

COOKOVER

Smaki świata w twojej kuchni

Philipiak

MILANO

1967

COOKOVER

To idealne urządzenie dla tych, którzy lubią dobrze zjeść a nie potrafią, nie lubią gotować albo po prostu nie mają na to czasu.

Wielofunkcyjne i nowoczesne urządzenie, z pomocą którego można szybko i łatwo opanować najwyższą sztukę kulinarną.

Połączenie najnowszych technologii i najwyższej jakości materiałów wpisuje się doskonale w idee zdrowego odżywiania.

Dzięki bogactwu programów i sztucznej inteligencji jeden kompaktowy cookover umożliwi nam gotowanie, duszenie, pieczenie, smażenie, przygotowywania dań na parze, posiłków dla dzieci, domowego chleba, ciasta czy jogurtu.





The background of the slide is a blurred photograph. On the left, a white bowl filled with a light-colored, textured substance, likely oatmeal or porridge, is visible. To the right, a wooden rolling pin lies horizontally. The overall scene suggests a kitchen or a food preparation area.

Kasze na mleku

Owsianka

Oatmeal porridge

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. płatków owsianych
- 3 szkl. mleka
- 1 szkl. wody
- 2 łyżki cukru
- masło
- sól

na 3-4 porcje

- Płatki zalać mlekiem i wodą, dodać sól i cukier. Całość zamieszać.
- Gotować w trybie „Kasza na mleku”.
- Po zakończeniu programu dodać do kaszy masło i wymieszać.

Kuchnia szkocka

Kasza jęczmienna

Kasza jęczmienna

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. płatków jęczmiennych
 - 3 szkl. mleka
 - 1,5 szkl. wody
 - 4-6 łyżek śmietanki (22%)
 - 1 łyżeczka masła
 - 1 łyżeczka cukru
 - 2/3 łyżeczki soli
- na 1-2 porcje

- Płatki zalać mlekiem i wodą, dodać śmietankę, sól i cukier.
- Całość zamieszać.
- Gotować w trybie „Kasza na mleku”.
- Po zakończeniu programu dodać do kaszy masło i wymieszać.

Kuchnia białoruska

Kasza jaglana z dynią

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. kaszy jaglanej
 - 400 g dyni
 - 3 szkl. mleka
 - 2 szkl. wody
 - 1 łyżka cukru
 - 1 łyżeczka masła
 - 2/3 łyżeczki soli
- na 3-4 porcje

- Przepłukać kaszę jaglaną ciepłą wodą, następnie zalać wrzątkiem i moczyć przez 1 min. Dynię pokroić w drobną kostkę lub zetrzeć na tarce. Odcedzić kaszę i przełożyć do naczynia wewnętrznego cookovera. Zalać mlekiem i wodą, dodać sól i cukier.
- Gotować w trybie „Kasza na mleku”.
- Po zakończeniu programu dodać do kaszy masło i wymieszać.

Kasza ryżowa

Risengrod, Risgrynsgröt, Rice Porridge

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. ryżu
- 4 szkl. mleka
- 2 łyżki cukru
- 1 łyżeczka masła
- 2/3 łyżeczki soli

na 3-4 porcje

- Wypłukać ryż zimną wodą. Przełożyć do naczynia wewnętrznego cookovera.
- Zalać mlekiem, dodać cukier i sól.
- Gotować w trybie „Kasza na mleku”.
- Po zakończeniu programu dodać do kaszy masło i wymieszać.

Kuchnia szwedzka





Pierwsze dania



Zupa z kluskami

Griessnockerlsuppe

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. mocnego bulionu wołowego
- 1 łyżka masła
- 60 g kaszy manny
- 1 jajko
- 1 łyżka tłustej śmietanki
- szczypta gałki muskatołowej
- gałązka trybuli
- szczypta soli

- Rozdrobnić widelcem masło, wsypać kaszę mannę, wlać śmietankę, wbić jajko, posolić, dodać gałkę muskatołową, zamieszać, odstawić na 30 minut.
- Dwiema łyżkami uformować kluski. Gotować kluski w posolonej wodzie do wypłynięcia, następnie jeszcze przez 2 minuty.
- Wyłożyć do głębokiego talerza, zalać gorącym bulionem, udekorować gałązką trybuli.

Na 1 porcję



Kuchnia austriacka



Bozbash

Bozbash

SKŁADNIKI:

- 500 g żeberek baranich
- 300 g łopatki
- 2 pręgi
- 2 łyżki masła klarowanego
- 2 marchewki
- 5 pomidorów
- 2 papryki
- 1 cebula
- 1 świeża ostra papryczka
- 0,5 szkl. cieciorke
- 2 jabłka
- 2 ząbki czosnku
- liście kolendry
- bazylia
- 1 łyżeczka kminu rzymskiego
- 1 łyżka ziaren kolendry
- sól, pieprz czarny

Na 6 porcji

- Cieciorke namoczyć w wodzie przez noc a następnie odcedzić. Mięso z kośćmi zalać zimną wodą, dodać szczyptę soli, dusić w trybie „Duszenie” pod ciśnieniem 40 minut, lub bez ciśnienia 1,5 godziny.
- Mięso wytrybować (z wyjątkiem żeberek, kości usunąć), pokroić, bulion przecedzić do osobnego naczynia. Warzywa oczyścić (z wyjątkiem ostrej papryczki), marchew pokroić ukośnie na talarki, jabłka na cząstki (skropić sokiem z cytryny), cebulę na cienkie półpierścienie, pomidory na ćwiartki, paprykę na półpierścienie.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Kiedy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć do uzyskania złocisto-brązowego koloru, wyjąć i odłożyć, dodać cebulę, gotować do miękkości, dodać roztarte w moździerzu kmin i kolendrę, po minucie włożyć z powrotem mięso, dodać ciecierzycę, warzywa, gałązkę bazylii, zalać rosołem. Gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Dodać puree z czosnku, posolić, popieprzyć, wsypać drobno pokrojoną kolendrę, pozostawić na 5 minut z zamkniętą pokrywą.

Kuchnia azerska





Piti

SKŁADNIKI:

- 300 g cielęciny (gicz lub goleń)
- 2 cebule
- 3 łyżki masła klarowanego
- 2 rzepy
- 1 pigwa
- 0,5 szkl. gochu
- 1 pomidor
- kurkuma
- sól

Na 2 porcje

- Groch namoczyć przez noc. Mięso pociąć na kawałki wielkości kasztana.
- Włączyć tryb „Smażenie”, kiedy naczynie się nagrzeje, podsmażyć mięso na maśle klarowanym. Mięso wyjąć, na tym samym maśle podsmażyć cebulę na złocisty kolor, dodać kurkumę.
- Rzepy oczyścić i przekroić na pół. Z pomidora oderwać ogonki, pokroić na ósemki. Włożyć składniki do miski i posolić.
- Następnie dodać mięso i przemyty groch. Wszystko zalać wrzątkiem i zamknąć pokrywę. Dusić w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Podawać z lawaszem.



Kuchnia azerska



Manhatański chowder

Manhattan Clam Chowder

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. mięsa małż
- 5 plasterków boczku
- 1 szkl. pomidorów (oczyszczonych i pokrojonych)
- 1 cebula
- 1 marchew
- 1-2 ziemniaki
- 2 łydgi selera naciowego
- 1 szkl. bulionu (z małży lub rybnego)
- szczypta szczypiorku
- sok z cytryny
- 5 gałązek natki pietruszki
- sól, czarny pieprz

Na 2-3 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Zaczekać, aż naczynie cookovera się nagrzeje. Pod smażyć boczek pokrojony w drobną kostkę, wyjąć i odłożyć.
- W tym samym tłuszczu podsmażyć marchew, seler (w kosteczkę) i cebule (drobno pokrojoną), aż będą miękkie. Dodać pomidory, po 5 minutach dodać liść lauowy, szczypiorek odrobinę soku z cytryny, ziemniaki pokrojone w kostkę, wlać bulion, 1 szkl. wody. Zamknąć pokrywę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Usunąć liść lauowy, dodać małże, posolić, popieprzyć. Włączyć tryb „Smażenie”. Zagotować i wyłączyć. Dodać drobno pokrojoną pietruszkę, wcześniej podsmażony boczek. Odstawić pod przykryciem na 5 minut. Podawać z krakersami.



Kuchnia amerykańska



Cioppino

Cioppino

SKŁADNIKI:

- 200 g filetu z żabnicy
- 300 g kalmarów (tuby)
- tuzin surowych małży (świeżych lub mrożonych)
- 1 cebula
- 1-2 łyżki selera naciowego
- 2 puszki konserwowanych pomidorów z sokiem (po 400 g)
- 2/3 szkl. białego wytrawnego wina
- 4 łyżki oliwy
- 2-4 ząbki czosnku
- bazylia (lub pietruszka)
- sól, czarny pieprz

Na 4-6 porcji

- Owoce morza rozmrozić. Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać dopóki naczynie cookovera się nie nagrzeje.
- Czosnek rozgnieść nożem lub przez praskę, podsmażyć na oliwie, wyjąć.
- Wsypać i podsmażyć do miękkości drobno posiekaną cebulę i łydgę selera.
- Dodać kalmary, podsmażyć przez parę minut, wlać wino, doprowadzić do wrzenia, wlać sok pomidorowy. Przełączyć w tryb „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Posolić, popieprzyć, dodać pokrojoną na kawałki rybę, oczyszczone i umyte małże, ponownie włączyć tryb „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 8-10 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 20 MINUT

- Usunąć małże, które się nie otworzyły, wsypać drobno pokrojoną pietruszkę, zamieszać. Rozlać na talerze, pokropić polewkę oliwą, podawać z podsuszonym chlebem.

Kuchnia amerykańska



Zupa z porów i ziemniaków

Leek and Potato Soup

SKŁADNIKI:

- 2-3 ziemniaki
- por (biała część)
- 2 łodygi selera
- 0,5 l bulionu z kury (lub warzywnego, rybnego)
- 2/3 szkl. mleka i śmietanki (po połowie)
- 50 g masła
- koperek
- sól, pieprz, gałka muskatołowa

Na 2-3 porcje

- Por przeciąć wzdłuż, następnie cienko pokroić w poprzek. Włączyć w tryb „Smażenie”. Zaczekać, dopóki miska się nie nagrzeje. Rozpuścić masło, wsypać cebulę, zamieszać.
- Po paru minutach dodać ziemniaki pokrojone w kostkę, oczyszczony i pocięty seler, wlać gorący bulion. Gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 50 MINUT

- Zawartość naczynia delikatnie rozgnieść tłuczkiem do ziemniaków, wlać mleko ze śmietanką, posolić, popieprzyć, dodać gałkę muskatołową.
- Pozostawić pod przykrywką na 10 minut w trybie „Podgrzewanie”. Podawać.



Kuchnia angielska



Zupa z wędzoną rybą

Gullen Skink

SKŁADNIKI:

- ½ makreli wędzonej na zimno
- 1 ziemniak
- 1 cebula
- 1 szkl. bulionu rybnego
- 1 szkl. mieszanki mleka i śmietanki
- 1 łyżka masła klarowanego
- koperek
- sól, biały pieprz

Na 2 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekaj dopóki naczynie wewnętrzne się nie nagrzeje. Cebulę obrać, drobno pokroić, podsmażyć na maśle do miękkości, dodać ziemniaki pokrojone w kostkę. Po minucie wlać gorący bulion, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Dodać rybę w dwóch kawałkach, mleko ze śmietanką, drobno pokrojony koperek, włączyć tryb „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Wyjąć rybę, obrać mięso z ości, włożyć z powrotem do zupy. Podawać.

Kuchnia angielska



Kczucz z baraniny

SKŁADNIKI:

- 400 g baraniny (łopatka)
- 50 g kurdiuka
- 1 bakłażan
- 1 cebula
- 2 papryki
- 2-3 pomidory
- 1-2 garści fasolki szparagowej
- 2 ziemniaki
- pęczek zieleniny (bazylia, pietruszka, koperek, cząber)
- 1 ostra papryczka
- 5 ząbków czosnku
- sól, czarny pieprz

Na 4 porcje

- Baraninę pokroić w niewielkie kawałki, kurdiuk pokroić w drobną kostkę (wielkości kaszy gryczanej), bakłażan i oczyszczone ziemniaki w plasterki (o grubości 1 cm, w poprzek), cebulę w półpierścienie, paprykę w kostkę. Zieleninę pokroić na duże kawałki.
- Na dno naczynia cookovera wyłożyć warstwami: bakłażan, ziemniaki, cebulę, paprykę, zieleninę, czosnek, baraninę, kurdiuk, pomidory.
- Posolić, popieprzyć, zalać 1 litrem wrzątku. Gotować w trybie „Ragout” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Podawać od razu.



Kuchnia ormiańska



Chasz

SKŁADNIKI:

- 2 nóżki cielęce
(lub staw kolanowy)
- 6 ząbków czosnku
- 2 łyżki białego octu winnego
(lub sok z granatu)
- kolendra
- sól, pieprz czarny

Na 3-4 porcje

- Nóżki sparzyć wrzątkiem, oczyścić, dobrze przemyć pod bieżącą wodą, włożyć do naczynia cookvera i zalać zimną wodą (do znaku maksymalnego poziomu wypełnienia naczynia), nie solić.
- Włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 6 GODZIN / BEZ CIŚNIENIA 6-7 GODZIN

- W tym czasie obrać czosnek, rozgnieść w moździerzu z grubą solą, wlać łyżkę wazową bulionu i ocet, dodać drobno pokrojoną kolendrę, wymieszać.
- Ugotowane nóżki wyjąć i podzielić: usunąć zbędny tłuszcz, część mięsa i chrząstek drobno pokroić (kości usunąć), włożyć z powrotem do bulionu, pozostałe podawać osobno.
- Gorący chasz wlać do głębokich talerzy, popieprzyć, podawać od razu, dolewając solony sos czosnkowy (spożywać z kieliszkiem czaczy, lawaszem i rzodkwią).



Kuchnia ormiańska



Domowy makaron grzybowy

SKŁADNIKI:

- 1 garść suszonych borowików
- 1 niewielka cebulka i marchewka
- 1,5-2 szkl. bulionu z kury
- 1 jajko
- 2 łyżki mąki pszennej
- 1 łyżka mąki gryczanej
- 1 łyżka masła klarowanego
- sól, pieprz czarny

Na 2 porcje

- Zalać grzyby wrzątkiem (150 g), pozostawić pod przykryciem na 3 godziny (minimum 30 minut). Jajko ubić widelcem, dodać mąkę, posolić, zagniać ciasto do uzyskania gładkości przez 10-15 minut, owinąć folią spożywczą, pozostawić na minimum 30 minut.
- Cebulę i marchew oczyścić, cebulę pokroić drobno, a marchewkę w talarki. Grzyby odlać (wywar zatrzymać), wycisnąć, pokroić w słomkę.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć na maśle cebulę i marchewkę, po 5 minutach dodać grzyby, gotować jeszcze przez 10 minut. Wlać bulion, wywar z grzybów, posolić, popieprzyć, włączyć tryb „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- W tym czasie rozrobić ciasto, rozwałkować do grubości 1-2 mm, pokroić na kawałki o szerokości 10 cm, następnie na paski o szerokości po 5-7 mm. Makaron posypać niewielką ilością mąki, usuwając zbędną. Dodać do zupy grzybowej, doprowadzając do wrzenia (np. w trybie „Pieczenie”) i gotować przez 3 minuty. Podawać ze śmietaną.

Kuchnia białoruska



Barszcz zielony

Zupa szczawiowa, Polish Sorrel Soup

SKŁADNIKI:

- 750 ml bulionu mięsnego
(+ gotowane mięso)
- 350 g konserwowanego
szczawiu
- 1-2 ziemniaki
- 2 gotowane jajka
- śmietana
- olej rydzowy
- sól, czarny pieprz

Na 3-4 porcje

- Ziemniaki umyć, obrać, pokroić w kostkę, dodać bulion, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 40 MINUT

- W tym czasie gotowane mięso pokroić, jajka zetrzeć na dużej tarce. Do bulionu z ziemniakami dodać szczaw, mięso, posolić, włączyć tryb „Podgrzewanie”. Pozostawić pod przykryciem przez 15 minut.
- Rozlać do talerzy, posypać jajkiem, szczypiorkiem, skropić aromatycznym olejem. Podawać ze śmietaną.



Kuchnia białoruska



Gulasz kolozwarski

Kolozsvári gulyás

SKŁADNIKI:

- 500 g wołowiny (pręga)
- 2 łyżki smalcu
- 2 cebule
- 2 zielone papryki
- 1/6 główki kapusty
- 1 ziemniak
- 1-2 szkl. bulionu mięsnego
- 1 łyżka papryki suszonej
- 0,5 łyżeczki tymianku
- 0,5 łyżeczki majeranku
- 4 pomidory (lub 1 szkl. Pomito)
- sól, pieprz czarny

Na 3 porcje

- Mięso pokroić w kostkę 2 cm, cebulę i czosnek oczyścić i drobno pokroić. Pomidory zalać wrzątkiem na 5 minut, połączyć zimną wodą, zdjąć skórkę, usunąć nasiona i ogonek, pokroić w plasterki. Ziemniaki obrać i pokroić w kostkę. Paprykę obrać, pokroić w cienkie paski. Kapustę pokroić na cienkie paski.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Zaczekać, aż naczynie się nagrzej. Na tłuszczu podsmażyć mięso, dodać paprykę, kminek, majeranek, cebulę, wymieszać, podsmażyć przez parę minut, trochę posolić.
- Do naczynia cookovera z mięsem dodać ziemniaki, kapustę, paprykę i pomidory, wlać bulion, włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Posolić, popieprzyć, podawać gorący.



