

Книга рецептов

Готовим на пароконвектоматах Arach

Стейк из семги на гриле с овощами
Щи в горшочке из квашеной капусты
Запеканка творожная с бананами и клубникой
Мексиканское буррито
Пирожки с тунцом
Хачапури по-имеретински
Куриные крылышки в медово-соевом соусе
Чизкейк с манговым пюре
Королевская песочная ватрушка
Шоколадные кексы

Стейк из сёмги на гриле с овощами



Ингредиенты:

стейк семги	300 г
лимон	1 шт.
розмарин	1 ветка
тимьян	1 ветка
перец болгарский	3 шт.
цукини	100 г
шампиньоны крупные	100 г
оливковое масло	50 мл
белый винный уксус	1 ст. л.
соль	
перец	

Рыбу натереть солью, перцем, смазать оливковым маслом и сбрызнуть соком лимона, оставить мариноваться на 10 минут. Овощи вымыть, нарезать крупными кусками, сложить в миску, добавить тимьян, розмарин, соль, перец, белый винный уксус, оливковое масло, лимон и хорошо перемешать. Оставить мариноваться 10-15 минут.

Разогреть пароконвектомат Arach до 210°C, выложить овощи и рыбу на решётку гриль и запекать 10 минут в комбинированном режиме "пар+горячий воздух" и 5 минут в режиме "горячий воздух".

Щи в горшочке из квашеной капусты



Ингредиенты:

	200 г
филе курицы	200 г
филе утки	300 г
квашеная капуста	2 шт.
морковь	1 шт.
лук	1 шт.
картофель	4 шт.
сметана	100 г
лавровый лист	1 шт.
перец	1 шт.
соль	
петрушка и укроп	
слоеное тесто	500 г
яйца	1 шт.

Вымыть мясо, залить холодной водой и варить до половины готовности. Вынуть мясо, нарезать небольшими кусочками, разложить в порционные горшочки. Помыть и очистить картофель, морковь и лук, нарезать небольшими кусочками. В порционные горшочки добавить картофель, морковь, лук, кислую капусту, специи, процеженный бульон, приправить солью и перцем. Горшочки закрыть крышками .

Тушить щи в пароконвектомате Arach около 1 часа в комбинированном режиме "пар+горячий воздух" при температуре 180°C.

За 15 минут до готовности, снять крышки. Раскатать тесто толщиной 0,5 см, нарезать на подходящие по размеру квадраты, так чтобы края теста свисали с горшков, промазать края горшков слегка взбитым яйцом и уложить на них смазанные яйцом квадратики теста.

Перед подачей на стол посыпать щи мелко нарезанной зеленью петрушки и добавить ложку сметаны.

Запеканка творожная с бананами и клубникой



Ингредиенты:

творог	500 г
яйца	3 шт.
сметана	200 г
мука	5 ст.л.
разрыхлитель	0,5 ч.л.
сахар	100 г
бананы	3-4 шт.
слив. масло	2 ст.л.
клубника	200 г

Яйца взбить с сахаром до белой массы. Добавить протёртый через сито творог, затем сметану и муку с разрыхлителем. Вымешаное тесто вылить в форму, сверху положить кусочки бананов и клубники и слегка их утопить. Выпекать 30-40 минут в предварительно разогретом пароконвектомате Arach при комбинированном режиме "пар+горячий воздух" при 180-190°C.

Мексиканское буррито



Ингредиенты:

тортильяс	10 шт.
помидоры	3 шт.
болгарский перец	2 шт.
репчатый лук	1 шт.
говяжий фарш	600 г
зубчики чеснока	3 шт.
красная фасоль	250 г
сыр "Чеддер"	200 г
орегано	1 ч.л.
перец чили	1 шт.
растительное масло	
соль	
сметана	
соус гуакомоле	

Измельчённые лук и чеснок обжарить в глубокой гастроемкости на растительном масле в течение 5 минут в пароконвектомате Arach в режиме горячий воздух, добавить фарш и продолжать обжаривать ещё 5-7 минут. К фаршу добавить нарезанные небольшими кубиками перец и помидоры и тушить до готовности 15-20 минут в комбинированном режиме "пар+горячий воздух". Довести до вкуса с помощью специй. В тортилью положить немного получившегося фарша, посыпать сыром и плотно свернуть конвертом, уложить на противень и поставить в разогретый пароконвектомат Arach до 200°C на 5-10 минут в комбинированном режиме "пар+горячий воздух". Подавать со сметаной и гуакомоле (соус из пюре авокадо). Употреблять с текилой и лаймом.

Пирожки с тунцом



Ингредиенты:

тесто слоеное	500 г
консервированный тунец	300 г
яйца	2 шт.
каперсы	1 ст.л.
зеленый лук	5-7 перьев
соль	
черный перец	

Сварить 1 яйцо в крутую, очистить. Из банки с тунцом слить жидкость в миску и сохранить её. Кусочки тунца размять вилкой, яйцо и зелёный лук мелко порезать, каперсы мелко порубить, смешать все компоненты начинки, приправить солью и перцем. Если начинка сухая, долить немного жидкости из-под тунца.

На присыпанном мукой столе раскатать тесто в прямоугольный пласт, толщиной 5 мм и разрезать на квадраты со стороной 6-8 см. В середину каждого квадрата положить начинку и согнуть края треугольником или прямоугольником. Прижать края вилкой.

