

REDMOND

series multiPRO

Multikocher

RMC-M4500DE

101
rezepte



EIN PROFI IN IHRER KÜCHE

REDMOND

series multiPRO



10 PROGRAMME

WARMHALTEFUNKTION BIS 24 H
FUNKTION «STARZEIT VORWAHL»

Mit dem Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** werden Sie zum echten Chefkoch! Das Gerät wurde speziell für diejenigen entwickelt, die ihre Zeit wertzuschätzen wissen und sich der Bedeutung einer gesunden Ernährung bewusst sind.

Das Kochgerät wird Ihnen helfen, schnell und einfach auserlesene leckere und exotische Gerichte zuzubereiten, welche Ihnen früher nur aus Bildern in Hochglanzmagazinen und Speisekarten bekannt waren. Von nun an werden die durch Ihre Hand bereiteten Mahlzeiten immer zu einem Werk der kulinarischen Kunst.

Eine Besonderheit des Multikochers **REDMOND RMC-M4500DE** ist seine Vielseitigkeit! Diese kompakte Küchenmaschine kann eine ganze Reihe anderer Küchengeräte ersetzen: Herd, Backofen, Dampfgarer, Brotbackautomat, Joghurtbereiter, Fondue-Gerät und mehr. Nun, mit einem kompakten Multikocher können Sie eine große Vielfalt von unterschiedlicher Gerichten mit Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchten zubereiten, Brot backen, Brei, Suppen kochen, sowie Beilagen, Snacks, Gebäck, Desserts, Fruchtgetränke, Joghurt, Käse und Fondue zaubern!

Die Zubereitung mit dem Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** erfolgt vollautomatisch. Die 10 automatischen Kochprogramme sind funktionell, intuitiv und garantieren Ihnen eine einfache, benutzerfreundliche Bedienung. Die Einstellmöglichkeiten des Multikochers sind mit der Startzeitvorwahl-Funktion für mehr Unabhängigkeit bei der Zeitplanung ergänzt. Das Gerät verfügt auch über eine Warmhalte- und Aufwärmfunktion von von fertigen Gerichten. Die Digitale LED-Anzeige ermöglicht eine einfache Bedienung, und sein modernes Design passt in jede Küche.

Die 5 Liter fassende Schüssel des Multikochers **REDMOND RMC-M4500DE** ist ausreichend genug, um eine Mahlzeit für die ganze Familie zuzubereiten. Der Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** hilft Ihnen sich selbst und anderen, ohne viel Zeit und Mühe, mit köstlichen und gesunden Mahlzeiten Freude zu bereiten. Entspannen Sie sich, nehmen Sie sich Zeit für Ihre wichtigen Aufgaben oder für Ihre geliebten Hobbys! Gehen Sie mit Ihrer Familie spazieren, und um die Zubereitung Ihrer Mahlzeiten kümmert sich der Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE**!

REDMOND



Der Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** ist eine neue Generation von Multifunktionsgeräten. Die eingesetzten innovativen Entwicklungen aus dem Bereich modernster Hightech Küchentechnologie werden nicht nur Ihre gesunde Ernährung sichern helfen, sondern erlauben Ihnen auch wahre kulinarische Meisterwerke zu schaffen.





INHALTSVERZEICHNIS

Modellreihe Multikocher REDMOND	4
Technische Daten.....	6
Empfehlung aus der küche REDMOND	10
Empfehlungen und Anforderungen zur Zubereitung	11
Bildergalerie.....	11
Die Rezepte.....	18
Kinder-Menü.....	116
Sterilisieren.....	122
Pasteurisierung.....	124
Die erwärmung einer kinderernährung.....	125

Modellreihe Multikocher REDMOND

Mit dem Multikocher **REDMOND** wird schmackhaftes und gesundes Kochen zu Ihrer täglichen Lieblingsbeschäftigung. Spezielle automatische Programme verringern die Kochzeit, wobei alle Vitamine und Mineralstoffe in jedem Produkt maximal erhalten bleiben. Die Rezepte für dieses Buch, welches Sie gerade in Ihren Händen halten, sind von professionellen Köchen konzipiert und von einfachen, in der Kochkunst unerfahrenen Menschen verkostet und beurteilt worden. Auf der offiziellen Unternehmenswebseite **www.redmond-ig.com** erhalten Sie umfangreiche Informationen zu allen Modellreihen Multikocher **REDMOND**.



Multikocher RMC-M10DE



- Nennleistung 500 W
- Schüsselvolumen 3 l
- Antihafbeschichtetes Keramik Anato® (Korea)
- 10 automatische Garprogramme: Reis, Paella, Braten, Milchreis/Babynahrung, Spätzle/Ravioli, Suppen/Eintöpfe, Dampfgaren/Kochen, Joghurt/Hefeteig, Backen/Brot, Schmoren/Schmorbraten
- LED-Anzeige
- Verzögerter Start bis zu 24 Stunden
- 24 Stunden Warmhaltefunktion der fertigen Gerichte
- Abnehmbares Dampfventil
- Weitere Möglichkeiten: Zubereiten von Fondue, Aufgehen des Teiges, Pasteurisieren, Sterilisieren, Haltbarmachen, Erwärmung von Babynahrung
- Permanentspeicher
- Das Buch „101 Rezepte“ für dieses Modell
- Garantie 2 Jahre

Multikocher RMC-M20DE



- Leistungsaufnahme 800 W
- Behältervolumen 5 l
- Antihafbeschichtetes Keramik Anato® (Korea)
- 10 automatische Garprogramme: Reis, Paella, Braten, Milchreis/Babynahrung, Spätzle/Ravioli, Suppen/Eintöpfe, Dampfgaren/Kochen, Joghurt/Hefeteig, Backen/Brot, Schmoren/Schmorbraten
- LED-Anzeige
- Verzögerter Start bis zu 24 Stunden
- 24 Stunden Warmhaltefunktion der fertigen Gerichte
- Abnehmbares Dampfventil
- Weitere Möglichkeiten: Zubereiten von Fondue, Aufgehen des Teiges, Pasteurisieren, Sterilisieren, Haltbarmachen, Erwärmung von Babynahrung
- Permanentspeicher
- Das Buch „101 Rezepte“ für dieses Modell
- Garantie 2 Jahre

Multikocher RMC-M30DE



- Leistungsaufnahme 900 W
- Schüssel mit 6 L Fassungsvermögen
- Antihafbeschichtetes Keramik Anato® (Korea)
- 10 automatische Garprogramme: Reis, Paella, Braten, Milchreis/Babynahrung, Spätzle/Ravioli, Suppen/Eintöpfe, Dampfgaren/Kochen, Joghurt/Hefeteig, Backen/Brot, Schmoren/Schmorbraten
- LED-Anzeige
- Verzögerter Start bis zu 24 Stunden
- 24 Stunden Warmhaltefunktion der fertigen Gerichte
- Abnehmbares Dampfventil
- Weitere Features: Zubereitung von Fondue, Aufgehen des Teiges, Pasteurisieren, Sterilisieren, Haltbarmachen, Erwärmen von Babynahrung
- Permanentspeicher
- Das Buch „101 Rezepte“ für dieses Modell
- Garantie 2 Jahre

Multikocher-Schnellkochtopf RMC-M110DE



- Nennleistung 900 W
- Schüsselvolumen 5 l
- Antihafbeschichtung DAIKIN® (Japan)
- Kochen unter Druck/ohne Druck
- 55 automatische Kochfunktionen
- Einstellbarer Timer (bis zu 99 Minuten)
- LED-Anzeige
- Warmhaltefunktion 8 Stunden
- Startzeitvorwahl-Funktion 24 Stunden
- Warmhaltefunktion
- Zusätzliche Optionen: Fondue, Popcorn, Sterilisation, Frittieren, Backen in Folie, Zubereitung von Marmeladen, Babynahrung
- 4-Stufen Sicherheitssystem
- Das Buch „101 Rezepte“ für dieses Modell
- Garantie 2 Jahre

Multikocher RMC-M4515DE



- Nennleistung 700 W
- Schüsselvolumen 4 l
- Antihafbeschichtung Keramik
- 6 automatische Kochprogramme: Braten, Paella, Milchreis/Babynahrung, Backen/Pizza, Schmoren/Desserts, Dampfgaren/Suppen
- LED-Anzeige
- Startzeitvorwahl-Funktion 24 Stunden
- Warmhaltefunktion 24 Stunden
- Aufwärmen
- Abnehmbares Dampfventil
- Zusätzliche Optionen: Fondue, Quark, Pasteurisieren, Sterilisieren, Aufwärmen von Babynahrung
- Das Buch „101 Rezepte“ für dieses Modell
- Garantie 1 Jahre

TECHNISCHE DATEN REDMOND RMC-M4500DE

- Leistung 700 W
- Spannung 220–230 V
- Schüsselvolumen 5 l
- Überzug der Schale:
Antihafbeschichtetes Keramik
Anato® (Korea)
- Display: LED digital
- Warmhaltefunktion 24 Stunden
- Aufwärmen 24 Stunden
- Startzeitvorwahl-Funktion 24 Stunden
- 10 automatische Kochprogramme



10 PROGRAMME



Möglichkeiten des Multikochers **REDMOND RMC-M4500DE**



SALATE



SUPPEN



DAMPFGAREN



RAGOUT



WÜRSTE



EISBEIN



BROT



BACKEN



DESSERTS



Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE**

Der Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** wurde geschaffen um Ihnen zu ermöglichen, Ihre kulinarischen Talente in vollem Umfang entfalten zu können. Seine Funktionalität entspricht den höchsten Anforderungen an Qualität, Funktionalität und Technologie. Die Bedienung ist intuitiv verständlich und auch für unerfahrene Benutzer einfach.

Der Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** erfordert keinen ständigen Aufenthalt in der Küche und ist unverzichtbar für dynamische moderne Menschen, bei welchen jede Minute zählt. Er erlaubt Ihnen auf andere sperrige Küchengeräte zu verzichten: Herde, Öfen, Dampfgarer, Joghurtbereiter und Brotbackautomaten usw.

Beschreibung der Programme



„**JOGHURT**“ – für die Erzeugung von Joghurt und anderen Sauermilchprodukten.



„**DAMPFGAREN**“ – zum Zubereiten von Fleisch, Geflügel, Fisch, vegetarischeer und Diätkost.



„**SUPPEN**“ – für Bouillons, Suppen, Creme-Suppen, pürierte Suppen und Getränke.



„**BRATEN**“ – für Steaks, Koteletts, andere Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichte.



„**MILCHREIS**“ – für Brei auf Milchbasis aus Reis, Weizen und anderen Getreidesorten.



„**PAELLA**“ – zum Kochen verschiedener Arten von Paella - mit Huhn, Gemüse und Meeresfrüchte.



„**SCHMOREN**“ – für Schmoren von Gemüse, Fleisch, Geflügel und Meeresfrüchten.



„**BACKEN**“ – für Brot, Gebäck, Biskuit's, Aufläufe, Kuchen, Pizza's Fisch, Fleisch und Gemüse.

Besonderheiten der Programmsteuerung

Die einzigartigen Multikocher **REDMOND** sind immer beliebter unter den Liebhabern der gesunden Ernährung in der Welt. Die Kombination von Funktionen verschiedener Haushaltsgeräte spart Platz in Ihrer Küche, schont Ihre Haushaltskasse und schafft mehr persönliche Freizeit für den Eigentümer. Die mit dem Multikocher zubereiteten Gerichte erweitern den Speiseplan der Kinderernährung und bieten eine angenehme Abwechslung in der Diätkost.

Warmhaltefunktion 24 Stunden

Diese Funktion wird automatisch am Ende des Dienstprogramms aktiviert und kann ein fertiges Gericht problemlos bis zu 24 Stunden lang warm halten.

Aufwärmen

Das Programm ermöglicht das energiesparende Aufwärmen der Gerichte

Startzeitvorwahl-Funktion 24 Stunden

Mit der Startzeitvorwahl-Funktion können Sie ein Gericht zu einer bestimmten Zeit zubereiten. Ein gesundes Frühstück, warmes Mittagessen, Gourmet-Dinner - Alles ist rechtzeitig fertig!

Modernes Design

Das moderne Design des Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** vermittelt ein Gefühl der Wohlfühlküche.

Basisausstattung

Schüssel
mit Antihafbeschichtung



Dampfcontainer
zum Dampfgaren



Schöpföffel
Flachlöffel
Löffel



Messbecher



Halter für Servierlöffel oder
Pfannenwender



Empfehlung aus der küche **REDMOND**



„Ich mag sehr die internationale Küche aus der ganzen Welt – heiße spanische, raffinierte Italienische, feine japanische... Die unglaublich emotionalen Gerichte... für deren Zubereitung ein besonderes Kochgeschirr und besondere Temperaturbedingungen erforderlich sind. Mit dem Multikocher muss man nur ein paar Knöpfe drücken um kulinarische Schätze zu zaubern! Die Mahlzeiten werden aromatisch und saftig – als ob sie vom Küchenchef eines Spitzenrestaurants zubereitet worden sind“.



„Der Multikocher ist für eine junge Mutter ein Geschenk des Himmels! Kein einziger Kochtopf wird Ihnen erlauben, einen Milchbrei zuzubereiten und sich zur gleichen Zeit mit anderen Dingen zu beschäftigen. Eine Vielzahl von Programmen erweitern erheblich den Speiseplan der Kinderernährung. Sie können gesund kochen mit Dampf, üppigen Kuchen backen, Pasteten, Desserts zubereiten- und das jeden Tag, und trotzdem behalten Sie Ihre persönliche «Zeitsouveränität»“.



„Der Multikocher erregte meine Aufmerksamkeit wegen der Warmhaltefunktion. Das Programm ermöglicht das Warmhalten der Speisen bis zu 24 Stunden! Und das ist so wichtig, wenn man sich zu Hause zu einem feierlichen Anlass trifft. Man kann zu jeder Zeit anfangen zu kochen und sich sicher sein, dass bei Ankunft der Gäste das Essen mit der nötigen Temperatur auf dem Tisch landet“.



„Mit dem Erscheinen den Multikocher in der Küche kann man die Fetttröpfchen vergessen, welche beim Braten von Fleisch und Fisch in alle Richtungen fliegen. Sie werden den Küchendunst nicht mehr wahrnehmen, da der Multikocher eine dichtschießende Abdeckung hat. Sie werden jeden Tag neue positive Eigenschaften dieses Küchengerätes entdecken“.

ACHTUNG!

EMPFEHLUNGEN UND ANFORDERUNGEN ZUR ZUBEREITUNG

In den Rezepten in diesem Buch wird immer das Gewicht der gereinigten und vollständig vorbereiteten Lebensmittel angegeben. Die genauen Angaben sind nicht zufällig vorgeschlagen worden – durch die exakte Einhaltung können Sie hervorragende Ergebnisse erzielen. Es könnte sein, dass man durch Abweichung die Kochzeit verändert. Die Zubereitungszeit kann sich auch wegen geografischer Bedingungen, des Mindesthaltbarkeitsdatums und der Temperatur der zu verarbeitenden Produkte ändern. Bei noch nicht vollständiger Zubereitung sollten Sie die Garzeit nach Ihrem persönlichen Geschmack erhöhen. Wenn Sie im Verlauf der Zubereitung weitere Fragen haben, schauen Sie im Kapitel **„Koch-tipps“** im Handbuch des Multikochers nach. In diesem Abschnitt sind die grundlegenden Fehler in der Zubereitung von Speisen mit dem Multikocher beschrieben, welche oft zu schlechten Ergebnissen führen, und es werden auch die möglichen Fehler und die Wege ihrer Beseitigung betrachtet.