Kuchnia węgierska



Zupa gulaszowa

Gulyásleves

SKŁADNIKI:

- 800 g wołowiny (pręga)
- 2 cebule
- 2-3 papryki
- 1-2 ziemniaki
- 1 korzeń pietruszki
- 1 marchew
- 2 łyżki podwędzanej papryki
- 4-6 ząbków czosnku
- garść kluseczek csipetke
- 2 łyżki smalcu wieprzowego
- szczypta tymianku
- sól, czarny pieprz

Na 4-6 porcji

- Włączyć tryb „Smażenie”. Zaczekać do póki naczynie wewnętrzne się nie nagrzeje. Na tłuszczu podsmażyć drobno pokrojoną cebulę do zeszklenia i ostrą papryczkę. Następnie wsypać suszoną paprykę, po minucie dodać mięso w kawałkach o rozmiarach orzecha włoskiego, gotować mieszając przez 5 minut.
- Dodać drobno pokrojony czosnek, pokrojone pomidory, ziemniaki, marchew, korzeń pietruszki, paprykę i zamieszać. Po 5 minutach posolić, popieprzyć, dodać kminek, wlać wody tyle, aby przykryć wszystkie składniki. Włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Zrobić csipetke ze zwykłego ciasta na makaron jajeczny. Włączyć tryb „Smażenie”. Do gulaszu dodać csipetke. Gotować przez kilka minut. Podawać na gorąco z chlebem pszennym.

Kuchnia węgierska



Halászlé

SKŁADNIKI:

- 1 karp (1 kg)
- 1 cebula
- 2 papryki
- ostra papryczka
- 1 łyżka słodkiej podwędzonej papryki
- szczypiorek
- sól, czarny pieprz ziarnisty

Na 2-3 porcji

- Karpia oczyścić z łusek, usunąć oczy z głowy, wypatroszyć, usunąć skrzela i opłukać. Odciać płetwy, oddzielić głowę, ogon i odłożyć. Pozostałe części pokroić na kawałki w poprzek, natrzeć papryką i solą.
- Ugotować bulion: głowę, płetwy i ogon zalać zimną wodą, dodać cebulę i pieprz ziarnisty, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Bulion przecedzić, cebulę przetrzeć przez sito, włożyć z powrotem do bulionu. Dodać pokrojoną paprykę, kawałki ryby, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 15-20 MINUT

- Posypać na talerzach szczypiorkiem, podawać z białym chlebem pszennym lub makaronem domowym.



Kuchnia węgierska



Zupa grochowa

Erwtensoeep, Snert

SKŁADNIKI:

- 1 golonka
- 3 szkl. zielonego grochu w połówkach
- 2-4 kielbaski podwędzane
- 1 marchewka
- 1 cebula (lub 10 cm pora, część zielona)
- gałka muskatołowa
- sól, pieprz czarny

Na 6-10 porcji

- Groch w całości należy namoczyć przez noc. Grochu w połówkach można nie moczyć. Golonkę sparzyć wrzątkiem, oczyścić, opłukać. Włożyć do naczynia cookovera, zalać zimną wodą, uruchomić tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1,5 GODZINY

- Golonkę wyluzować (usunąć kość), mięso i skórę pokroić na duże kawałki, włożyć z powrotem do naczynia wewnętrznego. Dodać marchew, cebulę, wsypać groch, dodać pieprz ziarnisty, dolać wrzątku w miarę potrzeby, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Dodać pokrojone kielbaski, pozostawić w trybie „Podgrzewanie” przez 10-15 minut. Zupa jest uważana za gotową, jeżeli jest tak gęsta, że stoi w niej łyżka.
- Podawać z chlebem żytnim, masłem, serem, z kawałkami wędzonej szynki i musztardą.

Kuchnia holenderska





Zupa Charczo

SKŁADNIKI:

- 1 kg szpondra wołowego
- 3 garście oczyszczonych orzechów włoskich
- jedna-dwie garście kleistego ryżu
- 3-4 cebule
- tkłapi (lub mirabelki, sok z cytryny, owoce tamaryndowca)
- 1-2 pomidory (lub passata)
- 2 liście laurowe
- 1 łyżka mąki kukurydzianej
- po 1 łyżce kolendry, czarnego pieprzu, kozieradki, kminku
- 2 pudełka kardamonu
- 1 ostra papryczka
- szczypta szafranu i płatków ostrej papryki
- 3 łyżki oleju
- 3 ząbki czosnku
- pęczek natki kolendry (pietruszki, estragonu, bazylii)
- sól

Na 4-5 porcji



- Wołowinę umyć, zalać zimną wodą (nie przekraczać linii maksymalnego poziomu), włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1,5 GODZINY

- W tym czasie szafran podsuszyć na suchej patelni, rozetrzeć z grubą solą, zalać kilkoma łyżkami gorącej wody. Orzechy prażyć na suchej patelni na średnim ogniu, zmielić w moździerzu. Przepłukać i namoczyć ryż. Zrobić chmeli-suneli: podsuszyć przyprawy na małym ogniu do powstania silnego aromatu, zmielić w moździerzu z grubą solą. Tkłapi połamać, zalać wrzącą wodą, poczekać aż zmięknie, przetrzeć przez sito. Pomidory naciąć na krzyż, zalać wrzącą wodą, po chwili zalać zimną wodą, oczyścić, drobno pokroić. Po zakończeniu programu z mięsa usunąć z kości, pokroić na wygodne do jedzenia kawałki, bulion przecedzić do osobnego naczynia. Włączyć tryb „Smażenie”, do naczynia cookovera wlać olej, podsmażyć drobno posiekaną cebulę do miękkości, dodać mąkę, po chwili dodać szczyptę ostrej papryki, dodać pokrojone pomidory (lub passatę). Po 5 minutach do naczynia dodać mięso, ryż, wlać bulion, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1,5 GODZINY

- W międzyczasie rozgnieść w moździerzu czosnek z drobno pokrojoną kolendrą i grubą solą. Po zakończeniu programu dodać do garnka świeżą ostrą papryczkę, liść laurowy, 2 łyżki chmeli-suneli, orzechy, wyciąg z szafranu, zamknąć pokrywę, włączyć tryb „Podgrzewane”. Po 5 minutach dodać tkłapi (lub mirabelki, sok z cytryny), puree czosnkowe z kolendrą, sprawdzić czy jest wystarczająco słone, usunąć liść laurowy, zostawić na 5 minut pod przykryciem w trybie „Podgrzewanie”, podawać.

Kuchnia gruzińska



Chowder z owocami morza

Seafood Chowder

SKŁADNIKI:

- 1 kg frutti di mare (małże, ośmiornice, krewetki, pierścienie kalmarów)
- 2 ziemniaki
- 2 łyżki klarowanego masła
- ½ cebuli
- 7 cm pora (biała część)
- 1/2 bulwy kopru włoskiego z zielenią
- 1/2 l bulionu rybnego
- po 1/2 łyżki śmietanki i mleka
- 1 łyżka mąki
- 1 liść laurowy
- sól, biały pieprz

Na 3-4 porcje

- Owoce morza rozmrozić. Cebulę i koper włoski pokroić w drobną kostkę, por na cienkie talarki.
- Smażyć na oleju cebulę i koper do miękkości w trybie „Smażenie”. Po kilku minutach wsypać i podsmażyć mąkę. Wlać ciekłym strumieniem część bulionu, ciągle mieszając. Gotować do uzyskania jednolitej konsystencji, dodać resztę bulionu.
- Dodać pokrojone w kostkę ziemniaki, liść laurowy, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 40 MINUT

- Liść laurowy usunąć, wsypać owoce morza, wlać mieszanekę mleka i śmietanki, doprawić solą i pieprzem, wsypać drobno pokrojoną pietruszkę, doprowadzić prawie do wrzenia w trybie „Smażenie”, a następnie wyłączyć cookover i zostawić pod zamkniętą pokrywą na 5 minut.
- Podawać w głębokich ceramicznych miseczkach z irlandzkim pieczywem i masłem.



Kuchnia irlandzka



Olla podrida

SKŁADNIKI:

- 250 g mięsa wołowego z kością
- po 150 g wieprzowiny, jagnięciny i boczku z żyłkami mięsa
- 50 g kielbasy chorizo
- 150 g suchego grochu
- 350 g marchwi
- 4 ziemniaki
- 0,5 selera
- 2 cebule
- 1 ząbek czosnku
- 2-3 pomidory
- 1 liść laurowy
- 6 ziarenek czarnego pieprzu

Na 6 porcji

- Mięso i boczek zalać w naczyniu cookovera 2 l zimnej wody, włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Do naczynia wewnętrznego dodać namoczony groch, drobno pokrojoną marchew, ziemniaki, seler, czosnek, pokrojoną cebulę, pokrojone pomidory bez skórki, przyprawy. Gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 40 MINUT

- Następnie wyjąć mięso, oddzielić od kości. Kielbasę pokroić na kawałki, dodać do naczynia wewnętrznego, pozostawić na 10 minut pod zamkniętą pokrywą. Podawać posypane zieleniną lub tartym serem.



Kuchnia hiszpańska



Polewka z soczewicy

Lentejas

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. mocnego bulionu
- 1 surowe świńskie ucho
- 1 ogon
- 1 kielbasa chorizo
- mała kość jamón
- 4 żeberka wieprzowe
- 200g soczewicy na 100g mąki
- 1-2 ziemniaki
- 1 cebula
- 1 główka czosnku
- liść laurowy
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- sól

Na 4 porcje

- Wszystko umieścić w naczyniu cookovera, zalać zimną wodą, dodać olej, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 80 MINUT

- Doprawić solą. Pokroić chorizo i świńskie ucho zgodnie z ilością osób, rozłożyć do talerzy tak, aby każdy otrzymał kawałek, zalać zupą, podawać.



Kuchnia hiszpańska



Zupa czosnkowa z grzankami

Zuppa d'aglio in crosta

SKŁADNIKI:

- 5 ząbków czosnku
- 1 szkl. bulionu wołowego
- 50 ml mleka
- 1 jajko
- włoski praśny chleb
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka mąki
- pietruszka
- sól, pieprz biały

- Chleb wysuszyć w piekarniku (na grillu lub w tosterze). Ubić jajka z mąką, olejem, solą, pieprzem, drobno pokrojoną zielenią.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Czosnek obrać, pokroić w cienkie plasterki, zalać mlekiem, zagotować, odparować do połowy, wlać bulion wymieszany z jajkiem.
- Mieszając, doprowadzić prawie do wrzenia. Podawać od razu z grzanką.



Kuchnia włoska



Harira

SKŁADNIKI:

- 250-300 g jagnięciny bez kości (łopatka)
- 0,5 szkl. ciecierzycy i soczewicy
- garść okrągłego ryżu
- 1 szkl. pomidorów w kawałkach (lub z puszki)
- 3 cm imbiru
- 1-2 czerwone cebule
- pęczek pietruszki
- laska cynamonu
- po 1 łyżeczce kminku i kurkumy
- czarny ziarnisty pieprz
- połowa ostrej papryczki
- cytryna
- sól

Na 3-4 porcje

- Ciecierzycę namoczyć przez noc, następnego dnia rano wylać wodę. Mięso oczyścić z błon i ścięgien, pokroić na kawałki wielkości grochu, papryczkę i cebulę drobno posiekać, imbir pokroić w paski. Przyprawy podsuszyć, zmielić w moździerzu.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy miska się podgrzeje, podsmażyć baraninę, wsypać i podsmażyć cebulę, szybko podsmażyć przyprawy, papryczkę i imbir. Dodać pomidory, rozgnieść je i smażyć 3-5 minut, dodać ciecierzycę, soczewicę, ryż, wlać gorącą wodę (1,5-2 l), gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Doprawić solą, wsypać drobno posiekaną zieleninę. Podawać z plasterkami cytryny (do smaku) i kroplą oliwy z oliwek w talerzu.



Kuchnia marokańska



Kapuśniak ze świeżej kapusty

SKŁADNIKI:

- 1/3 główki kapusty
- 0,5 marchewki
- 1 l mięsnego bulionu
- 4 łyżki klarowanego masła
- śmietana
- koperek
- sól, pieprz czarny

- Drobno posiekać kapustę, marchew pokroić w paski, podsmażyć w trybie „Smażenie” z masłem i bez wody do miękkości kapusty.
- Wlać gorący bulion, doprawić solą i pieprzem, zamknąć pokrywkę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Dodać liść laurowy, zostawić z zamkniętą pokrywą na 5 minut. Podawać z koperkiem, śmietaną lub gotowanym jajkiem.

Na 2-3 porcje



Kuchnia rosyjska



Rosół z domowym makaronem

Rosół z kury, Kuracia polievka

SKŁADNIKI:

- 1 kurczak rosółowy
- 1 cebula
- 1 szkl. mąki
- 1 jajko
- 1 łyżka roztopionego masła
- koperek
- sól, pieprz czarny
- por
- korzeń selera
- 1 marchewka
- Ziele angielskie

Na 4-6 porcji

- Kurczaka zalać zimną wodą, dodać cebulę, dodać sól, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 1 GODZINA / BEZ CIŚNIENIA 2 GODZINY

- W międzyczasie przygotować domowy makaron: z przesianej mąki usypać kopczyk, zrobić wgłębienie, do niego wbić jajko, dodać sól, wlać roztopione masło i 2 łyżki wody. Zagniatać ciasto, aż przestanie lepić się do rąk, zawinąć w folię, odłożyć do lodówki na godzinę.
- Ciasto podzielić na 4 części, każdą część rozwałkować na grubość 1 mm, pokroić w paski o szerokości 3 cm, a następnie paski ciasta pokroić w cienkie paski w poprzek. Cebulę z rosółu usunąć, mięso obrać z kości, drobno pokroić, bulion przecedzić.
- Świeży makaron ugotować osobno w słonej wrzącej wodzie przez kilka minut, razem z mięsem rozłożyć na talerzach, zalać gorącym bulionem, następnie posypać pieprzem i koperkiem. Podawać z kатыkiem lub śmietaną.

Kuchnia tatarska



Kourma szurpa, smażona

Kovurma shorva

SKŁADNIKI:

- 8-10 baranich żeber
(tu: 2 baranie pręgi)
- 50 g kurdiuka
- 1 czerwona cebula
- 1 biała cebula
- 2 słodkie czerwone papryki
- 1 ostra papryczka
- garść ciecierzycy
- 4 małe pomidory
- 1 pigwa
- 1 marchew
- pęczek kolendry
- szczypta sumaka
- po 1 łyżeczce kminku i kolendry
- sól

Na 4-6 porcji

- Ciecierzycę namoczyć przez noc, zlać wodę. Włączyć tryb „Smażenie” minimum na 30-40 minut. Kurdiuk pokroić w kostkę, wytopić tłuszcz, skwarki usunąć. Następnie podsmażyć jagnięcinę na lekko złocisty kolor, wyjąć i odłożyć.
- Dodać i podsmażyć pokrojoną ukośnie w plastry marchew, pokrojoną w półpierścienie czerwoną cebulę, pomidory na ćwiartki. Po kilku minutach wsypać rozgniecioną nożem kolendrę i kminek, dodać pokrojoną w półpierścienie paprykę, plasterki pigwy i wymieszać. Po 5 minutach z powrotem włożyć do naczynia cookovera mięso, dodać ciecierzycę, dodać ostrą papryczkę, wlać 1,5 litra wrzącej wody, dodać sól, zamknąć pokrywę, włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 50 MINUT

- W międzyczasie zamarynować cebulę: białą cebulę oczyścić, pokroić w cienkie półpierścienie, posypać sumakiem i szczyptą grubej soli, zgnieść rękami, przygnieść (np. butelką z wodą). Mięso włożyć do podgrzanego naczynia cookovera, zalać szurpą, posypać drobno posiekaną kolendrą, dodać marynowaną cebulę. Podawać od razu.



Kuchnia uzbecka



Maszhurda

SKŁADNIKI:

- 200 g jagnięciny (łopatka z kością)
- 50 g kurdiuka
- 0,5 szkl. złotej fasoli
- 2-3 cm imbiru
- garść okrągłego ryżu
- 1 marchew
- 1 cebula
- 1-3 pomidor
- 1 łyżka berberysu (lub sumaka)
- 1 łyżeczka nasion kozieradki
- 1 ostra papryczka
- 1 ząbek czosnku
- zioła (kolendra, bazylia, zielone pędy czosnku)
- laska cynamonu
- sól, czarny pieprz

Na 4-6 porcji

- Marchew i cebulę pokroić w kostkę, imbir na drobne paski, jagnięcinę na kawałki wielkości grochu. Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie się rozgrzeje.
- Nasiona kozieradki, pieprz i laskę cynamonu podsmażyć w naczyniu cookovera do momentu pojawienia się aromatu, rozgnieść w moździerz. Kurdiuk pokroić w kostkę, wytłuszczyć (skwarki usunąć).
- Smażyć kości i mięso, dodać i podsmażyć marchew z cebulą, gotować cebulę do miękkości. Dodać i podsmażyć pomidory i imbir, gwiazdkę anyżu, wsypać ryż, sumak, rozdrobnione przyprawy, drobno posiekany czosnek, papryczkę w całości, miętę, wymieszać.
- Po 5 minutach wlać wodę, posolić, dodać złotą fasolę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Posypać listkami bazylii lub kolendry, wymieszać, od razu podawać z kwaśną śmietaną lub kатыkiem.



