисканням на кнопку «ВІДМІНА/РОЗІГРІВ». Всипати в чашу розморожені гриби і продовжити смаження ще приблизно 10 хвилин. Потім додати нарізану картоплю і залити 1,5 літрами води. Посолити. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення роботи програми «СУП» відкрити кришку та у готовий суп додати зелень. За бажанням можна використати сушені гриби. У цьому випадку перед приготуванням їх необхідно вимочити протягом 2-х годин.



## СУП ІЗ ЦИБУЛІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 кг ріпчастої цибулі  
1,5 л яловичого бульйону  
150 г сиру «Емменталь»  
80 г вершкового масла  
4 ст. л. оливкової олії

15 г меленого чорного перцю  
1 ст. л. борошна  
1 ст. л. солі  
Хліб, тости (для сервірування)

Цибулю, нарізану тонкими кільцями, покласти в чашу. Додати бульйон, сир і всі інші інгредієнти. Добре перемішати. Вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Після закінчення програми посолити, поперчити за смаком. Подавати гарячим зі скибочками хліба або тостами.





## СУП З ДОМАШНЬОЮ ЛОКШИНОЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г курки (філе)  
200 г картоплі  
190 г локшини домашньої

100 г цибулі ріпчастої  
1,5 л води  
Сіль, спеції

Куряче філе промити, разом із картоплею нарізати середньою соломкою 0,8x5 см, цибулю нарізати тонкою соломкою. Всі інгредієнти (крім локшини) викласти в чашу мультиварки, залити водою, додати сіль, спеції і перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За 20 хвилин до завершення приготування додати локшину і перемішати. Закрити кришку, готувати до закінчення програми. Порада: суп можна прикрасити половинками варених перепелиних яєць.

## СОЛЯНКА М'ЯСНА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г яловичини (філе)  
200 г курки копченої  
560 г картоплі  
130 г мисливських ковбасок  
150 г моркви

100 г цибулі ріпчастої  
130 г огірків солоних  
100 г томатної пасту  
100 г огіркового розсолу  
Сіль, спеції

Яловичину промити. М'ясо яловичини, моркву, цибулю, картоплю, ковбаски та курку нарізати соломкою по 0,5 см завтовшки. Викласти всі інгредієнти в чашу мультиварки, залити 2 л води. Додати огірковий розсіл, томатну пасту, сіль, спеції та перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення програми дати настоятися. Подавати зі сметаною. За смаком можна додати оливки та скибочки лимона.





## СУП З КВАШЕНОЇ КАПУСТИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г капусти  
300 г м'яса  
2 ст. л. борошна  
1 морквина

1 цибулина  
Сіль, перець, лавровий лист  
2 ст. л. томатної паст

Капусту і м'ясо викласти в чашу і залити трьома літрами води. Вибрати програму «СУП». Готувати до закінчення програми. Окремо підсмажити моркву і цибулю разом із томатом, додати в суп піджарку, лавровий лист і перець. Знову обрати програму «СУП» і продовжити готувати ще 15 хвилин.

## РИБНА ЮШКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г минтая (філе)  
200 г окуня (філе)  
500 г картоплі

100 г цибулі ріпчастої  
2 л води  
Сіль, спеції

Філе риби промити, картоплю нарізати кубиками 1x1 см, цибулю подрібнити ножем. Всі інгредієнти викласти в чашу мультиварки, залити водою, додати сіль і спеції. Перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП», потім натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## СУП-ПЮРЕ З ПЕЧЕРИЦЬ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г свіжих печериць  
1 морквина  
1 цибулина  
2 ст. л. борошна  
4ст. л. олії

4 мірних склянки молока  
1 мірна склянка бульйону або води  
Льезон: 2 яєчних жовтки, 200 мл  
вершків (молока)

Свіжі печериці промити, очистити, дрібно нарізати або пропустити через м'ясорубку. Моркву, цибулю очистити і нарізати. Все викласти в чашу, додати столову ложку масла. Вибрати програму «ТУШКУ-ВАННЯ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готові печериці перекласти в інший посуд. Потім в чаші злегка підсмажити дві столові ложки борошна з двома столовими ложками олії, розвести чотирма склянками гарячого молока і склянкою овочевого відвару (або води), закип'ятити, змішати з тушкованими печерицями, вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Варити ще 15–20 хвилин. Готовий суп протерти через сито або в блендері та посолити за смаком. Перед подачею заправити суп олією і льезоном.



## СМАЖЕНІ КУРЯЧІ КРИЛЬЦЯ ПІД СОУСОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г курячих крил  
2 цибулини  
3–4 зубчики часнику  
1–2 помідори

100 мл бульйону (або води)  
1 ст. л. борошна  
Сіль  
Рослинна олія

Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити крила з невеликою кількістю рослинної олії в чаші протягом 20 хвилин. Готувати з відкритою кришкою. Потім перевернути їх на іншу сторону і ще раз обсмажити на програмі «СМАЖЕННЯ» 15 хвилин. Готові крила дістати з чаші, відкласти. Далі приготувати соус. У чаші на тому ж маслі спасерувати нарізані цибулю, часник, помідори, борошно. Додати бульйон або воду, вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ», закрити кришку та довести до кипіння. Отриманим соусом полити крила під час подачі на стіл.





## ПЛОВ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г м'яса (баранини або телятини)  
4–5 мірних склянок пропареного рису  
2–3 морквини

5-7 цибулин  
1 головка часнику  
¾ ст. турецького гороху  
Сіль та спеції за смаком  
Рослинна олія

Горох замочити в холодній воді на 10-12 годин. Промити та замочити рис на одну годину. Нарізати цибулю, моркву, часник, м'ясо. Налити в чашу олію та викласти в неї нарізані овочі, горох та м'ясо. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», натиснути на «СТАРТ». Помішуючи, готувати з відкритою кришкою 45 хвилин до закінчення програми. Після закінчення програми додати рис, воду (2:1) та спеції. Закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ПЛОВ З МОРЕПРОДУКТАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 мірних склянки рису  
500г морепродуктів  
2 цибулини  
1 солodka перчина (зелена або жовта)  
5 мірних склянок води (бульйону)

4 ст. л. томатного соусу  
½ ч. л. меленого чорного перцю  
½ лимона  
3 ст. л. вершкового масла  
Спеції, сіль, зелень за смаком

В чашу покласти вершкове масло. Нарізати середніми кубиками морепродукти, додати так само нарізані овочі. Покласти добре промитий рис, залити водою або бульйоном. Додати спеції та сіль за смаком. Закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення приготування викласти плов на тарілку, полити соком лимона та прикрасити зеленню.





## ПЛОВ ОВОЧЕВИЙ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2,5 мірних склянки рису  
700–800 г свіжих грибів  
(печериць)  
1 кабачок  
2 червоних перчини

½ головки часнику  
2–3 ст. л. оливкової (або соняшни-  
кової) олії  
5 мірних склянок бульйону  
Спеції, сіль за смаком

Рис промити до прозорої води. Перець почистити. Перець та кабачок нарізати кубиками по 1 см. Всі овочі викласти в чашу мультиварки та додати олію, сіль, спеції. Зверху на овочі викласти рис та розрівняти. Залити бульйон. Закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Готовий плов перемішати.

## ГОЛУБЦІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г домашнього фаршу  
200 г капусти білокачанної (листя)  
150 г цибулі ріпчастої  
100 г відвареного рису

1 яйце  
15 г часнику  
1 л води  
Сіль, спеції

Капустяне листя витримати в окропі (95 °С) 5 хвилин. Фарш, цибулю і часник пропустити через м'ясорубку, додати сіль, спеції, рис і яйце, все ретельно перемішати. На кожен капустяний лист викласти невелику порцію фаршу і щільно загорнути. У чашу мультиварки залити воду, встановити контейнер-пароварку для приготування на парі. Викласти на неї голубці швом вниз. Закрити кришку. Вибрати програму «НА ПАРІ». Готувати до закінчення програми.



## ТЕЛЯТИНА З ВИШУКАНИМИ ТРАВАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г телятини (м'якоть)  
2 цибулини  
2 зубчики часнику  
Чебрець, естрагон, розмарин  
Лавровий лист

Оливкова олія  
2 ст. л. борошна  
100 мл білого вина за бажанням  
Сіль, перець

Телятину нарізати тонкими скибочками, злегка відбити, покласти в чашу. Додати всі інші інгредієнти, спеції, влити олію, посолити, поперчити за смаком, добре перемішати. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ», готувати 20 хвилин. Готувати з відкритою кришкою, періодично помішуючи. Потім перевернути шматочки м'яса на іншу сторону і ще раз обсмажити на програмі «СМАЖЕННЯ» 10–15 хвилин.



## КУРКА В ЛИМОННОМУ МАРИНАДІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г курячого філе  
Сік двох лимонів  
1–2 зубчики часнику

10 горошин чорного перцю  
Рослинна олія  
Сіль

Куряче філе нарізати кубиками. Приготувати маринад: видавити сік із двох лимонів, додати горошини чорного перцю, часник, сіль. Залити філе маринадом і поставити в холодильник на 1–2 години. Замариновані шматочки обвалити в борошні, вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити в гарячій олії з відкритою кришкою.





