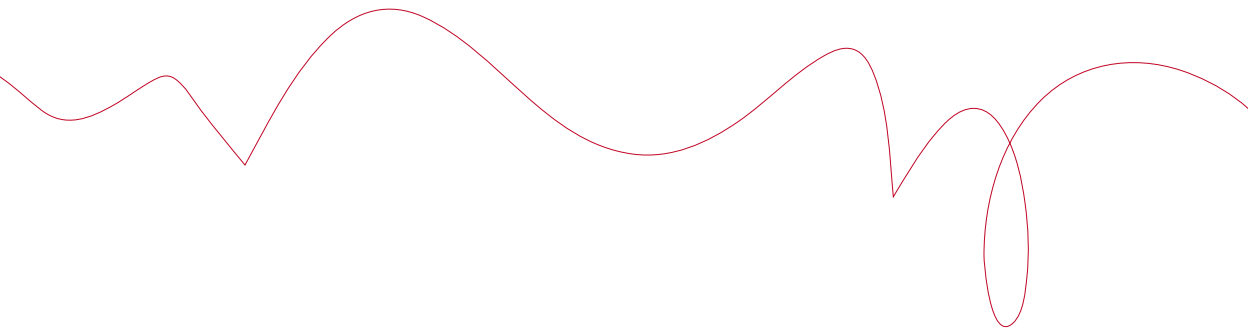


KitchenAid™



КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ БЛЕНДЕРА

“24 часа в сутки”





KITCHENAID™ - КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ БЛЕНДЕРА



KitchenAid®

КУЛИНАРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ БЛЕНДЕРА

“24 часа в сутки”



Предисловие

Новый KitchenAid™ Artisan™ – это не просто блендер. Хотите ли вы перемешать различные продукты, измельчить, взбить, перетереть их или приготовить пюре, этот мощный и надежный прибор обеспечит неизменно превосходный результат.

Проснувшись утром, смешайте коктейль из свежих фруктов. На обед приготовьте овощной суп, взбейте сливочный соус или придумайте оригинальную пасту для сэндвичей. А на ужин сделайте нежное парфе из куриной печени, порубите мясо омаров для изысканных рыбных котлеток, нарежьте овощи для вкусных вегетарианских гамбургеров или быстро измельчите орехи для сладких пирожков. Более того, можно даже получить мелкую ледяную крошку для приготовления освежающего коктейля.

Все это и многое другое можно приготовить благодаря этой книге, содержащей 48 восхитительных рецептов для более эффективного использования блендера в течение всего дня.

Блендер KitchenAid™ Artisan™ отличается изящным дизайном и станет прекрасным дополнением к миксеру KitchenAid™ Artisan™, образуя вместе с ним полную линейку кухонного оборудования Artisan™.

Дирк Вермейрен (Dirk Vermeiren)
Генеральный директор
KitchenAid Europa, Inc.





5
ПРЕДИСЛОВИЕ

7
СОДЕРЖАНИЕ

8
KITCHENAID®: БЛЕНДЕР ARTISAN™

11
СТАРТОВЫЙ НАБОР ПРОДУКТОВ

12
07:00 – ЗАВТРАК

22
11:00 – ВТОРОЙ ЗАВТРАК

32
13:00 – ОБЕД

56
16:00 – ВЕЧЕРНИЙ ЧАЙ

68
17:00 – УЖИН ДЛЯ МАЛЫША

78
18:00 – КОКТЕЙЛИ

90
19:00 – УЖИН

114
22:00 – КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

124
АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ РЕЦЕПТОВ

128
БЛАГОДАРНОСТИ



KitchenAid®

блендер Artisan™

Блендер KitchenAid™ Artisan™ – это настоящий шедевр. Он позволяет не только приготовить пюре и перетереть ингредиенты, но также перемешивать, резать и взбивать разнообразные продукты или измельчать лед для коктейлей и других напитков. Это идеальный кухонный прибор, который пригодится вам в течение всего дня.

Блендер KitchenAid™ Artisan™ установлен на литом металлическом основании и отличается привлекательным дизайном. В его комплект входит стеклянный кувшин емкостью 1,5 литра с удобным носиком, позволяющим переливать жидкости, не разбрызгивая их, и мерный стаканчик на 60 мл, который также используется как крышка, чтобы содержимое кувшина не попадало наружу. Стеклянный кувшин может выдерживать большой диапазон температур, что позволяет обрабатывать как холодные, так и горячие ингредиенты. Он также устойчив к появлению царапин и пятен и не впитывает запахи. Более того, размер кувшина позволяет обработать за один раз большой объем продуктов – до 700 мл. Запатентованный нож блендера, изготовленный из нержавеющей стали, снабжен острыми лезвиями, расположенными на четырех разных уровнях, что позволяет быстро и тщательно перемешивать продукты.







Блендер Artisan™ – это многофункциональный прибор, а его электромотор мощностью 0,9 лошадиных сил может работать на шести скоростях – перемешивания, резки, взбивания, пюре, перетирания и измельчения. Скорость легко переключается шестью кнопками. Кнопки расположены на сенсорной панели управления в порядке увеличения скорости, а сама панель легко моется, поскольку на ней отсутствуют какие-либо щели или неровности. Чтобы распределить продукты между лезвиями, блендер автоматически начинает работу на более низкой скорости, а затем она быстро увеличивается до выбранного значения. Система управления Intelli-Speed™ поддерживает скорость неизменной даже при добавлении ингредиентов в блендер во время его работы. Скорость можно изменять, не выключая блендер.

Структуру перемешиваемых ингредиентов и степень их измельчения можно регулировать с помощью кнопки пульсации. Кнопку пульсации можно использовать на любой скорости, кроме

скорости измельчения, поскольку в последнем случае для достижения оптимального результата режим пульсации включается автоматически через неравные промежутки времени. Вне зависимости от выбранной скорости работы блендер можно остановить в любой момент, просто коснувшись кнопки '0'.

Такое многообразие скоростных режимов в блендере Artisan™ означает возможность обрабатывать огромное число разных продуктов и их сочетаний. Хотите измельчить печенье для чизкейка? Сделайте это на скорости перемешивания. Решили приготовить на обед карри? Буквально через несколько секунд работы на скорости резки у вас готова паста из специй. Подумываете о неторопливом завтраке с блинами или вафлями? Приготовьте гладкое тесто на скорости взбивания. А если ваш малыш проголодался, то на скорости пюре ему можно приготовить полезное детское питание. Мечтаете о коктейле перед обедом? Одно прикосновение к кнопке перетирания, и он перед вами. И что особенно приятно, теперь всегда можно сделать себе коктейль со льдом, измельчив лед на скорости измельчения. Как видите, блендер становится для хозяйки отличным напарником в любое время суток.

Советы по использованию блендера:

- * До начала перемешивания всегда проверяйте, плотно ли закрыта крышка.
- * Чтобы добавить жидкость или кубики льда во время работы блендера, можно снять крышку для добавления ингредиентов.
- * Добавляйте жидкости и кубики льда только на скорости перемешивания, резки или взбивания.
- * Перед началом работы с горячими продуктами их следует слегка охладить.
- * Во время работы с блендером его следует периодически останавливать, чтобы проверить консистенцию продуктов. Чтобы добиться однородности смеси, лопаточкой снимайте продукты со стенок кувшина.
- * Перемешивание:  Резка:  Взбивание:  Пюре:  Перетирание:  Измельчение: 





Стартовый набор продуктов

На этих страницах приводится список продуктов, которые следует постоянно иметь дома в буфете, холодильнике или морозильной камере. Сочетая их с отдельными свежими ингредиентами, можно приготовить любое из блюд, описанных в этой книге. Уделите немного времени и средств для создания этого стартового набора продуктов, и тогда приготовление любого деликатеса займет всего несколько минут.

Буфет

- * растительное масло: 100% оливковое масло, оливковое масло первого холодного отжима, кунжутное, подсолнечное, с ароматом лимона, с ароматом апельсина
- * дижонская и зерновая горчица
- * винный и рисовый уксус
- * простая и блинная мука
- * пекарский порошок, пищевая сода
- * сахар: белый, светло-коричневый, сахарная пудра
- * акациевый и флердоранжевый мед
- * розовая вода и флердоранжевая эссенция
- * сухие лаванда и каркаде
- * шоколад (70% какао), какао-порошок, кленовый сироп
- ореховые пасты: миндальная, фундучная, кешью, арахисовая, тахина
- * орехи и семечки: фисташки, миндаль, фундук, кунжут

- * кокосовое молоко и кокосовая стружка
- * зеленый и жасминовый листовой чай
- * специи: шафран, кардамон, корица (молотая и палочки), стручки ванили, зерна горчицы, тмин, кориандр, бадьян, гвоздика (бутоны и молотая), куркума, кайенский перец, хлопья чили, пиментон
- * морская соль, черный и белый перец горошком
- * бульонные кубики или бульон в банках: овощной, куриный
- * рыбный соус, соевый соус, сладкий соус чили, соус Табаско, майонез, кетчуп
- * консервированные томаты, томатная паста, томатный соус пассата
- * сухие макаронные изделия по выбору
- * консервированная красная фасоль и сухая белая фасоль
- * апельсины, лимоны и лаймы

- * бананы, манго, авокадо
- * сладкий картофель, морковь
- * красный лук, лук-шалот и чеснок
- * твердый и мягкий тофу
- * спиртные напитки: красное вино, марсала, джин, ром, водка, виски, амаретто

Холодильник

- * яйца, сливочное масло, молоко, жирные сливки, греческий йогурт, сметана
- * пармезан
- * свежие травы: базилик, кинза, розмарин, тимьян, мята, лук-резанец, лавровый лист, лимонграсс, имбирь, красный и зеленый чили
- * черные оливки
- * выжатый яблочный сок

Морозильная камера

- * малина
- * тигровые креветки
- * вытяжное тесто (тесто фило)
- * ванильное мороженое



7:00

Завтрак

Утро – это обычно самое суматошное время дня, когда вам совершенно не до готовки чего-то сложного, но благодаря нашему блендеру можно быстро приготовить полезный и питательный завтрак, смешав свежие фрукты и йогурт. А когда на завтрак можно потратить чуть больше времени, наш блендер тоже окажется не лишним, если вам захочется приготовить тесто для сладких или пикантных блинчиков.



Манговый йогурт с шафраном и кардамоном

Число порций: 4

Приготовление: 10 минут

Охлаждение: 1 час

2 спелых манго

тертая цедра и сок 1 лайма

5 ст.л. акациевого меда

½ ч.л. стручков кардамона

600 г греческого йогурта

большая щепотка шафрановых нитей

1,5 ст.л. розовой воды

хрустящие хлопья и голубика для подачи
на стол

Чуть кисловатый йогурт прекрасно сочетается со сладким манго и такими теплыми пряностями, как шафран и кардамон. В этом рецепте мне захотелось смешать вкусы индийского йогуртового напитка ласси и йогуртового десерта шриканд.

Манго очистить от кожицы и вырезать косточку.

Мякоть манго, 2 столовые ложки меда, цедру и сок лайма перетереть в блендере на скорости перемешивания ☞ до однородности.

Стручки кардамона мелко измельчить в кофемолке или в мельнице для пряностей. Греческий йогурт ложкой переложить в глубокую посуду, добавить оставшийся мед, молотый кардамон, шафран, розовую воду и перемешать. Охлаждать 1 час. Разложить манговое пюре и йогурт с пряностями по 4 вазочкам, посыпать сверху хрустящими хлопьями и украсить несколькими ягодами голубики.



Рикотта с курагой, флердоранжем и шоколадом

Число порций: 4

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 15 минут

250 г кураги

100 мл свежевыжатого апельсинового сока

1 ст.л. померанцевого меда

1 ст.л. флердоранжевой эссенции

500 г рикотты

25 г горького шоколада (70%)

измельченные фисташки и клубника для подачи на стол

Традиционный средиземноморский завтрак состоит из фруктов и мягкого сыра. Сыр рикотта с соусом из слегка отваренной кураги и ароматной флердоранжевой эссенцией прекрасно отвечает этим требованиям. А шоколадная стружка только улучшит это утреннее блюдо.