Brei

rezept 1



Brei „Herkules“

rezept 2



Milchreis mit Rosinen

rezept 3



Grießbrei

rezept 4



Maisbrei

Salate und Vorspeisen

rezept 5



Feiner Salat

rezept 6



Warmer Salat
mit Garnelen

rezept 7



Hühnerleberpastete

rezept 8



Schweinefleisch-Souffle

rezept 9



Schweinsbraten

Suppen

rezept 10



Fitness-Gemüsesuppe

rezept 11



Erbsensuppe

rezept 12



Tomatensuppe

rezept 13



Pilzsuppe

rezept 14



Hausgemachte Nudelsuppe

rezept 15



Frikadellen - Suppe

rezept 16



Schweinefleisch-Suppe

rezept 17



Käsesuppe mit Rauchfleisch

rezept 18



Gemüsecremesuppe

rezept 19



Kürbiscremesuppe

rezept 20



Spinatcremesuppe

rezept 21



Spargelcremesuppe

rezept 22



Cremesuppe von weißen Bohnen

rezept 23



Lachscremesuppe

Hauptgerichte

rezept 24



Huhn unter Käse

rezept 25



Sahne-Huhn

rezept 26



Reis mit Huhn
und Kalmaren

rezept 27



Gebratene Pute
mit Barbecuesauce

rezept 28



Pute mit Käse

rezept 29



Entenbrust
nach Münchner Art

rezept 30



Schweinekoteletts

rezept 31



Schweinefleisch
unter Käse

rezept 32



Schweinefleisch mit
Spinat und Tomate

rezept 33



Schweinefleisch
am Spieß

rezept 34



Schweineragout

rezept 35



Schweinegulasch mit
gedämpften Kartoffeln

rezept 36



Eisbein

rezept 37



Eisbein
mit Sauerkraut

rezept 38



Rindersteak

rezept 39



Roastbeef

rezept 40



Gebratenes mit
gedämpften Kartoffeln

rezept 41



Hausgemachtes
Gulasch

rezept 42



Fleisch Assorti

rezept 43



Fisch Assorti

rezept 44



Fischgulasch
Mittelmeerart

rezept 45



Forelle in Alufolie

rezept 46



Eintopf mit Rind-
und Hühnerfleisch

rezept 47



Belgischer
Rindfleischtopf

rezept 48



Lammeintopf
mit Gemüse

rezept 49



Eintopf
mit Würstchen

rezept 50



Lebereintopf

rezept 51



Wienerwürstchen

rezept 52



Hausgemachte
Würstchen

rezept 53



Pikante Würstchen

rezept 54



Erbsenpüree
mit Bacon

rezept 55



Fettuccine
mit Rindfleisch

rezept 56



Lasagne

rezept 57



Paella
mit Meeresfrüchten

rezept 58



Risotto
mit Meeresfrüchten

rezept 59



Frikadellen
in Tomatensoße

rezept 60



Frikadellen
in süß-saurer Soße

rezept 61



Gefüllte Paprika

rezept 62



Ravioli
mit Fleisch-Füllung

rezept 63



Ravioli mit Forelle

Beilagen

rezept 64



Kartoffeln
mit Champignons

rezept 65



Kartoffeln mit Käse
und Brechbohnen

rezept 66



Gemüsereis

rezept 67



Goldene Beilage

Dampf gegarte gerichte

rezept 68



Gedämpftes Gemüse

rezept 69



Gedämpfte
Frikadellen mit Reis

rezept 70



Heilbutt gedämpft,
Gemüse

rezept 71



Gedämpfter Lachs
mit Kartoffeln

rezept 72



Lachs
in Nuss-Kruste

Brot

rezept 73



Weissbrot

rezept 74



Maisbrot

rezept 75



Haferbrot

Backwaren

rezept 76



Klassischer Biskuit

rezept 77



Schokoladenkuchen

rezept 78



Zebrauchen

rezept 79



Charlotte

rezept 80



Quarkauflauf

rezept 81



Kartoffelauflauf
mit Pilzen

rezept 82



Fischkuchen

rezept 83



Vier-Käse-Pizza

rezept 84



Pizza „Peperoni“

rezept 85



Pizza
mit Meeresfrüchten

Desserts

rezept 86



Käsekuchen

rezept 87



Crema catalana

rezept 88



Schokoladen-Panna cotta

rezept 89



Schokoladen-Orangen-Mousse

rezept 90



Orangenkonfitüre

Fondue

rezept 91



Schokoladenfondue

rezept 92



Käsefondue

Sauermilch-
produkte

rezept 93



Hausgemachter Käse

rezept 94



Schmelzkäse

rezept 95



Klassischer Joghurt

rezept 96



Erdbeerrjoghurt

Getränke

rezept 97



Fruchtgetränk

rezept 98



Glühwein

Kinder-Menü

rezept 99



Fruchtpüree

rezept 100



Gemüsepüree

rezept 101



Reisbrei mit Quark



Brei „Herkules“

Zutaten:

- Haferflocken – 150 g
- Butter – 20 g
- Milch 2,5% – 750 ml
- Salz
- Zucker

Zubereitung

Geben Sie die Haferflocken in die Schüssel des Multikochers, fügen Sie die Milch, eine Prise Salz, Butter, Zucker hinzu. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**MILCHREIS**“ wählen. Stellen Sie die **25 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Fertigen Brei gut mischen.

Milchreis mit Rosinen

Zutaten:

- Reis — 100 g
- Rosinen — 20 g
- Butter — 20 g
- Milch 2,5% — 500 ml
- Salz
- Zucker

Zubereitung

Den Reis und die Rosinen waschen bis das Wasser klar wird, in die Schüssel des Multikochers geben, fügen Sie die Milch, eine Prise Salz, Butter, Zucker hinzu. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**MILCHREIS**“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Fertigen Brei gut mischen.





Grießbrei

Zutaten:

- Grieß – 40 g
- Butter – 20 g
- Milch 2,5% – 480 ml
- Salz
- Zucker

Zubereitung

Geben Sie den Grieß in die Schüssel des Multikochers, fügen Sie die Milch, eine Prise Salz, Butter, Zucker hinzu. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**MILCHREIS**“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Fertigen Brei gut mischen.

Maisbrei

Brei

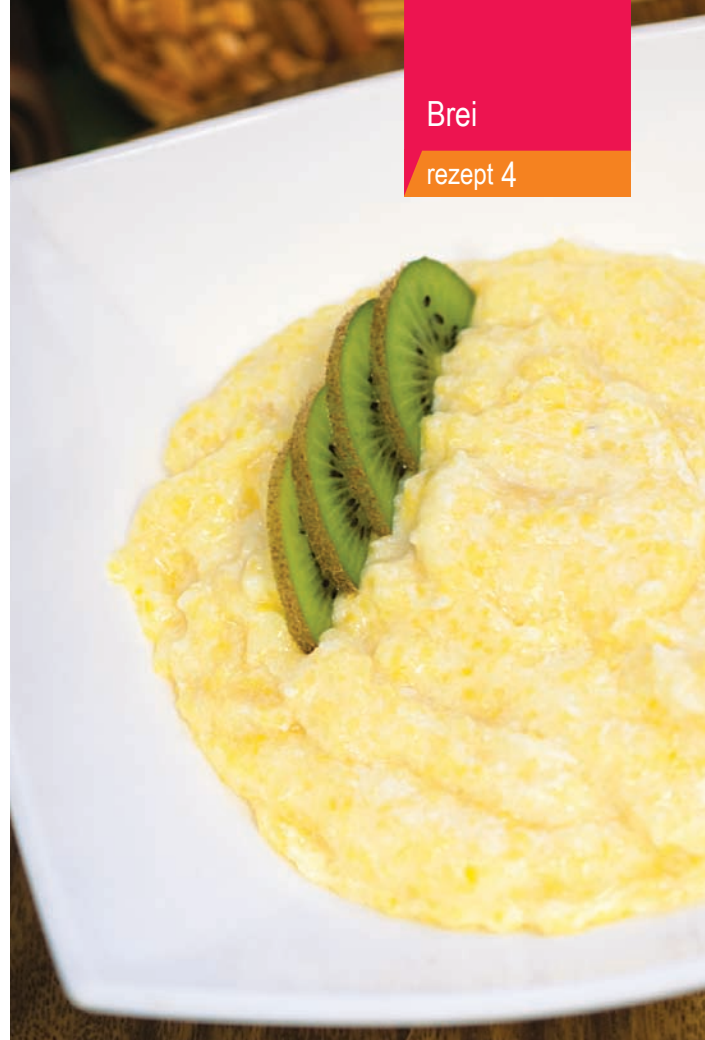
rezept 4

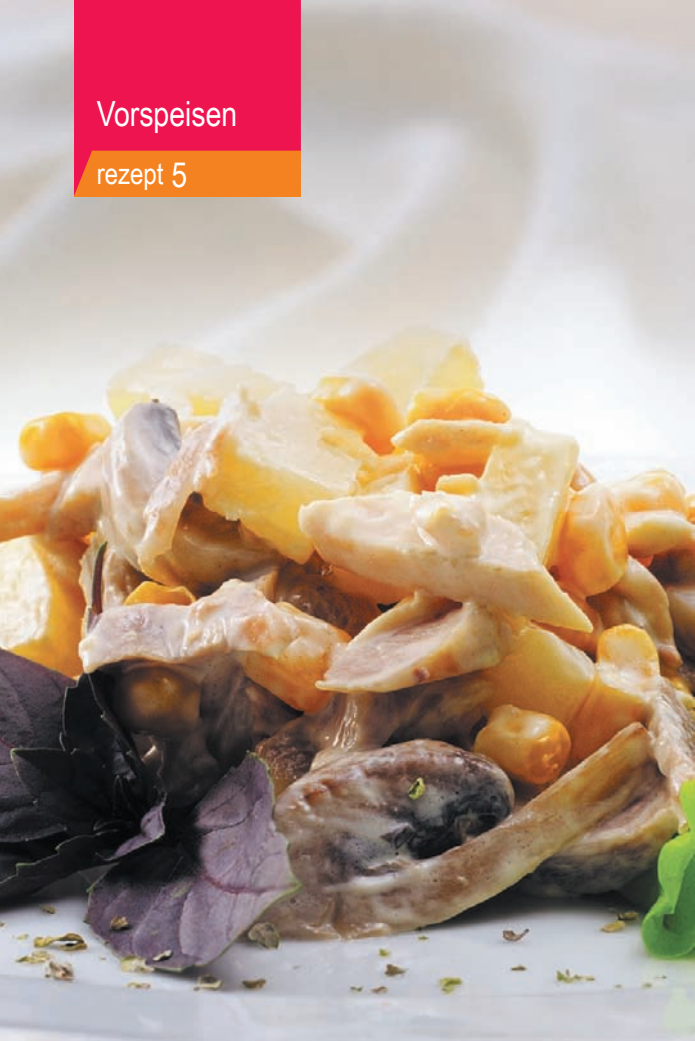
Zutaten:

- Maisgrieß – 100 g
- Butter – 20 g
- Milch 2,5% – 650 ml
- Salz
- Zucker

Zubereitung

Geben Sie den Maisgrieß in die Schüssel des Multikochers, fügen Sie die Milch, eine Prise Salz, Butter, Zucker hinzu. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**MILCHREIS**“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Fertigen Brei gut mischen.





Feiner Salat

Zutaten:

- Tiger-Garnelen, geschält – 240 g
- Tomaten – 200 g
- Gurken – 150g
- Salatblätter – 100 g
- Hartkäse – 50 g
- Olivenöl – 40 ml
- Knoblauch – 5 g
- Sojasauce – 15 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das Gemüse und den Käse in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden, die Salatblätter in kleine Stücke reißen, Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Die Garnelen putzen, Panzer entfernen und den Schwanz daran lassen, in die Schüssel des Multikochers legen, Olivenöl (20 ml) zugeben. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„BRATEN“** wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Die Garnelen unter Rühren bei offenem Deckel schmoren lassen. Ca. 1 Minute vor dem Programmende Sojasauce und Knoblauch hinzufügen, weiter zubereiten bis zum Programmende. Die fertigen Garnelen mit dem Gemüse, dem Käse und den Blättern des Salats mischen, mit Salz, Gewürzen und Olivenöl abschmecken.

Warmer Salat mit Garnelen

Zutaten:

- Tiger-Garnelen – 100 g
- Zucchini – 80 g
- Cherry-Tomaten – 80 g
- Avocado – 80 g
- Salatblätter – 20 g
- Rotes Basilikum – 5 g
- Ingwer – 2 g
- Olivenöl – 40 ml

Zubereitung

Garnelen waschen, Panzer entfernen, Schwanz behalten. Von Zucchini und Avocado Schale entfernen und in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Ingwer schälen, fein reiben, Cherry-Tomaten halbieren, Basilikum mit Messer zerkleinern, Salatblätter mit den Händen reissen. In einem separaten Gefäß Avocado, Tomaten, Salatblätter, geriebene Ingwerwurzel, Basilikum, Olivenöl (10 ml) miteinander mischen. In die Schüssel des Multikochers Öl (30 ml) geben und dort Garnelen auslegen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Die Garnelen unter Rühren bei offenem Deckel schmoren lassen. Ca. 2 Minute vor dem Programmende. Die fertigen Zucchini im Kreis auf dem Salat-Mx auslegen und mit Garnelen schmücken. Die Zucchini und Garnelen warm servieren.



Vorspeisen

rezept 6



Hühnerleberpastete

Zutaten:

- Geflügelleber – 380 g
- Zwiebeln – 100 g
- Butter – 50 g
- Muskat – 1 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Geflügelleber abspülen, abtupfen, Zwiebeln in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Leber und Zwiebeln in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Die Leber unter Rühren bei offenem Deckel schmoren lassen. Die fertige Leber in ein separates Gefäß geben und unter Zugabe der Butter mixen, bis eine homogene Masse entsteht.

Schweinefleisch-Souffle

Zutaten:

- Gehacktes vom Schwein – 350 g
- Ei – 50 g/1 St
- Sahne 10% – 270 ml
- Butter – 10 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das Gehackte zweimal durch einen Fleischwolf drehen, Sahne, rohes Ei, Salz, Gewürze hinzufügen und mixen, bis eine homogene Masse entsteht und in die mit Butter gefettete Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**MILCHREIS**“ wählen. Stellen Sie **15 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende.

Vorspeisen

rezept 8





Schweinsbraten

Zutaten:

- Schweinefleisch vom Hals – 700 g
- Knoblauch – 6 g
- Ingwer gerieben – 1 g
- Korianderpulver – 1 g
- Basilikum – 1 g
- Olivenöl – 30 ml
- Salz

Zubereitung

Das Fleisch abspülen. Olivenöl, Salz und Zutaten mischen. Mit dem Gemisch Fleisch einreiben, mit einem Messer mehrfach einschneiden, mit Knoblauchzehen spicken und 4–8 Stunden marinieren. Danach Fleisch in zwei Schichten in Alufolie einwickeln und in die Schüssel des Multikocher legen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BACKEN**“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde 30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Zubereiten bis zum Programmende.

Fitness-Gemüsesuppe

Zutaten:

- Kartoffeln – 200 g
- Blumenkohl – 100 g
- Broccoli – 100 g
- Möhren – 100 g
- Zwiebeln – 100 g
- Mais – 50 g
- Frühlingszwiebeln – 10 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Maiskörner von der Konservierungsflüssigkeit trennen. Kartoffeln, Zwiebeln und Möhren in kleine Würfel, ca. 0,5 cm dick, schneiden. Frühlingszwiebeln mit einem Messer klein hacken. Broccoli und Blumenkohl nach Farben anordnen. Zwiebeln und Möhren in die Schüssel des Multikochers geben, mit Butter mischen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BRATEN**“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Danach die übrigen Zutaten, Wasser, eine Prise Salz, Gewürze hinzugeben. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**SUPPEN**“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe mit gehackten Frühlingszwiebeln bestreuen.

Suppen

rezept 10





Erbsensuppe

Zutaten:

- Rippchen, geräucherte vom Schwein – 300 g
- Kartoffeln – 700 g
- Trockenerbsen – 300 g
- Zwiebeln – 200 g
- Möhren – 120 g
- Geräucherte Fleischwurst – 100 g
- Pflanzenöl – 30 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Die Erbsen eine Stunde in warmem Wasser (85 °C) einweichen, danach Wasser abgießen. Die Rippchen abspülen, von einander trennen. Möhren und Zwiebeln in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, Wurst, ca. 0,5x3 cm in Streifen und Kartoffeln ca. 1x3 cm in Stifte schneiden. Zwiebeln und Möhren in die Schüssel des Multikochers geben, mit Butter mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Das fertige Gemüse in ein separates Gefäß füllen. Die Rippchen, Erbsen und Wasser in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde 30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 1 Stunde vor dem Programmende Wurst, Kartoffeln, das vorbereitete Gemüse, Salz, Gewürze hinzufügen, umrühren, weiter zubereiten bis zum Programmende.

