

ГОТОВИМ В МУЛЬТИВАРКЕ

Сочная КУРОЧКА



ВСЕ БУДЕТ ОЧЕНЬ ВКУСНО!



ГОТОВИМ В МУЛЬТИВАРКЕ

Сочная КУРОЧКА

Сочные котлеты и жаркое • Поджаристые шашлычки и люля-кебаб • Сытные салаты и закуски
Наваристые супы и бульоны

СОЧНАЯ КУРОЧКА • Готовим в мультиварке



КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

Не секрет, что мультиварка – это великолепная кухонная помощница. С ней можно приготовить все, что угодно! При этом нет никакой необходимости контролировать процесс приготовления, проводя много часов на кухне. Кроме того, блюда в ней получаются не только необычайно вкусными, но и полезными.

Салаты и закуски, супы и бульоны, куриные грудки и окорочка, цыпята табака и отбивные, жаркое и котлеты, люля-кебаб и шашлык, запеканка и фрикасе, ризотто и пельмени... Перед блюдами из курицы невозможно устоять! С мультиваркой создавать кулинарные шедевры просто и приятно. Порадуйте себя и близких — просто подготовьте продукты, а приготовление доверьте мультиварке!

Готовьте без хлопот! Теперь это легко!

www.ksdbook.ru

www.bookclub.ua

ISBN 978-5-9910-3463-0



9 785991 103463 0

ISBN 978-617-12-0148-4



9 786171 120148 4



ВСЕ БУДЕТ ОЧЕНЬ ВКУСНО!



ГОТОВИМ В МУЛЬТИВАРКЕ

Сочная КУРОЧКА

Сочные котлеты и жаркое • Поджаристые шашлычки
и люля-кебаб • Сытные салаты и закуски
Наваристые супы и бульоны



ХАРЬКОВ
БЕЛГОРОД
2016

КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

УДК 641/642
ББК 36.991
С30



Никакая часть данного издания не может быть
скопирована или воспроизведена в любой форме
без письменного разрешения издательства

Фотографии *В. С. Водяницкого*

Дизайнер обложки *Юлия Демидова*

ISBN 978-966-14-9206-5 (серия)
ISBN 978-617-12-0148-4 (Украина)
ISBN 978-5-9910-3463-0 (Россия)

© Netigo Ltd., издание на русском языке, 2016
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2016
© ООО «Книжный клуб "Клуб семейного досуга"», г. Белгород, 2016



ВВЕДЕНИЕ

Нынешние хозяйки все чаще предпочитают готовить курицу не в духовке или на сковороде, а в мультиварке. Если прибор на вашей кухне многофункциональный, то курицу можно приготовить по-разному — просто и сложно, с фантазией и деликатесно, но всегда вкусно и разнообразно.

Рецептов приготовления курицы в мультиварке не просто много, а очень много. Умная кастрюля варит, тушит, жарит, томит, запекает, парит, причем эти способы можно без труда комбинировать. Таким образом, хозяйка совершенно свободна в своих действиях и может воплотить мечту о кулинарном творчестве.

Часто изысканные блюда на основе куриного мяса готовятся поэтапно, и с помощью мультиварки это можно сделать максимально правильно и легко, например сначала дать тушке слегка покипеть

в бульоне с пряностями, чтобы насытить ее ароматами, а потом запечь или поступить по-другому — обжарить кусочки до золотистого цвета, после чего потушить их, чтобы получить нежнейшее мясо с румяной корочкой, либо нафаршировать курицу овощами или крупой и подать на стол полноценное второе из мяса и гарнира.

Мультиварка дает возможность хозяйке сократить время, которое она обычно тратит на приготовление пищи, потому что кухонную кудесницу можно загрузить необходимыми продуктами, поколдовать на дисплее, устанавливая нужную программу, и нажать кнопку «Старт». А послушная помощница все сделает не только идеально, но и к определенному времени. Имеет значение и то, что хозяйка может как воспользоваться общеизвестными рецептами, так и пополнить этот список собственными.