Kuchnia uzbecka



Barszcz

SKŁADNIKI:

- 0,5 łyżki białej fasoli
- 0,5 kg wieprzowych żeberek
- 2-3 buraki
- 1/3 główki kapusty
- 1 marchew
- 1-2 cebule
- 1 papryka
- 2 ziemniaki
- 2-3 obrane i pokrojone pomidory
- 1 łyżka zakwasu z buraków
- 4-6 ząbków czosnku
- 150 g smalcu
- 2 łyżki smalcu
- sól, czarny pieprz

Na 5-6 porcji

- Fasolę namoczyć przez noc. Żeberka zalać zimną wodą, dodać fasolę, gotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- W międzyczasie podsmażyć na patelni (używając smalcu) marchew i buraki pokrojone w paski, drobno posiekaną cebulę, paprykę i pomidory.
- Kości wyjąć z naczynia i odłożyć. Dodać do naczynia wewnętrznego ziemniaki pokrojone w kostkę, podsmażone na patelni warzywa, wlać zakwas, dodać posiekaną kapustę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 50 MINUT

- Dodać roztarty w moździerzu smalec z czosnkiem i grubą solą, mięso zdjęte z żeberek, doprawić solą i pieprzem, zostawić z zamkniętą pokrywą na 15-20 minut.
- Doprawić pieprzem na talerzach, podawać ze śmietaną, pszennymi racuchami.



Kuchnia ukraińska



Kapuśniak

Kapuśniak z grzybami

SKŁADNIKI:

- 1 kg kapusty kiszanej
- garść suszonych borowików
- 0,5 marchewki
- 1 cebula
- 3 łyżki klarowanego masła
- suszony koperek, sól, czarny pieprz

- Zalać grzyby zimną wodą (1,5 szkl.), namoczyć przez 1-2 godziny. Marchew i cebulę obrać, pokroić marchew w paski, cebulę w półpierścienie. Grzyby pokroić w paski (wodę z grzybów zachować).
- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy naczynie cookovera się nagrzeje, smażyć na oleju marchew, cebulę i grzyby. Dodać do cookovera kapustę, gotować 10-15 minut, mieszając co pewien czas. Wlać wodę z grzybów, wymieszać, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 20 MINUT

- Wsypać koperek, doprawić solą i pieprzem, odstawić pod przykryciem na 5-10 minut. Podawać ze śmietaną.

Na 2-3 porcje



Kuchnia ukraińska



Zupa z bulionu rybnego

Lohikeitto

SKŁADNIKI:

- 1 kg zestawu zupowego (głowa, skóra, płetwy, ości)
- 300 g filetu ze świeżej ryby
- 1 cebula
- 1 marchew
- 1 por (20 cm, biała część)
- 2 ziemniaki
- 0,5 łyżki mąki
- 1 łyżka śmietany (22%)
- 1 łyżka klarowanego masła
- liść laurowy
- czarny ziarnisty pieprz
- koperek
- sól, biały pieprz

Na 3-4 porcji

- Przygotować bulion rybny: ryby głowy i grzbiet ze skórą zalać zimną wodą, dodać liść laurowy, czarny ziarnisty pieprz, nieoczyszczoną cebulę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Bulion odcedzić, a następnie dodać do niego pokrojone w średnią kostkę ziemniaki i marchew, por pokrojony w krążki, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 40 MINUT

- W międzyczasie pokroić filety rybne na małe kawałki. Mąkę z masłem zahartować łyżką wazową wrzącego bulionu, dobrze wymieszać, wlać do naczynia cookovera, zagotować w trybie „Smażenie”, dodać rybę, wlać śmietankę, doprawić solą i pieprzem, wyłączyć cookover.
- Podawać posypane drobno posiekanym koperkiem.



Kuchnia fińska



Rosół wołowy

Bouillon de boeuf

SKŁADNIKI:

- 1 kg wołowiny (podudzie)
- 1 marchew
- 1 cebula
- 2 ziarna ziela angielskiego
- 6 ziaren pieprzu
- 5 goździków
- 1 liść laurowy
- sól

Na 2 litry

- Mięso owinać nicią kulinarną. Włączyć tryb „Smażenie”, smażyć mięso z olejem na lekko złocisty kolor, zalać 2 l wody.
- Dodać warzywa, pieprz, liść laurowy, trochę posolić, włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 1 GODZINA / BEZ CIŚNIENIA 2 GODZINY

- Warzywa usunąć, mięso wyjąć, rosół przecedzić, ostudzić, usunąć tłuszcz i ponownie odcedzić. Mięso wykorzystać jako farsz do pierożków, do mięsa w galarecie lub do solanki na mięsie. Bulion wlać do plastikowych foremek z pokrywkami, zamknąć, zapisać datę, zamrozić do późniejszego wykorzystania w przepisach.
- Przechowywać w lodówce nie dłużej niż 3 miesiące.



Kuchnia francuska



Zupa ziemniaczana

Potage Parmentier

SKŁADNIKI:

- 1 ziemniak
- 1-2 łodygi poru
(biała i środkowa część)
- 700 ml bulionu drobiowego
- 60 ml tłustej śmietanki
- masło
- szczypta tymianku
- sól, biały pieprz

Na 2-3 porcje

- Ziemniaka obrać (młodego ziemniaka dobrze umyć), pokroić razem z porem wzdłuż i w poprzek na cienkie plasterki.
- Do naczynia cookovera wlać bulion, wsypać por i ziemniaki, dodać tymianek, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 40 MINUT

- Wlać śmietankę, doprawić solą i pieprzem, dodać 1 łyżkę masła, odstawić pod przykryciem na 5-10 minut.
- Podawać posypaną szczypiorkiem, dodając do talerza odrobinę masła.



Kuchnia francuska



Zupa z pesto

Soupe au Pistou

SKŁADNIKI:

- 0,5 szklanki białej fasoli (lima, chali, japońska)
- 0,5 cukinii
- 15 cm pora (biała część)
- 150 g dyni
- kilka łydżg selera
- garść fasoli szparagowej
- garść makaronu (filini)
- bouquet garni
- oliwa z oliwek
- pesto

Na 3-5 porcji

- Namoczyć przez noc fasolę, zlać wodę, zalać świeżą wodą, dodać czosnek, gotować do miękkości.
- W międzyczasie odciąć końcówki strąków fasoli, samą fasolę pokroić w poprzek. Białą część pora przeciąć wzdłuż, a następnie w poprzek. Warzywa pokroić w kostkę.
- Wodę z fasoli odlać, wsypać przygotowane składniki do naczynia cookovera, dodać bouquet garni, wlać wrzącą wodę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Usunąć bouquet garni, wsypać makaron, zamknąć pokrywę, zostawić w trybie „Podgrzewanie” na 10-15 minut.
- Podawać od razu skrapiając oliwą i dodając na talerzach po łyżce pesto.



Kuchnia francuska



Zupa z soczewicą, wieprzowiną i musztardą

Lentilles à la dijonnaise

SKŁADNIKI:

- 1 kg schabu z kością
- 1 szkl. soczewicy du Puy
- 1 szkl. białego wytrawnego wina
- 1,5-2 l bulionu mięsnego
- 2 marchewki
- bouquet garni (seler, tymianek, liść laurowy)
- 6 cebulek szalotek
- 2-3 ząbki czosnku
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 50 g masła
- 1 łyżka musztardy dijon
- 1 łyżka mąki
- sól

Na 4-6 porcji

- Mięso obrać z kości, pokroić na kawałki. Cebulę pokroić na kawałki, marchew w plasterki.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy naczynie cookovera się podgrzeje, podsmażyć na oleju kości, następnie mięso, dodać marchew, cebulę, czosnek, po 5 minutach wlać wino.
- Doprowadzić do wrzenia przez kilka minut, wsypać przepłukaną soczewicę, dodać bouquet garni, wlać bulion (zostawić pół szklanki), zamknąć pokrywę, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- W międzyczasie przez kilka minut na patelni podsmażyć mąkę na maśle, wlać pozostały bulion, dodać musztardę, trochę zredukować. Kości z zupy wyjąć i usunąć wraz z bouquet garni, doprawić solą i pieprzem.
- Do naczynia cookovera przełożyć zawartość patelni, wsypać drobno posiekaną pietruszkę, pozostawić pod przykryciem na 10 minut, podawać.



Kuchnia francuska



Zupa grochowa

Ärtsoppa

SKŁADNIKI:

- 1,5 szkl. żółtego całego grochu
- 1 wędzone żebro wieprzowe
- 1 mała marchewka
- tymianek
- 1 łyżka masła
- sól, czarny pieprz

Na 4-5 porcji

- Groch wypłukać, zalać wodą, dodać żebro, tymianek, marchew w całości, poddusić w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

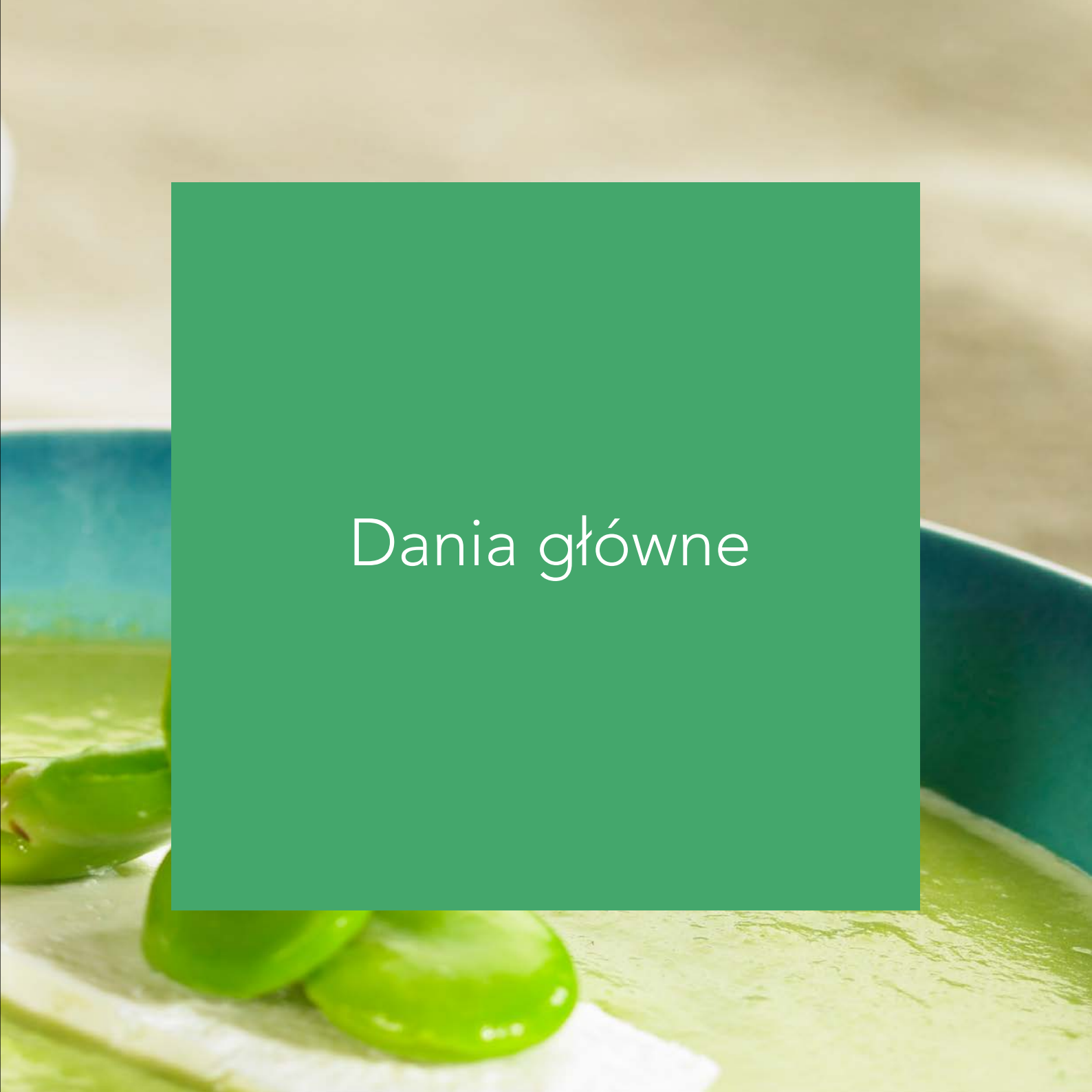
- Żebro wyjąć, wyluzować, mięso pokroić na plastry, skórę w paski, marchewkę w kostkę. Mięso i marchew włożyć z powrotem do zupy, doprawić solą i pieprzem.
- Na maśle na patelni podsmażyć pozostałą skórę na skwarki. Tłuszcz wlać do zupy, skwarki osuszyć na papierowym ręczniku.
- Dodać warzywa, puree czosnkowe, doprawić solą i pieprzem, zagotować i wyłączyć tryb „Pieczenie”. Podawać ze skwarkami lub grzankami.

Kuchnia szwedzka



Notes



The background of the slide features a close-up photograph of a green ceramic bowl. Inside the bowl, several thin, round slices of cucumber are visible, resting on a white paper napkin. The bowl is filled with a light green liquid, likely a dressing or soup. A large, solid green square is overlaid on the center of the image, containing the text "Dania główne" in white.

Dania główne

Skaczący John

Hoppin John

SKŁADNIKI:

- 1 łyżka fasoli czarne oczko
- 8 plasterków boczku
- 150 g kiełbasy chorizo
- 1,5 l bulionu drobiowego (lub krewetkowego)
- 1 papryka
- 1 cebula
- 2-3 ząbki czosnku
- szczypiorek
- gałązka tymianku
- szczypta płatków ostrej papryczki
- sól

Na 3-6 porcji

- Fasolę namoczyć przez noc. Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie cookovera się nagrzeje, podsmażyć pokrojony boczek, ostrą papryczkę, czosnek, dodać paprykę i cebulę, całość smażyć do zeszklenia cebuli.
- Dodać kiełbasę pokrojoną w poprzek, przepłukaną fasolę, wlać bulion, dodać tymianek, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Kilka łyżek wazowych fasoli z bulionem z patelni zmiksować za pomocą blendera, włożyć z powrotem, doprawić solą i pieprzem. Podawać z niesolonym ugotowanym ryżem, posypać posiekanym szczypiorkiem.

Kuchnia amerykańska

Maczanka

SKŁADNIKI:

- 300 g żeberek wieprzowych z mięsem
- 2 łyżki smalcu
- 1 cebula
- 3 szkl. zakwasu chlebowego
- 1 łyżka mąki
- liść laurowy
- szczypta kminku
- kilka jagód jałowca
- sól, czarny pieprz

Na 2-3 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie” (minimum 30 minut). Poczekać, aż naczynie cookovera się rozgrzeje. Obrąć żeberka z mięsa, pokroić na małe kawałki, podsmażyć na tłuszczu na lekko złocisty kolor, dodać drobno posiekaną cebulę i gotować do jej miękkości.
- Wsypać i podsmażyć mąkę, dodać porcjami kwas chlebowy (pozostawiając 1 łyżkę) i mieszając doprowadzić do wrzenia. Dodać kminek, jagody jałowca, liść laurowy, doprawić solą i pieprzem, wlać resztę kwasu chlebowego, wymieszać.
- Potrawę przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Podawać z naleśnikami.

Kuchnia białoruska

Zrazy

Zrazy zawijane

SKŁADNIKI:

- 300 g wołowiny (bez kości)
- kilka suszonych prawdziwków
- 2 jajka na twardo
- ½ szkl. bułki tartej (żytniej)
- 200 g kielbasy
- 100 g boczku wędzonego
- 1 cebula
- 2 łyżki smalcu
- 1 ogórek kiszony
- sól
- czarny pieprz

Na 2- 3 porcje

- Grzyby zalać 1 łyżką zimnej wody na 1-2 godziny. Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie cookovera się nagrzej. Drobno posiekaną cebulę smażyć z pokrojonymi grzybami (płyn spod grzybów zachować), kielbasą, boczkiem, wsypać bułkę tartą i smażyć kilka minut. Przełożyć farsz do osobnego naczynia.
- Mięso pokroić na cienkie plastry w poprzek włókien, rozbić pomiędzy posmarowanymi tłuszczem arkuszami papieru do pieczenia, doprawić solą i pieprzem, wyłożyć na każdy kawałek mięsa farsz: po 1 łyżce podsmażonej cebuli z grzybami, po 1/4 jaja i ogórka kiszzonego, zwinąć w roladkę, związać wykałaczką.
- Włączyć tryb „Smażenie”, gdy naczynie cookovera się nagrzej, smażyć roladki na tłuszczu ze wszystkich stron. Zalać zrazy wodą, w której były moczone grzyby, przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Bulion odlać, zagęścić mąką lub otrębami i wlać z powrotem do zrazów (usuwając z nich wykałaczki). Włączyć tryb „Smażenie”, przygotowywać jeszcze przez 15 minut z otwartą pokrywą, wyparowując sos.
- Podawać z gotowanymi ziemniakami.