Tomatensuppe

Suppen

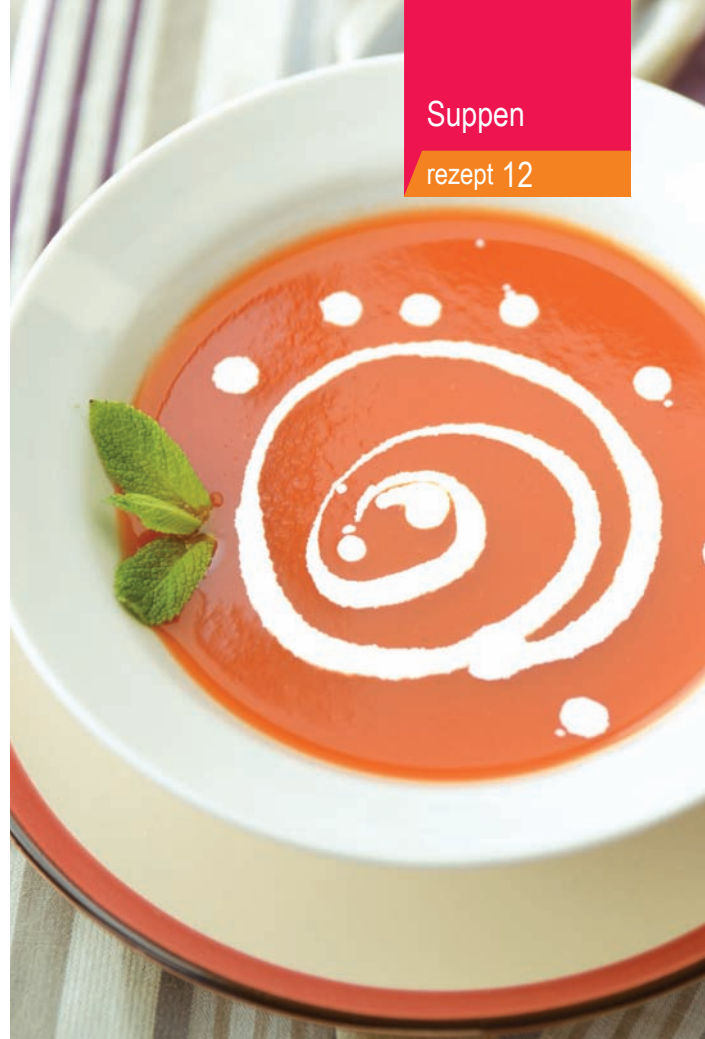
rezept 12

Zutaten:

- Tomaten – 500 g
- Paprikaschoten – 80 g
- Zwiebeln – 80 g
- Tomatenmark – 70 g
- Ingwer – 10 g
- Adschika – 5 g
- Olivenöl – 30 ml
- Wasser – 600 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Ingwer schälen, in kleine Würfel, ca. 1,5–2 cm dick schneiden. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe pürieren.





Pilzsuppe

Zutaten:

- Pilze freie wahl – 250 g
- Kartoffeln – 500 g
- Möhren – 120 g
- Zwiebeln – 100 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Pilze, Kartoffeln, Zwiebeln und Möhren in kleine Würfel, ca. 1,5 cm dick schneiden. Zwiebeln und Möhren in die Schüssel des Multikochers geben, mit Butter mischen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Danach die übrigen Zutaten, Wasser, Salz, Gewürze hinzugeben. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende.

Hausgemachte Nudelsuppe

Zutaten:

- Huhn (Filet) – 200 g
- Kartoffeln – 200 g
- Hausgemachte Nudeln – 190 g
- Zwiebeln – 100 g
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Hühnerfilet abspülen. Filet und Kartoffeln in mittlere Streifen, ca. 0,8x5 cm, Zwiebeln in dünne Streifen schneiden. Alle Zutaten (außer Nudeln) mit Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. 20 Minuten vor Programmende die Nudeln zugeben. Kochen bis zum Programmende.

Suppen

rezept 14





Frikadellen-Suppe

Zutaten:

- Selbst gemachtes Hackfleisch – 200 g
- Kartoffeln – 400 g
- Möhren – 100 g
- Zwiebeln – 100 g
- Tomatenmark – 50 g
- Butter – 20 g
- Knoblauch – 5 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Gehacktes zu walnussgroßen Frikadellen formen. Kartoffeln, Zwiebeln und Möhren in kleine Würfel, ca. 1,5–2 cm dick, schneiden. Zwiebeln und Möhren in die Schüssel des Multikochers geben, mit Pflanzenöl mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Danach die übrigen Zutaten, Wasser, Salz, Gewürze hinzugeben. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende.

Schweinefleisch-Suppe

Suppen

rezept 16

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 200 g
- Kartoffeln – 400 g
- Möhren – 150 g
- Zwiebeln – 100 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch abspülen. Fleisch und Kartoffeln in Streifen, ca. 2x5 cm, Zwiebeln in ca. 0,5x3 cm schneiden. Möhren grob reiben. Zwiebeln und Möhren in die Schüssel des Multikochers geben, mit Pflanzenöl mischen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„BRATEN“** wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Danach die übrigen Zutaten, Wasser, Salz, Gewürze hinzugeben. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** - Taste das Programm **„SUPPEN“** wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Kochen bis zum Programmende.





Käsesuppe mit Rauchfleisch

Zutaten:

- Rippchen, geräucherte vom Schwein – 300 g
- Kartoffeln – 400 g
- Zwiebeln – 350 g
- Möhren – 270 g
- Schmelzkäse – 120 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Die Rippchen abspülen, von einander trennen. Kartoffeln in kleine Würfel, ca. 0,5–1 cm dick, schneiden, Möhren grob reiben, Zwiebeln in Streifen ca. 0,5x3 cm schneiden. Zwiebeln und Möhren in die Schüssel des Multikochers geben, mit Pflanzenöl mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Danach die übrigen Zutaten, Wasser, Salz, Gewürze hinzugeben. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende.

Gemüsecremesuppe

Zutaten:

- Broccoli – 200 g
- Blumenkohl – 200 g
- Kartoffeln – 160 g
- Möhren – 60 g
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Kartoffeln und Möhren in kleine Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden. Alle Zutaten mit Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„SUPPEN“** wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe in ein separates Gefäß geben und pürieren.

Suppen

rezept 18





Kürbiscremesuppe

Zutaten:

- Kürbis – 800 g
- Orange – 300 g
- Zwiebeln – 100 g
- Sahne 22% – 600 ml
- Pflanzenöl – 30 ml
- Currypulver – 1 g
- Wasser – 600 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Apfelsinen entsaften, Kürbis schälen und Kürbisfleisch in kleine Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden. Zwiebeln mit Messer zerkleinern. Alle Zutaten (außer Sahne) mit Wasser in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe in ein separates Gefäß geben, Sahne zugeben und pürieren.

Spinatcremesuppe

Suppen

rezept 20

Zutaten:

- Spinat (eingefroren) – 200 g
- Tomaten – 100 g
- Zwiebeln – 100 g
- Butter – 20 g
- Sahne 10% – 100 ml
- Wasser – 300 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Spinat auftauen, in einem Durchschlag entwässern. Tomaten und Zwiebeln in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Alle Zutaten mit Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe pürieren.





Spargelcremesuppe

Zutaten:

- Spargel – 500 g
- Kartoffeln – 250 g
- Zwiebeln – 50 g
- Butter – 30 g
- Hühnerbouillon – 500 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das Gemüse in kleine Würfel, ca. 1,5 cm dick, schneiden. Zwiebeln und Butter in die Schüssel des Multikochers geben. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„BRATEN“** wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Bei offenem Deckel bis zum Programmende schmoren lassen. Danach das Gemüse, Bouillon, Salz, Gewürze hinzugeben. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„SUPPEN“** wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe pürieren.

Cremesuppe von weißen Bohnen

Zutaten:

- Weiße Bohnen, Konserven – 240 g
- Zwiebeln – 100 g
- Butter – 50 g
- Wasser – 500 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Zwiebeln mit einem Messer klein hacken. Alle Zutaten mit Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**SUPPEN**“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe pürieren.

Suppen

rezept 22





Lachscremesuppe

Zutaten:

- Lachs (Filet) – 300 g
- Kartoffeln – 200 g
- Zucchini – 60 g
- Zwiebeln – 60 g
- Möhren – 60 g
- Wasser – 800 ml
- Sahne 10% – 100 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Lachs abspülen. Fisch und Gemüse in kleine Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden. Alle Zutaten mit Wasser (außer Sahne) in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Die fertige Suppe in ein separates Gefäß geben, Sahne zugeben und pürieren.

Huhn unter Käse

Hauptgerichte

rezept 24

Zutaten:

- Huhn (Lende) – 400 g
- Schmand 15–20% – 240 g
- Hartkäse – 100 g
- Adschika – 10 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das Huhn abspülen und in kleine Würfel, ca. 1,5–2 cm dick, schneiden. Soße zubereiten: Adschika mit Schmand mischen. Den Käse grob reiben. Das Filet, Pflanzenöl, Salz und Gewürze in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„BRATEN“** wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Das Filet bei offenem Deckel schmoren lassen. Ca. 1 Minute vor dem Programmende Käse hinzufügen, weiter zubereiten bis zum Programmende.



Sahne-Huhn

Zutaten:

- Huhn (Filet) – 440 g
- Sahne 33% – 480 ml
- Möhren – 50 g
- Lauch – 50 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Möhren und Lauch in Streifen, ca. 0,5x5 cm schneiden. Hühnerfilet abspülen, in kleine Würfel, ca. 1,5–2 cm dick, schneiden. Alle Zutaten, Sahne, Salz und Gewürze in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.

Reis mit Huhn und Kalmaren

Hauptgerichte

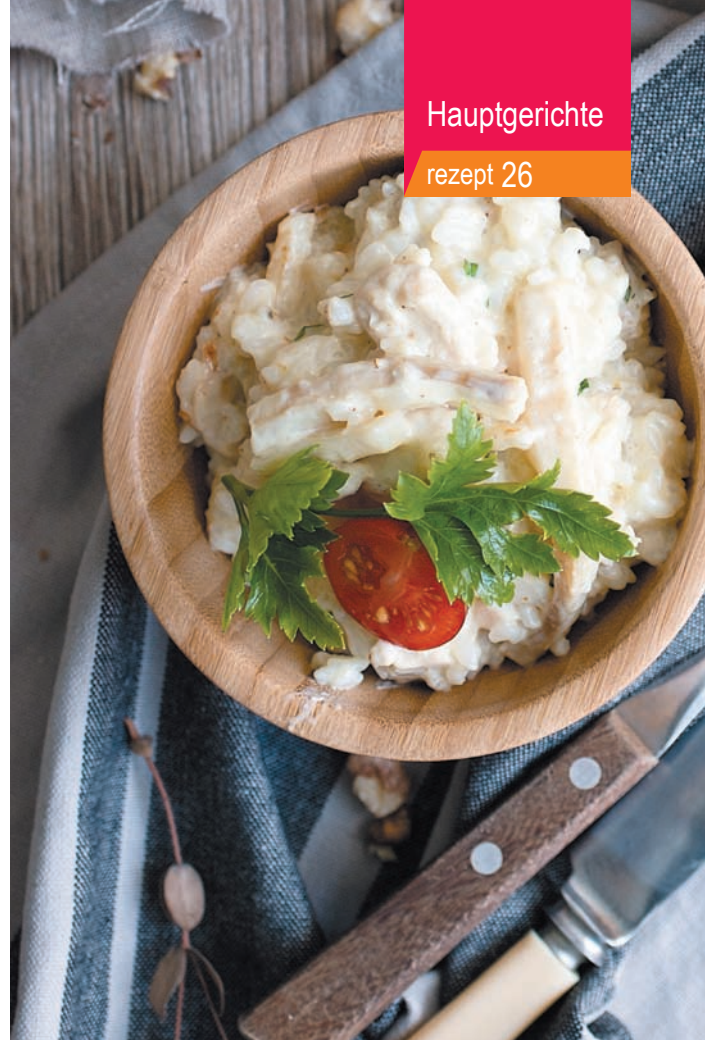
rezept 26

Zutaten:

- Hühnerbrust – 180 g
- Kalmare – 140 g
- Gekochter Reis – 120 g
- Butter – 30 g
- Sahne 22% – 170 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Hühnerbrust und Kalmare abspülen, in Streifen, ca. 1x5 cm schneiden, mit Butter, Salz und Gewürzen in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende. Ca. 5 Minuten vor Programmende gekochten Reis und Sahne hinzufügen, mischen, weiter zubereiten bis zum Programmende.



Gebratene Pute mit Barbecuesauce

Zutaten:

- Pute (Filet) – 300 g
- Barbecuesauce – 30 g
- Senf – 5 g
- Pflanzenöl – 40 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Putenfilet abspülen und in kleine Würfel, ca. 2–2,5 cm dick, schneiden. Barbecuesauce mit Senf zu homogener Masse mischen. Putenfilet, Pflanzenöl, Salz und Gewürze in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Das Filet bei offenem Deckel schmoren lassen. Zubereiten bis zum Programmende. Servieren mit vorbereiteter Soße.

Pute mit Käse

Zutaten:

- Pute (Filet) – 340 g
- Tomaten – 140 g
- Hartkäse – 100 g
- Zwiebeln – 70 g
- Olivenöl – 30 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Filet abspülen und in 3–4 gleiche Teile schneiden. Tomaten und Zwiebeln in Streifen, ca. 0,5x5 cm, schneiden. Käse grob reiben. Olivenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Pute darauf legen, darüber Zwiebeln und Tomaten verteilen, mit Salz, Gewürzen und geriebenem Hartkäse bestreuen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.



Hauptgerichte

rezept 28



Entenbrust nach Münchner Art

Zutaten:

- Entenbrust – 400 g/2 St.
- Möhren – 100 g
- Zwiebeln – 100 g
- Knollensellerie – 100 g
- Pfeffermischung Pulver – 5 g
- Rosmarin – 2,5 g
- Wein, rot, trocken – 40 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Entenbrustfilet abspülen und mit Blatt von der Küchenrolle abtrocknen, mit Salz und Gewürzen einreiben und für 30 min. in Wein einlegen. Das Gemüse in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Backpapier in zwei Schichten auf den Boden der Schüssel des Multikochers legen, danach Filet mit Haut nach unten darauf legen, Alles Gemüse mischen und zum Fleisch geben, mit Rosmarin, Salz und Gewürzen bestreuen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende.

Schweinekoteletts

Hauptgerichte

rezept 30

Zutaten:

- Schweinefleisch vom Hals – 400 g
- Pflanzenöl – 40 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch abspülen, in kleine Scheiben, ca. 2–2,5 cm dick, schneiden und bis ca. 0,5 cm Dicke klopfen. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Fleisch darauflegen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 5 Minuten vor Programmende Fleisch wenden, weiter zubereiten bis zum Programmende.





Schweinefleisch unter Käse

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 400 g
- Tomaten – 50 g
- Champignons, frisch – 50 g
- Hartkäse – 50 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch abspülen, in kleine Scheiben schneiden und bis ca. 1 cm Dicke klopfen, mit Salz und Gewürzen einreiben. Tomaten in Scheiben schneiden, Käse reiben, Pilze mit einem Messer zerkleinern. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Fleisch darauflegen, darüber Pilze, Tomaten und Käse verteilen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende.

Schweinefleisch mit Spinat und Tomate

Hauptgerichte

rezept 32

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 500 g
- Tomaten – 400 g
- Spinat (eingefroren) – 300 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch abspülen. Fleisch und Tomaten in kleine Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Spinat auftauen, in einem Durchschlag entwässern. Alle Zutaten in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.





Schweinefleisch am Spieß

Zutaten:

- Schweinefleisch – 280 g
- Frühstücksspeck – 100 g
- Zwiebeln – 40 g
- Zucchini – 40 g
- Paprikaschoten – 40 g
- Pflanzenöl – 50 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 2,5–3 cm dick, schneiden und in Bacon einwickeln. Alle Zutaten auf zwei Speiler der Reihe nach aufspießen: Paprikaschoten, Fleisch, Zucchini, Fleisch, Zwiebeln, Fleisch, Paprikaschoten. Die vorgeölte Schüssel des Multikochers mit den vorbereiteten Spießen auslegen, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 5 Minuten vor Programmende Spieße wenden, weiter bei offenem Deckel bis zum Programmende braten.

Schweineragout

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 450 g
- Kartoffeln – 1 kg
- Möhren – 200 g
- Tomaten – 200 g
- Paprikaschoten – 200 g
- Zwiebeln – 150 g
- Knoblauch – 10 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fleisch abspülen, Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Filet und Gemüse in kleine Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden. Alle Zutaten, Knoblauch, Salz und Gewürze in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.