Курагу положить в кастрюлю, залить апельсиновым соком и медом. Закрывать крышкой и тушить на слабом огне до размягчения плодов. Слегка охладить и перемешать содержимое кастрюли в блендере до получения гладкой смеси. Добавить флердоранжевую эссенцию и продолжать перемешивать в блендере до однородности. Абрикосовое пюре и рикотту выложить слоями в 4 стакана, над каждой порцией натереть немного шоколада. Посыпать фисташками, украсить несколькими ягодами клубники и подавать немедленно.



Блинчики с арахисовым маслом и бананами, подаваемые с густым вишневым компотом

Число порций: 4

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 25 минут

1 банан

1 яйцо

250 мл соевого молока с ароматом ванили

2 ст.л. арахисового масла

175 г муки

2 ст.л. светло-коричневого сахара

2 ч.л. пекарского порошка

1 ст.л. растительного масла плюс немного масла для жарки

сметана для подачи на стол

Вишневый компот:

800 г консервированной вишни

2 ст.л. вишневого варенья

¼ ч.л. молотой корицы

Арахисовое масло и бананы превосходно дополняют друг друга: это одно из любимых сочетаний Элвиса Пресли. В этом рецепте я добавила их в тесто для приготовления американских блинчиков. Такое тесто можно хранить в холодильнике два дня.

Сначала приготовить вишневый соус. С вишни слить сок, но не выливать его. Отставить вишню в сторону и уваривать сок, пока он не приобретет консистенцию густого сиропа. Добавить вишневое варенье и корицу. Всыпать вишню, хорошо перемешать и остудить.

Банан очистить от кожуры, добавить яйцо, соевое молоко и арахисовое масло и измельчить в блендере до однородности. Добавить муку, сахар, пекарский порошок и растительное масло. Перемешать еще раз до получения гладкого теста. Нагреть немного растительного масла на среднем огне в сковороде с антипригарным покрытием. Для каждого блинчика выложить 2 столовых ложки теста на сковороду и жарить по 2-3 минуты на каждой стороне. Повторить с оставшимся тестом, чтобы получить примерно 8 блинов. Подавать с вишневым компотом и сметаной.



Гречневые блины с укропной яичницей-болтуньей и копченым лососем

Число порций: 3-4

Приготовление: 10 минут

Выстаивание: 1 час (или ночь)

Тепловая обработка: 20 минут

100 г гречневой муки

50 г муки

1 крупное яйцо

¼ ч.л. соли

200 мл цельного молока

100 мл воды

25 мл топленого сливочного масла плюс

немного масла для жарки

Яичница-болтунья:

6 яиц

2 ст.л. топленого сливочного масла

2 ст.л. крем-фреша



1 ст.л. мелко нарезанного укропа

1 ч.л. нарезанного лука-резанца

150 г филе копченого лосося

соль и свежемолотый черный перец

*Эти бретонские блины, которые по-французски называются **galettes au sarrasin**, то есть гречневые лепешки, можно подавать с пикантными или сладкими начинками. Это превосходное блюдо для неторопливого воскресного завтрака.*

Оба вида муки положить в блендер. Добавить яйцо, соль и молоко. Взбивать  до получения гладкой смеси, затем поставить в холодное место как минимум на 1 час (или на ночь). Добавить воду и растопленное сливочное масло, затем продолжить взбивание , пока тесто не приобретет консистенцию сливок для кофе.

Небольшое количество топленого масла нагреть на среднем огне в большой сковороде с антипригарным покрытием. Покрыть дно тонким слоем теста и жарить 2 минуты. Перевернуть и жарить еще минуту. Повторить с оставшимся тестом, чтобы получить примерно 6-8 блинов. Держать в теплом месте.

Приготовить яичницу-болтунью. Яйца слегка взбить и приправить по вкусу. Растопленное сливочное масло нагреть в кастрюле и жарить яйца на слабом огне, изредка перемешивая их, до готовности. Яйца должны сохранить кремообразную структуру. Добавить крем-фреш, укроп, лук-резанец и перемешать. Филе копченого лосося нарезать мелкими кубиками и перемешать с яйцами. Выложить яичную смесь на блинчики и завернуть в виде треугольников. Подавать немедленно.



11:00

Второй завтрак

После утренней спешки и суматохи совершенно необходимо выпить чего-нибудь бодрящего, чтобы подзарядиться энергией на предстоящий день. Просто загрузите в блендер несколько фруктов и/или овощей и получите витаминное пюре. Блендер позволяет добиться настолько гладкой структуры, что даже невозможно поверить, что в коктейль не добавлено ни капли сливок.



High Energy

Число порций: 2

Приготовление: 10 минут

1 дыня Галия (или дыня Канталупе)

1 огурец

1 банан

2 стебля лемонграсса

1 см свежего имбиря

4 веточки мяты

2 ст.л. акациевого меда

сок 1 лайма

Этот полезный фруктовый коктейль, наполненный природными витаминами, восполнит потери энергии. Вместо дыни сорта Галия можно взять мускатную дыню или дыню Шаранте, но цвет коктейля уже не будет таким ярко-зеленым.

С дыни срезать корки, удалить семечки и нарезать. Нарезать огурец. Банан очистить и нарезать. Положить все в блендер. С лемонграсса снять грубые верхние листья, а остальные листья мелко нарезать. Имбирь почистить и измельчить. Добавить в блендер лемонграсс и имбирь, а также листья мяты, мед и сок лайма. Измельчать на скорости перетирания \approx 30 секунд до получения гладкой смеси. Перелить в охлажденные стаканы и подавать немедленно.



New Rose

Число порций: 2

Приготовление: 10 минут

1 гранат

1 папайя

1 банан

150 г личи, лучше свежих, но можно и консервированных

100 г свежей или замороженной малины

300 мл выжатого яблочного сока

2 ст.л. розовой воды
(или розового сиропа)

сок 1 лайма

Этот фруктовый коктейль цвета фуксии очень полезный и питательный. А его восхитительный запах обеспечит вам хорошее настроение на целый день. Вам немедленно захочется его съесть, но если поставить коктейль на 30 минут в прохладное место, его аромат станет еще более ярким.

Гранат разрезать пополам и выжать сок. С папайи срезать корки, тщательно удалить семена и нарезать. Банан очистить и нарезать. Очистить свежие личи или слить жидкость с консервированных личи. Положить все в блендер. Добавить малину, яблочный сок, розовую воду (или сироп) и сок лайма. Измельчать на скорости перетирания \approx 30 секунд до получения гладкой смеси. Перелить в охлажденные стаканы и подавать немедленно.



Pineapple Express

Число порций: 2

Приготовление: 10 минут

1 небольшой ананас

1 стручок красного перца чили (можно
взять как острый перец, так и неострый)

150 мл кокосового молока

100 мл ананасового сока

½ стручка ванили

Хотя этот фруктовый коктейль не содержит ни капли алкоголя, он пахнет в точности как коктейль Пина Колада. Этим ароматом он обязан сочетанию кокоса и ванили. Свежий чили моментально наполнит вас энергией, но его можно и не класть, если утром хочется немного полениться.

Ананас очистить от кожуры, удалить «глазки» и сердцевину. Поместить в блендер, туда же добавить мелко нарезанный чили без семян, кокосовое молоко и ананасовый сок. Стручок ванили расщепить вдоль, извлечь семена (стручок оставить для приготовления другого блюда) и добавить их в блендер. Перемешивать на скорости перетирания \approx 30 секунд до получения однородной пенистой смеси. Перелить в охлажденные стаканы и подавать немедленно.



Manic Monday

Число порций: 2

Приготовление: 5 минут

6 ст.л. фундучной пасты

200 мл охлажденного эспрессо

100 мл рисового молока с

ароматом фундука

2 очень свежих крупных яйца

4 ст.л. кленового сиропа

¼ ч.л. мелко молотых семян акации

кубики льда для подачи на стол

Это настоящий завтрак в одном стакане, превосходный выбор для тех, кто даже представить себе не может начало дня без кофеина. Если вам не удастся найти семена акации (австралийская пряность с ароматом поджаренных орехов, напоминающий запах кофе), возьмите молотую корицу или мускатный орех. Фундучную пасту можно купить в магазине диетических продуктов.

Все ингредиенты, кроме кубиков льда, поместить в блендер и перетирать на скорости перетирания ⌘ 30 секунд до получения однородной пенистой смеси. В высокие стаканы положить кубики льда, залить коктейлем и немедленно подавать.



13:00

Обед

По мере приближения обеда вы начинаете умирать от голода и одновременно мечтать о перерыве. Поэтому вам необходимо блюдо, которое, с одной стороны, можно легко и быстро приготовить, а с другой стороны, оно должно быть полезным и сытным и не вызывать сонливости. Наш блендер незаменим и в этой ситуации. Буквально за несколько минут вы сможете приготовить бархатистый суп-пюре, бодрящий салат или просто сэндвич с вкуснейшей домашней начинкой.



Гренки с миндальной пастой, брокколи, грушей и сыром горгонзола

Число порций: 6

Приготовление: 10 минут

250 г бланшированного миндаля

4-5 ст.л. подсолнечного масла

300 г соцветий брокколи



2 спелые груши сорта Комис

100 г сыра горгонзола

1 буханка чиабатты

соль и свежемолотый черный перец

Домашняя ореховая паста намного вкуснее покупной. Что особенно приятно, вы сами можете решить, должна ли она быть гладкой или хрустящей, а также добавить приправы по вкусу.

Миндаль обжарить до золотисто-коричневого цвета и остудить. Положить в блендер и мелко измельчить . Увеличить скорость до скорости взбивания  и постепенно добавлять растительное масло, пока миндальная паста не образует эмульсию. Посолить по вкусу и отставить в сторону.

Соцветия брокколи бланшировать в кипящей подсоленной воде. Ополоснуть под холодной водой. Груши разрезать пополам и вырезать сердцевину. Нарезать тонкими ломтиками. Нарезать чиабатту ломтиками толщиной 1,5 см и слегка обжарить с обеих сторон. На гренки намазать толстым слоем миндальную пасту, сверху выложить брокколи и груши. Посыпать крошками сыра горгонзола и немедленно подавать.



Пюре из белой фасоли, розмарина и трюфелей на брускеттах из хлеба на закваске

Число порций: 6

Замачивание: ночь

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 40 минут

125 г сухой белой фасоли

2 веточки розмарина

1 головка репчатого лука

1 морковь

2 зубчика чеснока

1 стручок красного перца чили

1-2 ч.л. мелко нарезанного розмарина

5 ст.л. оливкового масла первого

холодного отжима (класса Extra Virgin)

сок одного лимона

1 ст.л. масла из трюфелей

1 ст.л. жирных сливок

6 поджаренных ломтиков ржаного

хлеба на закваске

жареная свекла и грецкие орехи для

подачи на стол

соль и свежемолотый черный перец

Замочить и приготовить бобовые – это так просто! А результат вас, несомненно, порадует. Просто залейте водой и оставьте на ночь, а затем сварите, не покупившись на приправы (лук, лавровый лист, чеснок, розмарин, морковь и т.д.). Вы получите блюдо, вкус которого намного лучше, чем у консервированных бобов.

Белую фасоль замочить в холодной воде на ночь. На следующий день слить с фасоли жидкость и залить ее большим количеством свежей воды. Добавить розмарин, лук, морковь, чеснок и чили и довести до кипения. Варить 10 минут на сильном огне, затем уменьшить огонь и варить еще примерно 40 минут до размягчения фасоли. Остудить, слить и выбросить розмарин, морковь и чили.

Переложить содержимое кастрюли в блендер и добавить остальные ингредиенты (кроме ржаного хлеба). Измельчать $\frac{1}{2}$ до однородности (но смесь не должна быть совершенно гладкой). Приправить по вкусу. Намазать толстым слоем на тосты из ржаного хлеба и подавать с дольками жареной свеклы и грецкими орехами.



Морковные сэндвичи с кокосом, кинзой и лаймом

Число порций: 6

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 20 минут

500 г моркови

1 крупная луковица

1 зубчик чеснока

500 мл овощного бульона

25 г миндальной пасты

50 г прессованных кокосовых сливок

тертая цедра и сок ½ лайма

1 пучок кинзы

12 ломтиков зернового хлеба

горсть ростков порея (или люцерны)

соль и свежемолотый черный перец

Продаваемые в магазинах сэндвичи готовят люди, лишенные всякого воображения: где бы вы ни купили сэндвичи, в них будут одни и те же начинки. Кроме того, в них слишком много майонеза, что означает высокое содержание жиров. Приготовление начинки дома не займет много времени, а ее вкус окажется намного лучше. Миндальную пасту можно купить в магазине диетических продуктов (или ее можно приготовить самостоятельно, см. рецепт гренок с миндальной пастой на стр. 34).