## СМАЖЕНІ КРЕВЕТКИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200-300 г креветок  
2 зубчики часнику  
1 ч. л. меленої паприки

1/2 ч. л. базиліку  
1 ст. л. рослинної олії

На дно чаші налити олію, вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити нарізаний часник. Готувати з відкритою кришкою.

Після обсмажування часник дістати з чаші. Покласти в неї креветки і обсмажити їх на програмі «СМАЖЕННЯ» 15-20 хвилин.

Готувати з відкритою кришкою. Потім перемішати і ще раз обсмажити на цій же програмі до повної готовності (поки всі креветки не стануть рожевого кольору). Посипати паприкою, базиліком. Подавати гарячими.

## М'ЯСО ПО-ФРАНЦУЗЬКИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

430 г свинини (шия)  
170 г помідорів  
100 г твердого сиру

70 г свіжих печериць  
30 мл оливкової олії  
Сіль, спеції

М'ясо промити, нарізати на стейки товщиною 2 см і злегка відбити. Помідори і гриби нарізати тонкими пластинками по 0,5 см, сир натерти на великій тертці. У чашу мультиварки налити оливкову олію, викласти на дно м'ясо, посипати його сіллю і спеціями. Закрити кришку. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За 10 хвилин до закінчення приготування відкрити кришку, перевернути м'ясо, викласти на нього печериці, помідори і сир. Закрити кришку. Готувати до закінчення програми.





## МЕДОВО-ЧАСНИКОВІ КРИЛЬЦЯ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

9 курячих крилець  
2–3 зубчики часнику  
3 ст. л. соєвого соусу  
2 ч. л. меду

1 ст. л. імбиру (свіжого натертого)  
Сіль за смаком  
Олія оливкова для смаження

Крильця промити та підсушити паперовим рушником. Приготувати маринад: змішати соєвий соус, мед, нарізаний часник та натертий імбир. Викласти крильця в маринад і дати настоятися 1 годину в холодильнику (2–3 рази перемішати). Після цього крильця і маринад перекласти в чашу мультиварки. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати з відкритою кришкою, час від часу перемішуючи. Маринад повинен повністю випаруватися.

## ПЕРЕЦЬ ФАРШИРОВАНИЙ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

4–5 середніх солодких червоних  
або зелених перчин  
400–500 г домашнього фаршу  
100 г шинки або бекону  
50–100 г рису  
2 цибулини (1 — для підливи)  
2 зубчики часнику (1 — для підливи)

2–3 помідори  
Білий або чорний мелений перець, сіль  
1/2 мірної склянки білого вина  
Рослинна олія  
Петрушка, кінза, кріп, сметана  
ервірування

Рис відварити до напівготовності. Перець вимити, зрізати плодоніжки, акуратно видалити вміст — насіння і перегородки. Цибулю дрібно нарізати, шинку нарізати маленькими кубиками, часник пропустити через прес. Фарш посолити, поперчити, з'єднати з усіма інгредієнтами, добре перемішати. Начинити перці підготовленим фаршем. Приготувати підливу: вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити цибулю і помідори. Готувати з відкритою кришкою, потім додати трохи води, вино і рослинну олію, перемішати. Покласти фарширований перець в чашу, залити приготовленою підливою. Обсмажити на програмі «СМАЖЕННЯ» 10–15 хвилин, після чого перевернути їх на іншу сторону і ще раз обсмажити на програмі «СМАЖЕННЯ» 10–15 хвилин. Потім додати трохи води, закрити кришку, вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Подавати на стіл зі сметаною і нарізаною зеленню.





## СВИНИНА З ГРЕЧКОЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г свинини  
180 г цибулі ріпчастої  
100 г моркви

500 г гречаної крупи  
Сіль, перець, спеції

М'ясо нарізати шматочками (також можна попередньо їх трохи обсмажити, вибравши програму «СМАЖЕННЯ») та викласти в чашу мультиварки. Зверху додати нарізану півкільцями цибулю, потім — натерту моркву. Засипати промитою гречаною крупою, посолити, поперчити і залити водою на 0,5 см вище вмісту чаші. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ЯЛОВИЧИНА З ЧОРНОСЛИВОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г яловичини (філе)  
50 г вершкового масла  
250 г чорносливу  
10 г родзинок

1 ст. л. борошна  
500 г моркви  
100 г цибулі ріпчастої  
0,3 л води

Родзинки та чорнослив замочити у холодній воді на кілька годин. М'ясо нарізати кубиками по 2 см і викласти в чашу мультиварки. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ», потім натиснути на кнопку «СТАРТ». Підрум'янити яловичину на маслі з відкритою кришкою, потім додати цибулю, нарізану півкільцями, та моркву. Після цього посипати борошном, перемішати, влити воду, посолити, поперчити, додати зелень, родзинки і чорнослив. Потім скасувати програму натисненням на кнопку «ВІДМІНА/РОЗІГРІВ». Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», потім натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ЯЛОВИЧИНА З РОЗМАРИНОМ І ПЕТРУШКОЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г яловичини (філе)  
20 мл оливкової олії  
50 г петрушки  
50 г розмарину

100 г цибулі ріпчастої  
1 ст. л. борошна  
Сік двох лимонів  
Сіль, перець

Посоли м'ясо і залишити на 5 хвилин, після чого приправити перцем. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Підсмажити м'ясо зусіх боків до рум'яної скоринки, з відкритою кришкою. Потім полити лимонним соком, додати петрушку, розмарин і цибулю, після чого скасувати програму натисненням на кнопку «ВІДМІНА/РОЗІГРІВ». Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», потім натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення програми дістати м'ясо, а в чашу додати борошно. Готувати соус на програмі «СМАЖЕННЯ» 3 хвилини з відкритою кришкою, постійно помішуючи. Подавати м'ясо, поливши його соусом.

## БАРАНИНА, ТУШКОВАНА В ПОМІДОРАХ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г баранини  
400 г помідорів  
150 г цибулі ріпчастої  
15 г часнику

Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити дрібно нарізану цибулю і часник з відкритою кришкою. Додати нарізане шматочками м'ясо і теж підсмажити. Помідори подрібнити, залити ними м'ясо. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ». Готувати до закінчення програми.





## ЛОПАТКА ПО-КАВКАЗЬКИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 кг м'якуша лопатки  
0,5-1 ч. л. гострої аджики  
1-2 ч. л. майонезу

2-3 зубчики часнику  
Соняшникова олія  
Сіль за смаком

М'ясо помити та підсушити. Нашпигувати часником. Натерти з усіх боків сіллю, сумішшю майонезу та аджики. Залишити мариноватися в холодильнику на кілька годин, краще на ніч. У чашу мультиварки налити невелику кількість олії, вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Підсмажити м'ясо з усіх боків по 5 хвилин з відкритою кришкою. Потім додати 100 мл води. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ». Готувати до закінчення програми.



## КРОЛИК В ГІРЧИЧНОМУ СОУСІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

600 г кролика (тушка)  
700 г картоплі  
600 г цибулі шалот  
20 г вершкового масла  
20 г гірчиці зернистої

5 г розмарину свіжого  
5 г чебрецю свіжого  
200 мл вина білого сухого  
20 мл олії оливкової  
Сіль, спеції

Кролика промити й нарізати на частини по 80 г і замаринувати в гірчиці. Картоплю нарізати кубиками по 3 см. Цибулю шалот нарізати кубиками по 0,5 см. У чашу мультиварки налити оливкову олію і додати вершкове масло, викласти кролика і цибулю. Закрити кришку. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати з відкритою кришкою, періодично помішуючи. У чашу мультиварки викласти картоплю, налити вино, додати чебрець, розмарин, сіль і спеції, перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ». Готувати до закінчення програми.





## БУЖЕНИНА ТУШЕНА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 кг свинини  
1 ст. л. майонезу  
1 ст. л. французької гірчиці

2 зубчики часнику  
Рослинна олія  
Сіль, перець за смаком

М'ясо помити, обсушити. Натерти сіллю та перцем. Нашпигувати часником. Обмазати сумішшю майонезу і французької гірчиці. Залишити маринуватися на 1 годину. Потім змастити чашу мультиварки олією, викласти м'ясо, вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Підсмажити з усіх боків до золотистої скоринки з відкритою кришкою. Після цього скасувати програму натисканням на кнопку «ВІДМІНА/РОЗІГРІВ». Потім влити 1 мірну склянку води. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ». Готувати до закінчення програми.