Hauptgerichte

rezept 34





Schweiniegulasch mit gedämpften Kartoffeln

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 700 g
- Kartoffeln – 400 g
- Zwiebeln – 200 g
- Tomatenmark – 100 g
- Knoblauch – 10 g
- Pflanzenöl – 70 ml
- Wasser – 200 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch abspülen, Filet und Zwiebeln in kleine Würfel, ca. 1,5–2 cm dick, schneiden, Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Kartoffeln halbieren. Fleisch, Zwiebeln, Wasser, Pflanzenöl, Salz, Gewürze, Knoblauch, Tomatenmark in die Schüssel des Multikochers geben und mischen, darauf den Dampfcontainer mit gesalzenen Kartoffeln einsetzen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„SCHMOREN“** wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Schmoren bis zum Programmende.

Eisbein

Zutaten:

- Eisbein – 900 g
- Zwiebeln – 250 g
- Knoblauch – 15 g
- Basilikum – 5 g
- Pflanzenöl – 50 ml
- Wasser – 200 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das Eisbein abspülen, mit einem Messer mehrfach tief einschneiden, mit Knoblauchzehen spicken. Zwiebeln mit einem Messer klein hacken, mit Salz, Gewürzen und Basilikum mischen. Mit bereiteter Gewürzmischung das Eisbein einreiben und 9 Stunden im Kühlschrank marinieren. Das Eisbein, Wasser und Pflanzenöl in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„SCHMOREN“** wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Schmoren bis zum Programmende.

Hauptgerichte

rezept 36





Eisbein mit Sauerkraut

Zutaten:

- Eisbein – 900 g
- Sauerkraut – 400 g
- Zwiebeln – 250 g
- Tomatensoße – 50 g
- Knoblauch – 15 g
- Basilikum – 5 g
- Pflanzenöl – 50 ml
- Wasser – 100 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das Eisbein abspülen, mit einem Messer mehrfach tief einschneiden, mit Knoblauchzehen spicken. Zwiebeln mit einem Messer klein hacken, mit Salz, Gewürzen und Basilikum mischen. Mit bereiteter Gewürzmischung das Eisbein einreiben und 9 Stunden im Kühlschrank marinieren. In der Schüssel des Multikochers Sauerkraut und Tomatensoße mischen, darauf das Eisbein legen, Wasser und Pflanzenöl zugeben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.

Rindersteak

Zutaten:

- Rindfleisch „Hohes Roastbeef“ – 300 g
- Pflanzenöl – 20 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fleisch abspülen und mit Blatt von der Küchenrolle abtrocknen, mit Salz und Gewürzen einreiben. Die vorgeölte Schüssel des Multikochers mit den Fleisch auslegen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„BRATEN“** wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Ca. 5 Minuten vor Programmende Steak wenden, Den Deckel schließen, weiter bis zum Programmende braten.

Hauptgerichte

rezept 38





Roastbeef

Zutaten:

- Rindfleisch (Lendenbraten) – 500 g
- Senf – 10 g
- Wein, rot, trocken – 50 ml
- Pflanzenöl – 40 ml
- Sojasauce – 20 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Wein, Sojasauce, Senf, Salz und Gewürze in separatem Gefäß mischen. Abgespülte Lende darin 5 Stunden marinieren. Die vorgeölte Schüssel des Multikochers mit dem Fleisch auslegen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel bis zum Programmende braten, dabei alle 10 Minuten wenden.

Gebratenes mit gedämpften Kartoffeln

Zutaten:

- Rindfleisch (Filet) – 300 g
- Kartoffeln – 600 g
- Zwiebeln – 160 g
- Möhren – 140 g
- Petersilie – 20 g
- Dill – 20 g
- Ingwer (Wurzel) – 10 g
- Olivenöl – 10 ml
- Wasser – 200 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Rindfleisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 1,5 cm, Zwiebeln und Möhren ca. 1 cm dick, schneiden, Ingwer schälen und zusammen mit den Kräutern mit einem Messer klein hacken. Kartoffeln halbieren. Fleisch, Zwiebeln, Möhren, Ingwer, Wasser, Olivenöl, Salz, Gewürze, Knoblauch, Tomatenmark in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende. Vor dem Servieren mit Kräutern bestreuen.



Hauptgerichte

rezept 40



Hausgemachtes Gulasch

Zutaten:

- Rindfleisch (Filet) – 700 g
- Zwiebeln – 200 g
- Tomatenmark – 100 g
- Knoblauch – 2 g
- Wein, rot, trocken – 100 ml
- Olivenöl – 70 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Rindfleisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 1,5–2 cm, Zwiebeln, ca. 1 cm dick, schneiden. Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Fleisch, Zwiebeln, Olivenöl, Salz, Gewürze in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 1 Stunde vor dem Programmende den Deckel öffnen, Tomatenmark, Knoblauch, Wein hinzufügen und vermischen, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende.

Fleisch Assorti

Zutaten:

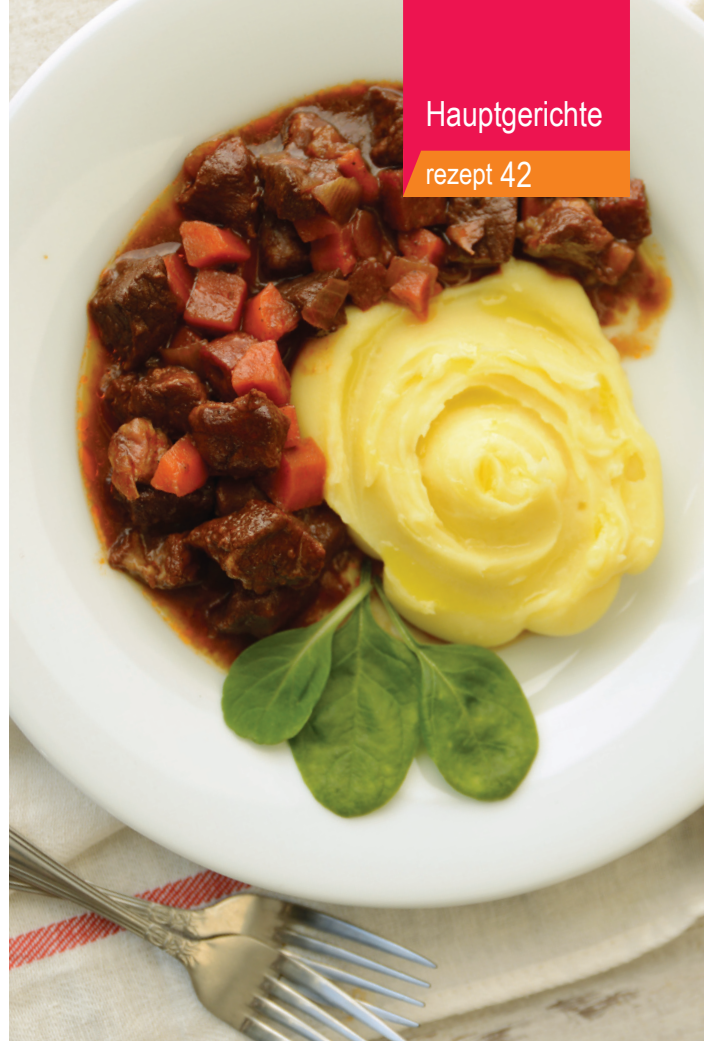
- Schweinefleisch (Filet) – 230 g
- Rindfleisch (Filet) – 230 g
- Hühnerherzen – 180 g
- Jagdwurst – 150 g
- Möhren – 230 g
- Zwiebeln – 150 g
- Tomatenmark – 120 g
- Sojasauce – 20 ml
- Balsamessig – 10 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fleisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 2,5 cm, Zwiebeln und Möhren ca. 1,5–2 cm dick, schneiden. Hühnerherzen von Adern befreien und abspülen. Alle Zutaten in einem separaten Gefäß mischen, Tomatenmark, Sojasauce, Essig, Salz und Gewürze hinzufügen und 20 Minuten marinieren lassen. Die Schüssel des Multikochers mit dem Gemisch füllen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.

Hauptgerichte

rezept 42





Fisch Assorti

Zutaten:

- Tilapia (Filet) – 230 g
- Lachs (Filet) – 200 g
- Hartkäse – 100 g
- Sahne 10% – 100 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 1,5 cm, dick, schneiden, Käse grob reiben. Fisch in die Schüssel des Multikochers legen, Sahne, Salz, Gewürze zugeben, mischen, danach mit Käse bestreuen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**SCHMOREN**“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Schmoren bis zum Programmende.

Fischgulasch Mittelmeerart

Hauptgerichte

rezept 44

Zutaten:

- Pollack (Filet) – 300 g
- Paprikaschoten – 240 g
- Tomaten – 150 g
- Zwiebeln – 100 g
- Tomatenmark – 100 g
- Knoblauch – 10 g
- Wasser – 150 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch abspülen. Paprikaschoten, Tomaten und Fisch in kleine Würfel, ca. 1,5 cm, Zwiebeln, ca. 1 cm dick, schneiden. Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **35 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.





Forelle in Alufolie

Zutaten:

- Forelle (Filet) – 280 g
- Kartoffeln – 100 g
- Zwiebeln – 80 g
- Möhren – 80 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 2–2,5 cm, Kartoffeln, Möhren und Zwiebeln, ca. 1 cm dick, schneiden. Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Alle Zutaten mit Salz und Gewürzen mischen, auf einem Doppelblatt Alufolie auflegen, akkurat einwickeln und in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende.

Eintopf mit Rind- und Hühnerfleisch

Zutaten:

- Huhn – 900 g
- Rindfleisch – 500 g
- Möhren – 300 g
- Weiße Bohnen, Konserven – 240 g
- Kohlrabi – 200 g
- Knollensellerie – 100 g
- Zwiebeln – 100 g
- Petersilie – 10 g
- Pfefferkörner schwarz ganz – 8–10 St.
- Wacholderbeeren – 4–5 St.
- Muskat – 2 g
- Wasser – 300 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Bohnen waschen, in einem Durchschlag entwässern. Zwiebeln in dünne Ringe schneiden. Möhren, Sellerie und Kohlrabi schellen, in Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Petersilie mit einem Messer klein hacken. Rindfleisch und Huhn abspülen, in 80–100 g Teile portionieren. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen, mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Vor dem Servieren mit Kräutern bestreuen.





Belgischer Rindfleischtopf

Zutaten:

- Rindfleisch – 800 g
- Zwiebeln – 200 g
- Tomatenmark – 100 g
- Petersilie – 10 g
- Thymian, getrocknet – 5 g
- Helles Bier – 200 ml
- Essig – 5 ml
- Lorbeerblatt
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Rindfleisch abspülen, in kleine Würfel, ca. 1–1,5 cm, Zwiebeln und Möhren ca. 0,5 cm dick, schneiden, Petersilie mit einem Messer klein hacken. Alle Zutaten, Bier in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen, mischen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„SUPPEN“** wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Kochen bis zum Programmende.

Lammeintopf mit Gemüse

Hauptgerichte

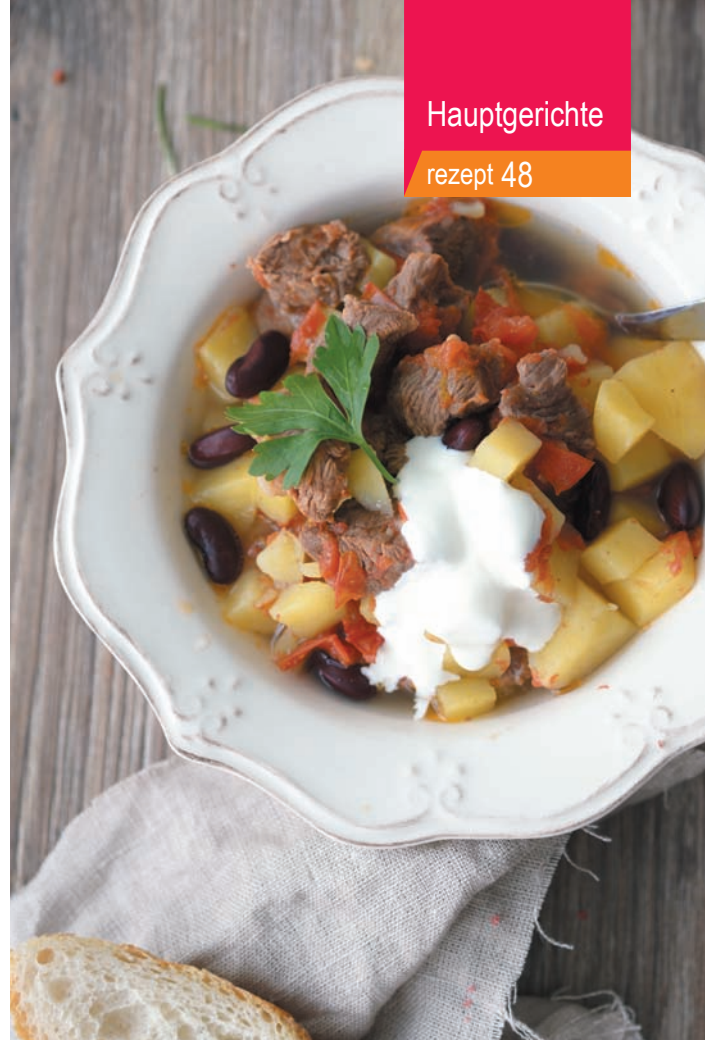
rezept 48

Zutaten:

- Lammfleisch – 500 g
- Kartoffeln – 500 g
- Tomaten – 350 g
- Schmand – 250 g
- Kidneybohnen, Konserven – 240 g
- Petersilie – 10 g
- Wasser – 300 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Lammfleisch abspülen, Petersilie mit einem Messer klein hacken. Fleisch und Gemüse in kleine Würfel, ca. 1–1,5 cm dick, schneiden. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen, mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie 1 Stunde Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Vor dem Servieren Schmand zugeben und mit Petersilie bestreuen.



Eintopf mit Würstchen

Zutaten:

- Wienerwürstchen – 500 g
- Jagdwurst – 200 g
- Kalbfleisch (Filet) – 150 g
- Sauerkraut – 500 g
- Tomaten in eigenem Saft – 400 g
- Zwiebeln – 150 g
- Tomatenmark – 40 g
- Wasser – 300 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Kalbfleisch abspülen. Tomaten in kleine Würfel, ca. 2 cm, Fleisch und Zwiebeln ca. 1 cm dick, schneiden, Würstchen und Jagdwurst mit einem Messer in Scheiben schneiden. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen, mischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**SUPPEN**“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende.

Lebereintopf

Zutaten:

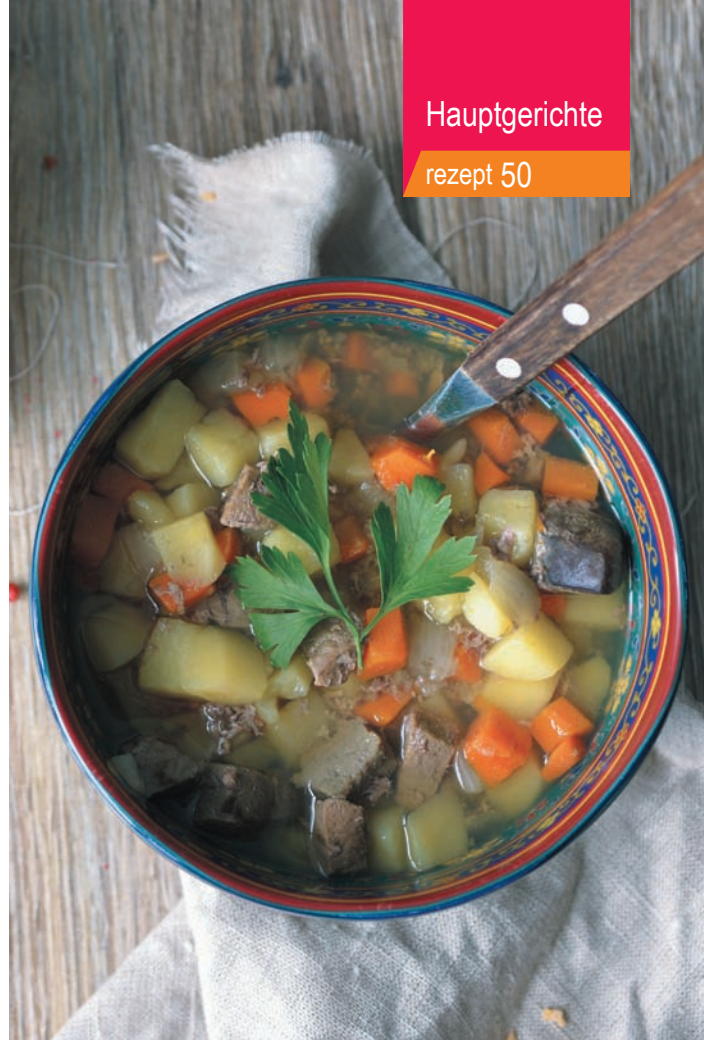
- Rinderleber – 350 g
- Kartoffeln – 750 g
- Möhren – 350 g
- Zwiebeln – 150 g
- Margarine – 50 g
- Petersilie – 10 g
- Wasser – 500 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Leber abspülen und säubern. Zwiebeln in Würfel, ca. 0,5 cm, Kartoffeln, Leber und Möhren ca. 1 cm dick, schneiden. Die Kräuter mit einem Messer klein hacken. Alle Zutaten (ohne Kräuter) und Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen, mischen. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„SUPPEN“** wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Kochen bis zum Programmende.