Kuchnia białoruska

Carbonade po flamandzku

Vlaamse stoverij, Carbonnade á la Flamande

SKŁADNIKI:

- 400 g wołowiny (bez kości)
- 2 cebule
- 2 łyżki klarowanego masła
- 1 łyżeczka brązowego cukru
- 1 łyżka mąki
- 0,5 szkl. bulionu mięsnego
- 1 szkl. ciemnego piwa
(najlepiej stout)
- 1 liść laurowy
- szczypta suszonego tymianku
i majeranku
- sól, czarny pieprz

Na 3 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje. Obrąć cebulę, pokroić w cienkie półpierścienie, smażyć do miękkości.
- W międzyczasie pokroić mięso w cienkie, szerokie plastry. Cebulę wyjąć z miski, odsączyć masło, odstawić. Dodać do naczynia 1 łyżkę masła, szybko podsmażyć mięso z obu stron (gotować porcjami układając plasterki w 1 warstwę). Odsączyć mięso i odstawić.
- Podsmażyć cukier i mieszając dodać mąkę, podsmażać 1-2 minuty. Wlać trochę bulionu, dodać sól i wymieszać. Umieścić w misce warstwami: liść laurowy, mięso, cebula, mięso, cebula, przesypując warstwy suszonymi ziołami.
- Zalać mieszaniną piwa i bulionu tak, aby pokrywała mięso w całości, doprawić solą do smaku, zamknąć pokrywę. Potrawę przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1,5 GODZINY

- Doprawić pieprzem, podawać z gotowanymi lub pieczonymi ziemniakami.

Kuchnia belgijska

Naleśniki po hortobadzku

Hortobágyi palascinta

SKŁADNIKI:

- 300-400 g cielęciny
- 1 łyżka śmietany
- 1 cebula
- 2 łyżki mąki
- gotowe ciasto naleśnikowe
- 6 łyżek oleju roślinnego
- 1 łyżeczka podwędzanej papryki
- sól

Na 4-6 porcji

- Włączyć tryb „Smażenie” (minimum na 30 minut). Cielęcinę pokroić drobno w poprzek, a następnie pokroić w paski, doprawić pieprzem, posypać mąką, wymieszać i smażyć na oleju (porcjami, aby mięso nie puszczało soku).
- Mięso wyjąć z naczynia wewnętrznego, podsmażyć drobno posiekaną cebulę. Dodać do cebuli smażoną cielęcinę, paprykę i podsmażyć. Po chwili wlać 0,5 szklanki wrzątku (lub bulionu), dodać śmietanę, doprawić solą, doprowadzić do wrzenia, wyłączyć cookover, zamknąć pokrywę, zostawić na 10 minut.
- W międzyczasie na średnim ogniu na patelni usmażyć naleśniki. Ułożyć koperty z naleśników na talerze, faszerować cielęciną z sosem i od razu podawać.

Kuchnia węgierska

Leczo

Lecsó

SKŁADNIKI:

- 2 kg papryki
- 1 kg pomidorów
- 2 cebule
- 200 g boczku
- 1/2 cukinii
- 200 g kiełbasy
- 1 łyżka smalcu
- 0,5-1 łyżka wędzonej papryki
- szczypta kminku
- 1-2 łyżki cukru
- 1 łyżka soli
- wędzona papryka w proszku

Na 2 kg

- Papryki i cukinię przekroić wzdłuż, oczyścić, pokroić w poprzek w paski o 0,5 cm szerokości. Boczek i kiełbasę drobno pokroić. Cebulę pokroić w cienkie półpierścienie.
- W trybie „Smażenie” podsmażyć na oleju drobno pokrojony boczek i kiełbasę, dodać cebulę, smażyć do miękkości, dodać paprykę i cukinię. Po chwili dodać pomidory, paprykę, doprawić solą, wędzoną papryką w proszku, dodać cukier, kminek, zamknąć pokrywę. Gotować w trybie „Zupa” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15-20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Papryki powinny puścić sok i zmięknąć. Podawać jako dodatek.

Kuchnia węgierska

Pörkölt z wołowiny

Pörkölt

SKŁADNIKI:

- 800 g wołowiny (pręga)
- 2-3 cebule
- 2 papryki
- 1/3 ostrej papryczki
- 1/3 szkl. białego wytrawnego wina
- 1 ząbek czosnku
- 1-2 łyżki smalcu
- 2 łyżki podwędzanej papryki
- 1 łyżeczka majeranku
- sól, czarny pieprz

Na 4-6 porcji

- Włączyć tryb „Smażenie”. Począć, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje. Mięso pokroić w kostkę (2-3 cm), podsmażyć na smalcu na lekko złocisty kolor. Wsypać drobno posiekaną cebulę, dodać ostrą papryczkę, smażyć do zeszklenia cebuli.
- Dodać drobno posiekany czosnek. Po chwili dodać paprykę, wymieszać, następnie wlać wino i wsypać majeranek, zamknąć pokrywę. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Doprawić solą, dodać pomidory, paprykę (kosteczka), gotować jeszcze 10 minut w trybie „Duszenie”. Podawać pörkölt z zacierkami tarhonya, mącznymi kluskami lub gotowanymi ziemniakami.

Faszerowana papryka

Töltött paprika

SKŁADNIKI:

- 2 podudzia z indyka
- kilka żeberek wieprzowych
- 8-10 węgierskich papryk
- 2 szkl. pasty pomidorowej
- 1 l bulionu z indyka
- 1 szkl. kaszy bulgur
- 1 jajko
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- ostra papryczka
- 2 łyżki podwędzanej papryki
- 2 łyżki smalcu
- po 0,5 łyżeczki majeranku i suszonej mięty
- czarny pieprz, sól

Na 4-5 porcji

- Przepłukać bulgur i podgotować w 1,5 łyżki wrzącej wody, odstawić pod przykryciem na 30 minut. W międzyczasie obrać mięso z kości, oczyścić z błon i ścięgien, pokroić na kawałki wielkości grochu.
- Na smalcu zeszklić drobno posiekaną cebulę, dodać 1 łyżkę papryki, wymieszać, po chwili dodać do mięsa. Następnie dodać bulgur, wbić jajko, dodać majeranek, miętę, sól i pieprz, wyrobić na jednolitą masę.
- Paprykę oczyścić z szypułek i pestek, nafaszerować farszem, ułożyć w naczyniu wewnętrznym, wlać trochę bulionu (lub wody), gotować w trybie „Multi Chef” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT (105 °C)

BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Papryki wyjąć, bulion przecedzić. Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć na tłuszczu drobno posiekany czosnek i ostre papryczki, pozostałą paprykę, wlać pastę pomidorową, 1 łyżkę bulionu, doprawić solą, dodać majeranek, faszerowane papryki, zagotować, wyłączyć tryb „Smażenie”, zostawić na 10 minut w trybie pracy „Podgrzewanie”. Podawać z otrzymanym sosem.

Kuchnia węgierska

Dolma

Dolmades

SKŁADNIKI:

- 400 g jagnięciny (łopatka)
- 2 garście na wpół ugotowanego ryżu (arborio)
- marynowane liście winogron
- 1-2 cebule
- 0,5 szkl. bulionu z baraniny
- sok z połowy cytryny
- 1 łyżeczka suszonej mięty
- szczypta kminku
- sól

Na 1-2 porcji

- Mięso pokroić w plasterki, a następnie drobno posiekać nożem, dodać drobno posiekaną cebulę, na wpół ugotowany ryż, zmielony w moździerzu z grubą solą kminek, suszoną miętę, wlać sok z cytryny i dobrze wyrobić farsz.
- Liście sparzyć wrzącą wodą, następnie zalać zimną wodą, osuszyć. Rozłożyć farsz na liściach, zawijając w pięciokąt.
- Wyłożyć dolmy na wysmarowany olejem zestaw do gotowania na parze (umieszczony w cookoverze), wlać gorący bulion, gotować w trybie „Gotowanie na parze”.

POD CIŚNIENIEM 35 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Podawać podlewając masłem lub sosem czosnkowym (tzatziki).

Kuchnia grecka

Ryż ze szpinakiem

Spanakorizo

SKŁADNIKI:

- 1 łyżka ryżu
- 200-300 g świeżego szpinaku
(lub mrożonego w blokach)
- 1 cebula
- pęczek zielonej cebulki
- cytryna
- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 100 g sera feta
- sól

Na 3-4 porcji

- Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć na oliwie drobno posiekaną cebulę do zeszklenia, dodać i podsmażyć ryż.
- Dodać rozmrożony szpinak, wymieszać. Po 5 minutach wsypać drobno posiekaną zieloną cebulkę, wlać 1,5-2 łyżki wody, włączyć tryb.

POD CIŚNIENIEM „ZIARNA – 1”

BEZ CIŚNIENIA „KASZA NA MLEKU”

- Dodać drobno posiekany koperek, wymieszać. Podawać z rozdrobnionym serem, skraplając cytryną i olejem.

Kuchnia grecka

Stifado z królika

Stifado

SKŁADNIKI:

- 1 kg królika z kośćmi
- 2 szkl. czerwonego wytrawnego wina
- 0,5 szkl. mielonych orzechów włoskich
- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 1 cebula
- 1 szkl. marynowanych cebulek
- 1 laska cynamonu
- 2 liście laurowe
- 1 gałązka tymianku
- 10 ząbków czosnku
- 4 goździki
- 3 łyżki przecieru pomidorowego
- 2 pomidory
- 1 łyżeczka cukru
- sól, czarny pieprz

Na 4 porcje

- Podzielić królika na części (w sumie powinno ich być 8). Cebulę obrać i drobno posiekać. Usunąć gniazda nasienne z pomidorów, drobno posiekać.
- Włączyć tryb „Smażenie”, rozgrzać olej, podsmażyć mięso ze wszystkich stron na rumiany kolor. Dodać cebulę i smażyć do uzyskania złocistego koloru.
- Zalać winem, dodać sól, cukier, pieprz i przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Dodać liść laurowy, tymianek, czosnek, cynamon, goździki, pomidory, przecier pomidorowy, orzechy i cebulki. Dusić jeszcze 10 minut w trybie „Duszenie”. Podawać na gorąco z grzankami.

Kuchnia grecka

Fasolada

Fasolada

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. fasoli (baby, lima)
- 1-2 cebule
- 1-2 marchewki
- Pulpa pomidorów (1 szklanka)
- 2-3 łydgi selera z nacią
- 50 ml oliwy z oliwek
- sól

Na 3-4 porcje

- Fasolę namoczyć przez noc. Przepłukać, zalać świeżą wodą, przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Wlać olej, dodać drobno posiekaną cebulę, pokroić w poprzek w cienkie plasterki marchew i seler, pomidory, dolać wodę w miarę potrzeb, gotować w trybie „Zupa” (do miękkości marchewki).

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30-40 MINUT

- Doprawić solą, dodać puree czosnkowe. Dodać drobno posiekaną natkę selera, wymieszać, podawać na gorąco.

Kuchnia grecka

Adżapsandali

SKŁADNIKI:

- 1 kg bakłażana
- 4-6 papryk
- 1 ostra papryczka
- 0,5 kg pomidorów
- 1 marchew
- 1 cebula
- 6-8 ząbków czosnku
- 0,5 szkl. oleju roślinnego
- pęczek zieleniny (kolendra, pietruszka, estragon, fioletowa bazylia)
- sól, pieprz czarny ziarnisty

Na 10-15 porcji

- Bakłażana pokroić wzdłuż na 4 części, a następnie w poprzek na kawałki o grubości 1 cm, przesypać grubą solą, wyłożyć na durszlak na 20 minut. Pozwolić, aby odsączył się nadmiar wilgoci, umyć i osuszyć papierowymi ręcznikami.
- Pomidory naciąć na krzyż, zalać wrzącą wodą na 2 minuty, zalać zimną wodą, obrać, usunąć gniazda nasienne, drobno posiekać. Cebulę obrać i pokroić w cienkie półpierścienie. Paprykę oczyścić, pokroić na 4 części, a następnie drobno w poprzek. Ostłą papryczkę pokroić w cienkie paski. Obrany czosnek rozgnieść nożem, pokroić i rozgnieść na puree.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje, dodać olej, podsmażyć bakłażana z obu stron (układając w 1 warstwowe porcje), przełożyć na talerz. Podsmażyć cebulę do zeszklenia, dodać pieprz a po kilku minutach dodać pomidory, szafran, przyprawy. Po 5 minutach dodać bakłażana.
- Doprawić solą i pieprzem, dodać czosnek z ziołami (z wyjątkiem bazylii) Wszystko wymieszać, zamknąć pokrywę i gotować w trybie „Gotowanie na parze”.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 10 MINUT

- Dodać bazylię, zostawić na 5 minut z zamkniętą pokrywą - tryb „Podgrzewanie”. Podawać jako przekąskę na zimno lub gorąco.

Kuchnia gruzińska

Mużuži

SKŁADNIKI:

- 4 nóżki wieprzowe
- 1/3 szkl. białego octu winnego (z estragonem)
- kilka ząbków czosnku
- kolendra
- liść laurowy
- sól, czarny pieprz i ziele angielskie

Na 4-6 porcji

- Nóżki wieprzowe oczyścić, umyć, zalać zimną wodą (nie przekraczać linii maksymalnego poziomu). Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 1,5 GODZINY / BEZ CIŚNIENIA 3 GODZINY

- Nóżki wyjąć. Do bulionu dodać liść laurowy, posiekany czosnek i pieprz. Pozostawić w trybie „Podgrzewanie”, podczas dzielenia mięsa.
- Nóżki wieprzowe obrać z mięsa, pokroić (kości usunąć). Chrząstki i skórę z nóżek umieścić w ceramicznym naczyniu, zalać octem, dodać drobno posiekaną kolendrę, wlać precedzony bulion, ostudzić i wstawić do lodówki.
- Podawać z natką, lawaszem i adżyką.

Kuchnia gruzińska

Czanachi

SKŁADNIKI:

- 500 g jagnięciny z kośćmi (żeberka + łopatka)
- 150 g kurdiuka
- 2 bakłażany
- 4-5 małych pomidorów
- 2 rzepy
- 1 cebula
- główka czosnku
- 1 szkl. soku pomidorowego
- 1 szkl. bulionu mięsnego
- 2 liście laurowe, garść liści fioletowej bazylii, kilka gałązek tymianku i estragonu, pęczek pietruszki, kolendry
- 1 ostra papryczka
- sól, czarny pieprz

Na 4 porcje

- Bakłażany przekroić w poprzek w plastry o grubości 1 cm, posmarować oliwą i piec w cookoverze w trybie „Pieczenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Następnie przełożyć do innego naczynia. Kurdiuk pokroić w cienkie plastry i ułożyć na dnie naczynia wewnętrznego 1 warstwę.
- Na wierzchu ułożyć baraninę, doprawić solą i pieprzem, dodać cebulę pokrojoną w półpierścienie, pieczone bakłażany, rzepę pokrojoną w plasterki, pomidory w całości, czosnek w całości, paprykę, tymianek, estragon, bazylię, łodygi pietruszki i kolendry, wlać bulion i sok pomidorowy. Gotować w trybie „Ragout” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 1 GODZINA / BEZ CIŚNIENIA 1,5-2 GODZINY

- Wsypać drobno posiekaną kolendrę i pietruszkę, podawać.

Kuchnia gruzińska

Czachochbili

SKŁADNIKI:

- 1 kg kurzych żołądków
- 1 cebula
- 2 łyżki oleju roślinnego
- 1,5 szkl. soku pomidorowego
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 1 szkl. bulionu z kury
- 4 papryczki chili
- 4 ząbki czosnku
- pęczek kolendry, pietruszki
- chmeli-suneli
- sól

- Opłukać i oczyścić żołądki, obrać cebulę i drobno posiekać. Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje.
- Smażyć żołądki (w 2 etapach) i cebulę na złocisty kolor, zalać bulionem, gotować 15 minut w trybie „Duszenie” / „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Koncentrat pomidorowy rozcieńczyć sokiem pomidorowym. Wlać do naczynia wewnętrznego, dodać sól, drobno posiekane papryczki chili, czosnek i zioła, chmeli-suneli, gotować w trybie „Zupa”.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 20 MINUT

- Podawać ze świeżym lawaszem.

Kuchnia gruzińska

Cymes

Tzimmes

SKŁADNIKI:

- 4-5 marchewek
- 1 garść suszonych śliwek
- 1 garść jasnych rodzynek
- 2 łyżki smalcu drobiowego lub oliwy z oliwek
- 3 łyżki miodu
- 3 łyżki brązowego cukru
- szczypta cynamonu
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- sól, czarny pieprz

Na 2-3 porcje

- Oczyszczoną marchew pokroić w poprzek na plasterki o grubości 0,5 cm. Włączyć tryb „Smażenie”, gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć marchew w oliwie z oliwek przez 5 minut.
- Dodać suszone owoce. Po kilku minutach, dodać cukier, cynamon, miód, wlać 1 łyżkę wody (aby woda ledwo przykrywała składniki), gotować w trybie „Multi Chef” / „Gotowanie na parze”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT (120 °C)

BEZ CIŚNIENIA 30-40 MINUT

- Doprawić solą, mocno popieprzyć, skropić sokiem z cytryny i zostawić na 5 minut z zamkniętą pokrywą.