## РАГУ ОВОЧЕВЕ З ЯЛОВИЧИНОЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

250 г яловичини (м'якоть)  
2 картоплини  
1 маленький качан цвітної капусти  
1 морквина  
200 г броколі  
200 г зеленої квасолі

200 г гарбуза  
500 мл овочевого бульйону  
1 ст. л. оливкової олії  
Петрушка  
Чебрець

Усі овочі добре промити і очистити, у квасолі зрізати кінці. М'ясо, картоплю, гарбуз нарізати кубиками, моркву — кружальцями. Цвітну капусту розділити на суцвіття. Покласти м'ясо і всі овочі, крім картоплі, в чашу, додати олію. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Після завершення програми додати в чашу картоплю, нарізану петрушку, чебрець, влити бульйон, посолити, поперчити за смаком, все перемішати. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## СВИНЯЧА РУЛЬКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 свиняча рулька  
3-4 морквини  
200 мл води  
1 головка часнику

Спеції для м'яса  
Перець  
Сіль

Свинячу рульку перед приготуванням добре почистити ножем. Розріз рульки натерти сумішшю з перцю і часнику з сіллю. Нашпигувати шматочок свинини часником, кружечками моркви і також натерти сумішшю з солі та часнику з перцем. Низ чаші мультиварки викласти капустиним листям (кілька штук). Помістити рульку на листя, потім додати 200мл води, закрити кришку, вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## СВИНЯЧІ РЕБЕРЦЯ, ТУШКОВАНІ З КВАСОЛЕЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г білої квасолі  
0,5 кг свинячих ребер  
1 цибулина  
1 зубчик часнику

Лавровий лист  
Петрушка  
Шафран  
Сіль

Попередньо замочити боби в холодній воді на ніч. Цибулину, часник, зелень петрушки подрібнити. Реберця, боби, часник, лавровий лист, петрушку покласти в чашу, посолити, поперчити, залити водою на 1 см вище рівня м'яса, закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 120 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. За 10 хвилин доготовності додати шафран.





## ТЕЛЯТИНА, ТУШКОВАНА З ПЕЧЕРИЦЯМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г телятини  
1 солodka червона перчина  
1 баночка консервованих наріза-  
них печериць  
Зелений горошок  
1 цибулина

2 зубчики часнику  
3–4 ст. л. томатної пасты  
200 мл води  
Гвоздика, коріандр  
Сіль, перець  
Рослинна олія

М'ясо нарізати невеликими шматочками, злегка відбити. Цибулю, часник подрібнити, перець нарізати кубиками. Покласти в чашу всі інгредієнти, посолити, поперчити, додати воду, добре перемішати, закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 120 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## КУРКА, ТУШКОВАНА З БЕКОНОМ І СОЛОДКИМ ПЕРЦЕМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1/2 курки  
100 г бекону  
2 солодких червоних перчини  
250 г помідорів

3 зубчики часнику  
Сіль, перець  
Рослинна олія

Курку розрізати на порційні шматки. Перці очистити, нарізати соломкою. Помідори нарізати шматочками. Часник нарізати пластинами. Покласти всі інгредієнти в чашу, налити олію, закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 120 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ПЕЧЕНЯ З ПЕЧІНКИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г печінки  
350 г картоплі  
1 солodka червона перчина  
2 зубчики часнику  
1 цибулина  
300 мл бульйону

Петрушка  
1 ст. л. борошна  
1/2 ч. л. цукру  
Сіль, перець  
Рослинна олія

Печінку добре промити, вимочити в молоці, нарізати на порційні шматочки, злегка відбити. Овочі очистити і нарізати: картоплю — великими скибочками, перець — кубиками або соломкою; цибулю, часник, петрушку подрібнити. Покласти всі інгредієнти в чашу. Додати бульйон, спеції. Добре розмішати, закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 120 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ЇЖАЧКИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г яловичини (філе)  
150 мл вершків 33%  
100 г відвареного рису  
80 г цибулі ріпчастої  
50 г курячих яєць

15 г пшеничного борошна  
7 г вершкового масла  
50 мл води  
Сіль за смаком

М'ясо промити, разом із цибулею нарізати на кубики по 2 см, пропустити через м'ясорубку 2 рази, додати у фарш яйця, сіль, рис, перемішати до однорідної маси, сформувати невеликі тюфтельки. Для соусу: вершки, воду, сіль ретельно перемішати. Чашу мультиварки змастити вершковим маслом, викласти їжачки й залити вершковою сумішшю. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ІНДИЧКА З КАБАЧКАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г індички (філе)  
300 г кабачків  
150 г печериць

100 г цибулі ріпчастої  
100 мл води  
Сіль, спеції за смаком

М'ясо промити, нарізати кубиками по 1 см. Кабачки очистити від шкірки, нарізати кубиками 1–1,5 см. Цибулю подрібнити ножем. Гриби розрізати на 4 частини. У чашу викласти всі інгредієнти, залити водою, додати сіль, спеції, перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ», потім натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## КОРЕЙКА СВИНЯЧА В ЧЕРВОНОМУ ВИНІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 кг корейки свинячої  
700 мл червоного напівсухого  
вина

1 цибулина  
Сіль, спеції

Корейку промити, підсушити та натерти спеціями і дрібно нарізаною цибулею. Залити вином і залишити в холодильнику на добу. Потім замариноване м'ясо разом із маринадом викласти в чашу мультиварки. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## РУЛЕТ З КУРЯЧОЇ ГРУДКИ З ЧОРНОСЛИВОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г курячої грудки  
200 г сиру  
100 мл води

Чорнослив  
Сіль, спеції, зелень

Курячу грудку акуратно відбити та посипати сіллю і приправами. Викласти зверху нарізаний чорнослив, посипати натертим сиром, спеціями і дрібно нарізаною зеленню. Щільно згорнути рулет. Зверху змастити гірчицею або майонезом. Рулет акуратно перекласти в чашу мультиварки швом униз. Додати 100 мл води. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## МОРСЬКИЙ ОКУНЬ З ГРИБАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500—700 г філе морського окуня  
100 г печериць  
1 цибулина  
2 зубчики часнику

1-2 лимона  
4 ст. л. рослинної олії  
Сіль, перець

Печериці промити, почистити, нарізати пластинами. Цибулю, часник подрібнити. Покласти на дно чаші гриби, цибулю, часник, зверху — філе окуня. Закрити кришку. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Під час подачі на стіл скропити лимонним соком.





## ЛОСОСЬ, ЗАПЕЧЕНИЙ З СИРОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1-2 тушки лосося  
2 помідори  
5-10 пластин плавленого сиру

Орегано  
Сіль, перець  
Рослинна олія

Лосося промити, видалити кістки, розрізати на порційні шматки. Помідори нарізати кружечками. На дно чаші викласти помідори, посолити, поперчити, додати невелику кількість олії. Потім покласти шматки лосося, зверху — сир і орегано. Закрити кришку. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ФОРЕЛЬ, ЗАПЕЧЕНА З ЛИМОНОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 великі форелі  
2 лимони  
1 головка часнику

Гвоздика  
Сіль, білий перець  
Рослинна олія

Тушку очистити, випатрати, промити. Один лимон нарізати тонкими кружечками. Часник очистити. Тушку всередині посолити, поперчити і начинити нарізаним лимоном. На дно чаші налити невелику кількість олії, викласти форель, зубчики часнику, спеції, полити вицавленим соком другого лимона. Закрити кришку. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.







## КУРЯЧІ КРИЛЬЦЯ У ФРИТЮРІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

350 г курячих крилець  
700 мл рослинної олії  
Сіль, спеції

Для приготування цього рецепта Вам знадобиться кошик для смаження у фритюрі. Його Ви можете додатково придбати у наборі аксесуарів до мультиварки. Модель: RAM03-M та RAM04-G. Курячі крильця промити і відокремити ножем фалангу, натерти сіллю і спеціями. У чашу мультиварки налити рослинну олію. Закрити кришку. Вибрати програму «ФРИТЮР» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Коли на дисплеї висвітлиться 10 хвилин, відкрити кришку і встановити кошик з крильцями в чашу мультиварки згідно з інструкцією. Закрити кришку і готувати до закінчення програми. Порада: подавайте страву із сирним соусом.

## КУРЯЧІ ГОМІЛКИ БАРБЕКЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

350 г курячих гомілок  
150 г соусу барбекю (з ароматом  
копчення)  
50 мл рослинної олії 10 г часнику  
Сіль, спеції

Гомілки промити. Часник натерти на дрібній тертці та змішати із соусом барбекю, додати сіль і спеції. Замаринувати гомілки в соусі на одну годину. У чашу мультиварки налити рослинну олію і викласти гомілки. Закрити кришку. Вибрати програму «БАРБЕКЮ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За 10 хвилин до закінчення приготування відкрити кришку, перевернути гомілки і закрити кришку. Готувати до закінчення програми. Порада: подавайте цю страву з картоплею «Айдахо» і гірчичним соусом.





## СВИНИНА З КВАСОЛЕЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г квасолі  
600 г свинини б/к  
2 солодкі перчини  
4 помідори  
1 цибулина  
1 морквина

3 зубчики часнику  
1 ст. л. коріандру  
2 лаврових листки  
0,5 ч. л. суміші перців  
2 ст. л. рослинної олії

Квасолю залити водою на 12 годин. Цибулю нарізати півкільцями, моркву — соломкою. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ», обсмажити овочі на рослинній олії, після цього додати помідори і перець, нарізані кубиками, і смажити ще 5 хвилин, помішуючи, з відкритою кришкою. Потім додати м'ясо, нарізане смужками, і підсмажити разом з овочами на програмі «СМАЖЕННЯ» протягом 10 хвилин з відкритою кришкою. Після цього додати квасолі. Підсолити, додати спеції. Залити водою так, щоб злегка прикрити квасолі. Вибрати програму «ШЕФ-КУХАР». Натиснути на кнопку «ЧАС», потім встановити кнопкою «+» значення 50 хвилин та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. У готову страву додати подрібнений часник і зелень.