Hauptgerichte

rezept 50





Wienerwürstchen

Zutaten:

- Schweinefleisch vom Hals – 1 kg
- Frühstücksspeck – 500 g
- Kümmel, gemahlen – 10 g
- Muskat – 10 g
- Pflanzenöl – 40 ml
- Naturdarm
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Schweinefleisch und Frühstücksspeck durch einen Fleischwolf drehen, Gewürze zugeben und zu homogener Masse mischen. Auf Fleischwolf Wurstfüller montieren, darauf Darm aufziehen und Ende zubinden, einschließlich mit der Wurstmasse befüllen, dabei optional portionieren. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Würste auflegen und mit Zahnstocher an mehreren Stellen anstechen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 5 Minuten vor Programmende Würste wenden, weiter braten bis zum Programmende.

Hausgemachte Würstchen

Zutaten:

- Schweinefleisch – 300 g
- Rindfleisch – 300 g
- Salo – 200 g
- Knoblauch – 50 g
- Pflanzenöl – 70 ml
- Naturdarm
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fleisch abspülen, mit Speck, Zwiebeln und Knoblauch durch einen Fleischwolf drehen, Salz, Gewürze zugeben und zu homogener Masse mischen. Auf Fleischwolf Wurstfüller montieren, darauf Darm aufziehen und Ende zubinden, einschließend mit der Wurstmasse befüllen, dabei optional portionieren. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Würste auflegen und mit Zahnstocher an mehreren Stellen anstechen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 5 Minuten vor Programmende Würste wenden, weiter braten bis zum Programmende.



Hauptgerichte

rezept 52



Pikante Würstchen

Zutaten:

- Schweinefleisch – 300 g
- Rindfleisch – 300 g
- Speck – 200 g
- Zwiebeln – 200 g
- Knoblauch – 15 g
- Kapern – 10 g
- Oregano – 10 g
- Salbei – 10 g
- Basilikum – 10 g
- Pflanzenöl – 70 ml
- Naturdarm
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fleisch abspülen. Fleisch, Zwiebeln, Knoblauch, Kräuter, Kapern und Speck durch einen Fleischwolf drehen, Gewürze zugeben und zu homogener Masse mischen. Auf Fleischwolf Wurstfüller montieren, darauf Darm aufziehen und Ende zubinden, einschließend mit der Wurstmasse befüllen, dabei optional portionieren. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Würste auflegen und mit Zahnstocher an mehreren Stellen anstechen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 5 Minuten vor Programmende Würste wenden, weiter braten bis zum Programmende.

Erbsenpüree mit Bacon

Zutaten:

- Trockenerbsen – 500 g
- Frühstücksspeck – 150 g
- Wasser – 800 ml
- Basilikum, getrocknet
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Die Erbsen 1 Stunde in warmem Wasser (85 °C) einweichen, danach abspülen, in die Schüssel des Multikochers geben, mit Wasser befüllen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SUPPEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Die gegarteten Erbsen in ein separates Gefäß geben. Bacon in Würfel schneiden und in die Schüssel des Multikochers mit Basilikum geben, mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Das Gemüse bei offenem Deckel bis zum Programmende braten lassen. Die gekochten Erbsen zerdrücken, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Vor dem Servieren gebratenen Bacon dazugeben.

Hauptgerichte

rezept 54





Fettuccine mit Rindfleisch

Zutaten:

- Rindfleisch (Lendenbraten) – 350 g
- Zwiebeln – 200 g
- Tomaten – 150 g
- Möhren – 140 g
- Fettuccine – 126 g
- Fleischbouillon – 100 ml
- Olivenöl – 40 ml
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Rindfleisch abspülen, in Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden, Zwiebeln – Halbringe, Möhren grob reiben, Tomaten in Stifte 2x4 cm schneiden. In die Schüssel des Multikochers Wasser gießen, Salz zugeben und Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**KOCHEN**“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Ca. 8 Minuten vor dem Programmende den Deckel öffnen, Fettuccine hinzufügen und vermischen, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende. Pasta abseihen. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Fleisch und Gemüse auflegen (außer Tomaten). Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**BRATEN**“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren braten lassen. Ca. 5 Minuten vor dem Programmende Tomaten hinzufügen und vermischen. 2 Minuten vor Zubereitungsende Pasta, Salz, Gewürze, Bouillon hinzufügen und vermischen. Zubereiten bis zum Programmende.

Lasagne

Zutaten:

- Rindfleisch (Filet) – 300 g
- Tomatenmark – 100 g
- Lasagneplatte – 70 g/4 St.
- Hartkäse – 70 g
- Zwiebeln – 70 g
- Ei – 60 g/1 St.
- Mehl – 30 g
- Butter – 30 g
- Muskat – 3 g
- Milch – 300 ml
- Wasser – 1,5 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Zubereitung der Béchamelsauce: Milch, Butter, Mehl in die Schüssel des Multikochers geben und mit einem Rührbesen mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie die **15 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren kochen lassen. Ca. 5 Minuten vor dem Programmende Salz, Gewürze, Muskat hinzufügen und vermischen, weiter unter Rühren kochen bis zum Programmende. Die fertige Béchamelsauce in ein separates Gefäß geben. Fleisch abspülen, zusammen mit den Zwiebeln durch einen Fleischwolf drehen, Käse grob reiben. Gehacktes mit Ei, Tomatenmark, Salz, Gewürzen zu einer homogenen Masse vermischen. Die Soße auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, danach ein Blatt Lasagne darauf legen, mit Soße bestreichen, darauf eine Schicht Gehacktes ausbreiten und mit Käse bestreuen. Das ganze in diese Reihenfolge wiederholen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende.

Hauptgerichte

rezept 56





Paella mit Meeresfrüchten

Zutaten:

- Meeresfrüchte Cocktail – 500 g
- Reis – 300 g
- Tomatenmark – 200 g
- Grüne Erbsen, gefroren – 100 g
- Zwiebeln – 100 g
- Grüne Paprika – 80 g
- Olivenöl – 40 ml
- Heißes Wasser – 500 ml
- Safran
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Meeresfrüchte Cocktail abspülen, abseihen. Paprika von Kernen befreien, in Würfel ca. 0,5 cm, dicke schneiden, ebenso die Zwiebeln. Den Reis waschen bis das Wasser klar wird. In die vorgeölte Schüssel des Multikochers Zwiebeln und Meeresfrüchte geben. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Die Meeresfrüchte bei offenem Deckel unter ständigem Rühren bis zum Programmende anbraten lassen. Danach auf die Meeresfrüchte Reis schütten, ebnen, Wasser und Tomatenmark zugeben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „PAELLA“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 10 Minuten vor dem Programmende Erbsen, Paprika, Safran, Salz, Gewürze, hinzufügen und vermischen, weiter kochen bis zum Programmende.

Risotto mit Meeresfrüchten

Hauptgerichte

rezept 58

Zutaten:

- Meeresfrüchte Cocktail – 800 g
- Reis – 300 g
- Zwiebeln – 50 g
- Butter – 30 g
- Tomaten – 25 g
- Knoblauch – 4 g
- Hühnerbouillon – 300 ml
- Weißwein trocken – 120 ml
- Olivenöl – 20 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Meeresfrüchte Cocktail abspülen, abseihen. Den Reis waschen bis das Wasser klar wird. Reis, Butter, Zwiebeln (ganz) in die Schüssel des Multikochers geben. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BRATEN**“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren anbraten lassen. Ca. 10 Minuten vor dem Programmende Wein (20 ml) hinzufügen. Ca. 8 Minuten vor dem Ende der Zubereitung Zwiebeln herausnehmen, Bouillon, Salz, Gewürze dazugeben und mischen. Den Deckel schließen und zubereiten bis zum Programmende. Das fertige Risotto in ein separates Gefäß geben. Knoblauch zerkleinern, Tomaten in Würfel, ca. 0,5 cm dick, schneiden. In die Schüssel des Multikochers Öl geben und Meeresfrüchte auf dem Boden ausbreiten. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BRATEN**“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Ca. 5 Minuten vor dem Programmende Wein, Knoblauch, Salz, Gewürze hinzufügen und vermischen, weiter bei offenem Deckel unter Rühren zubereiten bis zum Programmende. Die fertige Meeresfrüchte mit dem Risotto mischen. Vor dem Servieren geschnittene Tomatenwürfel dem Gericht hinzufügen.





Frikadellen in Tomatensoße

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 250 g
- Rindfleisch (Filet) – 250 g
- Tomaten Soße – 150 g
- Zwiebeln – 70 g
- Knoblauch – 10 g
- Wasser – 100 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Rindfleisch und Schweinefleisch abspülen, zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch durch einen Fleischwolf drehen, Salz und Gewürze zugeben, mischen. Frikadellen formen, in die Schüssel des Multikochers legen, dazu Tomaten Soße, Wasser zufügen, mischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „SCHMOREN“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Schmoren bis zum Programmende.

Frikadellen i n süß-saurer Soße

Zutaten:

- Rindfleisch – 150 g
- Schweinefleisch – 150 g
- Ei – 50 g/1 St.
- Salz
- Gewürze

Für Soße:

- Apfelsinensaft – 250 g
- Tomatenmark – 60 g
- Zucker – 25 g
- Knoblauch – 5 g
- Stärke – 5 g
- Salz – 5 g
- Wasser – 20 ml

Zubereitung

Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Fleisch durch einen Fleischwolf drehen. Gehacktes mit Ei und Gewürze mischen, zu walnussgroßen Frikadellen formen. Pflanzenöl auf den Boden der Schüssel des Multikochers geben, Frikadellen auflegen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **15 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Unter ständigem Rühren zubereiten bis zum Programmende. Die fertigen Frikadellen in ein separates Gefäß geben. Zubereitung der Soße: In einem separaten Gefäß Stärke mit Wasser anrühren, danach Tomatenmark, Orangensaft, Salz, Zucker Knoblauch in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel Schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **15 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 2 Minuten vor dem Programmende gelöste Stärke hinzufügen und vermischen. Zubereiten bis zum Programmende. Mit fertiger Soße die Frikadellen begießen.

Hauptgerichte

rezept 60





Gefüllte Paprika

Zutaten:

- Gehacktes – 600 g
- Paprikaschoten – 500 g/4 St.
- Gekochter Reis – 150 g
- Wasser – 150 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Gehacktes mit Reis, Salz, Gewürzen mischen. Paprikaschoten von Kernen befreien, mit Gehackten füllen, in die Schüssel des Multikochers legen und mit Wasser begießen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**SCHMOREN**“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Schmoren bis zum Programmende.

Ravioli mit Fleisch-Füllung

Zutaten:

Für Teig:

- Mehl – 300 g
- Eigelb, sehr frisch – 260 g/13 St.
- Salz

Für Füllung:

- Schweinefleisch – 200 g
- Rindfleisch – 100 g
- Zwiebeln – 50 g
- Ei – 50 g/1 St.
- Butter – 30 g
- Petersilie – 10 g
- Koriander – 10 g
- Knoblauch – 5 g
- Muskatnuss – 1 g
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Zubereitung der Füllung: Kräuter mit einem Messer klein hacken, Fleisch, Zwiebeln, Knoblauch und Öl durch einen Fleischwolf drehen, mit Kräutern, Salz, Gewürzen zu einer homogenen Masse mischen. Teigzubereitung: Mehl, Eigelb, Salz in einem separaten Gefäß mischen und den Teig kneten. Den fertigen Teig auf eine Dicke von ca. 0,2 cm ausrollen und 5x5 cm Quadrate schneiden. Ins Zentrum des Quadrates eine kleine Menge der Füllung geben und mit einem gleichen Quadrat abdecken. Die Ränder dicht verschließen. In die Schüssel des Multikochers Wasser zugiessen und salzen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „KOCHEN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 15 Minuten vor dem Programmende den Deckel öffnen, Ravioli im kochenden Wasser auslegen. Den Deckel wieder schließen. Kochen bis zum Programmende.

Hauptgerichte

rezept 62





Ravioli mit Forelle

Zutaten:

Für Teig:

- Mehl – 300 g
- Eigelb – 260 g/13 St.
- Salz

Für Füllung:

- Forelle (Filet) – 300 g
- Zwiebeln – 50 g
- Tomaten – 50 g
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Zubereitung der Füllung: Fisch abspülen, die Tomaten mit brühendem Wasser übergießen und anschließend die Haut abziehen. Fisch, Tomaten, Zwiebeln durch einen Fleischwolf drehen, mit Salz und Gewürzen zu einer homogenen Masse mischen.

Teigzubereitung: Mehl, Eigelb, Salz in einem separaten Gefäß mischen und den Teig kneten. Den fertigen Teig auf eine Dicke von ca. 0,2 cm ausrollen und 5 cm Scheiben schneiden. Ins Zentrum der Scheibe eine kleine Menge der Füllung geben und mit einer gleichen Scheibe abdecken. Die Ränder dicht verschließen. In die Schüssel des Multikochers Wasser zugießen und salzen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „KOCHEN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 15 Minuten vor dem Programmende den Deckel öffnen, Ravioli im kochenden Wasser auslegen. Den Deckel wieder schließen. Kochen bis zum Programmende.

Kartoffeln mit Champignons

Zutaten:

- Kartoffeln – 400 g
- Champignons – 130 g
- Zwiebeln – 50 g
- Pflanzenöl – 60 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Kartoffeln in Streifen, ca. 0,5x3 cm, Pilze in Scheiben, Zwiebeln in Würfel ca. 1 cm schneiden. Alle Zutaten in die Schüssel des Multikochers geben, mit Pflanzenöl, Salz und Gewürzen mischen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren bis zum Programmende braten lassen.

Beilagen

rezept 64





Kartoffeln mit Käse und Brechbohnen

Zutaten:

- Kartoffeln – 540 g
- Brechbohnen – 150 g
- Tomaten – 150 g
- Hartkäse – 100 g
- Olivenöl – 40 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Kartoffeln und Tomaten in kleine Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden. Käse grob reiben. Kartoffeln in die Schüssel des Multikochers geben, mit Olivenöl, Salz und Gewürzen mischen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BRATEN**“ wählen. Stellen Sie **25 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren braten lassen. Ca. 10 Minuten vor dem Programmende Tomaten, Bohnen hinzufügen und vermischen, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende. Fertiges Gericht mit Käse bestreuen, mischen.