Морковь почистить и нарезать тонкими кружками. Лук и чеснок крупно нарезать. Овощи положить в кастрюлю и залить овощным бульоном. Варить до размягчения овощей. Бульон слить, но не выливать. Овощи переложить в блендер. Туда же добавить миндальную пасту, кокосовые сливки, цедру и сок лайма и кинзу. Измельчить $\frac{1}{2}$ до получения однородной смеси, добавив при необходимости немного бульона. Приправить по вкусу и намазать толстым слоем на 6 ломтиков хлеба. Поспать ростками порея (или люцерны) и закрыть оставшимися ломтиками хлеба. При желании разрезать сэндвичи пополам по диагонали и подавать.



Салат «Цезарь»

Число порций: 4

Приготовление: 5 минут

Настаивание: 10 минут

Тепловая обработка: 10 минут

2 зубчика чеснока

3 ст.л. оливкового масла

1 буханка чиабатты

щепотка кайенского перца

4 кочана салата сорта Little Gem

тертый пармезан и лук-резанец для

подачи на стол

Заправка «Цезарь»:

1 яйцо

4 зубчика чеснока

4 филе анчоусов

1 порция молотого шафрана (о,1 г)

2 ч.л. лимонного сока

2 ч.л. хересного уксуса

½ ч.л. дижонской горчицы

125 мл оливкового масла

соль и свежемолотый белый перец

Этот знаменитый салат был создан почти сто лет назад в Мехико итальянским шеф-поваром, и с тех пор он неизменно входит в число самых любимых блюд. Кайенский перец и шафран добавляют ему пикантности. Чтобы сделать салат более питательным, можно положить в него жареную индейку или лосося, кубики авокадо или красный перец, обжаренный на гриле.

Зубчики чеснока нарезать ломтиками и слегка нагреть в оливковом масле. Снять с огня и настаивать 10 минут. С чиабатты срезать корки и нарезать кубиками размером 1 см. Выбросить чеснок, добавить в настойку на чесноке оливковое масло кайенский перец по вкусу и обвалять в нем хлебные кубики. Обжарить хлебные кубики на сухой сковороде до золотистого цвета. Листья салата разделить, промыть и тщательно просушить в центробежной сушке.

Приготовить заправку «Цезарь». Яйцо варить ровно 30 секунд, а затем положить в блендер. Чеснок очистить. Анчоусы ополоснуть под холодной водой. Добавить в блендер вместе с остальными ингредиентами и измельчать до получения заправки в виде эмульсии. Приправить по вкусу. Листья салата перемешать с заправкой, посыпать гренками, тертым пармезаном и луком-резанцем. Подавать немедленно.



Салат из цветной капусты и зеленой фасоли с заправкой из тахины и колбасой Чоризо

Число порций: 4

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 15 минут

300 г соцветий цветной капусты

200 г зеленой фасоли

4 стебля сельдерея

½ красной луковицы

200 г томатов черри

1 ст.л. оливкового масла

16-20 ломтиков колбасы Чоризо

Заправка из тахины:

100 г тахины (кунжутной пасты)

3 зубчика чеснока

сок ½ - 1 лимона

1 ч.л. молотого тмина

¼ ч.л. испанской копченой

паприки пиментон

75-100 мл горячей воды

соль и кайенский перец

Этот вкусный салат можно подать как самостоятельное блюдо или как часть закуски для барбекю. Колбаса Чоризо прекрасно сочетается с фетой, поэтому можно посыпать салат фетой, что сделает его более сытным.

Сначала приготовить заправку из тахины. Все ингредиенты, кроме воды, поместить в блендер. Приправить и взбивать до получения однородной смеси. Постепенно добавлять горячую воду, пока заправка не приобретет консистенцию жирных сливок. Отставить в сторону.

Бланшировать по отдельности соцветия цветной капусты и зеленую фасоль в кипящей подсоленной воде до размягчения, слить всю жидкость, немедленно всыпать в заправку и перемешать. Сельдерей и красный лук мелко измельчить. Томаты черри разрезать на две или четыре части. Добавить в салат из цветной капусты. Нагреть оливковое масло и обжарить колбасу Чоризо, чтобы получить хрустящие ломтики. Выложить поверх салата и подавать.



Салат из тайских креветок со спаржей и кремом из авокадо и лайма

Число порций: 4

Приготовление: 10 минут

Маринование: 15 минут

Тепловая обработка: 10 минут

1 пучок мяты

2 см свежего имбиря

2 зубчика чеснока

1 стручок зеленого перца чили

1 стебель лимонграсса

1 ст.л. рыбного соуса

сок 2 лаймов

125 мл оливкового масла

24 тигровые креветки

200 г молодой спаржи

250 г красных и желтых томатов черри

100 г феты

морская соль и свежемолотый

белый перец

Крем из авокадо и лайма:

1 спелый авокадо

тертая цедра и сок 1 лайма

4 ст.л. оливкового масла

Сладкий привкус тигровых креветок прекрасно сочетается с этим пикантным соусом. Вместо креветок можно взять тунца, а если вы не любите морепродукты, то курицу. Нежный соус из авокадо своеобразно оттеняет неровную структуру самого салата.

Первые 7 ингредиентов перетереть в блендере до однородности. Уменьшить скорость до скорости взбивания и постепенно добавлять оливковое масло, пока заправка не образует эмульсию. Очистить тигровые креветки, удалив внутренности. Замариновать креветки на 15 минут, взяв для этого две трети мятной эмульсии.

Быстро отварить спаржу в кипящей подсоленной воде, а затем ополоснуть под холодной водопроводной водой. Воду тщательно слить. Перемешать вместе с оставшейся мятной эмульсией. Томаты черри разрезать на четыре части и перемешать со спаржей.

Приготовить крем из авокадо и лайма. Авокадо, цедру и сок лайма и оливковое масло перетереть в блендере до получения гладкой смеси, при необходимости добавив немного воды. Приправить по вкусу. Креветки насадить на шпажки и обжарить на очень горячем гриле до готовности. Подавать с салатом из спаржи и обмакивать в крем из авокадо и лаймов. Перед подачей на стол посыпать салат сыром фета.



Салат из говядины и вермишели с разноцветным перцем и цитрусовой заправкой с чили

Число порций: 4

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 10 минут

Выстаивание: 5 минут

200 г сухой яичной вермишели

1 красный перец

1 желтый перец

4 пера зеленого лука

1 ст.л. растительного масла

300 г бифштекса

обжаренный кунжут и зелень кинзы для подачи на стол

Цитрусовая заправка с чили:

тертая цедра и сок 1 лайма

тертая цедра и сок 1 клементина

3 ст.л. арахисового масла или пасты из кешью

2 ст.л. сладкого соуса чили

2 ст.л. растительного масла

2 ст.л. оливкового масла с ароматом апельсина

1 ст.л. рисового уксуса

2 ст.л. светлого соевого соуса

1 ст.л. сахара

1 зубчик чеснока

½ ч.л. мелко молотого

сычуаньского перца

Этот яркий и свежий салат готовится легко и быстро. Если вам не нравятся сырые перцы, их можно предварительно бланшировать или для разнообразия заменить перец резаной морковью, бобовыми ростками или кубиками тофу. Вместо стейка можно взять утиные грудки, жаренные на гриле, или китайскую свинину, приготовленную на решетке (чар шу).

Сначала приготовить цитрусовую заправку с чили. Все ингредиенты взбивать в блендере до получения гладкой смеси. Яичную вермишель отварить до готовности и тщательно слить жидкость. Перемешать с заправкой. Перец и зеленый лук мелко нарезать и добавить в вермишель. Растительное масло нагреть на сильном огне в сковороде с антипригарным покрытием. Мясо обжарить со всех сторон. Бифштекс должен быть или почти сырым, или с кровью, как вам больше нравится. Отставить на 5 минут, затем нарезать тонкими полосками. Выложить их на салат из вермишели и разложить вокруг него. Перед подачей на стол посыпать кунжутом и зеленью кинзы.



Суп из сырых авокадо и огурцов с кускусом из цветной капусты и фисташек

Число порций: 4

Приготовление: 15 минут

1 огурец

2 спелых авокадо

1 зубчик чеснока

2 стручка неострого зеленого перца чили

тертая цедра и сок 1 лимона

2 ст.л. масла авокадо

175-250 мл минеральной воды без газа

4 ст.л. мелко нарезанной кинзы

50 г фисташек

125 г соцветий цветной капусты

несколько капель оливкового масла с

ароматом лимона для подачи на стол

морская соль и свежемолотый

черный перец

Мода на сыроедение пришла в Европу из Соединенных Штатов Америки. Суть его заключается в том, что все продукты необходимо употреблять сырыми, чтобы сохранить как можно больше питательных веществ. Кроме того, из рациона исключаются все продукты животного происхождения (включая молочные продукты). Этот суп является вариацией на тему мексиканского гуакомоле, а огурцы добавляют ему свежести.

С огурца срезать кожицу и удалить семена, очистить авокадо и чеснок, извлечь семена из стручков чили. Положить в блендер, добавить цедру и сок лимона, масло авокадо, минеральную воду и кинзу. Измельчать на скорости резки $\frac{1}{2}$ до получения гладкой кремообразной смеси. Приправить по вкусу. Фисташки мелко измельчить $\frac{1}{2}$ в блендере, добавить цветную капусту и продолжать измельчение, пока смесь не будет похожа на кускус. Ложкой разложить суп по стаканам или тарелкам, посыпать сверху кускусом из цветной капусты и фисташек. Капнуть несколько капель оливкового масла с ароматом лимона.



Холодный ванильный суп из фенхеля и тосты с тапенадой

Число порций: 4

Приготовление: 15 минут

Тепловая обработка: 25 минут

25 г сливочного масла

100 г лука-шалот

3 луковицы флорентийского фенхеля

½ стручка ванили

600-800 мл легкого овощного бульона

100 мл жирных сливок

соль и свежемолотый белый перец


Тосты с тапенадой:


200 г вяленых черных оливок

75 мл оливкового масла

½ багета

Холодный суп – это идеальное начало обеда в жаркий летний день. Хотя сочетание фенхеля, ванили и черных оливок может показаться странным, но, на самом деле, они прекрасно дополняют друг друга. Не забудьте щедро приправить суп, поскольку при охлаждении вкус пищи притупляется.

Сливочное масло растопить в большой кастрюле. Лук-шалот мелко измельчить. Обжаривать лук-шалот на слабом огне до размягчения. Фенхель нарезать крупными кусочками. Добавить в кастрюлю и обжаривать 5 минут. Стручок ванили расщепить вдоль, извлечь семена и добавить их в кастрюлю (сам стручок оставить для какого-нибудь другого блюда). Добавить бульон так, чтобы он только закрыл овощи, закрыть кастрюлю крышкой и варить на медленном огне до размягчения. Охлаждать 10 минут и перелить содержимое кастрюли в блендер. Добавить сливки и перетирать  до получения гладкой смеси. Приправить по вкусу и охладить.

Приготовить тосты с тапенадой. Из оливок удалить косточки и измельчить  в блендере с оливковым маслом, чтобы получить достаточно гладкое пюре. Багет нарезать тонкими ломтиками и обжарить их с обеих сторон. На каждый тост намазать немного пюре из оливок и положить на поверхность супа непосредственно перед подачей на стол.



Томатный суп с красным перцем и козьим лавандовым сыром

Число порций: 4-6

Приготовление: 10 минут

Тепловая обработка: 30 минут

1 кг томатов сорта «Дамские пальчики»

2 стручка красного перца

2 стручка неострого красного перца чили

2 головки красного лука

4 зубчика чеснока

4 ст.л. оливкового масла

½ пучка майорана или тимьяна

2 ст.л. томатной пасты из сушеных на

солнце томатов

500 мл куриного бульона

оливковое масло первого холодного

отжима (класса Extra Virgin) для

подачи на стол

соль и свежемолотый черный перец


Козий лавандовый сыр:


1 ст.л. сушеных цветов лаванды

200 г свежего козьего сыра

150 мл жирных сливок

В этом супе собраны традиционные средиземноморские продукты, и вам покажется, что вы неожиданно оказались в южных краях. Если цветочные ароматы не слишком возбуждают ваш аппетит, то вместо лаванды можно взять базилик, тимьян или тертую цедру лимона.