## КУРКА З РИСОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 тушка курки  
2 м. скл. рису  
2 цибулини  
2 зубчики часнику

Червоний мелений перець  
Сіль  
Соевий соус  
Сік одного лимона

Курку нарізати на порційні шматки, перемішати з дрібно нарізаною цибулею, поперчити, посолити, додати соєвий соус, лимонний сік, добре перемішати і залишити маринуватися. На дно чаші висипати 2 мірні склянки рису і залити 4-ма мірними склянками води. Зверху викласти шматки курки разом з отриманим соком. Закрити кришку. Вибрати програму «РИС». Готувати до закінчення програми.



## ЯЛОВИЧИНА КОПЧЕНА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

630 г яловичини (вирізка)  
14 мл «рідкого диму»  
Сіль, спеції

М'ясо промити, нарізати на порційні шматки, натерти сіллю, спеціями і рідким димом. Кожен шматок загорнути в лист фольги. М'ясо викласти в чашу мультиварки. Вибрати програму «М'ЯСО» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## ФОРЕЛЬ КОПЧЕНА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г форелі (філе)  
10 мл «рідкого диму»  
Сіль, спеції

Рибу промити, натерти сіллю, спеціями і рідким димом. Рибу загорнути у 2–3 шари фольги, викласти в чашу мультиварки. Закрити кришку. Вибрати програму «РИБА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## БУЖЕНИНА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

700 г свинини (шийка)  
30 мл оливкової олії  
6 г часнику  
1 г імбиру меленого

1 г коріандру меленого  
1 г базилику  
200 мл води  
Сіль

М'ясо промити, оливкову олію, сіль і приправи змішати. Натерти цією сумішшю м'ясо, ножом зробити у ньому надрізи, нашпигувати зубчиками часнику і залишити маринуватися в холодильнику протягом 4–8 годин. Потім м'ясо викласти в чашу мультиварки. Залити водою, закрити кришку. Вибрати програму «ТОМЛІННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ТЕФТЕЛІ З РИСОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г свинячого фаршу  
3 ст.л. рису  
1 шт цибулі ріпчастої  
сіль за смаком

1 ч.л. перцю чорного меленого  
3 ст.л. томатної пасту  
0,5 л води

У глибокій тарілці потрібно змішати фарш і дрібно порізану цибулю. Додати сухий рис. Посолити і поперчити масу. Добре перемішати. З фаршу потрібно зліпити невеликі тефтелі. Викласти тефтелі в чашу мультиварки. Змішати воду і томатну пасту. Вилити воду з томатною пастою в чашу мультиварки. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ГРЕЧКА З ПЕЧЕРИЦЯМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2,5 мірних склянки гречаної крупи  
200–300 г свіжих печериць  
4 мірних склянки води

2 цибулини  
30 г вершкового масла  
Перець, сіль за смаком

Печериці та цибулю промити, очистити, нарізати. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажити цибулю на вершковому маслі, додати печериці та продовжити обсмажувати. Готувати з відкритою кришкою. Додати сіль, червоний та чорний мелений перець, покласти у чашу гречану крупу. Все перемішати і залити водою. Вибрати програму «КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## РИС ПО-ПРОВАНСЬКИ З ПЕЧЕРИЦЯМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 мірних склянки пропареного рису  
200–300 г свіжих печериць  
1 цибулина  
2 зубчики часнику

Сік одного лимона  
Рослинна олія  
Сіль, перець, петрушка  
5 мірних склянок води

Печериці промити, почистити, нарізати та замочити у воді з додаванням лимонного соку на 30 хвилин. Потім відкинути на друшляк, щоб гриби стекли. Дрібно нарізати часник, цибулю та петрушку. Рис добре промити. Все викласти в чашу, додати воду, посолити, поперчити. Закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## РИС З ЗЕЛЕННЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г пропареного рису  
2 пучечки свіжого шпинату  
2 цибулини  
1 середня цибуля-порей  
1 зубчик часнику

Петрушка, кінза  
150 г сиру «Моцарела»  
25 г вершкового масла  
500 мл курячого бульйону(або  
води)  
Сіль, перець

Рис добре промити. Овочі, зелень промити та дрібно нарізати. Викласти всі інгредієнти в чашу, ретельно перемішати, закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## РИС З КАРІ ТА ОВОЧАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г коричневого рису  
200 г зеленої квасолі  
2 морквини  
1 солодкий зелений перець  
½ цукіні (або кабачка)

1 цибулина  
1 зубчик часнику  
1 ч. л. карі  
Сіль  
Оливкова олія

Рис замочити в холодній воді на одну годину. Кабачок, моркву, цибулю, перець, часник, квасолі дрібно нарізати. Викласти все в чашу, додати рис, карі, воду (3:1), посолити за смаком, закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Під час подачі настіл збризнути оливковою олією.





## РИС З КАЛЬМАРАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

150 г кілець кальмарів  
40 г солодкого червоного перцю  
1 помідор  
2 зубчики часнику

150 г пропареного рису  
300 г рибного бульйону(або води)  
Рослинна олія

Рис та овочі промити. Нарізати помідори та перець кубиками. Приготувати соус: в чашу викласти кільця кальмарів, помідори, перець, часник, налити рослинну олію. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» і обсмажувати протягом 15 хвилин. Готувати з відкритою кришкою. Коли соус буде готовий, додати рис і бульйон, закрити кришку, вибрати програму «ПЛОВ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## КРЕМ-ПЮРЕ ЗІ ШПИНАТУ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г шпинату  
4 мірних склянки молока  
50 г вершкового масла  
1/2 мірної склянки борошна

Мелений білий перець  
Тертий мускатний горіх  
Сіль

Шпинат добре промити, відокремити від стеблинок, відкинути на сито. Покласти в чашу всі інгредієнти, добре перемішати, щоб не було грудок, потім додати шпинат. Вибрати програму «КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## СМАЖЕНА КАРТОПЛЯ З СОЛОДКИМ ПЕРЦЕМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г картоплі  
1 солodka червона перчина  
1 зубчик часнику

Рослинна олія  
Сіль

Овочі промити і очистити. Нарізати картоплю круглими скибочками. Нарізати перець соломкою, часник подрібнити. На дно чаші налити рослинну олію. Покласти всі інгредієнти, посолити за смаком, перемішати. Готувати на програмі «СМАЖЕННЯ».

## ОМЛЕТ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г (10 шт) яєць  
500 мл молока 2,5%  
30 г вершкового масла  
Сіль, спеції.

Яйця з молоком збити вінчиком до однорідної маси, додати сіль, спеції і перемішати. Чашу мультиварки змастити вершковим маслом, влити молочно-яєчну суміш. Закрити кришку. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.







## ДЕРУНИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

270 г картоплі  
25 г яєць  
10 г борошна

Картоплю натерти на великій тертці, змішати з яйцем, сіллю і борошном до однорідної маси. У чашу мультиварки налити рослинну олію. З картопляної маси сформувати коржі і викласти на дно чаші. Закрити кришку. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За 7 хвилин до закінчення програми відкрити кришку, перевернути деруни, закрити кришку. Готувати до закінчення програми.

## РИБА В МАЙОНЕЗІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 кг риби (філе)  
1-2 цибулини  
Майонез

Рослинна олія  
Сіль, перець

Вибрати програму «СМАЖЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Підсмажити цибулю, нарізану півкільцями, з невеликою кількістю олії, з відкритою кришкою. Додати 100 мл води. Потім додати рибу, нарізану шматочками. Підсолити, поперчити і полити зверху майонезом. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ». Готувати до закінчення програми.





## КАРТОПЛЯ В СОУСІ З ПОМІДОРІВ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г картоплі  
0,5 кг помідорів  
1/2 цибулини

1 ст. л. борошна  
Рослинна олія  
Сіль, перець

Картоплю очистити і нарізати скибочками завтовшки 1 см. Цибулю дрібно нарізати. З помідорів зняти шкірку, протерти через сито. Покласти в чашу цибулю, картоплю, борошно, добре перемішати, потім додати томатне пюре і олію. Приправити сіллю і перцем за смаком. Додати трохи води, щоб покрити продукти. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ОВОЧЕВЕ РАГУ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

600 г картоплі  
500 г капусти білокачанної  
400 г баклажанів  
150 г помідорів  
150 г моркви

100 г цибулі ріпчастої  
50 г вершкового масла  
10 г часнику  
200 мл води

Картоплю, капусту, баклажани і помідори нарізати кубиками по 2 см, моркву і цибулю — кубиками по 1 см, часник подрібнити ножом. Всі інгредієнти викласти в чашу мультиварки, залити водою, додати вершкове масло, сіль, спеції, подрібнений часник і перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## КАРТОПЛЯ ФРІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г картоплі  
600 мл рослинної олії  
Сіль, спеції

Для приготування цього рецепта Вам знадобиться кошик для смаження у фритюрі. Його Ви можете додатково придбати у наборі аксесуарів до мультиварки. Модель: RAM03-M та RAM04-G. Картоплю нарізати соломкою 0,5x3 см, викласти в кошик для смаження у фритюрі. У чашу мультиварки налити рослинну олію. Вибрати програму «ФРИТЮР» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Через 15 хвилин в чашу мультиварки встановити кошик для смаження у фритюрі з картоплею. Смажити картоплю з відкритою кришкою до золотистої скоринки. Кошик з готовою картоплею вийняти з чаші, дати стекти олії, посипати сіллю і спеціями, перемішати.