Gemüsereis

Zutaten:

- Reis – 200 g
- Möhren – 130 g
- Zwiebeln – 50g
- Olive – 50 g
- Knoblauch – 4 g
- Olivenöl – 40 ml
- Wasser – 270 ml
- Salz
- Gewürze

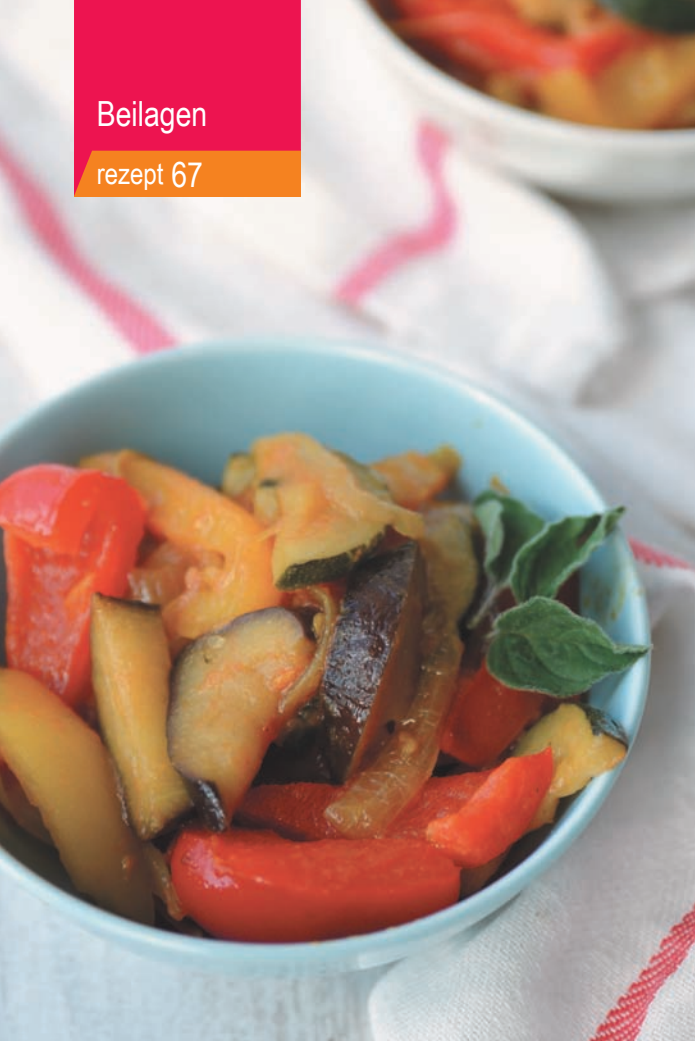
Zubereitung

Den Reis waschen bis das Wasser klar wird. Möhren und Knoblauch grob reiben, Zwiebeln in Würfel, ca. 0,5 cm dick, schneiden, Oliven halften. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Ebnen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „PAELLA“ wählen. Stellen Sie **25 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende.

Beilagen

rezept 66





Goldene Beilage

Zutaten:

- Paprika – 180 g
- Tomaten – 170 g
- Zucchini – 160 g
- Zwiebeln – 130 g
- Aubergine – 70 g
- Knoblauch – 20 g
- Olivenöl – 30 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Das ganze Gemüse in Würfel, ca. 1,5–2 cm dick, schneiden, Knoblauch klein hacken oder mit einem Messer zerdrücken. Alle Zutaten, Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, mit Salz und Gewürzen bestreuen. Sorgfältig vermischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren braten lassen. Kochen bis zum Programmende.

Gedämpftes Gemüse

Dampf gegarte
gerichte

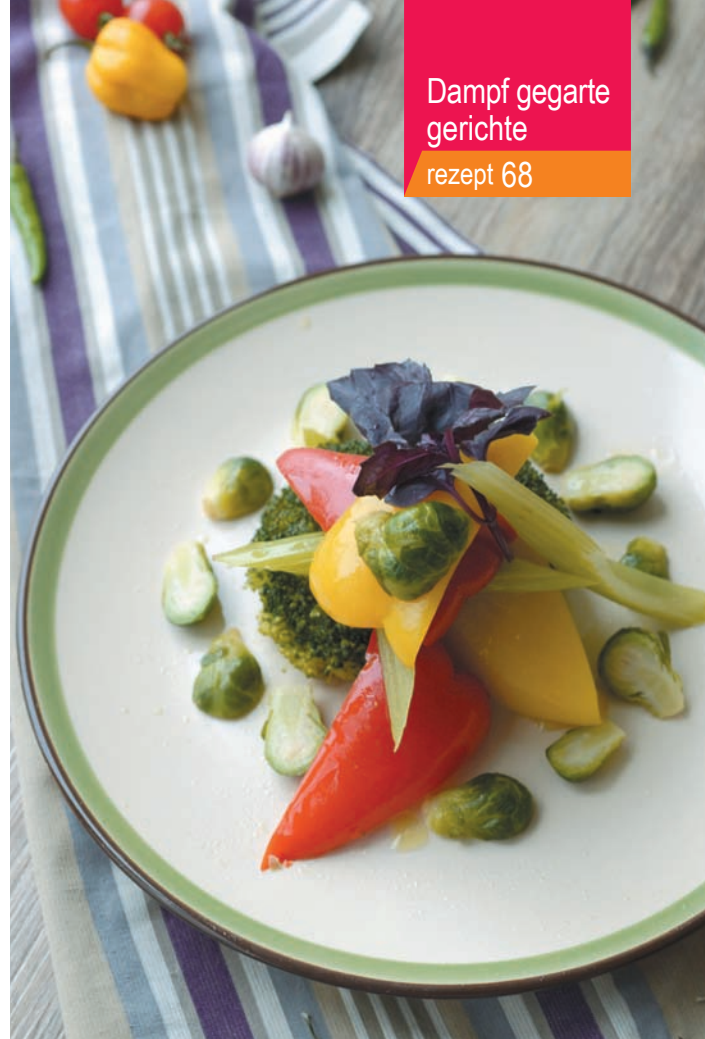
rezept 68

Zutaten:

- Kartoffeln – 150 g
- Paprikaschoten – 120 g
- Brechbohnen – 100 g
- Broccoli (eingefroren) – 100 g
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Kartoffeln in Würfel, ca. 2 cm, Paprika von Kernen befreien, ca. 3 cm dick, schneiden. Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, darauf den Dampfcontainer mit allen Zutaten, Salz und Gewürzen, einsetzen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**DAMPFGAREN**“ wählen. Stellen Sie **15 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende.





Gedämpfte Frikadellen mit Reis

Zutaten:

- Schweinefleisch (Filet) – 300 g
- Rindfleisch (Filet) – 300 g
- Reis – 300 g
- Zwiebeln – 100 g
- Knoblauch – 6 g
- Wasser – 450 ml
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fleisch abspülen, Reis waschen bis das Wasser klar wird. Fleisch, Zwiebeln und Knoblauch durch einen Fleischwolf drehen, Gewürze zugeben und zu homogener Masse mischen. Aus Gehacktem flache Frikadellen formen. Reis in die Schüssel des Multikochers geben, mit Wasser übergießen, mit Salz bestreuen und vermischen. Darauf den Dampfcontainer mit flachen Frikadellen einsetzen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „KOCHEN“ wählen. Stellen Sie **25 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende.

Heilbutt gedämpft, Gemüse

Zutaten:

- Heilbuttfilet – 150 g
- Möhren – 100 g
- Broccoli (eingefroren) – 100 g
- Blumenkohl (eingefroren) – 100 g
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch abspülen, mit Salz und Gewürzen einreiben, Möhren in Scheiben ca. 0,3 cm dick, schneiden. Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, darauf den Dampfcontainer mit allen Zutaten, Salz und Gewürzen, einsetzen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „DAMPFGAREN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende.

Dampf gegarte
gerichte
rezept 70





Gedämpfter Lachs mit Kartoffeln

Zutaten:

- Lachs (Filet) – 300 g
- Kartoffeln – 500 g
- Pilze – 140 g
- Zwiebeln – 100 g
- Sahne 10% – 200 ml
- Pflanzenöl – 50 ml
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch abspülen, mit Salz und Gewürzen einreiben, Pilze, Zwiebeln und Kartoffeln in Würfel ca. 1 cm dick, schneiden. Pilze, Zwiebeln, Pflanzenöl in die Schüssel des Multikochers geben. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren braten lassen. Ca. 3 Minuten vor dem Programmende Sahne, Salz und Gewürze hinzufügen und vermischen und unter Rühren bis zum Programmende braten lassen. Danach fertige Pilze in Sahne in ein separates Gefäß geben. Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, darauf den Dampfcontainer mit darin befindlichem Fisch und Kartoffeln einsetzen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „DAMPFGAREN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Servieren mit Pilzsoße.

Lachs in Nuss-Kruste

Zutaten:

- Lachs (Filet) – 270 g
- Walnuss – 15 g
- Pinienkerne – 15 g
- Wasser – 1 l
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch abspülen, mit Salz und Gewürzen einreiben. Die Nüsse mit einem Messer klein hacken. Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, darauf den Dampfcontainer einsetzen, den Fisch hineinlegen, mit Nüssen bestreuen und leicht andrücken. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „DAMPFGAREN“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Servieren mit Pilzsoße.

Dampf gegarte
gerichte

rezept 72





Weissbrot

Zutaten:

- Weizenmehl – 850 g
- Zucker – 30 g
- Salz – 10 g
- Trockenhefe – 6 g
- Pflanzenöl – 40 ml
- Wasser – 500 ml

Zubereitung

In einem separaten Gefäß warmes Wasser mit Salz, Zucker und Hefe gründlich mit einem Schneebesen mischen. Pflanzenöl (30 ml) und Mehl zufügen und zu einem festen Teig kneten. Mit dem restlichen Öl die Schüssel des Multikochers fetten und den Teig hineinlegen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „JOGHURT“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende. Danach Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 1 Stunde vor Programmende den Deckel öffnen, Brot wenden, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende. Das fertige Brot aus der Schüssel herausnehmen und 20 Minuten abkühlen lassen lassen.

Maisbrot

Brot

rezept 74

Zutaten:

- Weizenmehl – 550 g
- Maismehl – 220 g
- Milch – 100 ml
- Zucker – 20 g
- Salz – 10 g
- Trockenhefe – 7 g
- Pflanzenöl – 50 ml
- Wasser (Zimmertemperatur) – 320 ml

Zubereitung

Maismehl und Weizenmehl, Salz, Zucker und Hefe in einem separaten Gefäß mischen. Unter langsamem Rühren Milch, Pflanzenöl (40 ml) und Wasser hinzufügen. Den Teig solange durchkneten bis er nicht mehr an der Gefäßwand haftet. Mit dem restlichen Öl die Schüssel des Multikochers fetten und den Teig hineinlegen, ebnen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „JOGHURT“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende. Danach Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 1 Stunde vor Programmende den Deckel öffnen, Brot wenden, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende. Das fertige Brot aus der Schüssel herausnehmen und 20 Minuten abkühlen lassen.





Haferbrot

Zutaten:

- Weizenmehl – 580 g
- Haferflocken – 100 g
- Sonnenblumenkerne, geschält – 50 g
- Zucker – 20 g
- Salz – 10 g
- Trockenhefe – 7 g
- Pflanzenöl – 30 ml
- Wasser (Zimmertemperatur) – 420 ml

Zubereitung

Weizenmehl, Haferflocken, Salz, Zucker, Sonnenblumenkerne und Hefe in einem separaten Gefäß mischen. Unter langsamem Rühren Milch, Pflanzenöl (20 ml) und Wasser hinzufügen. Den Teig solange durchkneten bis er nicht mehr an der Gefäßwand haftet. Mit dem Öl (10 ml) die Schüssel des Multikochers fetten und den Teig hineinlegen, ebnen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**JOGHURT**“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Zubereiten bis zum Programmende. Danach Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BACKEN**“ wählen. Stellen Sie **2 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Ca. 1 Stunde vor Programmende den Deckel öffnen, Brot wenden, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende. Das fertige Brot aus der Schüssel herausnehmen und 20 Minuten abkühlen lassen.

Klassischer Biskuit

Zutaten:

- Eier – 250/5 St.
- Weizenmehl – 180 g
- Zucker – 150 g
- Butter – 10 g

Zubereitung

Eier mit Zucker in einem separaten Gefäß steif schlagen. Unter ständigem Rühren Mehl mit Mixer bis zu einer homogenen Masse mixen. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten und den Teig hineinlegen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **50 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende.

Backwaren

rezept 76





Schokoladenkuchen

Zutaten:

- Weizenmehl (Type 405) – 110 g
- Eier – 200 g/4 St.
- Butter – 150 g
- Zucker – 150 g
- Bitterschokolade – 60 g
- Backpulver – 10 g

Zubereitung

Schokolade klein raspeln, Butter weichmachen. Eier mit Zucker in einem separaten Gefäß steif schlagen. Unter ständigem Rühren Butter (140 g), Mehl, Backpulver, geraspelte Schokolade gründlich zu einer homogenen Masse mischen. Mit Butter (10 g) die Schüssel des Multikochers fetten und den Teig hineinlegen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**BACKEN**“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Backen bis zum Programmende.

Zebrakuchen

Backwaren

rezept 78

Zutaten:

- Weizenmehl (Type 405) – 180 g
- Eier – 250 g/5 St.
- Zucker – 150 g
- Kakao – 10 g
- Butter – 10 g

Zubereitung

Eier mit Zucker in einem separaten Gefäß steif schlagen. Unter ständigem Rühren Mehl mit Mixer bis zu einer homogenen Masse mixen. Die fertige Masse in zwei Hälften teilen. In einen Teil Kakao hinzufügen und mit dem Mixer vermischen. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten, danach zuerst einen Teil des normalen Teigs und darauf einen Teil des kakaohaltigen Teigs hineingeben. Den ganzen Teig abwechselnd in die Schüssel füllen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende.





Charlotte

Zutaten:

- Äpfel – 300 g
- Eier – 250/5 St.
- Zucker – 200 g
- Weizenmehl – 180 g
- Butter – 10 g
- Backpulver – 10 g
- Zimt – 2 g

Zubereitung

Die Äpfel von Kerngehäusen sauber befreien, in Würfel ca. 1 cm dick, schneiden. Eier mit Zucker in einem separaten Gefäß steif schlagen. Unter ständigem Rühren Mehl, Backpulver, Zimt gründlich zu einer homogenen Masse mischen. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten, danach zuerst einen kleinen Teil des Teigs mit Äpfeln belegen und darauf den restlichen Teig hineingeben. Den Deckel schließen. Mit der **„MENÜ“** – Taste das Programm **„BACKEN“** wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Drücken Sie die Taste **„START“**. Backen bis zum Programmende.

Quarkauflauf

Backen

rezept 80

Zutaten:

- Quark 9% – 500 g
- Eier – 150 g/3 St.
- Zucker – 50 g
- Rosinen – 50 g
- Grieß – 40 g
- Butter – 10 g
- Salz – 6 g

Zubereitung

Rosinen in warmem Wasser einweichen und abseihen. Eiweiß von Eigelb trennen. In Eiweiß Salz zugeben und steif schlagen. Rosinen, Quark, Eigelb, Zucker und Grieß in einem separaten Gefäß gründlich zu einer homogenen Masse mischen. Zur Quarkmasse das geschlagene Eiweiß zufügen und vorsichtig vermischen. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten und die Quarkmasse einfüllen, ebenen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**BACKEN**“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Backen bis zum Programmende.





Kartoffelaufbau mit Pilzen

Zutaten:

- Kartoffeln – 300 g
- Champignons – 200 g
- Eier – 100 g/2 St.
- Butter – 60 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Pilze mit einem Messer zerkleinern. Kartoffeln klein reiben, auspresen, Ei, Salz hinzufügen und zu einer homogenen Masse mischen. Mit Butter (50 g) die Schüssel des Multikochers fetten und Pilze, Salz zugeben und vermischen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BRATEN“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren bis zum Ende der Zubereitung braten lassen. Die fertigen Pilze in ein separates Gefäß geben. Mit Butter (50 g) die Schüssel des Multikochers fetten und die Hälfte Kartoffelmasse darin ausbreiten, ebnen, Pilze auch ausbreiten, ebnen, darauf die übrige Kartoffelmasse geben und ebnen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende. Den fertigen Auflauf aus der Schüssel herausnehmen und 15 Minuten abkühlen lassen.

Fischkuchen

Backen

rezept 82

Zutaten:

- Hefe-Blätterteig – 500 g
- Makrelenhecht (konserviert) – 250 g
- Kartoffeln – 150 g
- Butter – 10 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Fisch mit einer Gabel zerdrücken, Kartoffeln in dünne Scheiben, ca. 0,5 cm dick, schneiden. Den Teig in zwei Hälften teilen und jede kreisförmig, so groß wie der Durchmesser der Schüssel des Multikochers, ca. 1 cm dick, ausrollen. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten, den ersten Teil des Teigs mit Fisch belegen und darauf die Kartoffelscheiben legen, mit Salz und Gewürzen bestreuen und mit dem zweiten Teil des Teigs abdecken. Die Ränder dicht verschließen und mit der Gabel mehrmals einstechen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 30 Minuten vor Programmende den Deckel öffnen, Kuchen wenden, den Deckel schließen, weiter zubereiten bis zum Programmende.





Vier-Käse-Pizza

Zutaten:

Für Teig:

- Weizenmehl – 800 g
- Olivenöl – 30 ml
- Salz – 15 g
- Frische Hefe – 4 g
- Wasser – 0,5 l

Für Füllung:

- Béchamelsauce – 60 g
- Blauschimmelkäse – 20 g
- Maasdamer Käse – 20 g
- Harter Ziegenkäse – 20 g
- Mozzarella – 20 g
- Butter – 10 g

Zubereitung

Teigzubereitung: Mehl, Salz, Hefe, Wasser, Olivenöl mischen, Teig kneten. Den fertigen Teig in die Schüssel des Multikochers legen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**JOGHURT**“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Zubereiten bis zum Programmende. 1/6 Teil (160 g) des fertigen Teigs nehmen, kreisförmig, so groß wie der Durchmesser der Schüssel des Multikochers, ca. 0,5 cm dick, ausrollen.