Яйцо взбить с солью и смазать пирожки. Выложить на простеленный пергаментом противень и поставить в разогретый пароконвектомат Arach до температуры 200°C на 20 минут в режиме "горячий воздух".

Хачапури по-имеретински



Ингредиенты:

мука	1 кг
сухие дрожжи	1 упак.
вода	700 мл
растительное масло	50 мл
соль	1 ч.л.
сахар	1 ч.л.
имеретинский сыр (или адыгейский)	1 кг
сливочное масло	100 г

В большой кастрюле дрожжи залить тёплой водой и оставить на 15 минут. Добавить часть муки и замесить жидкое тесто. Добавить соль, сахар, оставшуюся часть муки и вымешивать до тех пор, пока тесто не станет гладким и эластичным. Закрывать кастрюлю пищевой плёнкой и поставить подходить в тёплое место на 1 час.

Добавить в тесто растительное масло, перемешать, чтобы оно полностью впиталось в тесто.

Сыр натереть на тёрке. Пресный сыр стоит подсолить.

Разделить тесто на 5 частей. На присыпанной мукой доске размять тесто в лепёшку толщиной 1,5 см. Выложить 1\5 часть начинки в центре лепешки, распределить начинку, а затем собрать тесто в мешочек вокруг начинки и слегка раскатать снова в лепешку.

Из предварительно разогретого пароконвектомата до 200°C достать хорошо прогретый противень, выложить на него сформированный пирог швом вниз. Пальцами размять тесто по размеру формы. Работать необходимо осторожно, чтобы не порвать тесто.

Проколоть тесто вилкой в нескольких местах. Выпекать пирог в пароконвектомате Arach 17-20 минут при 200°C в режиме "горячий воздух". Готовый пирог переложить на блюдо и обильно смазать сливочным маслом.

Куриные крылышки в медово-соевом соусе



Ингредиенты:

куриные крылышки	1 кг
мед	2 ст. л.
соевый соус	5 ст. л.
зубчики чеснока	3 шт.
томатная паста	2 ст. л.
перец красный молотый	1 ч. л.
перец черный молотый	2 ч. л.
соль	

Куриные крылышки нарезать на фаланги. Смешать в миске мёд, мелкорубленый чеснок, соевый соус, томатную пасту, перец красный, перец чёрный и соль, добавить в смесь крылышки и хорошо перемешать.

Оставить мариноваться в течение 1 часа. Выложить на противень и запекать в пароконвектомате Arach в течение 20 минут при температуре 190-200°C в комбинированном режиме "пар+горячий воздух".

При подаче посыпать зелёным луком.

Чизкейк с манговым пюре



Ингредиенты:

сливочный сыр	400 г
яйца	3 шт.
сметана 20 %	100 г
сахар	100 г
пюре из манго	100 г
сливочной масло	100 г
юбилейное печенье	100 г
лимонный сок	1 ст. л.

Для подложки под чизкейк, необходимо растолочь печенье скалкой или в комбайне до состояния крошки и перемешать с холодным сливочным маслом до образования однородной массы. Выложить в простеленную пергаментом круглую форму ровным слоем, придавливая руками. Поставить форму в холодильник на 10 минут. В разогретый до 200 °С пароконвектомат Arach поставить форму с подложкой и выпекать в течение 10 минут в режиме "горячий воздух".

Яйца взбить с сахаром, добавить сливочный сыр, сметану, лимонный сок и пюре из манго, а затем взбить все. Влить получившуюся смесь в форму и поставить в разогретый пароконвектомат при 200°C на 10 минут в режиме "горячий воздух", потом понизить температуру до 150°C и выпекать ещё 40 минут в комбинированном режиме "пар+горячий воздух". После этого дать остыть и выстояться в холодильнике не менее 4 часов.

Королевская песочная ватрушка



Ингредиенты:

сливочное масло	200 г
мука	250 г
сахар	250 г
соль	1/2 ч.л.
сода	1/2 ч.л.
творог	400 г
яйца	5 шт.
ванилин	
курага	50 г
изюм	50 г
сушеная вишня	50 г
миндальные хлопья	50 г

Холодное масло нарезать кусочками, выложить в миску, добавить просеянную муку, соль, 3 ст. л. сахара и соду. Вымесить до образования крошки. 2/3 рыхлого теста выложить в смазанную маслом форму с пергаментом.

Взбить яйца со стаканом сахара и ванилином, добавить творог, перемешать. Выложить смесь в форму на тесто. Сверху начинки выложить орехи и сухофрукты, засыпать оставшимся тестом и поставить в предварительно разогретый пароконвектомат Arach при температуре 180°C на 40-45 минут в режиме "горячий воздух".

Шоколадные кексы



Ингредиенты:

сливочное масло	80 г
сахар	2 ст.л.
яйца	2 шт.
мука	3 ст.л.
разрыхлитель	100 г
шоколад	1/2 ч. л.
грецкие орехи	50 г

Растопить шоколад на водяной бане. В чаше для миксера взбить мягкое сливочное масло с сахаром. Добавить яйца, все тщательно взбить и влить растопленный шоколад. Взбить до однородной массы. Добавить муку (2–3 ст.ложки с горкой), разрыхлитель, ванильный сахар и измельченные орехи. Размешать до однородности. Выложить тесто в формочки. Выход: 6 больших или 12 маленьких кексов. Поставить в предварительно разогретый пароконвектомат Arach на 175–180 °С на 15–20 минут в режиме "горячий воздух". Проверить готовность кекса деревянной шпажкой.