## ЧЕРВОНА КВАСОЛЯ, ТУШКОВАНА З СОЛОДКИМ ПЕРЦЕМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

250 г червоної квасолі  
1 солодка червона перчина  
1 цибулина  
2 зубчики часнику  
Лавровий лист  
1-2 ст. л. борошна (за бажанням)  
Сіль  
Оливкова олія

Попередньо замочити квасолю на ніч у холодній воді. Цибулю, часник подрібнити, перець очистити і нарізати кубиками. Покласти в чашу всі інгредієнти, додати трохи олії та води, посолити за смаком. Якщо Ви бажаєте, щоб страва вийшла густою, можна додати борошно, добре розмішати. Вибрати програму «КВАСОЛЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## МОРКВА В МЕДОВОМУ СОУСІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

3–4 великі морквини  
1/2 мірної склянки меду  
1/4 мірної склянки гірчиці  
1/4 мірної склянки вершкового  
масла

1/4 ст. л. меленого білого перцю  
1/4 ст. л. солі  
2 ст. л. дрібно нарізаної цибулі  
1 ст. л. дрібно нарізаної петрушки

Моркву помити, очистити і нарізати кружечками, викласти у чашу, додати трохи води, злегка посолити. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати на програмі «ТУШКУВАННЯ» до тих пір, поки морква не розм'якшиться. Потім відкинути її на друшляк, дати воді стекти. Приготувати соус: в чаші розтопити вершкове масло, додати мед, гірчицю, сіль, перець і цибулю. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та за допомогою обертання кнопки «СТАРТ» встановити час приготування 10 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готовим соусом полити моркву, посипати петрушкою і подавати на стіл. Чудовий гарнір до м'ясних страв.

## ОВОЧЕВЕ ПЮРЕ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

70 г моркви  
70 г капусти білокачанної  
70 г картоплі  
5 г вершкового масла

200 мл води  
5 мл цукрового сиропу  
3 мл сольового розчину

Овочі замочити у воді на одну годину, потім нарізати кубиками по 1 см. Чашу мультиварки змастити вершковим маслом, у неї викласти овочі, залити водою, додати цукровий сироп, сольовий розчин і перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «ОВОЧІ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Готові овочі перекласти в окрему ємність, залити отриманим відваром і збити блендером до однорідної маси.



## РІЗОТТО З ОВОЧАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г рису  
100 г помідорів (очищених від  
шкірки)  
Тунець в олії  
800 г бульйону  
2 болгарських перчини

1 морквина  
Пакетик шафрану  
Оливкова олія  
Сіль, перець

Вибрати програму «СМАЖЕННЯ». Злегка підсмажити цибулю, потім додати нарізані брусочками перці, тунець, подрібнені помідори і продовжувати підсмажувати до золотистої скоринки, з відкритою кришкою, періодично помішуючи. Після цього додати рис, сіль, перець, бульйон (бульйон повинен бути вище вмісту чаші на 0,5 см). Закрити кришку. Вибрати програму «ОВОЧІ». У готову страву додати шафран і перемішати. Дати постояти кілька хвилин, а потім подавати на стіл.



## КАРТОПЛЯ З СИРОМ І СТРУЧКОВОЮ КВАСОЛЕЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г картоплі  
100 г твердого сиру  
150 г квасолі стручкової заморо-  
женої

150 г помідорів  
70 мл оливкової олії  
Сіль, спеції

Картоплю і помідори нарізати кубиками по 2,5–3 см. Сир натерти на великій тертці. Картоплю викласти в чашу мультиварки, додати оливкову олію. Вибрати програму «ШЕФ-КУХАР», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 30 хвилин. Натиснути на кнопку «ТЕМПЕРАТУРА» та встановити температуру 120°C і натиснути на кнопку «СТАРТ». Обсмажувати, періодично помішуючи. За 10 хвилин до закінчення приготування до картоплі викласти помідори і стручкову квасолю, посипати сиром, додати сіль, спеції і перемішати. Закрити кришку, готувати до закінчення програми.



## ВАРЕНИКИ З СИРОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

220 г сиру  
(кисломолочного/домашнього)  
180 мл води (для тіста)  
90 г борошна

1 л води  
Сіль, цукор

Сир змішати з цукром. Замісити тісто: змішати воду з борошном і сіллю. Розкачати тісто товщиною 0,5 см, нарізати формою на кола діаметром 8 см, викласти у центр кожного кола сир. Сформувати вареники. Налити воду в чашу мультиварки і закрити кришку. Вибрати програму «ШЕФ-КУХАР», встановити час 30 хвилин та натиснути на кнопку «СТАРТ». За 15 хвилин до закінчення програми викласти вареники у киплячу воду. Додати сіль. Закрити кришку. Готувати до закінчення програми.



## ВАРЕНИКИ З ВИШНЯМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г вишень(без кісточок)  
150 мл води (для тіста)  
90 г борошна

1 л води  
Сіль

Замісити тісто: змішати воду з борошном і сіллю. Розкачати його товщиною 0,5 см, нарізати формою на кола діаметром 8 см, викласти у центр кожного кола кілька вишень. Сформувати вареники. Налити воду в чашу мультиварки і закрити кришку. Вибрати програму «ШЕФ-КУХАР», встановити час 30 хвилин та натиснути на кнопку «СТАРТ». За 15 хвилин до закінчення програми викласти вареники у киплячу воду. Готувати до закінчення програми.



## ХОЛОДЕЦЬ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1,2 кг свинячих ніг  
300 г цибулі ріпчастої  
300 г моркви

5 г часнику  
Вода, сіль, спеції

Моркву нарізати шматочками, цибулю — кільцями. Часник подрібнити ножем. Свинячі ніжки промити, викласти в чашу мультиварки, додати цибулю, моркву, сіль і спеції, залити водою до максимальної позначки. Закрити кришку. Вибрати програму «ХОЛОДЕЦЬ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Готові свинячі ніжки остудити, м'ясо відокремити від кісток і подрібнити ножем, бульйон процідити. Розкласти шматочки м'яса у форми для холодцю, додати часник, залити бульйоном і поставити в холодильник до застигання.



## ЗАЛИВНЕ З РИБИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 кг сьомги  
(суповий набір: голова, хребет)  
100 г моркви  
100 г цибулі ріпчастої  
50 г цибулі-порейо

20 г зелені  
10 г желатину  
2,5 л води  
Лавровий лист, сіль, спеції

Рибу промити. Цибулю-порей нарізати пір'ям, зелень подрібнити ножем. Овочі нарізати великими кубиками. Желатин замочити в холодній воді на 15 хвилин. Потім воду злити, желатин віджати. Всі інгредієнти (крім желатину) викласти в чашу мультиварки, залити водою, додати сіль, спеції та лавровий лист. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП», потім натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Бульйон процідити, потім додати в нього желатин і розмішати до повного його розчинення. Філе сьомги відокремити від кісток, подрібнити ножем. На дно порційної форми викласти цибулю-порей, зелень і подрібнене філе, залити бульйоном. Прибрати форму в холодильник до застигання.





## ПАРОВІ КОТЛЕТИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г м'яса  
1 цибулина  
4 зубчики часнику

2 яйця  
Сіль, перець за смаком

Приготувати фарш. Додати в нього натерту цибулю і часник, яйця, посолити, поперчити за смаком. Ретельно перемішати. Сформува-ти котлети і викласти їх у контейнер-пароварку. У чашу налити воду. Вставити контейнер-пароварку з котлетами на чашу. Вибрати про-граму «НА ПАРІ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закін-чення програми. Після її закінчення перевернути котлети на іншу сторону і ще раз увімкнути програму «НА ПАРІ».

## РИБА НА ПАРІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г (філе) риби  
1 шматочок лимона  
2 морквини

1 цибулина  
Сіль, перець за смаком

Очищену рибу полити лимонним соком, поперчити за смаком. Моркву нарізати кружечками, цибулю — півкільцями. Налити в чашу воду. У контейнер-пароварку викласти рибу, моркву і цибулю. Ви-брати програму «НА ПАРІ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.







## ОВОЧІ ПО-СЕЛЯНСЬКИ НА ПАРІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2–3 суцвіття цвітної капусти  
1 картоплина  
1 маленький цукіні (або кабачок)  
150 г зеленої квасолі  
1–2 стебла зеленої спаржі

1 морквина  
50–100 г свіжого або заморожено-  
го зеленого горошку  
Сіль, оливкова олія

За бажанням можна додавати будь-які інші овочі. Всі овочі добре промити і очистити. Зрізати жорсткі волокнисті частини спаржі та кінці у стручків квасолі. Моркву і картоплю нарізати брусочками, цукіні — кубиками, стебла спаржі — навскіс шматочками завдовжки 5 см, квасолію — соломкою. Розкласти всі овочі в контейнері-пароварці, не змішуючи їх. Посолити за смаком. У каструлю налити воду. Контейнер-пароварку помістити в чашу. Вибрати програму «НА ПАРІ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Сервірувати на тарілці, не змішуючи, збризнути оливковою олією.