Zubereitung des Belags: Käse in Würfel, ca. 0,5 cm dick, schneiden. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten und deren Boden den Teig legen und mit der Soße bestreichen, darauf die Käse-Sorten gleichmäßig verteilen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**BACKEN**“ wählen. Stellen Sie **35 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Backen bis zum Programmende.

Pizza „Peperoni“

Zutaten:

Für Teig:

- Weizenmehl – 800 g
- Salz – 15 g
- Frische Hefe – 4 g
- Olivenöl – 30 ml
- Wasser – 500 ml

Für Füllung:

- Peperoni – 80 g
- Mozzarella – 120 g
- Tomatenmark – 50 g
- Butter – 10 g

Zubereitung

Teigzubereitung: Mehl, Salz, Hefe, Wasser, Olivenöl mischen, Teig kneten. Den fertigen Teig in die Schüssel des Multikochers legen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „JOGHURT“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende.

1/6 Teil (160 g) des fertigen Teigs nehmen, kreisförmig, so groß wie der Durchmesser der Schüssel des Multikochers, ca. 0,5 cm dick, ausrollen. Zubereitung des Belags: Peperoni in Ringe, ca. 0,2 cm, Mozzarella in Scheiben ca. 0,5 cm dick, schneiden. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten und deren Boden den Teig legen und mit der Tomatensoße bestreichen, darauf die Peperoni und Mozzarella gleichmäßig verteilen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **35 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende.

Backen

rezept 84





Pizza mit Meeresfrüchten

Zutaten:

Für Teig:

- Weizenmehl – 800 g
- Salz – 15 g
- Frische Hefe – 4 g
- Olivenöl – 30 ml
- Wasser – 500 ml

Für Füllung:

- Hartkäse – 60 g
- Cherry-Tomaten – 60 g
- Meeresfrüchte
Cocktail – 40 g
- Tomatenmark – 20 g
- Schmand 20% – 20 g
- Olive – 15 g
- Butter – 15 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Teigzubereitung: Mehl, Salz, Hefe, Wasser, Olivenöl mischen, Teig kneten. Den fertigen Teig in die Schüssel des Multikochers legen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „JOGHURT“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende. 1/6 Teil(160 g) des fertigen Teigs nehmen, kreisförmig, so groß wie der Durchmesser der Schüssel des Multikochers, ca. 0,5 cm dick, ausrollen. Zubereitung des Belags: Meeresfrüchte auftauen, abspülen, abseihen. Tomaten in Scheiben, ca. 0,5 cm dick, schneiden, Oliven vierteln, Käse grob reiben. Zubereitung der Soße: Tomatenmark, Schmand, Salz, Gewürze zu einer homogenen Masse mischen. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten und deren Boden den Teig legen und mit der Soße bestreichen, darauf den Belag gleichmäßig verteilen und mit Käse bestreuen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **35 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende.

Käsekuchen

Zutaten:

- Doppelrahmkäse – 500 g
- Eier – 250 g/5 St.
- Zucker – 170 g
- Mürebekeks – 150 g
- Mehl – 100 g
- Butter – 100 g
- Vanillin – 5 g
- Erdbeersirup – 50 ml

Zubereitung

Kekse zerkrümeln, dazu Butter, ein Ei zugeben und zu einer homogenen Masse mischen. Den fertigen Teig in die Schüssel des Multikochers legen, ebnen und Ränder formen. Eiweiß von Eigelb trennen. Eiweiß steif schlagen und ohne Unterbrechung Zucker zufügen. Eiweiß vorsichtig unter Käse mischen. Vanillin zugeben und zu einer homogenen Masse mischen. Die fertige Füllung in die Schüssel des Multikochers auf dem Teig verteilen und ebnen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „BACKEN“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde 30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Backen bis zum Programmende. Den fertigen Käsekuchen abkühlen lassen. Vor dem Servieren mit Erdbeersirup beträufeln.



Desserts

rezept 86



Crema catalana

Zutaten:

- Sahne (20%) – 350 ml
- Milch (3,2%) – 150 ml
- Eier – 200 g/4 St.
- Zucker – 70 g
- Orangenschale – 20 g
- Vanillezucker – 15 g
- Kartoffelstärke – 10 g
- Zimt – 5 g

Zubereitung

Eiweiß von Eigelb trennen, Zucker und Vanillezucker dazugeben und zerreiben. Orangenschale klein reiben und zusammen mit Stärke ins gezuckerter Eigelb hineinmischen. Während des Durcheinandermischens, Sahne und Milch hinzufügen bis eine dünne Creme entsteht. Die Creme in die Schüssel des Multikochers geben. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**MILCHREIS**“ wählen. Stellen Sie **7 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Bei offenem Deckel bis zum Programmende zubereiten lassen. Die fertige Creme in Formen füllen und für 2 Stunden in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren mit Rohrzucker bestreuen und flambieren.

Schokoladen-Panna cotta

Desserts

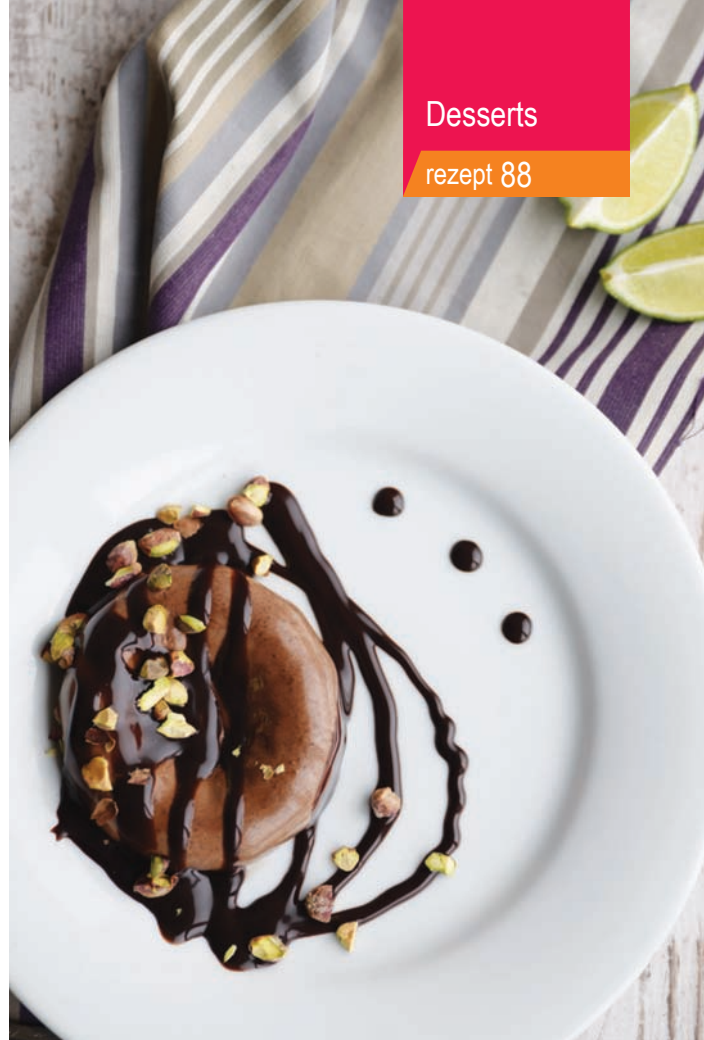
rezept 88

Zutaten:

- Sahne 33% – 400 ml
- Milch 2,5% – 120 ml
- Bitterschokolade – 100 g
- Zucker – 50 g
- Blattgelatine – 12 g
- Vanillin – 1 g

Zubereitung

Schokolade fein raspeln, Gelatine für 1 Minute in kaltem Wasser einweichen und auswringen. Schokolade, Sahne, Zucker, Milch, Vanillin in die Schüssel des Multikochers geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende. Nach erfolgter Zubereitung den Deckel öffnen, mit einem Schneebesen mischen, Gelatine zugeben und wieder mischen bis sie vollaufgelöst ist. Die fertige Masse in Formen füllen und für 3-4 Stunden in den Kühlschrank stellen.





Schokoladen-Orangen-Mousse

Zutaten:

- Bitterschokolade – 200 g
- Eier – 200 g/4 St.
- Zucker – 50 g
- Butter – 50 g
- Orangenschale – 15 g
- Orangensaft – 20 ml

Zubereitung

Eiweiß von Eigelb trennen. Eiweiß steif schlagen. Eigelb, Orangensaft und Orangenschale zu homogener Masse mischen. Schokolade in kleine Stücke brechen. Schokolade, Butter, Zucker in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Programmende. Nach erfolgter Zubereitung den Deckel öffnen, fertige Schokoladensoße mischen bis eine homogene Masse entsteht. In einem separaten Gefäß Eimix mit Schokoladensoße mischen, danach erhaltenes Gemisch zum Eiweiß geben und vorsichtig mischen. Die fertige Masse in Gläser oder Formen aus Orangen füllen und für 2-3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Orangenkonfitüre

Desserts

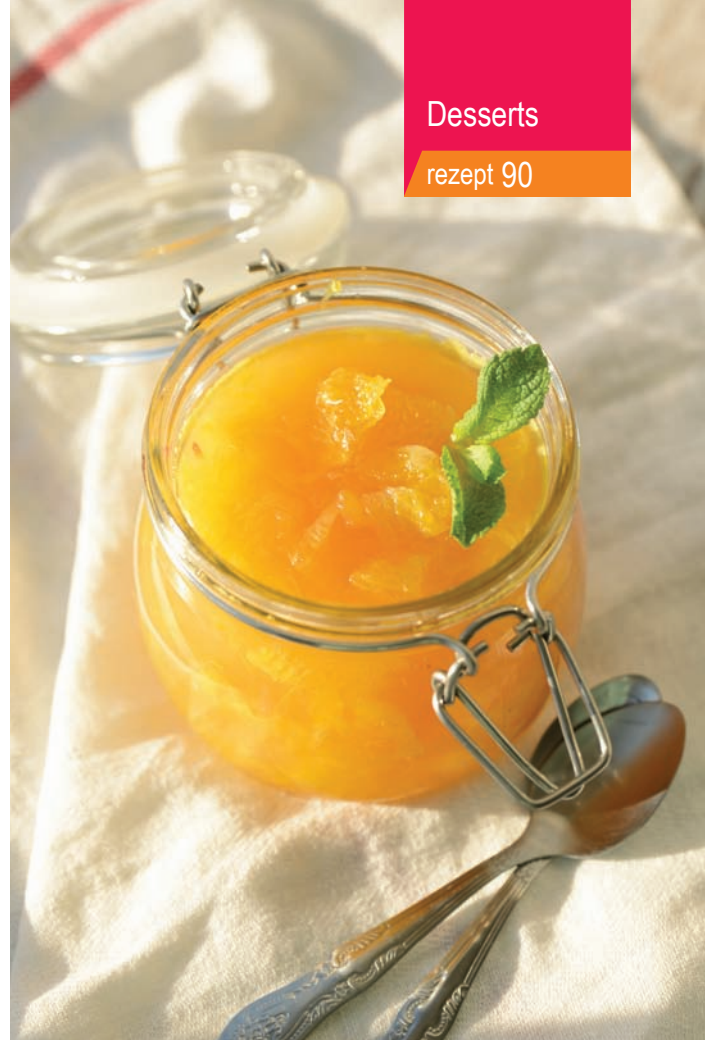
rezept 90

Zutaten:

- Orange – 1 kg
- Zucker – 500 g

Zubereitung

Orangen schälen, in Würfel, ca. 2 cm dick, schneiden, In die Schüssel des Multikochers geben, Zucker hinzufügen und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**SCHMOREN**“ wählen. Stellen Sie **40 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende.





Schokoladenfondue

Zutaten:

- Bitterschokolade – 200 g
- Sahne 22% – 200 ml

Zubereitung

Schokoladentafel in kleine Stücke brechen. In die Schüssel des Multikochers geben, Sahne hinzufügen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **5 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Bei offenem Deckel unter ständigem Rühren bis zum Ende der Zubereitung kochen lassen.

Käsefondue

Zutaten:

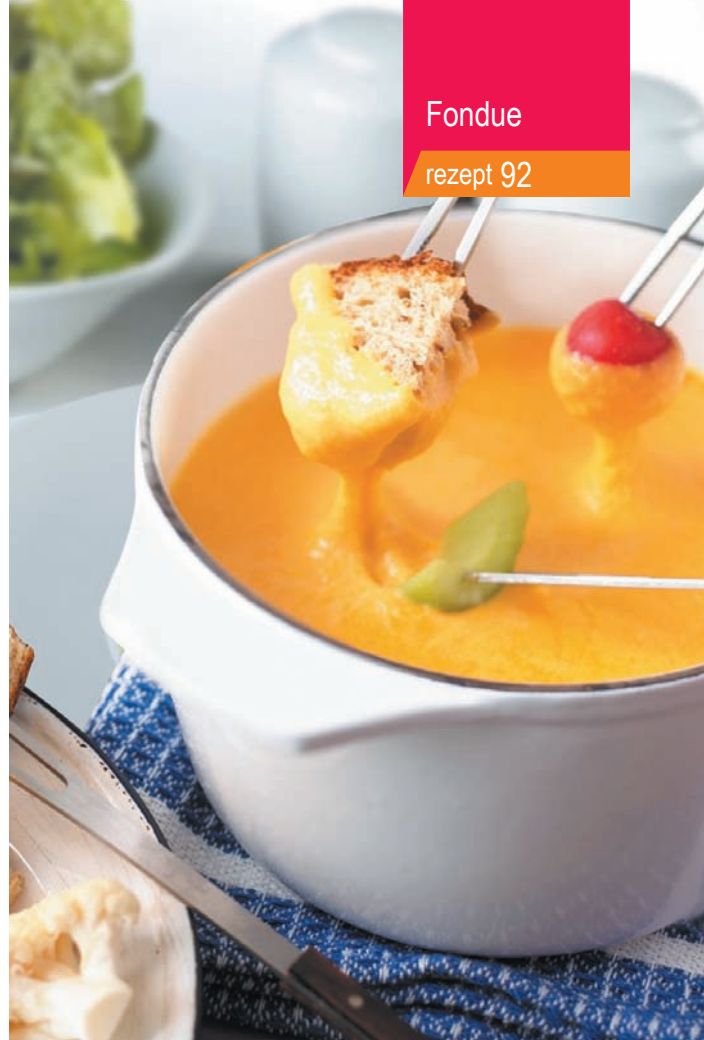
- Cheddar – 350 g
- Knoblauch – 10 g
- Stärke – 10
- Weißwein – 150 ml
- Sahne 22% – 75 ml
- Zitronensaft – 5 ml
- Zucker
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Käse grob, Knoblauch fein reiben. Sahne, Stärke und Zucker in einem separaten Gefäß zu einer homogenen Masse mischen. Wein in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“-Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Ca. 5 Minuten vor dem Zubereitungsende Knoblauch und Käse hinzufügen und ständig rühren, damit homogene Masse entsteht. Ohne das Mischen zu unterbrechen, Zitronensaft, Salz und Gewürze hinzufügen. Ca. 2 Minuten vor dem Zubereitungsende unter ständigem Rühren eine Mischung aus Sahne und Stärke hinzufügen. Kochen bis zum Programmende.