Не стоит думать, что мультиварку трудно освоить. Это обычная (хотя недавно еще экзотическая!) электрическая кастрюля с программным управлением. В каждой модели заложены стандартные режимы (автоматические и полуавтоматические), причем при отсутствии некоторых их можно заменить имеющимися в перечне, например вместо функции «Жарка» можно использовать программы «Выпечка», «Гречка» или «Плов».

Автоматическими режимами являются:

- 1 «Гречка» для твердых сортов риса, пшена, гречневой или перловой крупы, бобовых (фасоли и гороха, предварительно замоченных в воде), а также для приготовления каш с мясом, овощами и пр. Особенно приятно, что, заложив с вечера соответствующие ингредиенты, можно к завтраку получить горячую кашу.
- 2 «Плов» для мягких сортов риса, кукурузной крупы и др. При этом режиме можно, например, запечь картофель или сварить макароны по-флотски.

3 «Молочная каша», причем с отложенным стартом.

Полуавтоматические режимы также разнообразны. К ним относятся:

- 1 «Выпечка», при которой можно не только испечь кекс или пирог, но и приготовить запеканку, пожарить мясо;
 - 2 «Тушение», чтобы сварить прозрачный бульон, борщ или суп, потушить мясо или приготовить холодец, топленое молоко и т. д. Программа предполагает томление продуктов при заданной температуре, поэтому жидкость не выкипает и продукты не развариваются.
 - 3 «Варка на пару». Это удобная программа для приготовления диетических блюд, например паровых котлет,пельменей, овощей для винегретов и других салатов, причем можно два блюда готовить одновременно.
- Одним словом, мультиварка на кухне — это здоровая пища и масса свободного времени, которое можно потратить на семью, детей и на себя.





САЛАТЫ И ЗАКУСКИ



САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ И ФЕНХЕЛЯ

- 500 г куриного филе
- 200 г салата «Айсберг»
- 100 г фенхеля
- 100 г репчатого лука
- 100 г белокочанной капусты
- 50 г корневого сельдерея

- 50 г огурца
- 50 г моркови
- 50 г рукколы
- Сырные корзиночки
- Соль по вкусу

Для соуса

- 100 мл оливкового масла

- 50 г горчицы
- 30 мл лимонного сока
- Молотый черный перец и соль по вкусу

Для украшения

- Огурец
- Помидоры черри
- Сладкий перец



- 1 Положить куриное филе, репчатый лук и морковь в чашу мультиварки, влить столько воды, чтобы она покрыла продукты, и выбрать режим «Суп» на 1,5 часа. Когда вода закипит, снять пену, посолить и варить до звукового сигнала. Остудить мясо, нарезать тонкими пластинами. Натереть фенхель, огурец и сельдерей на крупной терке. Нарезать салат «Айсберг» и рукколу. Перемешать фенхель, огурец, сельдерей, салат и рукколу, посолить.
- 2 Для приготовления соуса взбить в блендере оливковое масло, горчицу и лимонный сок, посолить, поперчить, подать отдельно в соуснике.
- 3 Наполнить овощной смесью сырные корзиночки, сверху разложить мясо. Украсить блюдо разрезанными пополам помидорами, кружочками огурца и полосками сладкого перца. Готовые корзиночки положить на подушку из нашинкованной белокочанной капусты.





САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ И СЫРА

«Выпечка»

«Мультивар»

2,5 часа



- 500 г куриного филе
- 200 г французского багета
- 100 г рукколы
- 100 г салата «Ромэн»
- 100 г пармезана
- 30 г чеснока
- Молотый черный перец, соль по вкусу

Для жарки

- Оливковое масло

Для соуса

- 60 мл оливкового масла
- 40 мл сока лайма
- 30 мл вустерширского соуса
- 1 яйцо