## ПАШТЕТ З БАКЛАЖАНІВ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 великих баклажани  
2 зубчики часнику  
Сік половини лимона

Сіль, перець  
Оливкова олія

У чашу налити воду. Баклажани вимити і покласти в контейнер-пароварку. Вибрати програму «НА ПАРІ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення програми баклажани витягти з контейнера-пароварки, охолодити, розрізати вздовж на дві половини і ложкою видалити з них всю м'якоть. Отриману м'якоть і часник збити в блендері (щоб часник став м'якшим, можна потримати його кілька хвилин в чаші на парі з баклажанами). Потім додати оливкову олію і лимонний сік, добре перемішати до отримання однорідної маси, посолити, поперчити. Паштет готовий. Подається як холодна закуска і як самостійна легка страва. Паштет можна також намазувати на хліб.





## СМАЖЕНІ БАКЛАЖАНИ З ЧАСНИКОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 баклажан  
1 головка часнику  
Сіль  
Оливкова олія

Нарізати баклажан круглими скибочками, посипати сіллю і дати постояти 30 хвилин, щоб вийшла гіркота. Потім промокнути їх рушником і злегка обваляти в борошні. Часник очистити і нарізати тонкими пластинами. Вибрати програму «СМАЖЕННЯ», в чаші обсмажити часник з невеликою кількістю олії. Готувати з відкритою кришкою. Коли він злегка підрум'яниться, вийняти його з чаші, а в тому ж маслі обсмажити баклажани. Після готовності баклажани з'єднати з часником.

## ЛЕЧО

### ІНГРЕДІЄНТИ:

700 мл томатного соку  
800 г солодкого перцю  
1 велика цибулина  
2 зубчики часнику  
20 горошин чорного перцю  
Щіпка червоного перцю  
2 лаврових листи  
1 столова ложка (без верху) солі  
1 столова ложка оцту (9%)  
3 столові ложки рослинної олії

Залити в чашу мультиварки томатний сік. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Солодкий перець очистити від насіння і плодоніжок. Нарізати перець смужками. Цибулину нарізати півкільцями. Часник дрібно нарізати. Після закипання томатного соку в мультиварці (приблизно через 15–20 хвилин) додати в чашу солодкий перець, цибулю, часник, лавровий лист, перець горошком і червоний перець. Додати сіль, оцет і рослинну олію. Перемішати вміст чаші. Після закінчення програми «ТУШКУВАННЯ» увімкнути програму «ВАРЕННЯ» на 1,5 години.





## АДЖИКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

3–4 кг солодкого перцю  
2–3 кг помідор  
3–4 шт. пекучого перцю  
1,5 головки часнику

4 ст. л. солі  
5 ст. л. цукру  
100 г оцту (10%)  
100 мл соняшникової олії

Овочі промити і очистити. Із солодкого перцю видалити насіння, помідори нарізати. Солодкий перець і помідори пропустити через м'ясорубку. Перелити в чашу і вибрати програму «ВАРЕННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 120 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. В окремий посуд пропустити через м'ясорубку пекучий перець і часник. Для надання страві пікантності можна не видаляти насіння. Приблизно за 20 хвилин до готовності додати пекучий перець, часник, сіль, цукор, оцет, олію, перемішати і закрити кришку. Після приготування розлити аджику у банки і закрити.

## ПЕЧЕРИЦІ, ФАРШИРОВАНІ ОВОЧАМИ І ШИНКОЮ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

10 великих печериць  
150 г шинки  
1–2 цибулини  
2 зубчики часнику  
Перець червоний  
Перець солодкий мелений

Перець червоний гострий мелений  
1 мірна склянка червоного вина (за бажанням)  
Рослинна олія  
Сіль

Печериці помити, почистити, видалити ніжки і акуратно видалити з капелюшків м'якоть. Ніжки, м'якоть грибів, шинку, цибулю, часник дуже дрібно нарізати, посолити, поперчити, все перемішати. Заповнити грибні шапочки підготовленим фаршем. Покласти їх у чашу, додати всі інші інгредієнти. Закрити кришку. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## БРОКОЛІ З ЛИМОНОМ І ЧАСНИКОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г броколі  
3 ст. л. оливкової олії  
2 зубчики часнику

Сік 1 лимона  
Сіль, перець

Розібрати броколі на суцвіття. Часник дрібно нашинкувати. Покласти броколі в контейнер-пароварку. У чашу налити 6 мірних склянок води. Вибрати програму «НА ПАРІ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Зняти, додати лимонний сік і часник. Приправити сіллю і перцем.



## СЬОМГА НА ПАРІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

Стейки сьомги  
Прованські трави  
0,5 лимона  
Сіль, перець

Натерти стейки сіллю та спеціями. У чашу мультиварки налити 0,5 л води. Встановити пароварку для приготування на парі. Викласти в неї рибу. Посипати сухими травами і збризнути соком лимона. Закрити кришку. Вибрати програму «НА ПАРІ». Готувати до закінчення програми.



## ФОНДЮ СИРНЕ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

350 сиру «Чеддер»  
150 мл білого вина  
75 мл вершків  
10 г часнику  
10 г крохмалю

5 г лимона  
50 мл води  
Цукор  
Сіль, спеції

Сир і часник натерти на дрібній тертці. Вершки, воду, крохмаль і цукор змішати в окремій ємності до однорідної маси. З лимона вичавити сік. У чашу мультиварки налити вино, закрити кришку. Вибрати програму «ШЕФ-КУХАР», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 10 хвилин. Натиснути на кнопку «ТЕМПЕРАТУРА» та встановити температуру 95°C і натиснути на кнопку «СТАРТ». За 9 хвилин до закінчення приготування додати часник і сир, постійно помішуючи, щоб вийшла однорідна маса. Не припиняючи перемішувати, додати лимонний сік, сіль і спеції. За 3 хвилини до закінчення приготування, постійно помішуючи, додати суміш вершків і крохмалю. Готувати до закінчення програми.



## ПШЕНИЧНА КАША З ГАРБУЗОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 мірна склянка пшеничної крупи  
3 мірних склянки молока  
200–300 г гарбуза

30 г вершкового масла  
Сіль, цукор за смаком

Гарбуз нарізати. Крупу ретельно промити. В чашу викласти крупу, гарбуз, налити молоко. Посолити та додати цукор. Потім все перемішати та закрити кришку, вибрати програму «КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## КУКУРУДЗЯНА КАША

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 мірна склянка кукурудзяної  
крупки  
1 л молока

30 г вершкового масла  
Сіль, цукор за смаком

Викласти в чашу промиту крупу. Налити молоко. Додати сіль, цукор та перемішати. Додати вершкове масло та закрити кришку, вибрати програму «МОЛОЧНА КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення програми відкрити кришку, перемішати кашу. Якщо каша ще рідка, залишити її на 30–45 хв. у режимі «РОЗІГРІВ», щоб вона загусла.



## КУКУРУДЗЯНА КАША З ГАРБУЗОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 мірна склянка кукурудзяної  
крупки  
300 г гарбуза

1 л молока  
Сіль, цукор за смаком

Викласти в чашу промиту крупу та нарізаний шматочками гарбуз, влити молоко та посолити. За бажанням додати цукор або мед, вибрати програму «МОЛОЧНА КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Після закінчення програми залишити готову кашу томитися на 40–50 хв. у режимі «РОЗІГРІВ».





## МОЛОЧНА РИСОВА КАША З РОДЗИНКАМИ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 мірна склянка круглого рису  
4 мірних склянки молока  
1 яблуко  
3 ст. л. родзинок

Викласти в чашу промиту крупу, додати молоко, родзинки та натерте на велику терку яблуко. Вибрати програму «МОЛОЧНА КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Перед подачею на стіл додати корицю.

## РИСОВИЙ ПУДИНГ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

550 г круглого рису  
500 мл молока  
4 ст. л. цукру  
50 г апельсинових шкірок або  
цукатів

20 г бренді (за бажанням)  
2 ч. л. какао  
Кориця

Викласти всі інгредієнти в чашу. Вибрати програму «МОЛОЧНА КАША», натиснути на кнопку «СТАРТ». Приготовлений пудинг викласти в креманку, посипати какао та корицею.





## ВІВСЯНА КАША

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 мірна склянка вівсяних пластів-  
ців  
3–4 мірних склянки молока  
0,5 ч. л. солі

3 ст. л. цукру  
1 ст. л. вершкового масла

Вівсяні пластівці відміряти і висипати в чашу. Залити пластівці трьома склянками молока, якщо ви хочете отримати густу в'язку кашу, і чотирма — якщо ви любите кашу досить рідку. Також за смаком ви можете замінити певну кількість молока водою, наприклад, взяти 2 склянки молока і 2 склянки води. Додати цукор, трохи солі й все перемішати. Вибрати програму «ВІВСЯНКА», натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Вівсянку можна подавати на стіл зі шматочком вершкового масла, варенням або свіжими ягодами.

## ГАРБУЗ НА ПАРІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г гарбуза  
50 г вершкового масла  
Кріп, сіль за смаком

Гарбуз очистити від шкірки, насіння, нарізати кубиками. У чашу залити 4 мірних склянки води. У контейнер-пароварку викласти гарбуз. Вибрати програму «НА ПАРІ», натиснути на кнопку «СТАРТ». Після закінчення програми перемішати гарбузі, за необхідності, ще на деякий час увімкнути програму «НА ПАРІ». Перед подачею на стіл посолити, додати вершкове масло і кріп.