Kuchnia żydowska

Czulent

Hamin, Czulent, Cholent,

SKŁADNIKI:

- 1 kg pręgi wołowej z kością (lub baraniej)
- 70 g smalcu z kurczaka
- po 0,5 szkl. kaszy pęczak, owsa, soczewicy (lub fasoli, ciecierzycy)
- 3-5 marchewek
- korzeń pietruszki
- 3 ziemniaki
- 2 cebule
- 1 główka czosnku
- 4 jajka
- po 1 łyżeczce kminku, słodkiej papryki, kolendry
- sól, czarny pieprz

Na - 5-7 porcji

- Ciecierzycę (lub fasolę) namoczyć przez noc. Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy miska się nagrzeje, wlać trochę oleju, podsmażyć duże kawałki mięsa, dodać pokrojoną na ćwiartki cebulę, smażyć cebulę do zeszklenia, wsypać roztarte w moździerz z grubą solą przyprawy i paprykę.
- Dodać obrane i pokrojone ukośnie marchew i korzeń pietruszki. Włożyć obrany czosnek, wsypać przepłukaną kaszę i ciecierzycę (lub fasolę), ułożyć połówki obranych ziemniaków płaską stroną do góry.
- Zalać zawartość naczynia wewnętrznego wodą na około 3 - 4 cm powyżej zawartości, doprawić solą, dodać czarny ziarnisty pieprz. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1,5 GODZINY

- Podawać z zieleniną i gotowanymi jajkami (w skorupce, przekrojonymi na pół).

Kuchnia żydowska

Biryani

Biryani

SKŁADNIKI:

- 350 g długiego ryżu (basmati)
- 10 podudzi kurczaka (lub jedna kura)
- 2 szkl. jogurtu
- 2-3 cebule
- 2-4 ostre papryczki
- 3-4 ząbki czosnku
- laska cynamonu
- 3 owoce (torebki) czarnego i zielonego kardamonu
- 1 łyżka kolendry i kurkumy
- 1 łyżeczka kminku
- 0,5 łyżeczki płatków suchego chili
- szczypta szafranu
- po garści liści mięty i kolendry
- 1 liść laurowy
- 2-4 goździki
- czarny pieprz, sól

Na 3-5 porcji

- Zamarynować kurczaka w jogurcie, wymieszać z przyprawami i pieprzem. Przeplukać ryż czystą wodą i ją odlać.
- Ryż wyłożyć do naczynia wewnętrznego, dodać kurczaka wraz z marynatą, połączyć wodą szafranową (podsuszony i roztarty z grubą solą szafran zalać 0,5 szklanki wrzącej wody), dolać wrzącej wody, żeby przykrywała ryż. Gotować w trybie „Ziarna-3” / „Pilaw”.

POD CIŚNIENIEM 50 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 50 MINUT

- Delikatnie rozgnieść i wyłożyć ryż na talerze, następnie na wierzchu ułożyć kurczaka. Podawać z cytryną, jogurtem i ziołami.

Kuchnia hinduska

Curry z mięsem

SKŁADNIKI:

- 500 g mięsa (wołowina, pręga)
- 3 cebule
- 0,5 łyżki ziaren kolendry
- 1 łyżeczka kurkumy
- po 0,5 łyżeczki kminku, nasion gorczycy, płatków chili
- kawałek imbiru
- 2 ząbki czosnku
- 2 ostre papryczki
- 3 łyżki klarowanego masła
- 1 łyżka soku z cytryny
- sól, czarny pieprz
- 0,5 szklanki mleka kokosowego

Na 3-4 porcje

- Cebulę pokroić w cienkie pierścienie, czosnek - w plasterki, ostrą papryczkę - w paski. Przyprawy zmiażdżyć w moździerzu, wymieszać z sokiem z cytryny na pastę. Mięso pokroić na kawałki wielkości przepiórczego jaja.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy miska się nagrzeje, podsmażyć na oleju cebulę, czosnek i ostrą papryczkę do zeszklenia. Dodać makaron, wymieszać, gotować jeszcze przez 5 minut.
- Dodać i podsmażyć mięso, dodać garść liści curry (jeżeli są), wlać 0,5 szklanki mleka kokosowego, wymieszać, zamknąć pokrywę, przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40-50 MINUT

BEZ CIŚNIENIA 1,5-2 GODZINY

- Doprawić solą, dodać trochę soku z cytryny. Podawać z niesolonym ryżem.

Kuchnia hinduska



Kiczeri

Kchichri, Khichdi

SKŁADNIKI:

- 1 szklanka łuskanej złotej fasoli
- 1 szklanka ryżu
- 1 cebula
- 2 pomidory (obrane lub z puszki)
- 2 ząbki czosnku
- kawałek imbiru
- 3 łyżki klarowanego masła
- po 0,5 łyżeczki kolendry i kminku
- 1 łyżeczka kurkumy
- laska cynamonu
- 3 torebki (owoce) kardamonu
- kolendra
- suszona ostra papryczka
- czarny pieprz, sól

Na 3-6 porcji

- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć na oleju przyprawy, dodać drobno posiekany imbir i czosnek. Kilka minut później dodać cebulę, gotować do zeszklenia cebuli.
- Dodać i szybko uprażyć kurkumę. Następnie dodać pomidory. Po 2-3 minutach wsypać ryż, złotą fasolę, wlać 1-1,5 l wrzącej wody, dodać sól i gotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 20 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Dodać kolendrę, skropić cytryną, podawać z jogurtem.



Kuchnia indyjska

Curry z fasolą

Dal Makhani

SKŁADNIKI:

- 1 szklanka czerwonej kolorowej fasoli kidney
- 300 g baraniny (łopatka)
- 2 ząbki czosnku
- imbir
- ostra papryczka
- 2 łyżki klarowanego masła
- 0,5 szkl. śmietanki kokosowej
- po 1 łyżeczce kolendry, nasion gorczycy, kminku
- 0,5 łyżki kurkumy
- czarny pieprz
- sól

Na 3-6 porcji

- Fasolę namoczyć w zimnej wodzie przez noc, a następnie zlać wodę. Włączyć tryb „Smażenie”, podsuszyć przyprawy, zmielić w moździerzu z grubą solą, dodać drobno posiekaną ostrą papryczkę, czosnek i imbir, zmielić na pastę.
- Do naczynia wewnętrznego wlać olej, podsmażyć cebulę do zeszklenia, dodać i uprażyć kurkumę, pastę z moździerza, dodać pokrojoną na małe kawałki baraninę, po 3 minutach dodać fasolę, wlać 2/3 łyżki wrzącej wody i włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Dodać śmietankę kokosową, wymieszać, odstawić z zamkniętą pokrywą na 5-10 minut.
- Dodać kolendrę i podawać z jogurtem.

Kuchnia indyjska

Złota fasola ze szpinakiem

Palak Moong Daal

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. łuskanej fasoli złotej
- 300 g rozmrożonego szpinaku
- 1 cebula
- 1-2 ząbki czosnku
- 1 ostra papryczka
- 3 łyżki klarowanego masła
- po 1 łyżeczce kminku, kolendry i kurkumy
- sól

Na 2-4 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć na oleju cebulę, czosnek i pieprz do miękkości, dodać rozdrobnione w moździerzu przyprawy i podsmażyć razem z warzywami około minuty.
- Dodać szpinak, po 5 minutach dodać złotą fasolę, wlać 1 szkl. wrzącej wody. Gotować w trybie „Ziarna-1”.

POD CIŚNIENIEM AUTO / BEZ CIŚNIENIA AUTO

Kuchnia indyjska

Irlandzkie ragout

Irish Stew, Stobhach gaelach

SKŁADNIKI:

- 1 kg jagnięciny (łopatka z kością)
- 0,5 l ciemnego piwa
- 4-6 ziemniaków
- 1 marchew
- 1-2 łodygi pora (część środkowa)
- 2-3 cebule
- szczypta tymianku
- czarny pieprz, sól

Na 4-6 porcji

- Warzywa pokroić na drobne kawałki. Wyłożyć na dno miski najpierw połowę warzyw, następnie połowę cebuli, następnie mięso, ponownie cebulę i znów warzywa.
- Posolić, dodać pieprz ziarnisty, tymianek, wlać piwo, 0,25 l wody, gotować w trybie „Ragout” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Dodać drobno posiekaną pietruszkę, podawać.

Kuchnia indyjska

Ryż z kurczakiem

Arroz con Pollo

SKŁADNIKI:

- 1 kurczak (bez filetów)
- 2,5 szkl. ryżu (iberika)
- 2,5 szkl. bulionu drobiowego
- 2 ostre papryczki
- 1 cebula
- szczypta szafranu
- 2 ząbki czosnku
- 4 łyżki oleju roślinnego
- 2 łyżki masła
- pęczek pietruszki
- sól, czarny pieprz

Na 5 porcji

- Szafran uprażyć na patelni, utrzyć razem z solą, zalać wrzącą wodą, odstawić, wlać bulion.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Kawałki kurczaka doprawić solą i pieprzem. Smażyć na oleju roślinnym. Cebulę i paprykę oczyścić, drobno posiekać, podsmażyć na oleju do miękkości, dodać puree czosnkowe, kawałki kurczaka, wsypać ryż, smażyć, dopóki olej się nie wchłonie, wlać bulion, włączyć tryb „Ziarna-2” / „Pilaw”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Po zakończeniu programu doprawić solą i pieprzem do smaku, dodać drobno posiekaną pietruszkę, masło w kawałkach, wymieszać, zamknąć pokrywę, zostawić na 5-10 minut.
- Uwaga: Program „Pilaw” jest automatyczny i obejmuje stopniowe dodawanie składników podczas programu. W takim przypadku po włączeniu trybu należy postępować zgodnie z instrukcjami asystenta głosowego. Czas każdego etapu gotowania jest podany w instrukcji. My podajemy sposób na klasyczne przygotowanie pilawu w cookoverze.

Kuchnia hiszpańska

Ryż z chorizo

Arroz con chorizo

SKŁADNIKI:

- 200 g. kielbasy chorizo
- 1 szkl. ryżu carnaroli
- 1 szkl. zielonego groszku
- 2-4 pomidory
(świeże lub z puszki)
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 1 ostra papryczka
- 50 ml oliwy z oliwek
- szczypta szafranu
- sól

Na 3-4 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć na oliwie cebulę, ostrą papryczkę i czosnek, dodać i podsmażyć ryż, szafran, dodać pomidory, groszek, pokrojoną kielbasę, wlać 400 ml wody lub bulionu i włączyć tryb „Ziarna-2”.

POD CIŚNIENIEM AUTO / BEZ CIŚNIENIA AUTO

- Podawać z cytryną.

Kuchnia hiszpańska

Cynaderki cielęce w sherry

Riñonas al Jerez

SKŁADNIKI:

- 3 cynaderki cielęce
- 1 szkl. sherry
- 2/3 szkl. bulionu
- 1 cebula
- 1 łyżka mąki
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- pietruszka
- sól, pieprz czarny

Na 2-3 porcje

- Cynaderki zalać na godzinę zimną wodą, zlać wodę. Cynaderki sparzyć wrzątkiem, pokroić wzdłuż na 4 części, wyciąć przewody żółciowe, usunąć tłuszcz, pokroić na kawałki, osuszyć i obtoczyć w mące.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć na oliwie z oliwek przez 2-3 minuty, następnie dodać cebulę, smażyć do zeszklenia cebuli. Wlać sherry, bulion, zamknąć pokrywę. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Po zakończeniu programu doprawić solą i pieprzem do smaku, dodać drobno posiekaną zieleń. Podawać z ziemniakami.

Kuchnia hiszpańska

„Jedwabne chusteczki”

z sosem pesto Fazzoletti di seta al pesto

SKŁADNIKI:

- 1,5 szkl. mąki (Farina di grano, typ 00)
- 3 jajka
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 5-6 łyżek pesto genueńskiego
- sól

Na 2-3 porcje

- Do przesianej mąki wbić jajka, dodać sól, wlać olej, zagnieść ciasto na jednolitą masę (aż przestanie lepić się do rąk), zawinąć w folię, włożyć do lodówki na 30 minut.
- Ciasto zagnieść, rozwałkować na maszynie do ciasta do grubości 1 mm, pokroić na kwadraty (15x15 cm). Ugotować chusteczki w słonej wrzącej wodzie przez kilka minut stosując odpowiedni tryb.
- Następnie wyrzucić na durszlak, zachowując kilka łyżek wody. Dodać pesto, wodę, w której gotował się makaron, wymieszać, posypać serem i drobnymi listkami bazylii. Podawać od razu.

Kuchnia włoska

Caponata

SKŁADNIKI:

- 1-2 bakłażany
- 1 czerwona cebula
- 1 łydga selera
- 2-3 obrane pomidory z puszki w sosie własnym
- 1 świeży pomidor
- garść oliwek
- 2 łyżki kaparów
- 1 łyżka orzeszków pini
- 2 filety anchois
- 2 łyżki białego octu winnego
- 4-6 łyżki oliwy z oliwek
- 2-3 ząbki czosnku
- natka pietruszki
- bazylia
- 2-3 łyżeczki brązowego cukru
- szczypta nasion kopru włoskiego
- sól, czarny pieprz

Na 4-6 porcji

- Bakłażany pokroić wzdłuż na 4 części, a następnie w poprzek co 2 cm, wyłożyć na durszlak, posolić grubą solą, zostawić na 30 minut. Sól spłukać, bakłażany osuszyć papierowymi ręcznikami.
- Włączyć tryb „Smażenie”. W suchym naczyniu wewnętrznym uprażyć orzeszki cedrowe i odłożyć. Wlać do naczynia wewnętrznego olej, podsmażyć bakłażany ze wszystkich stron na złocisty kolor, wyjąć i odłożyć. Podsmażyć na oliwie drobno posiekaną cebulę do zeszklenia, dodać obrany i pokrojony seler, drobno posiekany czosnek, wsypać nasiona kopru włoskiego. Dodać pomidory, rozgnieść, dodać cukier, bakłażany, kapary i oczyszczone z pestek oliwki, wymieszać i gotować w trybie „Ragout” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Doprawić solą i pieprzem do smaku, wlać ocet, rozgrzać, wsypać drobno posiekane zioła, wymieszać, ostudzić, przykryć folią i włożyć na noc do lodówki.

Kuchnia włoska

Linguine z czerwonym pesto

Linguine al Pesto Rosso

SKŁADNIKI:

- 20 suszonych pomidorów w oleju
- garść liści bazylii
- garść startego parmezanu
- garść orzechów pinii lub cedrowych
- 2 ząbki czosnku
- 150-200 ml oliwy z oliwek
- 200 g makaronu
- sól

Na 2-3 porcje

- Lekko uprażyć orzechy na suchej patelni lub za pomocą trybu „Smażenie”. W blenderze zblendować wszystko z wyjątkiem sera do uzyskania jednolitej konsystencji, wlać oliwę. Dodać ser.
- Ugotować makaron w trybie „Makaron”, a następnie przełożyć na durszlak, wymieszać z pesto, dodając kilka łyżek wody z makaronu. Podawać z listkami bazylii i tartym parmezanem.

Kuchnia włoska

Ossobuco z risotto po mediolańsku

Osso buco alla Milanese

SKŁADNIKI:

- 4 szt. giczy cielęcej (podzielone na kawałki o grubości 3 cm, 1 kg)
- 1 marchew
- 1 cebula
- 1,5 szkl. pomidorów (obratych i pokrojonych)
- 2 łodygi selera
- 0,5 szkl. białego wytrawnego wina
- 0,5 szkl. bulionu cielęcego
- skórka z 1 cytryny
- 2 ząbki czosnku
- 0,5 łyżeczki majeranku
- pęczek pietruszki
- po 2 łyżki oliwy z oliwek i masła
- mąka
- sól, czarny pieprz

Na 4 porcje

Włączyć tryb „Smażenie”. Mięso obtoczyć w mące i smażyć na oliwie do uzyskania złocisto – brązowego koloru, wyjąć i odłożyć. Na pozostałym oleju podsmażyć cebulę (drobno posiekaną), marchew i seler (w kostkę), aż będą miękkie. Następnie wlać wino i odparować, dodać pomidory, wymieszać, zagotować, dodać majeranek oraz sól. Do naczynia wewnętrznego włożyć smażoną cielęcinę, wlać bulion, wymieszać, włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- W międzyczasie zrobić gremolatę: drobno posiekać pietruszkę, 1 ząbek czosnku, skórkę z cytryny, wszystko wymieszać. Doprawić solą i pieprzem do smaku, położyć gremolatę na kawałki mięsa, polać sosem, zamknąć pokrywę, odstawić na 10 minut w trybie pracy „Podgrzewanie”. Podawać z risotto.