- 1 Измельчить половину чеснока, добавить перец и соль, перемешать, натереть куриное филе и оставить на 20—25 минут. Положить филе в чашу мультиварки, установить режим «Выпечка» на 40 минут, после звукового сигнала перевернуть мясо на другую сторону и готовить при том же режиме еще 40 минут. Остудить курицу и нарезать ломтиками.
- 2 Срезать с багета корочки, нарезать мякиш кубиками. Налить в чашу мультиварки оливковое масло, положить оставшийся чеснок, раздавленный ножом, включить режим «Выпечка» на 2 минуты, затем вынуть чеснок, всыпать кубики батона и жарить при том же режиме 5—7 минут.
- 3 Вскипятить в чаше воду при режиме «Мультивар» (настроить температуру 100 °С на 10 минут), опустить яйцо на 1 минуту, после чего разбить его в емкость блендера, влить оливковое масло, сок лайма, вустерширский соус и взбить до однородной консистенции. Натереть сыр на крупной терке.
- 4 Порвать салат «Ромэн» руками, вперемешку с рукколой выложить на порционные тарелки, сверху распределить гренки и ломтики курицы. Полить салат соусом и посыпать пармезаном.



САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ И КУКУРУЗЫ



1 Разрезать филе на несколько частей, натереть солью и перцем, положить в чашу мультиварки, влить оливковое масло и установить режим «Выпечка» на 35 минут. После звукового сигнала

- 500 г куриного филе
 - 100 г кукурузы (консервированной)
 - 150 г сыра твердых сортов
 - 100 г листового салата
 - 50 мл оливкового масла
 - Молотый черный перец и соль по вкусу
- Для жарки**
- Оливковое масло

«Выпечка» 1,2—1,4 часа

перевернуть мясо на другую сторону и готовить при том же режиме еще 30 минут. Остудить филе и нарезать ломтиками.

- 2** Натереть сыр слайсами.
- 3** Порвать салатные листья на кусочки, разложить по порционным тарелкам, сверху распределить мясо. Полить салат оливковым маслом, посыпать сыром и украсить кукурузой.

САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ С ОВОЩАМИ

- 450 г куриного филе
- 200 г листового салата
- 100 г помидоров
- 100 г сладкого перца
- 100 г репчатого лука
- 50 г моркови
- 5 г сушеной петрушки
- Йогурт, молотый черный перец и соль по вкусу

«Суп» 1,6—1,8 часа

1 Положить куриное филе, очищенные репчатый лук и морковь в чашу мультиварки, влить столько воды, чтобы она покрыла продукты, и выбрать режим «Суп» на 1,5 часа. Когда вода закипит, снять пену, добавить соль, черный перец и варить до звукового сигнала. Остудить мясо, нарезать его длинными брусочками.



- 2** Сладкий перец нарезать полосками, помидоры — ломтиками. Разложить по порционным тарелкам листья салата, сверху распределить курицу, помидоры и сладкий перец, посыпать все петрушкой и заправить йогуртом.





САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ И СЛАДКОГО ПЕРЦА

«Выпечка»

«Тушение»

«Мультивар»

1,3—1,5 часа



- 600 г куриного филе
- 200 г сладкого перца
- 200 г груш
- 50 мл куриного бульона
- 20 г чеснока
- 5 г имбиря

- Молотый черный перец и соль по вкусу

Для маринада

- 50 мл коньяка
- 40 мл соевого соуса

- 25 г кукурузной муки

Для жарки

- Растительное масло

Для карамели

- 200 мл воды
- 75 г сахара
- 60 г сливочного масла

- 1 Нарезать филе кусочками. Соединить кукурузную муку с половиной соевого соуса и коньяка, добавить филе, перемешать.
- 2 Налить в чашу мультиварки растительное масло, положить мясо, включить режим «Выпечка» на 30 минут, затем влить бульон, оставшиеся соевый соус и коньяк, добавить натертые на терке чеснок и имбирь, посолить, поперчить и установить программу «Тушение» на 20 минут. Груши нарезать ломтиками, сладкий перец — полосками.
- 3 Насыпать в чашу мультиварки сахар и установить программу «Мультивар» (160 °С). Как только сахар карамелизируется, добавить к нему сливочное масло, растопить, ввести груши, влить горячую воду, установить таймер на 5 минут и закрыть крышку. По истечении указанного времени перевернуть груши и готовить при том же режиме еще 5 минут.
- 4 Выложить на порционные тарелки курицу, сладкий перец и груши.



СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3	Курица, жаренная с кукурузой	31
		Курица, жаренная с карри	32
		Курица, жаренная в панировке	32
● ● ● САЛАТЫ И ЗАКУСКИ ● ● ●		Курица жаренная с картофелем	33
Салат из курицы и фенхеля	6	Курица в пиве	33
Салат из курицы и сыра	7	Курица с апельсином	34
Салат из курицы и кукурузы	8	Курица под горчичным соусом	34
Салат из курицы с овощами	8	Курица в азиатском стиле	35
Салат из курицы и сладкого перца	9	Курица с овощами и орехами кешью	36
Салат из курицы и грибов	10	Курица в томатном соусе	37
Салат из курицы и сельдерея	10	Цыплята, жаренные в беконе	37
Рулет из куриной грудки с сыром	11	Цыплята запеченные	38
Рулет из куриной грудки со шпинатом	12	Цыпленок табака пикантный	39
Рулет из куриной грудки с луком	13	Цыпленок табака с рисовым гарниром	40
Рулет из куриной грудки с бобами	14	Цыпленок в луковом соусе	40
Рулет из куриной грудки с бананами	14	Грудка куриная с лапшой	41
Рулет из куриной грудки с яблоками	15	Грудка куриная под сырной корочкой	41
Рулет из куриной грудки с морковью	16	Грудка куриная с картофелем фри	42
Рулет из куриной грудки с беконом	17	Грудка куриная с артишоками	42
Рулет из куриной грудки с брокколи	17	Грудка куриная, тушенная с тыквой	43
Рулет из куриной грудки с орехами	18	Грудка куриная, тушенная с овощами	43
Заливное из курицы	19	Грудка куриная с баклажанами	44
Торт из курицы и картофеля	20	Грудка куриная с клецками	45
Торт блинный с курицей	21	Грудка куриная в соусе терияки	46
Фрикадельки куриные в панировке	22	Грудка куриная тушенная	46
Наггетсы куриные	22	Грудка куриная фаршированная	47
		Грудка куриная в винном соусе	48
● ● ● ПЕРВЫЕ БЛЮДА ● ● ●		Филе куриное с рисом	48
Бульон куриный	24	Филе куриное в кляре	49
Суп куриный со спагетти	24	Филе куриное под кисло-сладким соусом	50
Суп куриный с лапшой	25	Филе куриное с грибами и феттуччине	51
Суп куриный с корицей	25	Филе куриное с ананасами	51
Суп куриный с кукурузными клецками	26	Филе куриное в томатном соусе	52
Суп куриный со сметаной	27	Филе куриное с чесноком	53
Суп куриный с баклажанами	28	Филе куриное в сметанном соусе	54
● ● ● ВТОРЫЕ БЛЮДА ● ● ●			
Курица, запеченная с яблоками	30		
Курица, запеченная с коньяком и медом	30		
Курица, запеченная с беконом	31		





Филе куриное в кляре	54	Голени куриные, запеченные с брокколи	74
Филе куриное фаршированное	55	Крылышки куриные жареные	75
Филе куриное, фаршированное ветчиной и сыром	56	Крылышки куриные в панировке	75
Филе куриное паровое	56	Крылышки куриные, жаренные с овощами	76
Филе куриное в сливочном соусе	57	Крылышки куриные, жаренные в панировке	77
Филе куриное с картофельным пюре	58	Голени куриные пикантные	77
Филе куриное, тушенное с овощами	58	Крылышки куриные, тушенные в пиве	78
Филе куриное, тушенное в сметане	59	Котлеты куриные со сладким перцем	78
Филе куриное, жаренное с чесноком	59	Котлеты куриные с репчатым луком	79
Филе куриное острое	60	Котлеты куриные с тыквенным пюре	79
Отбивные куриные со сметаной	61	Котлеты куриные с сыром	80
Отбивные куриные с начинкой	62	Котлеты куриные с овсяными хлопьями	80
Отбивные куриные с картофелем	63	Котлеты куриные с зеленью	81
Отбивные куриные в панировке	63	Котлеты куриные с сухарями	81
Отбивные куриные пряные	64	Люля-кебаб куриный	82
Окорочка тушеные	64	Шашлык куриный в беконе	83
Окорочка острые	65	Шашлык куриный в беконе пряный	83
Окорочка жареные	65	Шашлык из курицы с соевым соусом	84
Окорочка жареные с рисом	66	Шашлык из курицы с винным уксусом	84
Окорочка куриные в кисло-сладком соусе	66	Шашлык из курицы с цукини	85
Окорочка куриные в гранатовом соусе	67	Шашлык из курицы с картофелем	86
Окорочка куриные запеченные	68	Шашлык из курицы с горчицей	86
Окорочка куриные, жаренные в панировке	68	Шашлык из курицы в кефире	87
Голени куриные жареные	69	Шашлык из куриных сердечек	87
Голени куриные, жаренные в кляре	70	Запеканка куриная	88
Голени куриные с овощным гарниром	71	Рагу с курицей	89
Голени куриные с кукурузой	71	Ризотто из курицы	89
Голени куриные с картофелем фри	72	Фрикасе из курицы (вариант 1)	90
Голени куриные в сливочном соусе	72	Фрикасе из курицы (вариант 2)	90
Голени куриные в горчичном соусе	73	Жаркое с индийской ноткой	91
Голени куриные в соево-медовом соусе	73	Жаркое из курицы (вариант 1)	92
Голени куриные, запеченные с морковью	74	Жаркое из курицы (вариант 2)	92
		Пельмени с куриным фаршем	93