Духовку предварительно нагреть до 200°C. Томаты разрезать на четыре части. Перцы и перцы чили разрезать пополам и удалить семена. Лук и чеснок крупно нарезать. Овощи перемешать с оливковым маслом и майораном или тимьяном, а затем приправить. Распределить по поверхности противня и запекать в духовке 30 минут, чтобы овощи стали мягкими и слегка подрумянились. Положить овощи в блендер. Добавить томатную пасту и куриный бульон. Перетирать  до получения однородного пюре и приправить по вкусу. Чтобы добиться идеально гладкой структуры, суп можно процедить через сито.

Приготовить козий лавандовый сыр. Все ингредиенты смешать  в блендере. Непосредственно перед подачей на стол положить полную лужку козьего лавандового сыра в каждую тарелку с супом. Капнуть несколько капель оливкового масла класса Extra Virgin.



Острый суп из сладкого картофеля и моркови с чатни из свежей кинзы

Число порций: 4-6

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 20 минут

1 крупная головка красного лука

4 зубчика чеснока

2 стручка красного перца чили

3 ст.л. оливкового масла

1 ч.л. тмина

1 ч.л. зерен кориандра

½ ч.л. семян фенхеля

1 палочка корицы

500 г сладкого картофеля

125 г моркови

400-600 мл овощного или куриного

бульона

400 мл кокосового молока

оливковое масло с ароматом апельсина

для подачи на стол

соль

Чатни из кинзы:

3 пучка кинзы, включая стебли

1 стручок зеленого перца чили

небольшой кусок имбиря

1 зубчик чеснока

сок ½ лайма

¼ ч.л. сахара

¼ ч.л. молотого тмина

¼ ч.л. соли

100 мл кокосового молока

Это суп не для слаонервных! Ведь в него кладут так много жгучего чили. Резкий вкус и запах чатни из кинзы идеально оттеняет пряный привкус этого супа. При приготовлении этого супа вместо сладкого картофеля можно взять ореховую тыкву (тыкву баттернат) или даже нут.

Красный лук, чеснок и чили мелко измельчить и слегка обжарить в оливковом масле. Тмин, кориандр и семена фенхеля обжарить на сухой сковороде, а затем измельчить в кофемолке. Добавить в кастрюлю к овощам, перемешать и положить палочку корицы. Обжаривать 1 минуту. Сладкий картофель и морковь очистить и нарезать крупными кусками. Добавить в кастрюлю. Залить бульоном, закрыть крышкой и варить на слабом огне 15 минут. Снять с огня и охлаждать 10 минут. Извлечь палочку корицы и перелить в блендер. Добавить кокосовое молоко и взбивать до получения однородной смеси. Приправить по вкусу и поставить в теплое место, чтобы суп не остыл.

Приготовить чатни из кинзы. Все ингредиенты перетереть в блендере. Непосредственно перед подачей на стол добавить в суп чатни. Капнуть несколько капель оливкового масла с ароматом апельсина.



16:00

Вечерний чай

Когда в середине дня вы начинаете ощущать упадок сил, появляются мечты о чем-то, что позволит взбодриться и дожить до вечера. Наступает время для сладкого вечернего угощения. И на помощь опять приходит наш блендер: он поможет приготовить вкусный молочный коктейль или фруктовое пюре. А если вы хотите по-настоящему себя побаловать, то он поможет в два счета приготовить великолепный торт – отличное угощение для друзей или коллег по работе.



Шоколадно-ванильный молочный коктейль с каштанами

Число порций: 2-4

Приготовление: 5 минут

150 г подслащенного каштанового пюре

½ ч.л. молотой корицы

3 ст.л. темного шоколадного ликера

100 мл шоколадного молока

1 ч.л. ванильного экстракта

2 больших шарика шоколадного
мороженого

2 больших шарика ванильного
мороженого

6 кубиков льда

К вечернему чаю обычно хочется чего-нибудь вкусенького, и шоколад в это время дня будет особенно уместен. В сочетании с пюре из каштанов и какао-ликером он избавит вас от вечерней усталости. Чтобы приготовить безалкогольный коктейль, возьмите вместо ликера дополнительное количество шоколадного молока.

Первые 5 ингредиентов перетереть в блендере до однородности. Добавить мороженое и кубики льда и продолжить перетирание до образования пены. Перелить в охлажденные высокие стаканы и немедленно подавать.



Малиновый коктейль с эстрагоном и розовым перцем

Число порций: 2-4

Приготовление: 5 минут

250 г малины

25 г сахара

тертая цедра и сок ½ апельсина

4 ст.л. джина

2 ст.л. нарезанного эстрагона

½ ч.л. молотого розового перца плюс

немного перца для подачи на стол

(по желанию)

6 больших шариков ванильного

мороженого

8 кубиков льда

Малина и сливки прекрасно дополняют друг друга. А эстрагон и розовый перец делают этот молочный коктейль цвета фуксии совершенно особенным. Для разнообразия добавьте в него яблоки и мускатный орех, персики и тимьян или крыжовник и бузину. А если не добавлять джин, то этот напиток подойдет и для детей.

Первые 6 ингредиентов перетирать в блендере до получения гладкой массы. Добавить мороженое и кубики льда и продолжить перетирание до образования пены. Перелить в охлажденные высокие стаканы, по желанию посыпать сверху розовым перцем и немедленно подавать.



Абрикосовое пюре с имбирем, лаймом, мягким тофу и сиропом из зеленого чая

Число порций: 2-4

Приготовление: 10 минут

Охлаждение: 1 час

75 мл минеральной воды без газа

1 ст.л. японского зеленого порошкового
чая Матча

50 г сахара

10 спелых абрикосов

1 ч.л. мелко натертого имбиря
цедра ½ лайма

2 ст.л. акациевого меда

200 г мягкого тофу

1 ч.л. черного кунжута для
подачи на стол

Невозможно представить себе вечерний чай без чая, поэтому к этому летнему фруктовому пюре в японском стиле я предлагаю сироп из зеленого чая. Мягкий тофу имеет более гладкую структуру, чем обычный тофу, поэтому его очень хорошо добавлять в десерты. Вместо зеленого чая можно взять чай Earl Grey, а тофу заменить творогом.

Минеральную воду нагреть, но не доводить до кипения. Добавить чай Матча и сахар. Процедить через ситечко и уварить до получения вязкого сиропа. Абрикосы бланшировать 30 секунд в кипящей воде, затем удалить кожицу и извлечь косточки. Мякоть абрикосов, имбирь, цедру лайма, мед и тофу измельчить в блендере $\frac{1}{2}$ до получения однородной гладкой массы. Охлаждать 1 час. Ложкой переложить в вазочки и непосредственно перед подачей на стол полить сиропом Матча. Посыпать сверху кунжутом.



Лимонно-маковый чизкейк с водкой, подаваемый с салатом из апельсинов и меда

Число порций: 8

Приготовление: 10 минут

Тепловая обработка: 40 минут

Охлаждение: ночь

125 г печенья из муки грубого помола

2 ст.л. мака

50 г сливочного масла

150 г сахара

4 яйца

15 г муки

350 г мягкого сыра

2 ст.л. водки

тертая цедра и сок 2 лимонов

300 мл сметаны

Салат из апельсинов:

4 апельсина

2 ст.л. греческого тимьянового меда

1 ст.л. ликера Гран Марнье

(Grand Marnier)

Чизкейк можно либо выпекать, либо добавить в него желатин и охладить. Наш лимонный чизкейк выпекается в духовке. Вместо салата из апельсинов можно взять консервированный ревень, вишни или клубнику.

Духовку предварительно нагреть до 180°C. Печенье тщательно измельчить в блендере на скорости перемешивания 🌀.

Сливочное масло растопить и перемешать с крошкой печенья.

Добавить мак и распределить массу по дну формы для выпекания со съемным дном диаметром 20 см. На время приготовления начинки поставить в прохладное место. Сахар, яйца, муку, мягкий сыр и водку перемешивать в блендере 🌀 до получения однородной массы. Добавить цедру и сок лимона и быстро перемешать на скорости перемешивания 🌀 до однородности. Перелить в форму и выпекать 40 минут, чтобы начинка пропеклась. Достать чизкейк из духовки и отставить на 10 минут. Смазать поверхность чизкейка сметаной и перед подачей на стол поставить на ночь в прохладное место.

Приготовить салат из апельсинов. Апельсины очистить от кожуры и белых пленок и нарезать тонкими кружочками. Полить сверху медом и ликером Гран Марнье. Подавать с чизкейком.



Пикантный банановый торт с соусом из манго и шафрана

Число порций: 8-10

Приготовление: 10 минут

Тепловая обработка: 1 час 15 минут

150 г муки

2 ч.л. пекарского порошка

75 г блинной муки (содержащей разрыхлитель)

½ ч.л. питьевой соды

½ ч.л. соли

1 ч.л. молотого кориандра

½ ч.л. молотой гвоздики

25 г кокосовой стружки

150 г светло-коричневого сахара

4 см свежего имбиря

2 кусочка засахаренных стеблей имбиря

125 г топленого сливочного масла

2 крупных яйца

4 спелых банана

Манговый соус с шафраном

125 г сахара

125 мл воды

щепот шафрановых нитей

250 г мякоти спелого манго

сок 1 лайма

2 ст.л. белого рома

Этот влажный торт можно хранить несколько дней. Не удивляйтесь количеству соли, используемому в этом блюде. Она добавляет легкую пикантность, которая уравновешивает сладкий вкус этого торта. А если в соус из манго не добавлять ром, то торт прекрасно подойдет и для детей.

Духовку предварительно нагреть до 170°C. Фому для выпекания хлеба размером 24 на 10 см смазать жиром и застелить пергаментом. Первые 7 ингредиентов просеять в глубокую посуду и добавить кокос. Сахар, свежий имбирь и стебли имбиря измельчить $\frac{1}{2}$ в блендере. Добавить топленое масло и яйца и взбивать $\frac{1}{2}$ до однородности. Бананы нарезать ломтиками, добавить в блендер и перемешивать в режиме пульсации Pulse до получения однородной массы. Не надо взбивать смесь слишком долго: в ней даже могут остаться отдельные комочки. Добавить смесь в просеянные сухие ингредиенты, перемешать и ложкой переложить в форму для торта. Выпекать 1 час 15 минут. Шпатель, воткнутая в центр готового бисквита, должна оставаться чистой после извлечения. Остужать в течение 10 минут, извлечь из формы и дождаться полного остывания.

Приготовить манговый соус с шафраном. Сахар и воду нагреть, помешивая до растворения сахара. Добавить шафран и довести до кипения. Снять с огня и остудить. Манго и сок лайма перемешивать $\frac{1}{2}$ в блендере до получения гладкой смеси. Добавить шафрановый сироп и ром и взбивать $\frac{1}{2}$ до однородности. Подавать с банановым тортом.



17:00

Ужин для малыша

После рождения ребенка жизнь меняется кардинально. Неожиданно вы обнаруживаете, что вообще не в состоянии переделать все домашние дела. Когда ребенок требует всего вашего времени, так просто начать покупать готовое детское питание. Но благодаря нашему блендеру теперь можно за считанные минуты приготовить малышу настоящую домашнюю еду. Никогда ранее кормление малыша не было таким простым делом.



Морковно-яблочное пюре

Число порций: для 4 малышей

Приготовление: 10 минут



Тепловая обработка: 40 минут

250 г молодой моркови

1 яблоко

125 мл выжатого яблочного сока
щепотка молотой корицы

Это блюдо, приготовленное из сладкой моркови и яблок, прекрасно подходит для детей до шести месяцев. Если запечь морковь в духовке, то она станет еще слаще: идеальный вариант для малышей, поскольку детям до года сахар давать не следует.

Духовку предварительно нагреть до 190°C. Морковь почистить и нарезать кусочками по ½ см. Завернуть в алюминиевую фольгу, добавить ложку воды и запекать 40 минут в духовке до полного размягчения. С яблока снять кожуру и вырезать сердцевину. Нарезать кубиками и поместить в кастрюлю. Туда же добавить яблочный сок и корицу. Закрывать крышкой и варить на слабом огне до размягчения. Переложить морковь и яблоки в блендер и измельчать на скорости резки  в течение 30 секунд. Снять смесь со стенок и продолжить на скорости пюре  до получения очень гладкой массы.