Makaron z ciecierzycą

Pasta e ceci

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. ciecierzycy
- 1 łyżka krótkiego makaronu
- kilka plasterków pancetty
- skóra świńska (z pancetty)
- 1-1,5 l bulionu (mięsnego lub warzywnego)
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 1 cebula
- 400 g pomidorów w puszcze (pokrojonych)
- 2 ząbki czosnku
- ostra papryczka
- szczypta rozmarynu (lub gałązka świeżego)
- natka pietruszki, bazylia
- sól

Na 3-5 porcji

- Ugotować wcześniej namoczoną ciecierzycę. Włączyć tryb „Smażenie” (co najmniej 40-50 minut).
- Na oliwie podsmażyć obrany czosnek razem z papryczką, pancettą, rozmarynem i świńską skórą. Następnie wsypać cebulę, smażyć do zeszklenia. Dodać pomidory (można dodać cukier), gotować 10 minut.
- Dodać ciecierzycę, wlać bulion, doprowadzić do wrzenia, dodać makaron, doprawić solą, gotować z otwartą pokrywą do miękkości makaronu. W międzyczasie grubo posiekać zioła. Wyjąć, pokroić i włożyć z powrotem świńską skórę. Następnie wsypać zioła. Podawać, dodając kroplę oliwy na talerz.

Kuchnia włoska

Risotto z grzybami

Risotto ai funghi

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. ryżu (arborio)
- 2-3 garście świeżych borowików
- 800 ml bulionu cielęcego
- 250 ml białego wytrawnego wina
- 2 ząbki czosnku
- 1 cebula
- 1 łodyga selera
- natka kopru włoskiego
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 2-3 łyżki masła
- 3-4 łyżki śmietany
- 2-3 łyżki tartego parmezanu
- sól, czarny pieprz

na 2-3 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć na oliwie rozgniecione nożem nieobrane ząbki czosnku, czosnek usunąć, dodać drobno posiekaną cebulę i seler, dodać pokrojone na małe kawałki grzyby, doprawić solą i pieprzem, smażyć do zeszklenia cebuli.
- Wsypać ryż, smażyć przez 3 minuty, wlać wino, wymieszać, zredukować wino. Wlać bulion i śmietankę, zamknąć pokrywę, włączyć tryb „Ziarna-1”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Po zakończeniu programu dodać do risotto masło, ser, drobno posiekane zioła, wymieszać, zamknąć pokrywę, zostawić na około 5-8 minut, podawać.

Kuchnia włoska

Ryż z zielonym groszkiem

Risi e bisi

SKŁADNIKI:

- 300 g boczku
- 1 szkl. ryżu (arborio)
- 50 g pancetty
- 1 cebula
- 1 l bulionu mięsnego
- 50 g masła
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 2 szkl. zielonego groszku
(tu: mrożony)
- 4 łyżki tartego parmezanu
- sól, biały pieprz

na 2-3 porcje

Włączyć tryb „Smażenie”. Pokroić boczek w paski, podsmażyć na oliwie, dodać drobno posiekaną cebulę, smażyć do zeszklenia. Dodać groszek i ryż, doprawić solą, wlać gorący bulion, zamknąć pokrywę i włączyć tryb „Ziarna-1”.

POD CIŚNIENIEM AUTO / BEZ CIŚNIENIA AUTO

- Dodać masło, ser i pieprz, wymieszać, zamknąć pokrywę, zostawić na 5 minut. Podawać z natką pietruszki.

Kuchnia włoska

Spaghetti alla Puttanesca

SKŁADNIKI:

- 2 porcje makaronu spaghetti
- 1 szkl. Passata, Pomito (lub 2-3 obrane pomidory pokrojone)
- 0,5 cebuli
- 1 ostra papryka
- 2-3 łyżki oliwy z oliwek
- garść oliwek bez pestek
- 2 filety anchois
- 2 ząbki czosnku
- 1 łyżka kaparów
- 1 łyżeczka cukru
- natka pietruszki
- oregano
- świeża bazylia
- sól, czarny pieprz

- Ugotować spaghetti używając trybu „Makaron”, w posolonej wodzie do stanu al dente, następnie przełożyć na durszlak i odcedzić.
- Czosnek obrać, pokroić w plasterki w poprzek. Cebulę obrać, drobno posiekać a paprykę pokroić w poprzek.
- Oliwki pokroić w poprzek, anchois rozgnieść widelcem.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć czosnek na oleju do zmiany koloru, usunąć, smażyć cebulę na złocisty kolor, dodać anchois, oliwki, kapary, pomidory i cukier.
- Doprawić solą i pieprzem, gotować 10 minut. Dodać makaron do naczynia wewnętrznego, wymieszać, rozgrzać, podawać ze świeżą bazylią.

Kuchnia włoska

Spaghetti z krewetkami i rukolą

Spaghetti con gamberetti e rucola

SKŁADNIKI:

- 250 g makaronu spaghetti (lub świeżych tagliolini)
- 2 garście obranych surowych krewetek
- 4 suszone pomidory
- 2-3 puszki obranych pomidorów
- 150 ml białego wytrawnego wina
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- 1 łyżeczka skórki z cytryny
- garść rukoli
- 1 łyżka klarowanego masła
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 ząbek czosnku
- sól, czarny pieprz

Na 2 porcje

- Ugotować spaghetti w trybie „Makaron”, w posolonej wodzie do stanu al dente, następnie przełożyć na durszlak i odcedzić.
- Czosnek zmiażdżyć nożem, skórkę z cytryny drobno posiekać. Pomidory rozgnieść widelcem.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć czosnek w śmietanie i oliwie z oliwek na lekko złocisty kolor i usunąć. Dodać krewetki, smażyć 1-2 minuty, wlać wino i sok z cytryny. Po chwili dodać pomidory, połowę rukoli (porwać rękoma na drobne kawałki), podgrzewać przez 2-3 minuty, doprawić solą i pieprzem do smaku, dodać resztę rukoli i skórkę z cytryny.
- Dodać makaron do naczynia wewnętrznego, wymieszać i rozgrzać. Podawać od razu po przygotowaniu.

Kuchnia włoska

Trofie z ragout

Trofie con ragu

SKŁADNIKI:

- 200 g mielonej wołowiny
- 100 g wieprzowego mięsa mielonego (chudego)
- 2 szkl. obranych pomidorów w puszcze (lub Pomito) z sokiem
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 1 szkl. mąki (z odmian pszenicy durum)
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1 liść laurowy
- 1 gałązka rozmarynu
- garść startego parmezanu
- sól, czarny pieprz

Na 3-4 porcje

Do przesianej mąki wlać, mieszając, 0,5 szkl. wody, zagnieść ciasto, aż będzie miękkie, zawinąć w folię i włożyć do lodówki na 30 minut.

Odciąć ćwierć ciasta, rozwałkować na suchym stole na wałek o grubości palca, pokroić ciasto w poprzek co 5 mm. Każdy kawałek rozetrzeć dłońmi, spiralnie owinąć wokół wykałaczki, posypać mąką. Tak samo postąpić z resztą ciasta, lekko osuszyć.

Włączyć tryb „Smażenie”. Podsmażyć na oliwie drobno posiekaną cebulę do miękkości, lekko podsmażyć mięso i dodać puree czosnkowe. Wszystko wymieszać. Dodać i podsmażyć przez parę minut pomidory, wlać sok pomidorowy, włożyć liść laurowy, rozmaryn, kilka ziarenek pieprzu, zamknąć pokrywę. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 20-25 MINUT

- Z mięsnego gulaszu usunąć liść laurowy i rozmaryn, doprawić solą i pieprzem (jeżeli trzeba, dodać cukier). Ugotować makaron w słonej wrzącej wodzie przez 2-4 minuty, następnie wyrzucić na durszlak, wymieszać z sosem, dodać jedną lub dwie łyżki oleju. Podawać posypane serem.

Kuchnia włoska

Nadziewane kalmary

Calamari ripieni

SKŁADNIKI:

- 500 g świeżych małych kalmarów
- 1 jajko
- oliwa z oliwek, sok z cytryny
- skórki z białego chleba
- pęczek pietruszki
- 1-2 ząbki czosnku
- sól, czarny pieprz
- bułka tarta

Na 3-4 porcje

- Kalmary oczyścić, oddzielić macki od głowy, przepłukać. Macki zalać wrzącą wodą, drobno posiekać, dodać do nich drobno posiekaną pietruszkę, bułkę tartą, puree czosnkowe, doprawić solą i pieprzem do smaku, wlać olej, jajko i dobrze wymieszać.
- Następnie nafaszerować kalmary na 2/3 ich objętości, ułożyć na wysmarowanym olejem zestawie do gotowania na parze (w naczyniu wewnętrznym), gotować w trybie „Gotowanie na parze” przez 10 minut.
- Podawać od razu podlane mieszaniną oliwy, soku z cytryny i drobno posiekanej pietruszki.

Kuchnia włoska

Kurczak na parze

SKŁADNIKI:

- 1 kurczak
- garść grzybów shiitake
- imbir (5 cm)
- 1 łyżeczka pieprzu syczuańskiego
- 2 łyżki wina ryżowego
- ostra papryczka
- sos sojowy

Na 2-4 porcje

- Grzyby namoczyć w zimnej wodzie przez kilka godzin. W międzyczasie uprażyć pieprz syczuański w cookoverze w trybie „Smażenie”, rozetrzeć z grubą solą w moździerzu.
- Kurczaka posmarować marynatą z wina ryżowego, drobno posiekanego imbiru, ostrej papryczki i pieprzu. Grzyby pokroić na cienkie plasterki, ułożyć na zestawie do gotowania na parze, na wierzchu ułożyć kurczaka, gotować w trybie „Gotowanie na parze”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Zestaw do gotowania na parze z kurczakiem wyjąć, wlać do bulionu sos sojowy, zredukować do konsystencji sosu w trybie „Smażenie” nie zamykając pokrywy. Kurczaka pokroić na kawałki, połączyć sosem. Podawać od razu posypane drobno posiekanym szczypiorkiem i ostrą papryką.

Kuchnia chińska

Bulgogi

SKŁADNIKI:

- 200 g wołowiny
- 1 szkl. kleistego ryżu
- sałata
- 2 łyżki oleju sezamowego
- 2 ząbki czosnku
- 0,5 łyżeczki ziaren kolendry
- 2 łyżki jasnego sosu sojowego
- ostre przyprawy koreańskie (lub sambal oelek)

Na 2 porcje

- Mięso lekko zamrozić tak, aby można było je pokroić na cienkie paski o grubości 2-3 mm. Czosnek drobno pokroić w poprzek, ziarna kolendry zmiażdżyć szerokim nożem.
- Mięso zamarynować: układać warstwami przesypując sezamem, kolendrą, czosnkiem, skrapiając sosem sojowym i olejem sezamowym. Pozostawić w marynacie na co najmniej 6 godzin. Ryż opłukać, gotować w trybie:

POD CIŚNIENIEM „ZIARNA – 1”

BEZ CIŚNIENIA „KASZA NA MLEKU”

- Ryż (1 łyżka) ułożyć na liściu sałaty. Paski mięsa podsmażyć z jednej strony na suchej patelni, ułożyć na wierzchu ryżu, dodając ostre przyprawy, zwinąć liść sałaty w rulonik i podawać.

Kuchnia koreańska

Hraime

SKŁADNIKI:

- 1 cefal (800 g)
- 2 szkl. pomidorów z sokiem (obranych i pokrojonych)
- 1-2 cebule
- 1 łodyga selera
- 4-6 ząbków czosnku
- 1 ostra papryczka
- 1-2 łyżeczki cukru
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- pęczek kolendry i pietruszki
- hawayij (3 owoce (torebki) kardamonu + po 1 łyżeczce kminu, kurkumy, ostrej i słodkiej papryki)
- sól, czarny pieprz

Na 4-5 porcji

- Rybę umyć, pokroić w poprzek na kawałki (o grubości 3 cm), doprawić solą i pieprzem, odłożyć (ogon i głowę zużyć w innym przepisie).
- W trybie „Smażenie” zeszklić drobno posiekaną cebulę i drobno pokrojony w poprzek seler. Dodać i smażyć przez 1 minutę rozmiażdżone w moździerzu przyprawy i drobno posiekaną ostrą papryczkę. Dodać drobno pokrojony czosnek, pomidory, smażyć mieszając przez 10-15 minut (jeśli są kwaśne można dodać cukier).
- Ułożyć kawałki ryby (tak, aby były pokryte sosem), przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 10 MINUT

- Wsypać drobno posiekane zioła, wymieszać. Podawać z challah na zimno lub gorąco.

Kuchnia libańska

Pierogi z jagodami

Šaltanosių, Szaltanosy

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. jagód
- po 1 szkl. mąki pszennej
i mąki gryczanej
- po 0,5 szklanki wody na każde
100 g mąki
- 1 łyżka smalcu
- cukier

Na 3-6 porcji

- Wlać do 1 łyżki smalcu 1 szklankę gorącej wody, wymieszać do całkowitego rozpuszczenia się tłuszczu, wlać tę wodę do plastikowej lub szklanej miski z przesianą mąką, zagnieść ciasto na jednolitą masę, zawinąć w folię, odłożyć na 30 minut.
- Ciasto podzielić na 2-4 części, z każdej rozwałkować wałek o grubości 2 cm, pokroić w poprzek co 1 cm.
- Pokrojone kawałki ciasta przykryć ręcznikiem, aby nie wyschły. Każdy rozwałkować na krążek o średnicy 6-8 cm, układać na nim po 2 łyżeczki jagód, posypać szczyptą cukru, połączyć brzegi ciasta, zwilżyć wodą jeśli trzeba, uformować pieróg.
- Ugotować kołduny w niewielkiej ilości posolonej wrzącej wodzie do miękkości przez 4-5 minut. Podawać ze śmietaną.

Kuchnia litewska

Tagine z baraniną i figami

Moroccan Lamb Tagine with Figs

SKŁADNIKI:

- 2 pręgi baranie
- 1 szkl. kuskusu
- 1 szkl. białego wina
- garść suszonych fig
- imbir
- 3 ząbki czosnku
- ostra papryczka
- oliwa z oliwek
- 50 g masła
- 0,5 łyżeczki czarnego pieprzu
- 5 goździków
- laska cynamonu
- szczypta szafranu
- sól

Na 2-4 porcje

- Wszystkie suche przyprawy utrzeć w moździerzu z grubą solą. Pręgi dobrze natrzeć mieszaniną oleju i przypraw, pozostawić na około godzinę. Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje.
- Pręgi obsmażyć na oliwie ze wszystkich stron, odsunąć na bok, w tym samym miejscu podsmażyć drobno posiekany imbir, czosnek i ostrą papryczkę. Wlać wino i dusić w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1,5-2 GODZINY

- W międzyczasie namoczyć figi, zalać roztarty z solą szafran wrzącą wodą. Mięso obrać z kości, wyjąć i pokroić na kawałki. Dodać do sosu pokrojone w takie same kawałki figi, włączyć tryb „Smażenie” i zredukować sos do połowy. Mięso włożyć z powrotem do sosu, podgrzać.
- W międzyczasie zaparzyć kuskus naparem szafranowym z 1,5 szkl. wrzącej wody, pozostawić pod przykryciem na 10 minut. Dodać masło, rozbić kuskus widelcem. Podawać z kolendrą, kładąc mięso na kuskus i polewając sosem.

Kuchnia marokańska

Szakszuka

SKŁADNIKI:

- 2 jajka
- 1 szkl. oczyszczonych i pokrojonych pomidorów
- 1-2 ząbki czosnku
- ostra papryczka
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- kolendra (lub bazylia, pietruszka)
- szczypta cukru (opcjonalnie)
- sól, czarny pieprz

Na 1 porcję

- Włączyć tryb „Smażenie” (minimum 30 minut). Poczekać, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje. Drobno posiekaną cebulę podsmażyć na oleju do zeszklenia, dodać paprykę (pokrojoną w kostkę), po 3-5 minutach dodać ostrą papryczkę (posiekaną w cienkie paski w poprzek), drobno posiekany czosnek, kurkumę dokładnie wymieszać.
- Po chwili dodać pomidory i smażyć przez 5 minut. Doprawić solą (można dodać też cukier). Łyżką zrobić 2 wgłębienia, wbić do każdego jajko, doprawić solą i pieprzem do smaku, gotować do momentu, aż białko się zetnie.
- Posypać ziołami. Podawać od razu.

Kuchnia marokańska

Salsa z fasoli

Salsa di Fagioli

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. fasoli (Baby, Lima, Jarmark)
- 0,5 szkl. śmietany
- 1 cebula
- pęczek dymki; 2 łyżki smalcu
- 0,5 łyżeczki kuminu (kminu)
- sól

Na 3-4 porcje

- Fasolę namoczyć przez noc, następnie odcedzić. Następnie zalać świeżą wodą, dodać czosnek, przygotować w trybie „Duszenie” do miękkości fasoli.

POD CIŚNIENIEM 25 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1-1,5 GODZINY

- Czosnek usunąć, przełożyć fasolę do oddzielnego naczynia i zblendować na jednolitą masę.
- Włączyć tryb „Smażenie” na 40-50 minut. Podsmażyć drobno posiekaną cebulę na tłuszczu do zeszklenia, dodać kmin (utarty z grubą solą), dodać i podsmażyć puree z fasoli, przez 10 minut, dodać śmietanę i podgrzać.
- Podawać posypane szczypiorkiem (lub kolendrą) z podsuszoną tortillą.