УКРАИНА

- по телефонам справочной службы (050) 113-93-93 (МТС); (093)170-03-93 (life) (067) 332-93-93 (Киевстар); (057) 783-88-88
- на сайте Клуба: www.bookclub.ua
- в сети фирменных магазинов см. адреса на сайте Клуба или по QR-коду



РОССИЯ

- по телефонам справочной службы +7 (4722) 73-22-73;
- e-mail: info@ksdbook.ru
- на сайте Клуба: www.ksdbook.ru
- «Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

Высылается бесплатный каталог

Для оптовых клиентов

Харьков

тел./факс +38(057)703-44-57
e-mail: trade@bookclub.ua
www.trade.bookclub.ua

Киев

тел./факс +38(067)575-27-55
e-mail: kyiv@bookclub.ua

Одесса

тел./факс +38(067)572-44-28
e-mail: odessa@bookclub.ua

Москва

Бертельсманн Медиа Москва АО
Тел./факс +7 (495) 984-35-23
e-mail: office@bmm.ru
www.bmm.ru

**Приглашаем к сотрудничеству
авторов, художников, переводчиков и редакторов**

e-mail: publish@bookclub.ua

Видання для організації дозвілля

Издание для досуга

Серія «Все буде дуже смачно!»

Серия «Все будет очень вкусно!»

СЕМЕНОВА Світлана Володимирівна

СЕМЕНОВА Светлана Владимировна

Соковита курочка.

Сочная курочка.

Готуємо в мультиварці

Готовим в мультиварке

(російською мовою)

Головний редактор *С. С. Скляр*
Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Г. Веремій*
Редактор *О. М. Біркина*
Художній редактор *Ю. О. Сорудейкіна*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректори *О. М. Лящева, О. О. Сквирчинська*

Главный редактор *С. С. Скляр*
Заведующий редакцией *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *И. Г. Веремей*
Редактор *Е. Н. Биркина*
Художественный редактор *Ю. А. Сорудейкина*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*
Корректоры *О. Н. Лящева, Е. А. Сквирчинская*

Підписано до друку 15.12.2015.
Формат 60x90/16. Друк офсетний.
Гарнітура «HeliosCond». Ум. друк. арк. 6.
Наклад пр. Зам. № .

Подписано в печать 15.12.2015.
Формат 60x90/16. Печать офсетная.
Гарнитура «HeliosCond». Усл. печ. л. 6.
Тираж экз. Зак. № .

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а
E-mail: cor@bookclub.ua

ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»»
308015, г. Белгород, ул. Пушкина, 49А

Віддруковано у друкарні «Фактор-Друк»
61030, м. Харків, вул. Саратовська, 51
Тел.: + 3 8 057 717 53 57

Отпечатано в типографии «Фактор-Друк»
61030, г. Харьков, ул. Саратовская, 51
Тел.: + 3 8 057 717 53 57