Томатный суп с красной чечевицей

Число порций: 4-6 малышей

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 30 минут

1 ст.л. легкого оливкового масла

1 головка лука-шалот

75 г красной чечевицы

350 мл несоленого овощного бульона

200 мл томатного соуса пассата

1 ст.л. нарезанного базилика

(по желанию)

Дети любят томатный суп, и это хороший выбор для малышей до девяти месяцев. Добавив красную чечевицу, можно сделать этот простой суп значительно более питательным. Базилик придает супу сладковатый аромат, но его можно заменить петрушкой или тимьяном (в последнем случае взять только половину указанного количества).

Оливковое масло нагреть. Лук-шалот мелко нарезать. Обжарить лук-шалот на слабом огне до размягчения. Добавить чечевицу и овощной бульон, закрыть крышкой и варить 25 минут до размягчения чечевицы. Переложить содержимое кастрюли в блендер и добавить пассату и по желанию базилик. Перетирать на скорости пюре до однородности.



Сырное пюре из лосося, сладкого картофеля и цветной капусты

Число порций: для 4 малышей

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 20 минут

1 мелкий клубень сладкого картофеля
весом около 150 г

75 г мелких соцветий цветной капусты

175 г филе лосося

125 мл цельного молока

4 ст.л. тертого сыра Чеддер

1 ст.л. нарезанного укропа

К году малышам уже можно давать разнообразные продукты, в том числе цветную капусту и другие овощи, а также жирную рыбу, например, лосося. Благодаря цельному молоку и сыру Чеддер это пикантное блюдо приобретает сливочный вкус и консистенцию.

Сладкий картофель почистить и нарезать ломтиками. Положить в небольшую кастрюлю. Добавить соцветия цветной капусты, сверху выложить филе лосося. Залить молоком, закрыть кастрюлю крышкой и готовить 20 минут на среднем огне до размягчения и полной готовности овощей и лосося. Переложить содержимое кастрюли в блендер, добавить сыр Чеддер и укроп. Измельчать до получения гладкого пюре.



Пюре из бананов, клубники и папайи

Число порций: для 2 малышей

Приготовление: 10 минут

1 крупный банан

½ спелой папайи

4 мелкие ягоды клубники

¼ стручка ванили

100 г греческого йогурта

100 г обезжиренного творога
не более 1 ст.л. сахарной пудры

Большинство малышей очень любят сладкое, и в возрасте одного года в их пищу уже можно понемногу добавлять сахар. В этом пюре соломенного цвета сахар подчеркивает естественную сладость фруктов. Однако сахар следует добавлять, только если сами фрукты недостаточно сладкие. И ни в коем случае не превышайте количество, указанное в рецепте.

Банан и папайю очистить и нарезать кубиками. Из клубники удалить плодоножки и ополоснуть. Фрукты положить в блендер. Стручок ванили расщепить, извлечь семена и положить их в блендер. Добавить йогурт, творог и сахарную пудру по вкусу. Измельчать на скорости пюре \leq в течение 1 минуты, снять смесь со стенок и продолжить измельчение в течение 30 секунд до получения совершенно гладкой массы.



18:00

Коктейли

Когда ваш малыш спит в кроватке, наступает время для отдыха, когда можно расслабиться в собственном коктейль-баре. Возьмите свой любимый напиток, несколько добавок и начните свой вечер с идеального коктейля. А на тот случай, если вы слишком устали или просто не в настроении пить коктейль, на вашем блендере есть отдельная кнопка, позволяющая измельчить лед, поэтому в любой момент можно просто выпить свой любимый напиток со льдом.



Golden Brown

Число порций: 2

Приготовление: 10 минут

Настаивание: 15 минут

150 мл воды

2 ст.л. листьев чая Лапсанг Сушонг

50 мл мангового нектара

100 мл темного рома


½ спелого манго

сок ½ лимона

горсть дробленого льда

кубики льда для подачи на стол

Это коктейль для решительных людей, поскольку сладкий вкус манго в нем сочетается с ароматом дыма, характерного для китайского черного чая Лапсанг Сушонг, и изрядной порцией темного рома. А пить его лучше всего под песню с тем же названием в исполнении группы «The Stranglers»...

Воду довести до кипения и всыпать чай. Перемешать. Заваривать 15 минут, затем процедить. Для коктейля потребуется 100 мл чая. Налить в блендер и добавить остальные ингредиенты, кроме кубиков льда. Перемешивать на скорости перетирания  до однородности. Перелить в охлажденные высокие стаканы, предварительно положив в них кубики льда. Подавать немедленно.



Breath Freshener

Число порций: 2

Приготовление: 10 минут

100 г сахара

50 мл воды

4 веточки мяты

2 киви

75 мл белого рома

50 мл зеленого мятного ликера

сок ½ лайма

горсть дробленого льда

кубики льда для подачи на стол

Благодаря освежающему сочетанию мяты, киви, лайма и рома этот ярко-зеленый коктейль хорош как аперитив перед обедом. Чтобы приготовить коктейль с ароматом дыни, возьмите вместо киви мускатную дыню, а вместо мятного ликера – ликер Мидори.

Из сахара и воды приготовить густой сироп. Листочки мяты и сахарный сироп перетереть в блендере на скорости резки $\frac{1}{2}$. Добавить остальные ингредиенты, кроме кубиков льда, и перетирать на скорости перетирания $\frac{1}{2}$ до однородности. Перелить в охлажденные высокие стаканы, предварительно насыпав в них лед. Подавать немедленно.



Blue Velvet

Число порций: 2

Приготовление: 5 минут

1 спелый банан

50 мл текилы голд

100 мл голубого Кусасао

100 мл кокосового молока

сок ½ лайма

горсть дробленого льда плюс

дополнительно лед для подачи на стол

кокосовая стружка для украшения

(по желанию)

Пусть вас не обманывает детский «голубенький» цвет этого коктейля. Он достаточно крепкий, так как в его состав входят и текила, и ликер Курасао. А сладкий вкус и бархатистость ему придают бананы и кокос.

Все ингредиенты, кроме дробленого льда для подачи на стол и кокосовой стружки, перетереть в блендере на скорости перетирания ⚙ до однородности. Перелить в охлажденные бокалы, предварительно положив в них лед. При желании можно посыпать сверху кокосовой стружкой. Подавать немедленно.



Naughty but Nice

Число порций: 4
Приготовление: 5 минут
Настаивание: 15 минут
Тепловая обработка: 15 минут
200 г сахара
500 мл воды
5 г сухих цветков каркаде (гибискуса)
250 г малины
50 мл свежесжатого сока красных апельсинов сорта королек
2 веточки базилика
125 мл водки
горсть дробленого льда плюс
дополнительно лед для подачи на стол

Половина удовольствия при создании коктейлей – придумывать названия для своих творений. Благодаря своему цветочному аромату и правильной порции водки этот коктейль, безусловно, оправдает свое название.

Из сахара и воды приготовить жидкий сироп. Добавить каркаде, закрыть крышкой и настаивать 15 минут. Сироп процедить и уварить в два раза. Остудить. Малину и сок красных апельсинов взбить в блендере . Протереть через неметаллическое сито и положить обратно в блендер. Добавить остальные ингредиенты и 75 мл сиропа каркаде (остальной сироп оставить для приготовления какого-нибудь другого блюда). Перемешивать на скорости перетирания  до однородности. Перелить в охлажденные коктейльные бокалы, предварительно положив в них лед. Подавать немедленно.



Fatal Attraction

Число порций: 4

Приготовление: 10 минут

250 мл кокосового молока

50 г белого шоколада

75 мл джина


75 мл розового ликера

немного сока лайма

горсть дробленого льда

кубики льда для подачи на стол

После первого же глотка этого коктейля, вы поймете, почему он так называется. Кокосовое молоко и белый шоколад создадут ложное чувство безопасности, но осторожнее: этот коктейль алкогольный, и этот факт не стоит игнорировать. Кремовые коктейли могут оказаться приторными, поэтому подавать их следует хорошо охлажденными.

Кокосовое молоко нагреть, не доводя до кипения. Белый шоколад мелко измельчить, добавить в кокосовое молоко и перемешивать до полного растворения шоколада. Охладить до комнатной температуры и перелить в блендер. Добавить остальные ингредиенты, кроме кубиков льда, и перетирать на скорости перетирания  до однородности. В охлажденные стаканы положить кубики льда, налить коктейль и подавать немедленно.



19:00

Ужин

И вот приходит время ужинать. Конечно, вы хотите отдохнуть с семьей и друзьями, а не проводить слишком много времени на кухне. В этот момент требуются лишь один-два рецепта, позволяющие приготовить обед за считанные минуты. На самом деле, наш блендер позволит приготовить обед из трех блюд за то же время, которое обычно требуется для приготовления одного блюда. Можно превратить ужин в приключение или приготовить что-то простое: какое бы решение вы ни приняли, вы можете доверить дело нашему блендеру.



Тайские котлетки из омаров с острым имбирным майонезом

Число порций: 4

Приготовление: 20 минут

Охлаждение: 1 час

Тепловая обработка: 10 минут

14 стеблей лемонграсса

1 крупный зубчик чеснока

1,5 см свежего галангала (тайского имбиря)

2 листа кафир-лайма

½ пучка кинзы

1 ч.л. пальмового сахара

1 ст.л. рыбного соуса

200 г филе белой рыбы, например, пикши, морского языка или мерланга

1 яйцо

200 г вареного мяса омаров

100 г зеленой фасоли

4 ст.л. смеси черных и белых семян кунжута

подсолнечное масло для жарки

Острый имбирный майонез:

1 маленькая головка лука-шалота

2 зубчика чеснока

1 стручок красного перца чили

1 см свежего имбиря

125-150 г майонеза

1 ст.л. сока лайма

1 ст.л. кунжутного масла

1 ч.л. рыбного соуса

1 ч.л. светлого соевого соуса

Тод ман пла, или тайские рыбные котлетки, – это классическое блюдо, подаваемое во всех тайских ресторанах по всему миру. В моем более эффектном варианте этого блюда я заменила часть рыбы мясом омаров.

2 стебля лемонграсса и следующие 6 ингредиентов мелко измельчить в блендере на скорости измельчения $\frac{1}{2}$. Добавить рыбное филе и яйцо и быстро перемешать в режиме пульсации **Pulse** для получения однородной массы. Переложить в глубокую посуду. Мясо омаров и стручки фасоли мелко нарезать, добавить в рыбную смесь и перемешать. Получившуюся массу разделить на 12 частей и сформировать котлетки на тонких концах оставшихся стеблей лемонграсса. Охлаждать 1 час.

Приготовить острый имбирный майонез. Все ингредиенты перемешать в блендере на скорости измельчения $\frac{1}{2}$. Котлетки из омаров обвалять в кунжуте и жарить на подсолнечном масле в сковороде до образования золотистой корочки. Переложить на бумажное полотенце для удаления излишков жира и подавать с острым майонезом.



Мусс из копченой скумбрии с сальсой из яблок Грэни Смит, фенхеля и свеклы

Число порций: 4

Приготовление: 20 минут

Охлаждение: 2 часа

300 г филе копченой скумбрии

125 г сыра рикотта

2 ст.л. свеженатертого хрена

1 ч.л. зерен горчицы

2 ст.л. нарезанного эстрагона

сок ½ лимона

200 мл жирных сливок

соль и свежемолотый черный перец

Сальса Грэни Смит:

½ яблока сорта Грэни Смит

½ небольшой луковицы

флорентийского фенхеля

4 пера зеленого лука

1 ст.л. лимонного сока

2 ст.л. оливкового масла с ароматом

лимона

115 г вареной свеклы

Копченый вкус скумбрии следует уравновешивать сильными пряностями, чтобы он не слишком подавлял вкусовые рецепторы. Фенхель придает блюду анисовый аромат, а свекла – сладкий привкус. Все это уравновешивается кислым вкусом яблока сорта Грэни Смит.

Скумбрию очистить от кожи и положить в блендер. Добавить рикотту, хрен, горчицу и эстрагон. Перетирать \rightarrow до образования однородного гладкого пюре. Приправить по вкусу и добавить лимонный сок. Сливки взбить в мягкую пену, добавить в пюре скумбрии и осторожно перемешать. Поставить в прохладное место по меньшей мере на 2 часа.