Kuchnia meksykańska

Duszona modra kapusta

Rotokohl

SKŁADNIKI:

- 0,5 główki czerwonej kapusty
- 1 cebula
- 1 jabłko
- 2 łyżki smalcu
- kilka jagód jałowca
- 0,5 łyżki czerwonego wina
- 1 szkl. czerwonego octu winnego
- 1 łyżeczka cukru
- 1 ząbek czosnku
- 1 goździk
- 1 liść laurowy
- szczypta kminku
- sól, czarny pieprz

Na 2-3 porcje

- Główkę kapusty oczyścić z górnych liści, wyciąć głąb, drobno posiekać kapustę. Jabłko obrać ze skóry i pestek, pokroić w kostkę.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Smażyć drobno posiekaną cebulę ze smalcem do zeszklenia, dodać czosnkowe puree, roztarte w moździerzu goździki, cukier, kminek, liść laurowy, jabłka, kapustę, jagody jałowca, mieszać przez 3-5 minut. Wlać ocet, dodać sól, wlać wino, zamknąć pokrywę, przełączyć w tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 20-30 MINUT

- Usunąć liść laurowy. Jeśli jest dużo płynu - przełączyć w tryb smażenie z otwartą pokrywą w celu odparowania nadmiaru wody. Podawać jako dodatek do wieprzowiny, dziczyzny, z ziemniakami i piwem.

Kuchnia niemiecka

Wątróbka w śmietanie

SKŁADNIKI:

- 500 cielęcej wątróbki
- 2/3 szkl. śmietany
- 1 szkl. bulionu mięsnego
- 1 cebula
- 2 łyżki masła klarowanego
- mąka
- sól, biały pieprz

Na 3-4 porcje

- Wątróbkę oczyścić, wypłukać, pokroić w plastry o grubości 1 cm, doprawić solą i pieprzem.
- Włączyć tryb „Smażenie”, kiedy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć drobno posiekaną cebulę, dodać wątróbkę i wymieszać. Po paru minutach dodać 1 łyżkę mąki, wlać bulion, doprawić solą i pieprzem do smaku. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT (120 °C)

BEZ CIŚNIENIA 10-15 MINUT

- Dodać śmietanę, wymieszać i zostawić z zamkniętą pokrywą na 5 minut. Podawać z ziemniakami lub ryżem.

Kuchnia polska

Boeuf Strogonow

Le boeuf Stroganov

SKŁADNIKI:

- 300 g wołowiny (polędwica)
- 1 cebula
- 200 ml śmietany
- 250 g pieczarek
- 0,5 szkl. bulionu mięsnego
- 4 łyżki klarowanego masła
- 1 łyżeczka musztardy
- 1 łyżka mąki
- koperek
- sól, czarny pieprz
- ogórki kiszone

Na 2 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Mięso oczyszczone z błon pokroić w poprzek w cienkie plasterki, a następnie w paski, obtoczyć w mące. Wlać do miski połowę oleju. Położyć mięso pojedynczą warstwą, podsmażać na złocisty kolor i przełożyć do innego naczynia.
- W pozostałym oleju podsmażyć do zeszklenia drobno posiekaną cebulę, wsypać sproszkowane grzyby i wymieszać. Dodać mięso, musztardę, trochę wody, sól i pieprz, zamknąć pokrywę. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 30 MINUT

- Po ugotowaniu dodać śmietanę, wymieszać, rozgrzać, pozostawić z zamkniętą pokrywą na 10 minut. Podawać z frytkami, grubym makaronem lub kaszą gryczaną i ogórkami kiszonymi pokrojonymi w paseczki.

Kuchnia rosyjska



Gotowane raki

SKŁADNIKI:

- 1 kg małych raków
- pęczek koperku
- szczypta soli
- szczypta cukru

Na 1-2 porcje

- Raki umyć, ułożyć na zestawie do gotowania na parze w naczyniu wewnętrznym, na połowie pęczka koperku, przykryć pozostałym koperkiem, zamknąć pokrywę, gotować w trybie „Gotowanie na parze”.

POD CIŚNIENIEM 12 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 15 MINUT

- Podawać z natką i zimnym piwem.



Kuchnia rosyjska

Gotowana wołowina

SKŁADNIKI:

- 1 kg wołowiny (podudzie)
- 1 marchew
- 1 cebula
- 3 goździki
- 4 ząbki czosnku
- bouquet garni
- sól, pieprz czarny ziarnisty

Na 4-6 porcji

- Związać mięso nicią kulinarną, sparzyć wrzątkiem, umieścić w naczyniu cookovera, zalać zimną wodą (aby pokrywała mięso, ale nie znajdowała się powyżej maksymalnego poziomu).
- Dodać warzywa, bouquet garni (natka pietruszki, tymianek, szalwia, liście pora, liść laurowy), pieprz ziarnisty. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 1 GODZINA / BEZ CIŚNIENIA 2,5-3 GODZINY

- Wyjąć mięso, resztę usunąć a bulion odcedzić.
- Mięso pokroić w plasterki lub kawałki, usuwając nić, bulion przelać do filiżanki.
- Podawać z grubą solą i czarnym grubo zmielonym pieprzem. Zmiażdżony czosnek i pietruszkę podawać oddzielnie.

Kuchnia rosyjska

Pielmienie syberyjskie

SKŁADNIKI:

- 300 g mięsa wołowego (łopatka)
- 200 g mięsa łosia (łopatka)
- 150 g wieprzowiny (karczek)
- 1 cebula
- 300 g mąki
- 1-2 jajka
- sól, czarny pieprz

Na 6 porcji

- Mięso i cebulę drobno posiekać (do rozmiaru gryki), wymieszać, dodać 3-5 łyżek wody, doprawić solą i pieprzem.
- Mąkę przesiać, dodać sól, dodać jajka, zamiesić ciasto, dodając zimną wodę. Wyrabiać do gładkości przez 20 minut, zawinąć w folię i umieścić w lodówce na godzinę.
- Ciasto ugnieść, cienko rozwałkować, wyciąć kółka o średnicy 5-6 cm, ułożyć po łyżeczce farszu na każdy krążek ciasta, uformować pierożki, a następnie zawinąć i zlepić końce ze sobą. Wlać do naczynia wewnętrznego wodę i włączyć tryb „Makaron” / „Pieczenie”.
- Pielmienie wrzucać do posolonej wrzącej wody, doprowadzić do wrzenia, gotować przez 7-8 minut od wynurzenia, a następnie wyjąć łyżką cedzakową. Podawać gorące z masłem lub śmietaną, posypane ziołami.

Kuchnia rosyjska

Pęczak z grzybami

SKŁADNIKI:

- 1 szkl. pęczaku
- 1 cebula
- garść suszonych borowików
- 3 szkl. bulionu mięsnego
- 6 łyżek masła klarowanego
- pęczek pietruszki
- 1 ząbek czosnku
- sól, czarny pieprz

Na 3 porcje

- Grzyby zalać szklanką zimnej wody na kilka godzin. Pęczak przepłukać w czystej wodzie.
- Wywar grzybowy odlać (i zachować), grzyby i cebulę drobno posiekać i smażyć na dwóch łyżkach masła w trybie „Smażenie” przez 10-15 min. Dodać pęczak, wlać bulion, zamknąć pokrywę i gotować w trybie:

POD CIŚNIENIEM „ZIARNA – 3”

BEZ CIŚNIENIA „PILAW”

- Czosnek zmiażdżyć szerokim nożem, drobno posiekać razem z ziołami, dodać do naczynia cookovera razem z pozostałym masłem, doprawić solą i pieprzem do smaku, wymieszać. Zostawić w trybie „Podgrzewanie” na 30 min.

Kuchnia rosyjska

Galareta mięsna

SKŁADNIKI:

- 2 kg ogonów wołowych
- 1 cebula z łuskami
- 2-3 ząbki czosnku
- 1 liść laurowy
- 2 ziarna ziela angielskiego
- 5 ziarenek pieprzu czarnego
- sól

Na 7-9 porcji

- Rozcięte w poprzek ogony umyć, ułożyć w naczyniu cookovera, zalać zimną wodą (nie przekraczać linii maksymalnego poziomu), dodać cebulę, pieprz, liść laurowy, przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 1 GODZINA / BEZ CIŚNIENIA 2 GODZINY

- Wyjąć liść laurowy, zebrać szumowiny i włączyć „Podgrzewanie” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 5 GODZIN / BEZ CIŚNIENIA 5 GODZIN

- Ogony wyjąć, warzywa usunąć, bulion odcedzić. Ogony rozebrać na części, oddzielając mięso i usuwając kości. Do bulionu dodać drobno posiekany czosnek, doprawić solą i pieprzem do smaku.
- Rozłożyć mięso do głębokich miseczek lub foremek, zalać bulionem (przecedzić przez gazę i usunąć czosnek), ostudzić, usunąć nadmiar tłuszczu, umieścić w lodówce na noc.
- Podawać z tartym chrzanem lub musztardą, octem i ziołami.

Kuchnia rosyjska

Krewetki ze świeżym chili

Goong Pad Prik

SKŁADNIKI:

- 1 garść obranych surowych krewetek
- 2 łyżki oleju palmowego (lub roślinnego)
- 2-3 papryczki chili
- 10 piór cebuli dymki (dolna część, 3 cm)
- po 1 łyżce sosu rybnego (Nam Pla) i ostrygowego
- 1 ząbek czosnku

Na 1-2 porcje

- Papryczki przekroić wzdłuż, oczyścić i pokroić drobno w poprzek. Czosnek rozgnieść nożem. Włączyć tryb „Smażenie”. Gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, podsmażyć czosnek na oleju na złoty kolor i usunąć.
- Dodać ostre papryczki i krewetki a po 2 minutach wlać kilka łyżek wody. Obydwa sosy, wymieszać, dodać szczypiorek i podgrzewać przez 1-2 minuty. Podawać z kolendrą.

Kuchnia tajska

Pilaw z komosą ryżową z kurczakiem

Quinoa Pilav

SKŁADNIKI:

- 1,5-2 szkl. komosy ryżowej
- 8-10 kurzych udek
- 1-2 cebule
- 2-4 marchewki
- 3-6 pomidorów (świeżych lub z puszki w soku własnym)
- 1 ostra papryczka
- główka czosnku
- 0,5 łyżeczki kminu i kolendry
- 50 ml klarowanego masła
- kolendra
- czarny pieprz, sól

Na 3-4 porcje

- Mięso z kurczaka wyluzować, oczyścić ze skóry i ścięgien, pokroić na małe kawałki.
- Włączyć tryb „Smażenie” (minimum 30 minut). Gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, dodać przyprawy i smażyć, dodać masło i pokrojoną w półpierścienie cebulę, po kilku minutach, dodać i podsmażyć mięso.
- Dodać pokrojoną w paski marchew, po 5 minutach dodać pomidory, doprawić solą i pieprzem do smaku, wlać sok pomidorowy, dodać czosnek, zamknąć pokrywę. Po 5 minutach wsypać przepłukaną kaszę, zalać wrzącą wodą (1-1,5 l), zamknąć pokrywę, gotować w programie „Pilaw”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Uwaga: Program „Pilaw” jest automatyczny i obejmuje stopniowe dodawanie składników podczas programu. W takim przypadku po włączeniu trybu należy postępować zgodnie z instrukcjami asystenta głosowego. Czas każdego etapu gotowania jest podany w instrukcji.

Kuchnia turecka

Basma

SKŁADNIKI:

- 800 g baraniej łopatki z kością
- 70 g kurdiuka
- 1 bakłażan
- 1 marchew
- 2 słodkie papryki
- 3-4 pomidory (tu: w puszkach)
- 3-5 ziemniaków
- 1-2 cebule
- 2 główki czosnku
- 1 pigwa (opcjonalnie)
- pęczek kolendry
- liście bazylii
- liście kapusty
- 1-2 ostre papryczki
- ½ łyżeczki kminu
- 1 łyżeczka kolendry
- 2 łyżeczki soli
- 6 ziarenek pieprzu

Na 5-6 porcji

- Baraninę pokroić na kawałki, kurdiuk w cienkie plasterki, cebulę w krążki, pomidory w plasterki, oczyszczoną marchew - na plastry ukosem. Główkę czosnku przyciąć od góry, usunąć korzenie. Papryki oczyścić z pestek i szypułek, pokroić w pierścienie. Pigwę oczyścić z nasion i pokroić w plasterki. Ziemniaki umyć i obrać. Z liści kapusty usunąć twarde żyłki.
- Na dno naczynia cookovera umieścić plasterki kurdiuka, kości, mięso z jagnięciny, lekko posolić, dodać kminek i zgniecioną szerokim nożem kolendrę. Następnie dodać całą cebulę, marchew, pomidory, pietruszkę, pigwę, ostrą papryczkę w całości, paprykę słodką.
- Doprawić solą, na wierzchu ułożyć liście kapusty, na wierzchu kapusty ułożyć ziemniaki. Przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1-1,5 GODZINY

- Podawać kładąc na szeroki talerz w odwrotnej kolejności: kapusta, ziemniaki, warzywa, papryka, czosnek, mięso. Do pozostałego bulionu dodać drobno posiekaną kolendrę. Bulion podawać oddzielnie.

Kuchnia uzbecka



Kazan kebab

Gozon Kabob

SKŁADNIKI:

- 8 baranich goleni z kością
- 100 g kurdiuka
- 5-6 cebul
- 1 łyżeczka kminu
- sól, czarny pieprz

Na 4-6 porcji

- Żeberka ułożyć w nagrzanej misce tłustą częścią skierowaną w dół. Zasypać pokrojoną w półpierścienie cebulą, solą, wymieszać, dodać pieprz w całości, przygotować w trybie „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 1 GODZINA / BEZ CIŚNIENIA 2 GODZINY

- Wyjąć ostrą papryczkę, doprawić solą i pieprzem do smaku. Jagnięcinę wymieszać z sokiem z cebuli. Podawać od razu z ugotowanym ryżem, ziołami i plackami.

Kuchnia uzbecka

Pilaw z baraniną

Palov, Pilaf

SKŁADNIKI:

- 1 kg jagnięciny z kością (łopatka, comber)
- 350 g ryżu (długoziarnisty basmati)
- 150 g kurdiuka
- 3-4 cebule
- 2-4 marchewki
- 2 ostre papryczki
- 2-3 główki czosnku
- garść berberysu (opcjonalnie)
- po 1 łyżeczce kminu i kolendry
- sól

Na 4-6 porcji

- Ryż zalać ciepłą wodą na 3-4 godziny. Włączyć program „Smażenie” (na minimum 30 minut). Mięso obrać z kości i pokroić na kawałki wielkości orzecha włoskiego. Kości odłożyć na bok. Kurdiuk pokroić w średnią kostkę, wytłoczyć w naczyniu cookovera na złocisty kolor, skwarki usunąć. Dodać posiekaną cebulę, po kilku minutach dodać mięso, smażyć mieszając przez około 5-10 minut.
- Dodać pokrojoną w paski marchew, wsypać roztartą w dłoniach połowę kminu i kolendry, posolić, włożyć kości do naczynia cookovera, wymieszać, zamknąć pokrywę, gotować jeszcze przez 10 - 20 minut. Ryż dokładnie przemyć, wyłożyć równą warstwą na wierzchu podsmażonej masy, zalać wrzącą wodą przez łyżkę cedzakową, aby nie naruszyć warstwy ryżu (wody powinno być na około 2 cm powyżej zawartości miski).
- Dodać czosnek i ostrą papryczkę w całości, wsypać resztę kminu, zamknąć pokrywę i włączyć program „Pilaw”.

POD CIŚNIENIEM 45 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Po zakończeniu programu wyjąć ostre papryczki i czosnek. Wszystko delikatnie wymieszać. Podawać z sałatką z pomidorów i cebuli, kładąc ją na pilaw.
- Uwaga: Program „Pilaw” jest automatyczny i obejmuje stopniowe dodawanie składników podczas programu. W takim przypadku po włączeniu trybu należy postępować zgodnie z instrukcjami asystenta głosowego. Czas każdego etapu gotowania jest podany w instrukcji.

Kuchnia uzbecka

Manty

Manti

SKŁADNIKI:

- 300 g baraniny (łopatka)
- 150 g dyni
- 1,5 szkl. mąki pszennej
- 1 jajko
- 1-2 cebule
- 80 g kurdiuka
- kmin
- sól, pieprz czarny
i czerwony ostry pieprz

Na 2-4 porcje

- Do przesianej mąki wbić jajko, wlać 50 ml zimnej wody, dodać sól, zagnieść ciasto, zawinąć w folię i odłożyć do lodówki na pół godziny.
- Baraninę obrać z kości, oczyścić z błon, posiekać nożem do rozmiarów gryki. Dynię obrać, pokroić w małą kostkę. Cebulę obrać i pokroić. Następnie dodać grubą sól i wymieszać rękami, aby puściła sok.
- Przyprawy uprażyć na suchej patelni na małym ogniu, utrzeć w moździerzu z grubą solą. Do farszu z cebulą dodać drobno posiekany kurdiuk, wlać 50 ml zimnej wody, wyrobić farsz.
- Ciasto rozwałkować na wałek, pokroić w poprzek co 1 cm. Każdy kawałek rozwałkować tak, aby brzegi były cieńsze niż środek. Wkładać po 1 łyżce nadzienia, zalepić jedną linią.
- Ułożyć na wysmarowanym olejem zestawie do gotowania na parze w naczyniu cookovera, gotować w trybie „Gotowanie na parze” przez 20 min.