## БІЛИЙ ХЛІБ НА ВОДІ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

0,5 літра теплої води  
2 півлітрових баночки борошна  
20 грамів (1/5 брикету) свіжих  
дріжджів

1 ч. л. солі  
2-3 ч. л. цукру

Дріжджове тісто найкраще підходить на опарі. Для цього потрібно в склянці (або невеликій мисочці з високими стінками) з'єднати дріжджі, 1 чайну ложку цукру, 2-3 столових ложки теплої води і кілька чайних ложок борошна. Все це ретельно перемішати. Повинна вийти в'язка маса. Залишити опару на 5-10 хвилин, щоб вона піднялася аж до верху. Для приготування хліба в мультиварці потрібно дві півлітрових банки просіяного борошна. Налити в каструлю півлітра теплої води, покласти опару і додати потрібну кількість солі та цукру (2-3 чайних ложки). Всипати одну півлітрову банку борошна і перемішати. Ввести поступово, по кілька столових ложок, решту борошна. Вимішати тісто, поки не розчиняться всі грудочки, не шкодуючи рук. Поставити тісто в тепле місце або покласти в чашу мультиварки, вибрати програму «ТІСТО» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Дати тісту підійти і зачекати, поки не підніметься. Пористе тісто, наповнене бульбашками повітря, якщо є можливість, потрібно ще раз вимішати.

Після цього викласти його в чашу мультиварки, попередньо змащену маргарином (вершковим маслом або рафінованою соняшниковою олією) та закрити кришку. Вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Якщо ви любляєте більш підсмажений хліб, після закінчення програми необхідно перевернути хліб і знову вибрати програму «ВИПІЧКА». Готувати до готовності.

## ДРІЖДЖОВЕ ТІСТО

### ІНГРЕДІЄНТИ:

600 г борошна  
20 г цукру  
15 г дріжджів сухих

5 г солі  
10 мл олії  
300 г води кімнатної температури

В окремій ємності змішати борошно, сіль, цукор і дріжджі. Продовжуючи помішувати, тонкою цівкою влити воду кімнатної температури. Руками вимісити тісто до тих пір, поки воно не почне відставати від стінок ємності. Чашу мультиварки змастити олією, викласти тісто в чашу мультиварки. Закрити кришку. Вибрати програму «ТІСТО» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ХЛІБ БЕЗ ЗАМІШУВАННЯ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г борошна  
(250 пшеничного борошнапершо-  
го сорту + 150 житнього)  
8 г солі

300 мл холодної води  
8 г дріжджів  
1 ст. л. цукру

Борошно просіяти, змішати в місці з сіллю. Дріжджі розпустити у воді з цукром. Влити воду в борошно, перемішати. Змастити руки олією, скачати кулю і покласти в чашу мультиварки. Щоб не було необхідності довго мити чашу після готування, можна застелити її плівкою. Вибрати програму «ТІСТО» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Залишити на ніч (на 8–9 годин). Виброджене тісто акуратно вивалити на добре посипаний борошном стіл (тісто досить рідке). Змащеними (1 ст. л. рослинної олії) руками розтягнути його в коржик і загорнути начетверо (конвертом). Покласти на вистоювання в змащену олією мультиварку на 1–1,5 години. Можна акуратно заглядати під кришку — контролювати процес. Вибрати програму «ВИПІЧКА», випікати протягом 40–60 хвилин. Можна не перевертати.

## СМАЖЕНІ БАНАНИ З МЕДОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 зелених (неспілих) банани  
3 ст. л. цукру  
Мед

Коричневий цукор  
(для посипання)  
Рослинна олія

Банани очистити і нарізати кружечками. У холодній воді розчинити цукор, замочити банани на 30 хвилин, після чого дістати їх з води, обсушити. У чаші на програмі «СМАЖЕННЯ» сильно розігріти олію і обсмажити в ній банани до утворення рум'яної скоринки. Готові банани викласти на паперовий рушник або абсорбуючий папір, щоб увібралися надлишки олії. Перед подачею на стіл сервірувати на тарілці. Зверху посипати коричневим цукром, полити медом.





## ГРУШЕВИЙ ДЕСЕРТ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 кг ванільного морозива  
4 великі груші  
50 г гіркого шоколаду

200 мл жирних вершків  
1 паличка кориці  
2 ст. л. цукру  
Збиті вершки для сервірування

Великі стиглі груші очистити, розрізати на половинки, видалити серцевину. Покласти в чашу, залити водою, додати цукор, паличку кориці. Вибрати програму «ТУШКУВАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Охолодити. Приготувати шоколадний соус: шоколад розламати на невеликі шматочки, покласти в чашу. Вибрати програму «ВАРЕННЯ», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 10 хвилин і натиснути на кнопку «СТАРТ», не закриваючи кришку, постійно помішуючи і поступово додаючи вершки до отримання однорідної маси. Після готовності дати трохи охолонути. Морозиво розділити на вісім порцій, розкласти в креманки. Зверху покласти груші, полити теплим шоколадним соусом і прикрасити збитими вершками.

## ВАРЕННЯ З ЛІСОВИХ ЯГІД

### ІНГРЕДІЄНТИ:

400 г лісових суниць  
100 г чорниць  
0,3-0,5 кг цукру  
1 ст. л. води

Ягоди почистити і промити, викласти в мультиварку, засипати цукром і злегка збризнути водою. Вибрати програму «ВАРЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». У процесі приготування стежити, щоб суміш сильно не кипіла. Після закінчення програми розлити варення у банки і закрити.



## ВАРЕННЯ З ПОЛУНИЦІ (СМОРОДИНИ)

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 літрова банка ягід  
(полуниці або смородини)  
1 літрова банка цукру

Ягоди перебрати від листочків і гілочок і промити. Перекласти полуницю або смородину в чашу мультиварки. Засипати цукром. Вибрати програму «ВАРЕННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## СИРНА ЗАПІКАНКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200–300 г сиру  
1–2 яйця  
35 г борошна (або манної крупи)  
2–3 ст. л. цукру  
1/2 ч. л. солі

35 г вершкового масла  
Ванілін  
Кориця  
Цукрова пудра (для сервірування)

У сир додати всі інгредієнти. Добре перемішати до отримання однорідної маси. Дно чаші змастити маслом, викласти масу, зверху посипати корицею. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Під час подачі на стіл посипати цукровою пудрою.



## ЯБЛУКА, ЗАПЕЧЕНІ З МЕДОМ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

Яблука  
Мед  
Сік лимона  
Кориця

Волоські горіхи, родзинки або  
курага  
Вершкове масло

З яблук вийняти серцевину. Збризнути соком лимона. Всередину кожного додати 1 ст. л. меду, за бажанням — волоські горіхи, родзинки або курагу, посипати корицею. Дно чаші змастити маслом, викласти яблука. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## ЛИМОННА ШАРЛОТКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

5 яєць  
2 ч. л. цукрового піску  
2 ч. л. борошна  
Лимони (або апельсини)

2 ч. л. цедри лимона  
Цукрова пудра (для посипання)  
Маргарин або вершкове масло  
(для змащування форми)

Яйця злегка збити вінчиком, продовжуючи збивати, додати цукор і повільно ввести муку. Лимони вимити, з двох лимонів на дрібній тертці натерти цедру (не натираючи шар білого кольору). Лимони очистити, розділити на часточки, видалити кісточки. Додати лимони і цедру в тісто. Акуратно перемішати. Змастити форму маргарином (до середини форми). Вилити в неї тісто. Вибрати програму «ЗАПІКАННЯ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Після закінчення готування вимкнути прилад, відкрити кришку. Готову шарлотку залишити остигати 2–3 хвилини. Потім перевернути чашу і витрусити шарлотку на тарілку. Зверху шарлотку посипати цукровою пудрою.



## ФОНДЮ ШОКОЛАДНЕ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г гіркого шоколаду  
200 мл вершків 22%

Плитку шоколаду розламати на часточки. У чашу мультиварки викласти шоколад, залити вершками. Вибрати програму «ШЕФ-КУХАР», після цього натиснути на кнопку «ЧАС» та встановити час приготування 10 хвилин. Натиснути на кнопку «ТЕМПЕРАТУРА» та встановити температуру 95°C та натиснути на кнопку «СТАРТ». Помішувати вміст з відкритою кришкою мультиварки до закінчення програми.



## ЯБЛУЧНИЙ ПИРІГ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1-1,5 кг яблук  
120-150 г вершкового масла  
1 склянка борошна  
1 склянка манної крупи

1 склянка цукру  
1,5-2 ч. л. розпушувача борошна  
Кориця  
Ванілін

Приготувати суху суміш: змішати борошно з розпушувачем, цукром, манною крупою і ваніліном (можна додати корицю). Яблука вимити, очистити, натерти на великій тертці. У змащену маслом чашу викласти шарами: шар сухої суміші, шар натертих яблук. Таким чином чергувати шари до заповнення форми, останнім шаром повинна бути суха суміш. Зверху натерти на великій тертці добре охолоджене вершкове масло (можна просто порізати шматочками). Вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Випікатисухий яблучний пиріг протягом 60 хвилин. Пиріг не перевертати! Готовий пиріг повністю остудити в чаші.