Приготовить сальсу Грэни Смит. Яблоко и фенхель нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук мелко нарезать. Перемешать, затем добавить лимонный сок и оливковое масло со вкусом лимона. Перед подачей на стол свеклу нарезать мелкими кубиками, добавить в сальсу и аккуратно перемешать. Приправить по вкусу. Подавать с муссом из копченой скумбрии.



Парфе из куриной печени и фуа гра с тостами из хлеба с изюмом

Число порций: 4-6

Приготовление: 15 минут

Тепловая обработка: 40 минут

150 мл сотерна

(или другого высококачественного
сладкого белого вина)

50 мл кальвадоса

1 головка лука-шалот

1 лавровый лист

1 веточка тимьяна

1 щепотка молотого мускатного ореха

8 ягод можжевельника

100 г куриной печени

100 г фуа гра

3 яйца

200 г топленого сливочного масла

4-6 тонких ломтиков хлеба с изюмом

мелко молотые какао-бобы для подачи
на стол (по желанию)

соль и свежемолотый черный перец

Фуа гра и сотерн добавляют этому скромному блюду из куриной печени немного роскоши, поэтому оно послужит прекрасной закуской для праздничного обеда. Если вы отказались от фуа гра по этическим причинам, можно приготовить это блюдо только из куриной печени.

Духовку предварительно нагреть до 150°C. Первые 7 ингредиентов положить в кастрюлю и тушить, пока объем не уменьшится на две трети. Извлечь пряности и немного остудить. Куриную печень и фуа гра нагревать в другой кастрюле на медленном огне в течение 1 минуты, затем измельчить в блендере, добавив уваренное и процеженное вино и яйца.

Не выключая блендер, постепенно добавлять топленое масло до получения гладкой смеси. Приправить по вкусу. Ложкой разложить по 4 или 6 огнеупорным горшочкам емкостью 125 мл и запекать в духовке на водяной бане в течение 20 или 25 минут, или же пока на парфе не образуется корочка. Остудить. Хлеб обжарить и подавать теплым вместе с парфе. При желании можно посыпать сверху какао-бобами.



Лапша с соусом из фундука и жареной тыквой

Число порций: 6-8

Приготовление: 15 минут

Тепловая обработка: 30 минут

1 тыква сорта Хоккайдо весом около 1 кг

4 ст.л. оливкового масла

100 г чищеного фундука

250 мл жирных сливок

щепотка хлопьев чили

50 г свеженатертого пармезана

1 ст.л. итальянского бренди

Vecchia Romagna

100 мл оливкового масла первого

холодного отжима (класса Extra Virgin)

25 г свежих черных трюфелей

600 г лапши

масло из черных трюфелей для

подачи на стол

соль и свежемолотый черный перец

Это блюдо особенно понравится любителям фундука. Попробуйте приготовить его в сезон продажи молодых орехов, обладающих намного более свежим вкусом. Только не забудьте удалить с орехов не только скорлупу, но и горькую шелуху.

Духовку предварительно нагреть до 190°C. Тыкву разрезать пополам, удалить семена и волокна (но не срезать корку), затем нарезать дольками толщиной 3 см. Выложить на противень и сбрызнуть оливковым маслом. Приправить по вкусу и запекать 20-25 минут до размягчения.

Фундук обжарить на сковороде без масла и положить в блендер. Добавить сливки, хлопья чили, пармезан и бренди Vecchia Romagna. Измельчать $\frac{1}{2}$ до получения однородной массы. Не выключая блендер, постепенно добавлять оливковое масло класса Extra Virgin, пока соус не образует эмульсию. Наконец, добавить черные трюфеля и быстро измельчить так, чтобы в соусе были видны кусочки трюфелей. Приправить по вкусу.

Лапшу варить в кипящей соленой воде до размягчения, слить, оставив в лапше немного жидкости. Добавить в лапшу с остатками жидкостью соус и как следует перемешать, чтобы лапша была полностью покрыта соусом. Капнуть несколько капель масла из черных трюфелей и подавать немедленно с обжаренными дольками тыквы.



Вегетарианские гамбургеры из красной фасоли с копченой томатной заправкой

Число порций: 4



Приготовление: 25 минут


Охлаждение: 1 час

Тепловая обработка: 10 минут

1 красная луковица
1 зубчик чеснока
1 маленький стручок красного перца
1 гриб портобелло
1,5 ч.л. креольской смеси специй
3 ст.л. оливкового масла
75 г белого хлеба со срезанными корками
400 г консервированной красной фасоли
1 ч.л. соуса Табаско
1 яйцо
4 ст.л. панировочных сухарей
арахисовое масло для жарки
4 тонких ломтика чеддера при комнатной температуре
2 кочана салата сорта Little Gem и 4 мягкие булочки для гамбургера для подачи на стол
соль и свежемолотый черный перец
Копченая томатная заправка:
6 томатов сорта «Дамские пальчики»
2 ст.л. сока лайма
2 ст.л. кленового сиропа
2 ст.л. томатного кетчупа
1 ч.л. зерен горчицы
2 ст.л. нарезанного тимьяна
1 ч.л. испанской копченой паприки
пиментон
100 мл оливкового масла

Мы все любим хороший гамбургер, и вегетарианцы не являются исключением. Приготовьте собственную креольскую смесь специй, смешав в равных пропорциях свежий чеснок, кайенский перец, паприку, сушеный тимьян и орегано.

Первые 5 ингредиентов мелко измельчить в блендере на скорости перемешивания , используя кнопку пульсации Pulse. Обжарить до готовности на оливковом масле. Переложить обратно в блендер, добавить хлеб, фасоль, предварительно слив с нее жидкость, соус Табаско и яйцо. Измельчать  до получения однородной смеси. Добавить панировочные сухари, приправить и сформировать 4 бифштекса. Охлаждать 1 час.

Приготовить заправку. Томаты разрезать на четыре части и положить в блендер. Добавить следующие 6 ингредиентов и измельчить . Не выключая блендер, постепенно добавлять оливковое масло, пока заправка не образует эмульсию. Приправить солью и перцем.

Бифштексы обжарить на арахисовом масле. Положить сверху сыр и жарить на гриле, пока сыр не начнет плавиться. Салат нарезать тонкими ломтиками и выложить на бифштексы. Сверху на бифштексы выложить немного заправки и вложить в булочки. Немедленно подавать.



Свиная грудинка с вермонтской горчицей, пюре из сладкого картофеля и хрустящим шалфеем

Число порций: 4

Приготовление: 10 минут

Вымачивание: 24-36 часов

Тепловая обработка: 35 минут

60 г желтых горчичных семян

60 г черных горчичных семян

150 мл белого винного уксуса

150 мл кленового сиропа

½ ч.л. морской соли

4 ст.л. оливкового масла

8-12 листьев шалфея

8-12 ломтиков свиной грудинки

100 мл вина Марсала

соль и свежемолотый черный перец

Пюре из сладкого картофеля:

2 крупных клубня оранжевого

сладкого картофеля

50 г сливочного масла

1 ст.л. оливкового масла первого

холодного отжима (класса Extra Virgin)

¼ ч.л. молотой корицы

Приготовление домашней горчицы не потребует много времени, а получается она намного вкуснее, чем горчица из магазина. Кроме того, так можно сделать горчицу в точности по своему вкусу. Для усиления аромата горчицы ее следует настаивать в течение двух недель.

Горчичные семена замочить в уксусе на 24-36 часов. После этого переложить в блендер и добавить 6 столовых ложек кленового сиропа и соль. Измельчать на скорости резки $\frac{4}{4}$ до получения горчицы с достаточно гладкой структурой. Ложкой переложить в стерилизованную стеклянную банку.

Приготовить пюре из сладкого картофеля. Сладкий картофель очистить и нарезать крупными кусочками. Варить в подсоленной воде до полного размягчения. Слить всю жидкость и переложить в блендер. Добавить остальные ингредиенты и перетирать на скорости пюре $\frac{4}{4}$ до получения гладкой массы. Приправить и держать в теплом месте.

В сковороде нагреть 2 столовые ложки оливкового масла и обжаривать листья шалфея, пока они не станут хрустящими. Переложить на бумажное полотенце для удаления излишков жира. Ломтики свинины обжарить в оставшемся оливковом масле. Добавить оставшийся кленовый сироп и обжаривать, пока свинина не покроется сиропом. Снять мясо со сковороды и отставить в сторону. В это время приготовить соус. Дегласировать марсалу на сковороде и уваривать до загустения. Подавать свинину с пюре из сладкого картофеля, соусом из марсалы и вермонтской горчицей с кленовым сиропом. Украсить хрустящими листьями шалфея.



Утиные грудки с соусом из красных слив и бадьяна

Число порций: 4

Приготовление: 5 минут

Тепловая обработка: 25 минут

50 г сливочного масла

2 крупные головки лука-шалот

2 зубчика чеснока

3 см имбиря

500 г красных слив

3 плода бадьяна

50 г светло-коричневого сахара

100 мл свежесжатого мандаринового сока (из мандаринов сорта Сатсума) или сока из клементинов

щепотка хлопьев чили

2 крупные утиные грудки прибл.

по 350 г каждая

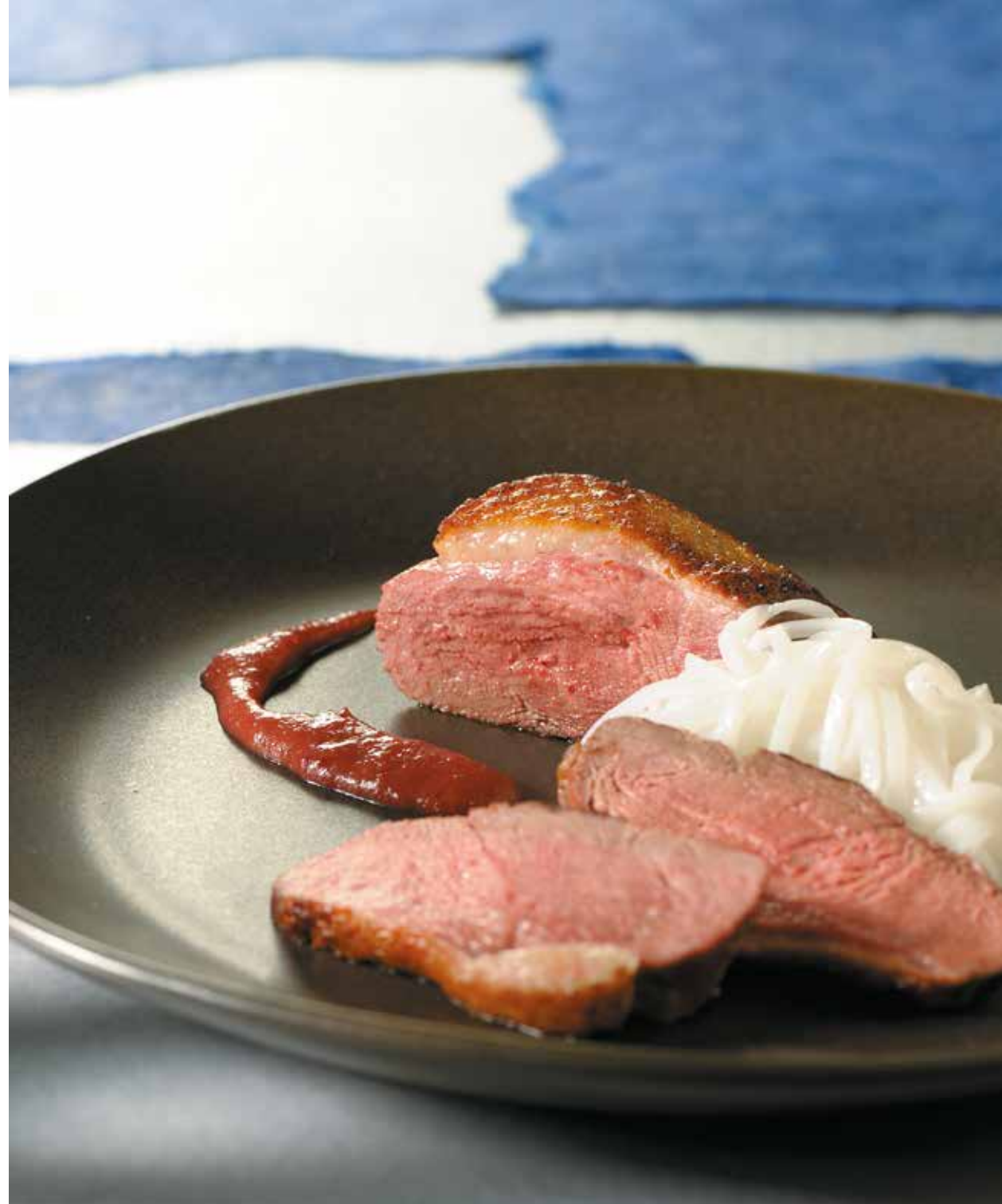
рисовая вермишель для подачи на стол

соль и свежемолотый черный перец

Мне кажется, что сливы в кулинарии недооценивают, поэтому для приготовления ароматного соуса, подходящего для жирного мяса утки, я предлагаю сочетать их с азиатскими пряностями. Для разнообразия вместо слив возьмите другие кисло-сладкие фрукты или ягоды, например, вишни, абрикосы, малину, апельсины... или просто желтые сливы.