Fondue

rezept 92





Hausgemachter Käse

Zutaten:

- Quark 9% – 1 kg
- Butter – 130 g
- Eier – 100g/2 St.
- Natron – 10 g
- Salz – 10 g
- Milch 3,2% – 1 l
- Gewürze

Zubereitung

Quark durch einen Fleischwolf drehen, Eigelb vom Eiweiß trennen, Butter erweichen. Butter (120 g), Natron und Salz in separaten Gefäß zu einer homogenen Masse mischen. Milch in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **15 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Eine saubere Gaze in kaltem Wasser einfeuchten, doppelt in ein Sieb hineinlegen. Die heiße Quarkmasse abseihen und die Molke durchfließen lassen. Nachdem die Molke abgelassen ist, Quark in ein separates Gefäß geben, mit geschlagener Butter und Eigelb zu einer homogenen Masse mischen. Die erhaltene Masse in die Schüssel des Multikochers geben. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Zubereiten bis zum Ende des Programms unter ständigem Rühren, solange die Masse nicht zu schmelzen beginnt und wird dehnbar. Ein separates Gefäß mit Butter (10 g) fetten, heiße Käsemasse hineingeben, drauf mit leichtem Gewicht pressen und für 10–12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Schmelzkäse

Zutaten:

- Quark 9% – 500 g
- Eier – 100 g/2 St.
- Butter – 100 g
- Natron – 5 g
- Salz
- Gewürze

Zubereitung

Quark durch einen Fleischwolf drehen. Quark, Butter, Ei, Salz, Gewürze und Wasser in separatem Gefäß zu einer homogenen Masse mischen. Die fertige Masse in die Schüssel des Multikochers geben. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **10 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Unter ständigem Rühren erhält die Masse eine homogene Konsistenz. Bei offenem Deckel unter ständigem Mischen bis zum Ende des Programms zubereiten. Die fertige Masse in ein separates Gefäß umfüllen und abkühlen lassen.



Sauermilch-
produkte
rezept 94



Klassischer Joghurt

Zutaten:

- Milch 2,5% – 350 ml
- Sahne 10% – 350 ml
- Gärstoff (Sauermilch 1%) – 300 ml

Zubereitung

Milch bei Zimmertemperatur mit Gärstoff und Sahne mischen, in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**JOGHURT**“ wählen. Stellen Sie **12 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Fertigen Joghurt in Gläser füllen und im den Kühlschrank abkühlen lassen.

Erdbeerjoghurt

Sauermilch-
produkte
rezept 96

Zutaten:

- Milch 2,5% – 350 ml
- Sahne 10% – 350 ml
- Gärstoff (Sauermilch 1%) – 300 ml
- Erdbeere – 100 g

Zubereitung

Die Erdbeeren in Würfel, ca. 0,5 cm dick, schneiden, Milch bei Zimmertemperatur mit Gärstoff und Sahne mischen, mit Erdbeeren in die Schüssel des Multikochers geben. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „**JOGHURT**“ wählen. Stellen Sie **12 Stunden** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Fertigen Joghurt in Gläser füllen und im Kühlschrank abkühlen lassen.





Fruchtgetränk

Zutaten:

- Erdbeere – 70 g
- Kirschen (entsteint) – 70 g
- Pflaumen (entsteint) – 70 g
- Schwarze Johannisbeere – 70 g
- Brombeere – 70 g
- Zucker – 210 g
- Wasser – 1,6 l

Zubereitung

Alle Zutaten in die Schüssel des Multikochers geben, mit Wasser mischen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**SUPPEN**“ wählen. Stellen Sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende.

Glühwein

Getränke

rezept 98

Zutaten:

- Wein, rot, trocken – 700 ml
- Zucker – 100 g
- Rosinen – 10 g
- Gewürznelken – 7 g
- Ingwer – 5 g
- Bitterorangenschale – 5 g
- Zimt – 5 g
- Kardamom – 5 g

Zubereitung

Rosinen, Ingwer, Wein, Zucker, Bitterorangenschale, Zimt, Kardamom, Gewürznelken in die Schüssel des Multikochers geben und gut mischen. Den Deckel schließen. Die Taste **„WARMHALTEN/BEENDEN“** drücken. Wenn das Display 1 Stunde zeigt, nochmal die Taste **„WARMHALTEN/BEENDEN“** drücken.



REDMOND

Für die Kleinsten

Die Babyernährung ist eine Wissenschaft für sich, welche jede Mutter begreifen sollte. In den sechs ersten Monaten des Lebens bleibt das Hauptprodukt in der Ration des Kindes die Milch der Brust, deren Qualität von der Ernährung der Mutter direkt abhängt. Während der Stillzeit besonders empfehlenswert sind die Dampfgegartenen Gerichte ohne Zugabe von Soßen und Gewürzen.

Die richtige Ernährung des Babys im ersten Lebensjahr spielt eine ganz wichtige Rolle und es sollte sein Essen zu bestimmten Zeiten angeboten bekommen. Dank der „**STARTZEITVORWAHL**“ können Sie den Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** so programmieren, dass das Essen zur richtigen Zeit zubereitet, und dadurch das Wohl des Kindes nicht gefährdet wird.

Sehr nützlich für die Ernährung von Säuglingen sind die Sauermilchprodukte. Die Programme des Multikochers ermöglichen Ihnen Naturjoghurt zu Hause zu bereiten, was bedeutet, dass Sie solche Produkte für Ihr Kind nicht mehr kaufen müssen.

Ab Ende des 1. Lebensjahr kommen später die ersten Milchbreichen, die geriebenen Beeren und Früchte, die sorgsam von Mamas Händen zubereitet werden. Dabei sollte auf die genauen Proportionen und die besondere thermische Bearbeitung jedes Produktes geachtet werden.

Der Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** hilft Ihnen bei Zubereitung von leckeren und gesunden Mahlzeiten für Ihr Baby. Er schenkt Ihnen die Möglichkeit, mehr Zeit mit Ihrem Kind bei fröhlichen Lernspielen zu verbringen, weil das Kochen mit dem Multikocher sehr einfach ist. Die Milchbreie, das Frucht- und Gemüsepuée, die Dampfgegartenen Gerichte und vieles andere kann man schnell und ohne überflüssige Mühe zubereiten!

Im Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** kann man nicht nur kochen, sondern auch die Kindernahrung erwärmen, sowie die Fläschchen sterilisieren.

Bei der Zubereitung des Gerichts für die Kleinen ist es besser anstelle des Salzes und des Zuckers, Fructosesirup und Salzlösung zu verwenden.

Für die Herstellung der Salzlösung nehmen Sie 50 ml warmen Wassers und lösen 15 g Salz auf.

Für die Herstellung des Fructosesirup nehmen Sie 50 ml warmes Wasser und lösen darin 100 g Fructose auf.

Hierbei ist zu berücksichtigen, dass es nicht nötig ist, diese Lösungen in großen Mengen vorzubereiten, da sich im Laufe der Aufbewahrung in ihnen Bakterien und andere Mikroorganismen ansiedeln können.





Fruchtpüree

Zutaten:

- Birnen grüner Sorten – 240 g
- Äpfel grüner Sorten – 240 g
- Fructose-Sirup – 3 ml
- Wasser – 600 ml

Zubereitung

Früchte säubern, in Würfel, ca. 3 cm dick, schneiden. Wasser in die Schüssel des Multikochers geben, darauf den Dampfcontainer einsetzen, gleichmäßig Früchte in ihm verteilen mit Fruchtsirup beträufeln. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**DAMPFGAREN**“ wählen. Stellen Sie **20 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Die fertigen Früchte in ein separates Gefäß geben und pürieren.

Gemüsepuüre

Kindermenü

rezept 100

Zutaten:

- Möhren – 70 g
- Weißkraut – 70 g
- Kartoffeln – 70 g
- Butter – 5 g
- Fructose-Sirup – 5 ml
- Salzlösung – 3 ml
- Wasser – 200 ml

Zubereitung

Gemüse für 1 Stunde in Wasser einweichen, danach in Würfel, ca. 1 cm dick, schneiden. Mit Butter die Schüssel des Multikochers fetten, Gemüse, Wasser, Fruchtsirup, Salzlösung hineingeben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „**MENÜ**“ – Taste das Programm „**DAMPFGAREN**“ wählen. Stellen Sie **30 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Drücken Sie die Taste „**START**“. Kochen bis zum Programmende. Das fertige Gemüse in ein separates Gefäß geben, mit erhaltener Brühe begießen und pürieren.





Reisbrei mit Quark

Zutaten:

- Quark – 50 g
- Reis – 30 g
- Butter – 6 g
- Fructose-Sirup – 4 ml
- Wasser – 300 ml

Zubereitung

Den Reis waschen bis das Wasser klar wird. In die vorgeölte Schüssel des Multikochers Reis, Wasser und Fruchtsirup geben und mischen. Den Deckel schließen. Mit der „MENÜ“ – Taste das Programm „MILCHREIS“ wählen. Stellen Sie **25 Minuten** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „Stunden“ und „Minuten“ drücken. Drücken Sie die Taste „START“. Kochen bis zum Programmende. Den fertigen Reis in ein separates Gefäß geben, Quark hinzufügen und pürieren.



Sterilisieren

Solange die Immunität des Babys nicht ausreichend erstarkt ist, wird die Sterilisation des Geschirrs helfen, es vor vielen schädlichen Bakterien zu schützen. Zu den Wirksamsten gelten die Methoden der Sterilisation mit Hilfe des Wassers (Autoklav) oder des Dampfes. Mit dem Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** geht es leicht und schnell, die Gegenstände zu sterilisieren, was mit Wasser- (medizinisch), als auch mit den Dampfverfahren möglich ist.

Für die Fläschchen und die großen Gegenstände (die Wasserverfahren nach dem Prinzip des Autoklaven):

1. Füllen Sie die Fläschchen für das Essen mit Wasser, schließen Sie die Deckel dicht und stellen Sie diese in der Schüssel des Multikochers auf. Füllen Sie die Schüssel mit Wasser bis zum Hals der Fläschchen.
2. Stellen Sie die Schüssel in den Multikocher, überzeugen Sie sich, dass die Schüssel mit dem Heizelement engen Kontakt hat. Schließen Sie den Deckel bis zum Anschlag, dabei ist ein „Klick“ zu hören. Schließen Sie das Gerät an das Stromnetz an.
3. Mit der **„Menü“** -Taste das Programm **„SUPPEN“** wählen.
4. Stellen sie die nötige Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten **„Stunden“** und **„Minuten“** drücken. Die Standardvoreinstellung des Programms „Suppe“ ist **60 Minuten**.
5. Drücken Sie die Taste **„Start“**. Es wird auf dem Display der Indikator der Tasten **„Start“** und der Indikator **„WARMHALTEN“** aufleuchten. Dadurch wird das ausgewählte Programm eingeschaltet und es erfolgt ein Countdown. Nochmalig die Taste **„Start“** drücken schaltet die Funktion **„WARMHALTEN“** ab (der Indikator **„WARMHALTEN“** auf dem Display wird erlöschen).
6. Nach dem Programmende ertönt ein Signalton. Das Gerät wird auf Standby-Betrieb schalten.
7. Wenn Sie ein Programm abbrechen oder die Zubereitung vorzeitig beenden wollen, dann drücken Sie die **„WARMHALTEN/BEENDEN“** – Taste.

Nach dem Programmende nehmen Sie die Fläschchen aus der Schüssel heraus und lassen sie geschlossen. Im solchen Zustand bleiben sie bis 12 Stunden steril. Falls notwendig gießen Sie das Wasser aus den Fläschchen aus und verwenden Sie sie bestimmungsgemäß.

Für die Schnuller und der kleinen Gegenstände (der Dampfverfahren):

1. Die kleinen Gegenstände (Schnuller, Besteck, Beißringe usw.) legen Sie in den Dampfcontainer.
2. Füllen Sie mit 600-1000 ml Wasser die Schüssel auf, überzeugen Sie sich, dass die Schüssel mit dem Heizelement engen Kontakt hat. Stellen Sie den Dampfcontainer in die Schüssel.
3. Schließen Sie den Deckel bis zum Anschlag, dabei ist ein „Klick“ zu hören. Schließen Sie das Gerät an das Stromnetz an.
4. Mit der „**Menü**“-Taste das Programm „**DAMPFGAREN**“ wählen.
5. Stellen sie **1 Stunde** Zubereitungszeit ein, indem Sie die Tasten „**Stunden**“ und „**Minuten**“ drücken. Die Standartvoreinstellung des Programm „**DAMPFGAREN**“ ist **30 Minuten**.
6. Drücken Sie die Taste „**Start**“. Es wird auf dem Display der Indikator der Tasten „**Start**“ und der Indikator „**WARMHALTEN**“ aufleuchten. Dadurch wird das ausgewählte Programm eingeschaltet und es erfolgt ein Countdown. Nochmalig den Taste „**Start**“ drücken schaltet die Funktion „**WARMHALTEN**“ (der Indikator „**WARMHALTEN**“ auf dem Display wird erlöschen).
7. Nach dem Programmende ertönt ein Signalton. Das Gerät wird auf Standby-Betrieb schalten.
8. Wenn Sie ein Programm abbrechen oder die Zubereitung vorzeitig beenden wollen, dann drücken Sie die „**WARMHALTEN/BEENDEN**“ – Taste.

Nach dem Programmende werden alle in den Dampfcontainer gelegten Gegenstände steril sein.

Pasteurisierung

Die Pasteurisation ist ein Prozess des einmaligen Erwärmens der flüssigen Lebensmittel bis zu 60 °C im Laufe von 1 Stunde oder bis zur Temperatur 70–80 °C im Laufe von den einigen Minuten. Sie wird zur Desinfektion der Lebensmittel, sowie für die Verlängerung der Frist ihrer Aufbewahrung verwendet. Der Nahrungswert der Lebensmittel ändert sich bei der Pasteurisation nicht, alle geschmacklichen Qualitäten und die wertvollen Komponenten (Vitamine, Fermente) bleiben erhalten.

1. Füllen Sie das Produkt in die Schüssel, aber nicht höher als die „max“ Markierung auf ihrer inneren Oberfläche. Stellen Sie die Schüssel in den Multikocher.
2. Überzeugen Sie sich, dass die Schüssel mit dem Heizelement engen Kontakt hat. Schließen Sie den Deckel bis zum Anschlag, dabei ist ein „Klick“ zu hören. Schließen Sie das Gerät an das Stromnetz an.
3. Drücken Sie die „**WARMHALTEN/BEENDEN**“ – Taste.
4. Nach Ablauf des Programms der Pasteurisation schalten Sie die Funktion der Aufrechterhaltung der Temperatur ab, drücken Sie die „**WARMHALTEN/BEENDEN**“ – Taste
5. Wenn Sie ein Programm abbrechen oder die Funktion der Aufrechterhaltung der Temperatur vorzeitig beenden wollen, dann drücken Sie die „**WARMHALTEN/BEENDEN**“ – Taste.

Nach der Pasteurisierung nehmen Sie das pasteurisierte Produkt aus dem Multikocher heraus, kühlen es ab und bewahren es an einem kühlen und trockenen Ort auf.

Die erwärmung einer kinderernährung

Im Multikocher **REDMOND RMC-M4500DE** kann man den Effekt eines Wasserbads schaffen. Es ist die schnelle und sichere Weise gleichmäßig und feinfühlig die Milchmischung oder die kleinen Dosen mit Kindernahrung bis zu angenehmer Temperatur für das Kind aufzuwärmen.

1. Füllen Sie mit 2 l Wasser die Schüssel auf, Stellen Sie den Behälter mit dem Produkt in die Schüssel.
2. Stellen Sie die Schüssel in den Multikocher, überzeugen Sie sich, dass die Schüssel mit dem Heizelement engen Kontakt. Schließen Sie den Deckel bis zum Anschlag, dabei ist ein „Klick“ zu hören. Schließen Sie das Gerät an das Stromnetz an.
3. Mit der „**Menü**“ – Taste das Programm „**JOGHURT**“ wählen. Die Standartvoreinstellung des Programm „**JO-GHURT**“ ist **8 Stunden**.
4. Drücken Sie die Taste „**Start**“. Es wird auf dem Display der Indikator der Taste „**Start**“ aufleuchten. Dadurch wird das ausgewählte Programm eingeschaltet und es erfolgt ein Countdown.
5. Die minimale Zeit der Erwärmung des Produktes bis zu 37–39°C im gewählten Programm dauert 60 Minuten, danach kann man durch Druck auf die Taste „**WARMHALTEN/BEENDEN**“ die Arbeit des Programms unterbrechen und das Produkt bestimmungsgemäß verwenden.
6. Nach dem Programmende ertönt ein Signalton.
7. Wenn Sie ein Programm abbrechen oder die Zubereitung vorzeitig beenden wollen, dann drücken Sie die „**WARM-HALTEN/BEENDEN**“ – Taste.

Vor Gebrauch aufgewärmten Inhalt gut schütteln!

FÜR NOTIZEN

[illegible]

FÜR NOTIZEN

ES IST EINFACH LECKERE GERICHTE ZU KOCHEN!
MACHEN SIE IHRE KULINARISCHEN TRÄUME MIT
DEM **REDMOND** MULTIKOCHER WAHR.



REDMOND Industrial Group LLC, USA
www.redmond-ig.com
www.multicooker.de

Printed in Finland



Produktionsdatum: 31.10.2013