POD CIŚNIENIEM 40 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Podawać od razu z roztopionym masłem, kатыkiem (lub śmietaną).

Kuchnia ujęrska

Gołąbki leniwe

SKŁADNIKI:

- 300 g wieprzowiny (karczek)
- 1/4 główki kapusty
- 1/3 szkl. miękkiego ryżu
- 1 marchew
- 1 cebula
- 5 łyżek pomidorów
(obranych i pokrojonych)
- 4 łyżki klarowanego masła
- 1 liść laurowy
- sól, czarny pieprz

Na 2-3 porcje

- Włączyć tryb „Smażenie”. Mięso posiekać nożem do wielkości grochu. Gdy naczynie wewnętrzne się nagrzeje, usmażyć mięso z łyżką masła i przełożyć do innego naczynia.
- Do naczynia wewnętrznego dodać pozostały olej, ułożyć warstwami połowę kapusty (pokroić na kwadraty 2x2 cm), cebulę z marchewką (pokrojone w kostkę), liść laurowy, pieprz ziarnisty, mięso, przemyty ryż i pozostałą kapustę.
- Zalać bulionem, zamknąć pokrywę, przełączyć w tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Doprawić solą i pieprzem do smaku, wymieszać. Podawać ze śmietaną.

Kuchnia ukraińska

Daube prowansalskie

Daube provençale

SKŁADNIKI:

- 500 g baraniej łopatki bez kości
- skórka wieprzowa
- 4 cienkie plasterki boczku
- 2/5 szkl. czerwonego wytrawnego wina
- 600 ml bulionu wołowego
- 1 marchew
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 70 g mrożonej słoniny
- natka pietruszki
- bouquet garni (zielona część pora, pietruszka, tymianek, liść laurowy)
- po szczypcie suchego majeranku, tymianku, oregano
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- sól, czarny pieprz

Na 2-3 porcje

- Pokroić mięso (kawałki 5x3 cm), marchew (w kostkę), cebulę (na ósemki, a następnie na jeszcze mniejsze kawałki), słoninę (w duże paski), czosnek i zioła drobno posiekać nożem.
- W moździerzu rozgnieść do uzyskania jednolitej konsystencji czosnek, zioła, szczyptę sól, obtoczyć w tej mieszance słoninę i naszpikować każdy kawałek baraniny. Wymieszać mięso z warzywami, doprawić solą i pieprzem, dodać liść laurowy, zalać mieszanką wina i oleju, odstawić na 2 godziny.
- Wyłożyć dno miski plasterkami boczku, dodać pozostałą skórę, bouquet garni, mięso z warzywami i marynatą, wlać trochę bulionu, zamknąć pokrywę, włączyć tryb „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 1 GODZINA

- Usunąć bouquet garni i liść laurowy. Jeśli sos jest zbyt płynny, zredukować go w trybie „Smażenie” przy otwartej pokrywie.
- Podawać z grubym makaronem lub ziemniaczanym puree.

Kuchnia francuska

Ratatuj

Ratatouille

SKŁADNIKI:

- 1 bakłażan
- 1 czerwona i 1 żółta papryka
- 1 ostra papryczka
- 0,5 cukinii
- 2 łodygi selera
- 0,5-1 cebula
- 2/3 szkl. oczyszczonych i pokrojonych w kawałki pomidorów
- 6-8 łyżek oliwy z oliwek
- po 0,5 łyżeczki kolendry i kminu
- liść laurowy
- tymianek
- 3 ząbki czosnku
- 0,5 łyżki cukru
- czarny pieprz ziarnisty
- sól

Na 4-5 porcji

- Bakłażan pokroić na plasterki o grubości 1 cm, oprószyć solą, pozostawić na 30 minut (aby sól wchłonęła nadmiar wody).
- Włączyć tryb „Smażenie”, osobno podsmażyć i dołożyć: paprykę, bakłażana, cukinię. Cebulę obrać, pokroić w półpierścienie, smażyć na oleju do zeszklenia, dodać drobno pokrojony seler, po kilku minutach dodać ostrą papryczkę, zgniecioną nożem kolendrę i kmin oraz drobno posiekany czosnek.
- Po niespełna minucie dodać pomidory, trochę poddusić i dodać cukier. Warzywa umieścić w naczyniu cookovera, dodać liść laurowy, tymianek, pieprz ziarnisty, szczyptę tymianku, sól, wymieszać, zamknąć pokrywę i gotować w trybie „Ragout” / „Duszenie”.

POD CIŚNIENIEM 15 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 10-15 MINUT

- Podawać na ciepło lub zimno, jako przystawkę lub jako przekąskę.

Kuchnia francuska



Okoń morski na parze

Loup de mer

SKŁADNIKI:

- 1 okoń morski
- 1/2 bulwy kopru włoskiego
- kilka gałązek rozmarynu
- 1/2 limonki lub cytryny
- 6 łyżek oliwy z oliwek
- sól, mieszanka pieprzu (biały, czarny i różowy)

Na 2 porcje

- Rybę oczyścić, wypatroszyć przez skrzela, przepłukać. Doprawić solą i pieprzem, skropić olejem ze wszystkich stron, nafaszerować drobno posiekanym koprem włoskim.
- Do naczynia wewnętrznego wlać trochę wody, rybę ułożyć na ruszcie do gotowania na parze na rozmarynie, na rybę położyć plasterki limonki, gotować w trybie „Gotowanie na parze”.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT

- Z ryby usunąć ości, na talerzach skropić sokiem z limonki lub cytryny, polać dobrą oliwą z oliwek. Od razu podawać na podgrzanych talerzach z sałatką i ziemniakami.

Kuchnia francuska

Cynaderki cielęce w sosie musztardowym

SKŁADNIKI:

- 2 nerki cielęce
- garść drobnych pieczarek
- po 1 łyżce masła i oliwy z oliwek
- 1/3 szkl. bulionu drobiowego
- 0,5 szkl. śmietanki (22%)
- 1 łyżka musztardy dijon
- kilka liści estragonu
- sól, biały pieprz

Na 2-3 porcje

- Cynaderki oczyścić z błon, pokroić wzdłuż na 4 części, wyciąć i usunąć tłuszcz, opłukać, namoczyć przez 15 minut, odsączyć, pokroić na małe kawałki.
- Grzyby osuszyć papierowym ręcznikiem, usunąć nóżki, a kapelusze pokroić na ćwiartki.
- Włączyć tryb „Smażenie”. Poczekać, aż naczynie wewnętrzne się nagrzeje. Cynaderki smażyć z olejem przez 3-4 minuty, odłożyć. Następnie podsmażyć grzyby na różowy kolor, wlać bulion, odparować do połowy, wlać śmietanę, smażyć 2-3 minuty (aż do zgęstnienia sosu), dodać musztardę, cynaderki, rozgrzać, dodać estragon, wyłączyć cookover.
- Podawać z puree ziemniaczanym i sałatką.

Kuchnia francuska



Ciepła sałatka z zielonej fasoli

SKŁADNIKI:

- 1 garść strączków zielonej fasoli
- 0,5 zębki czosnku
- kilka liści szczawiu
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 1 łyżka białego octu winnego
- 1 łyżeczka musztardy dijon
- 1 łyżeczka miodu
- 0,5 łyżeczki brązowego cukru
- sól, czarny pieprz

Na 2 porcje

- Fasolę umyć, przyciąć końce, blanszować w posolonym wrzątku do miękkości przez 4-5 minut.
- W międzyczasie wymieszać olej z octem, czosnkowym puree, musztardą, miodem i cukrem, doprawić solą i pieprzem do smaku, ubić trzepaczką do uzyskania jednolitej emulsji, dodać drobno posiekany szczaw.
- Następnie fasolę wyłożyć do durszlaka, odcedzić, dodać dressing sałatkowy i wymieszać. Sałatkę podawać na ciepło z jajkiem w koszulce.



Kuchnia francuska

Philadelphia Roll

SKŁADNIKI:

- 100-150 g plasterków małosolnego łososa
- 1 szkl. ryżu do sushi
- 150 g sera philadelphia
- 2 łyżki octu ryżowego
- 1 łyżka cukru pudru
- 2 arkusze nori
- kawałek wodorostów kombu

Na 3 porcje

- Zalać wodorosty kombu 2,5 szkl. zimnej wody na 30 minut. Przepłukać ryż czystą wodą. Wykorzystując wodę z kombu ugotować ryż w trybie:

POD CIŚNIENIEM „ZIARNA – 2”

BEZ CIŚNIENIA „KASZA NA MLEKU”

- Wlać marynatę (mieszanka octu i cukru pudru), wymieszać łypatką ryż, ostudzić. Pół arkusza nori ułożyć na macie błyszczącą stroną do dołu, wyłożyć ryż, rozprowadzić, odwrócić wraz z matą tak, aby ryż znalazł się na dole, wyłożyć ser, zwinąć roll.
- Wyłożyć roll na matę wyłożoną plasterkami ryby, ponownie zwinąć roll. Bardzo ostrym nożem pokroić roll na 6 identycznych części, podawać od razu.

Kuchnia japońska

Rollsy futomaki

Futomaki

SKŁADNIKI:

- 150 g świeżego tuńczyka (lub łososia)
- 1 szkl. ryżu calrose (ryżu do sushi)
- 1 awokado
- 1 ogórek
- 2 łyżki jasnego octu ryżowego
- 1 łyżka cukru pudru
- 4 arkusze nori
- kawałek wodorostów kombu
- 4 łyżeczki proszku wasabi
- sos sojowy
- marynowany imbir

Na 3 porcje

- Konbu namoczyć przez pół godziny w 1,3 szkl. zimnej wody. Przemyć ryż czystą wodą, zalać wodą z wodorostów, gotować w trybie:

POD CIŚNIENIEM „ZIARNA – 2”

BEZ CIŚNIENIA „KASZA NA MLEKU”

- Wymieszać cukier z octem. Ryż przełożyć do ceramicznej lub drewnianej miski, wlać marynatę, pokroić łopatką kilkoma ruchami (nie mieszając), przykryć, pozostawić do ostygnięcia.
- Arkusz nori ułożyć na macie do zwijania rollsów błyszczącą stroną do dołu (na zewnątrz), ułożyć garść ryżu, wyrównać, nanieść na środku paski ciekłego wasabi, wyłożyć pokrojonego w paski tuńczyka (o przekroju 1x1cm), zwinąć rollsy, odstawić.
- Po 10 minutach pokroić rollsy na pół ostrym nożem zwilżonym wodą, położyć połówki w szeregu i pokroić na 3 części o jednakowej grubości.
- Wyłożyć futomaki na prostokątne talerze przekrojem w dół, podawać z wasabi, sosem sojowym i marynowanym imbirem.

Kuchnia japońska

Notes

SKŁADNIKI:



A close-up photograph of a dish. On the left, there is a pile of white, bean-like pasta or gnocchi. A single red chili pepper is visible among them. To the right, there is a piece of seared meat, possibly beef, with a golden-brown crust. The background is a solid brown color.

Desery



Sernik

Cheesecake

SKŁADNIKI:

- 500 g miękkiego domowego twarogu
- 200 g ciastek
- 150 g tłustej śmietanki (lub śmietany)
- 100 g masła
- 3 jajka
- 150 g cukru
- 1/2 łyżeczki cynamonu
- 1 laska wanilii
- szczypta soli

Na 6-8 porcji

- Ciasteczka pokruszyć, dodać masło, cynamon, dobrze wyrobić. Naczynie cookovera posmarować olejem, wyłożyć ciasto na dnie, tworząc ścianki 6-7 cm.
- Mikserem ze średnią prędkością wymieszać twaróg z cukrem i laską wanilii, dodać śmietankę lub śmietanę, dodać sól, wbić pojedynczo jajka, zagnieść na jednolitą masę.
- Farsz twarogowy wlać do naczynia wewnętrznego, uruchomić tryb „Pieczenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 40 MINUT

- Następnie pozostawić do ostygnięcia na 3 godziny. Naczynie przykryć folią, wstawić na noc do lodówki. Rano ciasto wyjąć z naczynia, pokroić na 6-8 części. Podawać udekorowane jagodami i gałązką mięty.



Kuchnia amerykańska



Ciasto pomarańczowe

Orange cake

SKŁADNIKI:

- 1 pomarańcza
- 1,5 miarki cukru
- 2 jajka
- 100 g masła
- 280 g mąki pszennej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 0,5 g wanilii

- Obrać skórkę z pomarańczy, rozdrobnić w blenderze. Wymieszać jajka, cukier, miękkie masło, skórkę, mąkę, proszek do pieczenia i wanilię.
- Pomarańczę rozdrobnić w blenderze, wymieszać z ciastem. Naczynie cookovera posmarować masłem. Ciasto wlać do naczynia i zamknąć pokrywę. Włączyć tryb „Pieczenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Pozostawić ciasto do ostygnięcia. Gotowe ciasto wyłożyć na półmisek, udekorować gałązką mięty.



Kuchnia amerykańska



Jabłko na parze

Manzana al vapor

SKŁADNIKI:

- 3 jabłka
- 100 ml sherry
- po garści: jasnych i ciemnych rodzynek, daktyli, orzechów włoskich
- miód
- czekolada

- Rodzynki zalać białym wytrawnym winem lub sherry na godzinę. W międzyczasie uprażyć orzechy na suchej patelni na małym ogniu i zmielić.
- Daktyle oczyścić z pestek i drobno posiekać. Rodzynki odsączyć, wymieszać z daktylami, wsypać orzechy, wlać łyżkę miodu, dobrze wymieszać. Z jabłek odciąć wierzch, wyjąć miąższ tak, aby pozostały ścianki o grubości 0,5 cm
- Jabłka opłukać wewnątrz sherry, wypełnić farszem, przykryć odciętą końcówką i gotować w trybie „Gotowanie na parze” przez 10 minut.

POD CIŚNIENIEM 10 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 15 MINUT

- Podawać smarując talerz roztopioną czekoladą i polewając miodem.

Na 3 porcje



Kuchnia hiszpańska



Biskopt

Biscuit

SKŁADNIKI:

- 1,5 miarki mąki pszennej
- 4-5 jajek
- 1 szklanka cukru
- masło

- Jajka ubić na sztywną pianę. Kontynuując ubijanie stopniowo dodawać cukier.
- Gdy mieszanina będzie wystarczająco gęsta, dodać przesianą mąkę i delikatnie wymieszać łyżką z dołu do góry.
- Naczynie wewnętrzne cookovera posmarować masłem i wlać ciasto. Włączyć tryb „Pieczenie”.

POD CIŚNIENIEM 30 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Wskazówka: Ten biskopt można wykorzystać jako bazę do wielu ciast. Przeciąć biskopt na warstwy i posmarować według uznania dżemem, kremem, czekoladą itp.



Kuchnia francuska



Ciasto gruszkowe

Swiss Pear Pie

SKŁADNIKI:

- 2-3 gruszki
- 3 jajka
- 1,5 miarki mąki pszennej
- 250 g śmietany
- 1,5 miarki cukru
- 1 g wanilii
- 10 g proszku do pieczenia

- Jajka ubić z cukrem na gęstą pianę. Mąkę przesiać z proszkiem do pieczenia. Delikatnie wymieszać śmietanę, mąkę i ubite jajka.
- Gruszki umyć, wyjąć miąższ, pokroić na plasterki lub w kostkę. Wlać do naczynia cookovera połowę ciasta, następnie dodać gruszki i pozostałą część ciasta, zamknąć pokrywę. Włączyć tryb „Pieczenie”.

POD CIŚNIENIEM 35 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Po zakończeniu programu zostawić ciasto w trybie „Podgrzewanie” jeszcze na godzinę. Następnie otworzyć pokrywę i poczekać, aż ostygnie.
- Gotowe ciasto wyłożyć na półmisek i posypać cukrem pudrem lub cynamonem.



Kuchnia szwajcarska



Keks czekoladowy

Chocolate cake

SKŁADNIKI:

- 1,5 miarki mąki pszennej
- 2/3 miarki kakao
- 1,5 miarki cukru
- 1 jajko
- 120 ml mleka
- 120 ml wrzącej wody
- 60 g masła
- 0,5 g wanilii
- 1 łyżeczka proszku
do pieczenia ciasta
- 1/4 łyżeczki sody
- 1/2 łyżeczki soli

- Ubić mikserem jajka z cukrem i wanilią. Dodać mleko oraz miękkie masło i mieszać do uzyskania jednolitej konsystencji.
- Wymieszać suche składniki i połączyć je z masą. Delikatnie wymieszać, a następnie ponownie dobrze ubić mikserem. Na końcu dodać wrzątek i wymieszać.
- Naczynie wewnętrzne cookovera posmarować masłem, wlać ciasto, zamknąć pokrywę, włączyć tryb „Pieczenie”.

POD CIŚNIENIEM 35 MINUT / BEZ CIŚNIENIA 45 MINUT

- Po zakończeniu programu zostawić ciasto w trybie „Podgrzewanie” jeszcze na godzinę. Przed podaniem ciasto należy dobrze wystudzić.



Kuchnia angielska