Сливочное масло растопить в большой кастрюле. Лук-шалот и чеснок мелко порезать. Имбирь порезать ломтиками. Добавить в кастрюлю и обжаривать до размягчения. Сливы разделить пополам, удалить косточки и нарезать. Добавить в кастрюлю. Туда же поместить бадьян, сахар, мандариновый сок или сок из клементинов, а также хлопья чили по вкусу. Помешивать до растворения сахара, затем закрыть кастрюлю крышкой и варить на слабом огне, пока сливы не разварятся.

Извлечь бадьян, перелить содержимое кастрюли в блендер и перетирать до образования гладкой смеси. Приправить по вкусу и поставить в теплое место, чтобы соус не остыл. Утиные грудки обжарить на сковороде до готовности (сначала со стороны кожи, затем перевернуть). Отставить на 5-10 минут, затем нарезать ломтиками и подавать под сливовым соусом. Подавать с рисовой вермишелью.



Говядина, тушенная в кокосовом молоке

Число порций: 6

Приготовление: 10 минут

Тепловая обработка: 1 час 30 минут

2 ч.л. тмина

1 ст.л. зерен кориандра

1 ст.л. молотой куркумы

2 луковицы

6 см свежего имбиря

4 см свежего галангала (тайского имбиря)

4 см свежей куркумы

8 зубчиков чеснока

2 стебля лимонграсса

4 листа кафир-лайма

2 перчика чили «птичий глаз»

100 г мякоти свежего кокоса

1 пучок кинзы с корнями (или 2 обычных пучка)

500 мл кокосового молока

500 мл говяжьего бульона

1 кг постной мякоти пашины или говяжьей рульки

50 мл рыбного соуса

4 томата сорта «Дамские пальчики»

приготовленный на пару рис басмати для подачи на стол

Это самый любимый в Малайзии вариант карри. Блюдо благоухает специями, которые все же не в состоянии заглушить аромат кокосов. Особый аромат и цвет карри приобретает благодаря добавлению свежей куркумы, но если ее купить не удастся, вместо свежей можно взять дополнительную чайную ложку сухой куркумы.

Семена тмина и кориандра обжарить и перемолоть в кофемолке. Смешать с молотой куркумой. Следующие 9 ингредиентов положить в блендер, туда же добавить корни кинзы (листья оставить для украшения блюда). Добавить молотые специи и измельчать на скорости измельчения $\frac{1}{2}$ до получения пастообразной консистенции. При необходимости добавить до 200 мл кокосового молока, чтобы масса получилась достаточно вязкой.

Оставшееся кокосовое молоко и говяжий бульон довести до кипения в сковороде вок или большой кастрюле. Добавить пасту карри и варить на медленном огне 5 минут. Говядину нарезать крупными кусками и положить в кастрюлю. Варить на медленном огне 1 час 30 минут до размягчения мяса. Добавить рыбный соус и разрезанные на четыре части томаты. Варить еще 5 минут, посыпать зеленью кинзы и подавать с рисом басмати.



Манговый суп с жасмином, медом и замороженным липовым йогуртом с кинзой

Число порций: 4

Приготовление: 20 минут

Замораживание: 6 часов

Тепловая обработка: 15 минут

100 мл акациевого меда

1 ст.л. листьев жасминового чая

225 мл горячей воды

2 крупных спелых манго

2 ст.л. жасминового сиропа

сок ½ лимона

ягоды ½ граната для подачи на стол

Замороженный липовый йогурт с кинзой:

75 г липового меда

400 г греческого йогурта

100 г сметаны

тертая цедра и сок 1 лайма

тертая цедра и сок 1 лимона

3 ст.л. сахарной пудры

2 ст.л. мелко нарезанной кинзы

Фруктовый суп послужит прекрасным легким десертом для летнего обеда. Попробуйте другие сочетания ароматов, например, клубнику и каркаде, абрикосы и флердоранж, дыню и розовую воду, грушу и лаванду... Дайте полную волю своему воображению!

Сначала приготовить замороженный йогурт. Все ингредиенты перемешать на скорости перетирания ⚙️, ложной переложить в морозостойкую емкость и замораживать, пока смесь не замерзнет наполовину. Затем переложить в блендер и перетирать ⚙️ до образования гладкой массы. Продолжать замораживание и перетирание, пока йогурт не замерзнет полностью.

Акациевый мед для супа нагреть в кастрюле на слабом огне. Жасминовый чай засыпать в горячую воду, закрыть крышкой и заваривать 10 минут. С манго срезать кожицу и удалить косточки. Добавить в кастрюлю с медом, залить жасминовым чаем, закрыть крышкой и варить на медленном огне до размягчения манго. Переложить содержимое кастрюли в блендер. Добавить жасминовый сироп и лимонный сок и перетирать ⚙️ до получения гладкой смеси. Остудить, затем охладить. Для подачи на стол разложить по глубоким тарелкам или мискам и положить в каждую тарелку шарик замороженного йогурта. Немедленно подавать, посыпав ягодами граната.



Греческие ореховые пирожки с пряным клюквенным соусом


Число порций: 6-8

Приготовление: 30 минут


Тепловая обработка: 30 минут

100 г чищенных фисташек
100 г бланшированного миндаля
100 г бланшированного фундука
75 г орехов пекан
тертая цедра 1 апельсина
¼ ч.л. молотой гвоздики
1 ст.л. греческого горного меда
8 пластов вытяжного теста (теста фило)
100 г растопленного сливочного масла
Пряный клюквенный соус:
100 мл красного фруктового вина
150 г сахара
200 г свежей или замороженной
клюквы
1 палочка корицы
1 плод бадьяна
1 расщепленный стручок ванили
1 боб тонка
4 полоски апельсиновой цедры

Чтобы ореховая начинка этих хрустящих пирожков не высыпалась, в нее добавляют немного меда. Прекрасным дополнением к орехам послужит клюквенный соус с идеальным соотношением сладкого и кислого.

Духовку предварительно нагреть до 200°C. Обжарить орехи до легкого золотистого цвета. Охладить и крупно измельчить в блендере . Добавить цедру апельсина, гвоздику и мед. Уменьшить температуру в духовке до 180°C. Смазать один пласт теста фило растопленным сливочным маслом. Закрывать вторым пластом теста и опять смазать маслом. Разрезать вдоль на 4 полоски. Повторить с остальными пластами теста. У вас должно получиться 16 полосок.

Положить столовую ложку начинки в угол короткого края полоски теста и завернуть тесто на начинку. Продолжать заворачивать. В итоге должен получиться треугольник из теста. Повторить с остальной начинкой и тестом. Смазать растопленным маслом и выпекать 10-15 минут, пока пирожки не приобретут золотисто-коричневый цвет и не станут хрустящими.

Приготовить клюквенный соус. Красное вино нагреть в кастрюле, добавить сахар и помешивать до его растворения. Всыпать клюкву и специи и варить 20 минут, пока все ягоды не взорвутся. Взбивать  в блендере до получения гладкого пюре. Чтобы соус стал особенно нежным, можно протереть его через мелкое сито. Подавать при комнатной температуре вместе с пирожками.



Миндальный десерт Панна кота с шоколадным соусом

Число порций: 6
Приготовление: 5 минут
Настаивание: 1 час
Тепловая обработка: 15 минут
Охлаждение: ночь
250 г бланшированного миндаля
1,2 л жирных сливок
4-5 пластинок желатина
150 мл цельного молока
100 г сахарной пудры
125 мл Амаретто (миндального ликера)
шоколадно-ванильная крошка для
подачи на стол (см. вступление)
голубика для подачи на стол
Шоколадный соус с бобами тонка:
250 мл жирных сливок
2 боба тонка
4 ст.л. высококачественного темного
шоколадного масла

Этот элегантный десерт станет еще более хрустящим, если посыпать его шоколадно-ванильной крошкой. Для ее приготовления смешайте в равных пропорциях сливочное масло, муку, сахар и измельченные орехи. Приправьте смесь семенами ванили и мелко молотыми какао-бобами и выпекайте при температуре 180°C до получения золотисто-коричневой хрустящей крошки.

Миндаль обжарить и остудить. Мелко измельчить $\frac{1}{4}$ миндаля в блендере. Сливки довести до кипения, добавить орехи, закрыть крышкой и настаивать 30 минут.

Желатин замочить в молоке. Процедить сливки и выбросить миндаль. Отмерить 900 мл сливок, настоянных на миндале, и повторно довести до кипения. Добавить сахарную пудру, желатин и молоко. Как следует перемешать для растворения сахара и желатина. Добавить Амаретто и разлить в 6 формочек или стаканов объемом 200 мл. Поставить на ночь в холодное место для образования желе.

Приготовить шоколадный соус с бобами тонка. В сливки положить бобы тонка и довести до кипения. Немедленно снять с огня, закрыть крышкой и настаивать 30 минут. Процедить, вылить в блендер, добавить шоколадное масло и перетереть $\frac{1}{2}$ до однородности. Перевернуть формочки и извлечь десерты Панна кота, залить соусом и подавать, посыпав крошкой. Украсить несколькими ягодами голубики.



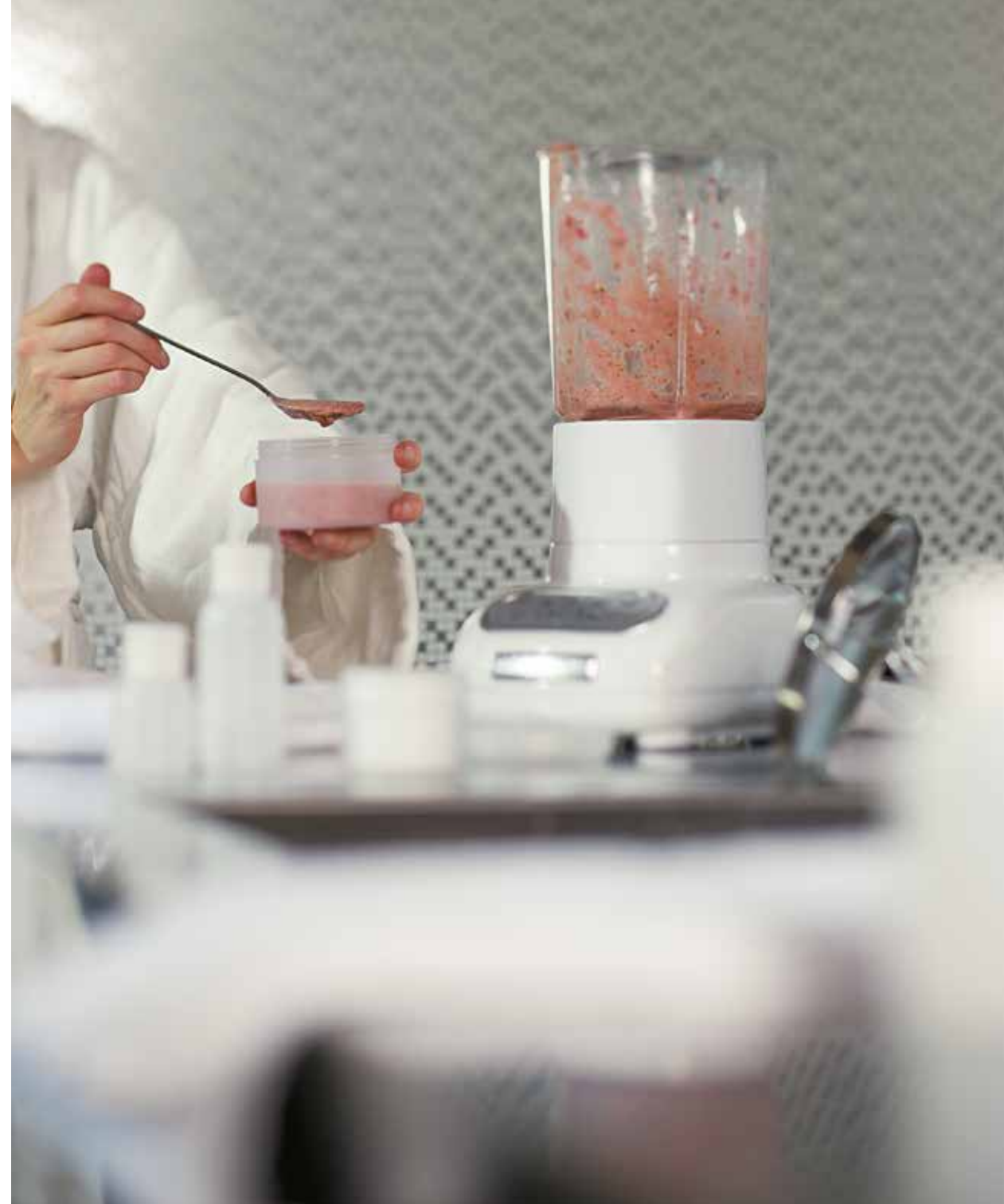
22:00

*«Будь молода и прекрасна
Ты должна быть прекрасна
Будь молода и прекрасна
И ты встретишь любовь»*