## КЕКС МЕДОВИЙ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г пшеничного борошна (в/с)  
240 г меду  
100 г яєць  
50 г вершкового масла

5 г розпушувача  
1 г ванільного цукру  
1 г солі

Яйця збити із сіллю до стійкої піни. Не перестаючи збивати, додати мед, розпушувач і ванільний цукор. Потім, продовжуючи збивати, потроху додати борошно та вимішати до однорідної маси. Чашу мультиварки змастити вершковим маслом і вилити тісто. Закрити кришку. Вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За замовчуванням висвітиться 60 хвилин. Готувати до закінчення програми.

## БІСКВІТ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

5 яєць  
1 мірна склянка борошна  
1 мірна склянка цукру  
5 г розпушувача

Яйця збити міксером до хорошої піни. Поступово всипати цукор та розпушувач. Потім всипати борошно, ретельно перемішати до однорідної маси. Чашу мультиварки змастити вершковим маслом і викласти в неї тісто. Закрити кришку. Вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За замовчуванням висвітиться 60 хвилин. Готувати до закінчення програми.





## МАННИК

### ІНГРЕДІЄНТИ:

Яйця  
200 г манної крупи  
200 г сметани (15–20%)

200 г борошна  
200 г цукру  
1/2 ч. л. соди

З'єднати манну крупу зі сметаною, перемішати і залишити набухати на 40–60 хвилин. Розтерти яйця з цукром. З'єднати яєчну суміш і манну крупу та ретельно їх перемішати. Додати борошно, соду і замісити тісто без грудочок. У змащену маслом чашу мультиварки влити тісто і вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## СИРНО-МОРКВЯНА ЗАПІКАНКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

0,5 кг сиру  
3 морквини  
2 яйця

2/3 мірної склянки цукру  
2 ст. л. волоських горіхів

Моркву натерти на дрібній тертці та змішати її з усіма інгредієнтами. Викласти в змащену маслом чашу мультиварки і вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.







## ЗАПЕЧЕНІ ЯБЛУКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

300 г яблук  
60 г меду  
Кориця

У яблук зрізати верхню частину і акуратно видалити серцевини, не пошкоджуючи стінки. В утворену виїмку викласти мед і додати дрібку кориці, накрити яблука верхньою частиною. Яблука викласти в чашу мультиварки таким чином, щоб мед не витік. Закрити кришку. Вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## ВЕРШКОВИЙ ЙОГУРТ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

Молоко 2,5% (кімнатної температури)  
350 мл вершків 10%  
300 мл закваски (кисляк 1%)

Помістити в чашу мультиварки всі інгредієнти і добре перемішати. Вибрати програму «ЙОГУРТ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після цього йогурт охолодити протягом двох годин у холодильнику. Готовий йогурт подавати з фруктами або сиропом.





## ЙОГУРТ ПОЛУНИЧНИЙ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

350 мл пастеризованого молока 3,2%  
350 мл вершків 10%  
300 мл кисляку 2,5%  
100 г полуниці

Для приготування цього рецепта Вам знадобиться набір баночок для приготування йогурту. Його Ви можете додатково придбати унаборі аксесуарів до мультиварки. Модель: RAM03-M, RAM04-G, RAM02-G. Полуницю нарізати кубиками по 0,5 см. Молоко, вершки і кисле молоко кімнатної температури змішати, додати полуницю, перемішати в окремій ємності та розлити у скляночки для йогурту. Налити 100 мл води в чашу мультиварки. Наповнені скляночки поставити в чашу мультиварки. Закрити кришку. Вибрати програму «ЙОГУРТ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». За замовчуванням висвітиться 480 хвилин. Готувати до завершення програми. Готовий йогурт поставити в холодильник на 2–3 години.

## ПУНШ ЛИМОННИЙ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

340 мл червоного вина  
100 г цукру  
70 мл соку лимона  
2 г меленої кориці

Цукор і корицю насипати в чашу мультиварки, залити вином, додати сік лимона і ретельно перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «ГЛІНТВЕЙН» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## АНАНАСОВИЙ ПИРИГ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

4 яйця

225 г вершкового масла

300 г цукрової пудри

2 ч. л. розпушувача

250 г ананасового йогурту

300 г борошна

4 часточки консервованого ана-

наса

Збити яйця і додати розтоплене масло, цукрову пудру, розпушувач, йогурт. Потім всипати борошно і перемішати. Дно чаші та боки змастити маслом і викласти тісто. Зверху покласти ананас. Закрити кришку. Вибрати програму «ВИПІЧКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## КОМПОТ ІЗ СУХОФРУКТІВ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г сухофруктів

250 г цукру

2 л води

6 гвоздик

2 г меленої кориці

Сухофрукти промити, відкинути на сито і дати стекти воді. Всі інгредієнти викласти в чашу мультиварки, додати цукор, залити водою і ретельно перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## РЯЖАНКА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 л пряженого молока  
350 г сметани 20%

У чашу мультиварки налити пряжене молоко, додати сметану і перемішати до однорідної маси. Закрити кришку, вибрати програму «ЙОГУРТ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми. Після закінчення програми готову ряжанку ретельно перемішати, процідити через сито, перелити в скляну ємність і прибрати в холодильник на 2 години.

## ГЛІНТВЕЙН

### ІНГРЕДІЄНТИ:

700 мл червоного вина  
100 г цукру  
10 г родзинок  
7 г гвоздики

5 г імбиру  
5 г апельсинової шкірки  
5 г кориці  
5 г кардамону

Родзинки та імбир викласти в чашу мультиварки, залити вином, додати цукор, апельсинову шкірку, корицю, кардамон, гвоздику і ретельно перемішати. Вибрати програму «ГЛІНТВЕЙН» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ТЕПЛЕ МОЛОКО

### ІНГРЕДІЄНТИ:

1 л молока

Вилити молоко у чашу мультиварки. Вибрати програму «ТЕПЛЕ МОЛОКО» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Чекати закінчення програми.

## НАСТОЯНКА ПОЛУНИЧНА

### ІНГРЕДІЄНТИ:

500 г полуниці  
300 г цукру  
1 л горілки

Висипати у чашу мультиварки цукор та ягоди. Влити горілку та дуже ретельно перемішати, щоби розчинилося якомога більше цукру. Закрити кришку мультиварки. Вибрати програму «НАСТОЯНКА/ГЛІНТВЕЙН» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Чекати закінчення програми. Залишити настоянку в режимі «РОЗІГРІВ» на 12 годин. Через 12 годин процідити настоянку.



## МАРИНАД ДЛЯ ОГІРКІВ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

2 л води  
200 мл оцту 9%  
160 г солі

130 г цукру  
2 г лаврового листя  
1,5 г перцю чорного (горошком)

Всі інгредієнти викласти в чашу мультиварки, залити водою і ретельно перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.



## МАРИНАД ДЛЯ ПОМІДОРІВ

### ІНГРЕДІЄНТИ:

3 л води  
250 мл оцту  
60 г цукру

55 г солі  
2 г лаврового листя

Всі інгредієнти викласти в чашу мультиварки, залити водою і ретельно перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «СУП» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.





## ДИТЯЧА СУМІШ

Висипати суміш в чашу мультиварки. Додати воду згідно з інструкцією на упаковці суміші. Ретельно перемішати. Закрити кришку. Вибрати програму «ДИТЯЧА СУМІШ» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Готувати до закінчення програми.

## РОЗМОРОЗКА

Помістити заморожені продукти в чашу мультиварки. Закрити кришку. Вибрати програму «РОЗМОРОЗКА» та натиснути на кнопку «СТАРТ». Очікувати закінчення програми.





## **СТЕРИЛЬНО**

Ємності, що підлягають стерилізації, наповнити водою, герметично закрити кришками і розмістити в чаші. Наповнити чашу водою до горловини ємностей. Встановити чашу в корпус мультиварки, переконатися, що вона щільно стикається з нагрівальним елементом. Закрити кришку. Вибрати програму «СТЕРИЛЬНО», натиснути на кнопку «СТАРТ». Чекати закінчення програми. Після закінчення програми вийняти ємності та залишити їх закритими. У такому вигляді вони будуть стерильні до 12 годин. Перед використанням вилити з ємностей воду. Дрібні предмети (соски, столові прилади і т.д.) розмістити в контейнері для приготування на парі. Залити в чашу 600–1000 мл води, встановити чашу в корпус мультиварки, переконатися, що вона щільно стикається з нагрівальним елементом. Встановити контейнер в чашу. Закрити кришку. Вибрати програму «СТЕРИЛЬНО», натиснути на кнопку «СТАРТ». Чекати закінчення програми.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---







# rotex

комфортна техніка для тебе

Дані рецепти носять рекомендаційний характер і взяті з відкритих джерел. Торговельна марка Rotex не є відповідальною за збіг результату приготування за даною книгою рецептів із власне рецептом і залишає за користувачем мультиварки право використовувати їх на власний розсуд.

---

[info@rotex.ua](mailto:info@rotex.ua)

+38 044 207 10 43  
**rotex.ua**

 [facebook.com/rotex2005](https://facebook.com/rotex2005) -  
 [youtube.com/c/RotexTechnics2005](https://youtube.com/c/RotexTechnics2005)

---