(«Keep young and beautiful», Эл Дубин и Гарри Уоррен, 1933)

Красота и здоровье

Когда наступает вечер, нам всем нужно немного побаловать себя и снять стресс. Домашняя маска для лица – это то, что надо. А если вам всегда казалось, что жизнь слишком коротка, чтобы самостоятельно создавать программу ухода за кожей, то подумайте об этом еще раз. Рецепты, приведенные в этой главе, содержат полностью природные ингредиенты, а наш блендер за считанные секунды превратит их в маски для лица домашнего приготовления. Поскольку для масок берутся исключительно свежие ингредиенты, эти средства ухода за кожей более эффективны, чем традиционные косметологические продукты. Просто нанесите маску на лицо, откиньтесь на подушку и подождите несколько минут. Смой ее, вы будете удивлены, насколько молодой, гладкой и яркой может быть ваша кожа. Рецепты, приведенные в этой главе, позволяют одновременно приготовить несколько порций маски, поэтому вы сможете устроить сеанс ухода за кожей и для своих подруг.



Love Me Tender

Выход: 3-4 маски для лица

Приготовление: 5 минут

Охлаждение: 30 минут

25 г молотого миндаля

огурец длиной 5 см


4 спелые ягоды клубники

3 ст.л. густого греческого йогурта

1 ст.л. акациевого меда

1 ч.л. розовой воды

Огурец и розовая вода известны своим успокаивающим действием, поэтому эта программа ухода за кожей лица подойдет даже для самой чувствительной кожи. Молотый миндаль обладает мягким отшелушивающим действием, клубника улучшает цвет кожи, а мед снимет красноту. Средства по уходу за кожей лица, приготовленные в блендере, обычно оказываются более текучими, чем средства, приготовленные вручную. Поэтому для загустения их можно поставить ненадолго в холодное место. Тогда их будет проще наносить на кожу.

Все ингредиенты взбить  в блендере, используя кнопку пульсации **Pulse**, до однородности. Охлаждать 30 минут, затем нанести на предварительно очищенную кожу лица, избегая областей вокруг глаз и рта. Быстро втереть в кожу, оставить на 10 минут, затем смыть теплой водой и просушить лицо мягкой тканью или полотенцем. Опрыскать кожу розовой водой и использовать обычное увлажняющее средство. Эту маску можно хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде не более трех дней.



Forever Young

Выход: 3-4 маски для лица

Приготовление: 5 минут

Охлаждение: 30 минут

5 ст.л. густого греческого йогурта

4 ст.л. тертой моркови с горькой

1 ст.л. морковного сока

2 ст.л. акациевого меда

2 ст.л. оливкового масла

1 ч.л. мелко молотых семян фенхеля

1 ч.л. флердоранжевой эссенции

Это отличная маска для лица, подходящая для зрелой кожи. Морковь обладает укрепляющим действием, поскольку содержит витамины А, В и С, восстанавливающие эластичность кожи. Фенхель, как известно, способствует омоложению кожи, а оливковое масло питает ее. Молочная кислота, содержащаяся в йогурте, прекрасно удаляет омертвевшие клетки кожи, делая ее гладкой и сияющей.

Все ингредиенты, кроме 1 столовой ложки йогурта, взбивать в блендере до получения гладкой массы, затем добавить оставшийся йогурт. Охлаждать 30 минут, затем нанести на предварительно очищенную кожу лица, избегая областей вокруг глаз и рта. Оставить на 10-15 минут, смыть прохладной водой и просушить лицо мягкой тканью или полотенцем. Использовать обычное увлажняющее средство. Эту маску можно хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде не более трех дней.



Bright and Beautiful

Выход: 3-4 маски для лица

Приготовление: 5 минут

Охлаждение: 30 минут

½ папайи без семечек и кожицы
ягоды ½ граната

4 ст.л. густого греческого йогурта
небольшая горсть листьев мяты

Эта маска очень эффективна для жирной кожи лица. Папайя раскрывает закупоренные поры кожи, а гранат (в особенности косточки) обладает стягивающим и отшелушивающим действием. Йогурт помогает удалить омертвевшие клетки кожи, а мята действует как антисептик, одновременно освежая и стимулируя кожу.

Все ингредиенты взбить в блендере до получения зернистой, но однородной массы. Охлаждать 30 минут. Нанести на предварительно очищенную кожу лица, избегая области вокруг глаз и рта, и оставить на 15-20 минут. Смыть теплой водой и просушить лицо мягкой тканью или полотенцем. Нанести обычное тонизирующее и увлажняющее средство. Эту маску можно хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде не более трех дней.



Hair Today

Выход: 2 маски для волос

Приготовление: 5 минут

1 спелый авокадо

2 яйца

2 ст.л. оливкового масла

2 ст.л. нарезанного тимьяна

прибл. 1 ст.л. майонеза для обеспечения

вязкости

Авокадо и оливковое масло прекрасно питают сухие волосы, а тимьян предотвращает появление перхоти.

Первые 4 ингредиента перетереть в блендере, добавив достаточно майонеза для получения вязкой массы. Нанести на волосы и держать 30 минут. После этого вымыть волосы мягким шампунем, добавив в него несколько капель лимонного сока. Эту маску можно хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде в течение одного дня.



Б

Блины

18

Блинчики с арахисовым маслом и бананами, подаваемые с густым вишневым компотом

20

Гречневые блины с укропной яичницей-болтуньей и копченым лососем

В

Вегетарианские блюда

100

Вегетарианские гамбургеры из красной фасоли с копченой томатной заправкой

98

Лапша с соусом из фундука и жареной тыквой

С

Салаты

46

Салат из говядины и вермишели с разноцветным перцем и цитрусовой заправкой с чили

44

Салат из тайских креветок со спаржей и кремом из авокадо и лайма

42

Салат из цветной капусты и зеленой фасоли с заправкой из тахины и колбасой Чоризо

40

Салат «Цезарь»

Супы

54

Острый суп из сладкого картофеля и моркови с чатни из свежей кинзы

48

Суп из сырых авокадо и огурцов с кускусом из цветной капусты и фисташек

52

Томатный суп с красным перцем и козьим лавандовым сыром

50

Холодный ванильный суп из фенхеля и тосты с тапенадой



Д

Десерты

62

Абрикосовое пюре с имбирем, лаймом, мягким тофу и сиропом из зеленого чая

110

Греческие ореховые пирожки с пряным клюквенным соусом

108

Манговый суп с жасмином, медом и замороженным липовым йогуртом с кинзой

112

Миндальный десерт Панна кота с шоколадным соусом

Детское питание

70

Морковно-яблочное пюре

76

Пюре из бананов, клубники и папайи

74

Сырное пюре из лосося, сладкого картофеля и цветной капусты

72

Томатный суп с красной чечевицей

З

Завтрак

14

Манговый йогурт с шафраном и кардамоном

16

Рикотта с курагой, флердоранжем и шоколадом

К

Коктейли

84

Blue Velvet

82

Breath Freshener



88

Fatal Attraction

80

Golden Brown

86

Naughty but Nice

Красота и здоровье

120

Bright and Beautiful

118

Forever Young

122

Hair Today

116

Love Me Tender

М

Молочные коктейли

6

Малиновый коктейль с эстрагоном и розовым перцем

58

Шоколадно-ванильный молочный коктейль с каштанами

Мясо

106

Говядина, тушеная в кокосовом молоке

96

Парфе из куриной печени и фуа гра с тостами из хлеба с изюмом

102

Свиная грудинка с вермонтской горчицей, пюре из сладкого картофеля и хрустящим шалфеем

104

Утиные грудки с соусом из красных слив и бадьяна

126

П

Паста для сэндвичей

34

Гренки с миндальной пастой, брокколи, грушей и сыром горгонзола

38

Морковные сэндвичи с кокосом, кинзой и лаймом

36

Пюре из белой фасоли, розмарина и трюфелей на брускеттах из хлеба на закваске

Р

Рыба

94

Мусс из копченой скумбрии с сальсой из яблок Грэни Смит, фенхеля и свеклы

92

Тайские котлетки из омаров с острым имбирным майонезом

Т

Торты

64

Лимонно-маковый чизкейк с водкой, подаваемый с салатом из апельсинов и меда

66

Пикантный банановый торт с соусом из манго и шафрана

Ф

Фруктовые коктейли

24

High Energy

30

Manic Monday

26

New Rose

28

Pineapple Express

127

БЛАГОДАРНОСТИ

Автор текста:

Верле де Потер (Veerle de Pooter)

Автор фотографий:

Тони ле Дюк (Tony Le Duc)

Оформление:

Катлин Миллер (Katleen Miller)

Перевод:

Home Office

Печать и подготовка к печати

Symeta - Belgium

www.symeta.com

Напечатано на бумаге

Arctic Volume white

(с маркировкой FSC/экологически безопасная)

Напечатано шрифтом

Meta Pro type – Trixie Pro

Первое издание: февраль 2011 г.

Copyright © 2013

KitchenAid Europa, Inc.

Nijverheidslaan 3 box 5, B-1853 Strombeek-Bever, Belgium

www.KitchenAid.eu

RU

®Зарегистрированный товарный знак/™Товарный знак знаком компании KitchenAid U.S.A.
©2013. Все права защищены.

Все права защищены. Никакая часть этого издания не может быть воспроизведена, сохранена в автоматической информационно-поисковой системе или распространена в какой бы то ни было форме с использованием электронных, механических, фотокопирующих, записывающих или иных устройств без предварительного письменного разрешения на то со стороны издателя.

Блендер KitchenAid™ Artisan™ – это обязательный атрибут любой современной кухни. В любое время суток блендер Artisan™ поможет создать не только изысканный обед, но и легкие закуски, а его элегантный дизайн сочетается с рабочими характеристиками на уровне профессионального оборудования.

Издание «**KitchenAid™: кулинарные рецепты для блендера**» содержит более 45 рецептов, написанных специально для **блендера Artisan™**. Будь то питательный фруктовый коктейль High Energy с дыней, огурцом и имбирем, который мы предлагаем на завтрак, быстрый в приготовлении и полезный суп из сырых авокадо и огурцов с кускусом из цветной капусты и фисташек, который можно приготовить на обед, коктейль Blue Velvet, подаваемый как аперитив, или даже домашняя маска для лица из папайи и граната, чтобы побаловать себя после тяжелого дня, наша поваренная книга будет незаменимым помощником при повседневном использовании блендера.

Простые в приготовлении, полезные и, что не менее важно, очень вкусные блюда, предлагаемые в этой книге, были придуманы, опробованы и проверены Верле де Потер. Эффектные фотографии для нее сделал Тони ле Дюк, а Катлин Миллер придумала яркий, но в то же время современный оригинал-макет.

Этот экземпляр не предназначен для продажи. Это издание книги «**KitchenAid™: кулинарные рецепты для блендера**» можно получить только при покупке **блендера KitchenAid™ Artisan™**. Пользуйтесь блендером с удовольствием!

RU