

“Правильное питание начинается с детства”

“Az egészséges táplálkozás csecsemőkorban kezdődik”

“Skvělé jídlo začíná, když jste ještě malé dítě”

“Dobré jedlo začíname vnímať už ako bábätká”

Jedz smacznie od dzieciństwa!

“Güzel yemekler, bebeklikten başlar”

“Hyvä ruoka alkaa jo lapsuudesta”

— рецепты **40** recipes —



& Me!

- RUS - КУХОННЫЙ КОМБАЙН
- 1 - Двойной безопасный затвор
 - 2 - Чаша из нержавеющей стали, подходящая для мытья в посудомоечной машине
 - 3 - Регулировка времени
 - 4 - Выбор мощности и специальных функций
 - 5 - Режим смешивания и мясорубки
 - 6 - Функция варки
 - 7 - Функция приготовления на пару
 - 8 - Функция традиционного приготовления
 - 9 - Корзина для приготовления на пару
 - 10 - Кухонная лопатка
 - 11 - Лопастная мешалка
 - 12 - Многофункциональное лезвие

- CS - Který vaří
- 1 - dvojitý bezpečnostní systém
 - 2 - nerezový hrnec vhodný do myčky
 - 3 - časovač
 - 4 - volba výkonu a speciálních funkcí
 - 5 - knoflík na míchání a sekání
 - 6 - funkce vaření ve vodě
 - 7 - funkce vaření v páře
 - 8 - funkce tradiční vaření
 - 9 - napařovací košík
 - 10 - stěrka
 - 11 - míchací lopatka
 - 12 - víceúčelové čepele

- PL - KEUKENROBOT MET KOOKFUNCTIE
- 1 - Pokrywa z podwójnym zabezpieczeniem
 - 2 - Garnek ze stali nierdzewnej przystosowany do mycia w zmywarce
 - 3 - Ustawienie czasu pracy
 - 4 - Przełącznik mocy i funkcji specjalnych
 - 5 - Pokrętło mieszania i rozdrabniania
 - 6 - Funkcja gotowania w wodzie
 - 7 - Funkcja gotowania na parze
 - 8 - Funkcja gotowania na sposób tradycyjny
 - 9 - Koszyk do gotowania na parze
 - 10 - Szpatułka
 - 11 - Mieszadło
 - 12 - Ostrze wielofunkcyjne

- HU - Konyhagép főző funkcióval
- 1 - kettős biztonsági zár
 - 2 - mosogatógépben mosható rozsdamentes edény
 - 3 - szabályozható idő
 - 4 - teljesítmény és speciális funkciók választása
 - 5 - forgatógomb a keveréshez és daráláshoz
 - 6 - forraló funkció
 - 7 - pároló funkció
 - 8 - hagyományos főző funkció
 - 9 - pároló kosár
 - 10 - spatula
 - 11 - keverőlapát
 - 12 - multifunkciós kés

- SK - Ktorý varí
- 1 - dvojitý bezpečnostný systém
 - 2 - nerezový hrniec vhodný do umývačky
 - 3 - časovač
 - 4 - voľba výkonu a špeciálnych funkcií
 - 5 - gombík na miešanie a sekanie
 - 6 - funkcia varenie vo vode
 - 7 - funkcia varenie v pare
 - 8 - funkcia tradičné varenie
 - 9 - napařovací košík
 - 10 - stierka
 - 11 - miešacia lopatka
 - 12 - viacúčelové čepele

- TR - Yemek Pişiren Mutfak Robotu
- 1 - Çift emniyetli kapama
 - 2 - Bulaşık makinesinde yıkanabilir paslanmaz çelik tencere
 - 3 - Zaman ayarlayıcı
 - 4 - Güç ayarı ve özel fonksiyonlar
 - 5 -Kariştirma ve kıyma aparatı
 - 6 -Kaynatma özelliği
 - 7 - Buharlı pişirme özelliği
 - 8 - Geleneksel yemek pişirme fonksiyonu
 - 9 - Buharlı pişirme sepeti
 - 10 - Spatula
 - 11 - Kariştirici
 - 12 - Çok fonksiyonlu bıçak

- FI - KYPSENTÄVÄ YLEISKONE
- 1 - Kaksi turvalukitusta
 - 2 - Konepesun kestävä ruostumaton teräskulho
 - 3 - Ajan asetus
 - 4 -Tehon ja erikoistoimintojen valinta
 - 5 - Kahva sekoittamiseen ja jauhamiseen
 - 6 - Kiehutustoiminto
 - 7 - Höyrykypsennystoiminto
 - 8 - Perinteinen kypsennystoiminto
 - 9 - Höyrytyskori
 - 10 - Lasta
 - 11 - Sekoitustasta
 - 12 - Monitoimiterä



5-6 месяцев	Овощной бульон	стр.	5
	Овощное пюре с рисовым порошком и кроликом	стр.	6
	Крем-суп из тыквы и курицы	стр.	6
	Пюре из цуккини, индейки и гречки	стр.	6
	Пюре из фенхеля и ягнятины	стр.	7
	Крем-суп из кролика и тапиоки	стр.	7
	Пюре из яблок с рисом	стр.	7
6-9 месяцев	Каша из банана и груши	стр.	8
	Пюре из фенхеля с пармезаном	стр.	8
	Мелкая паста в зелёном соусе	стр.	8
	Пюре из моркови с сыром	стр.	9
	Картофельное пюре	стр.	9
	Ризотто с пюре из тыквы	стр.	9
	Пюре из говядины с цуккини	стр.	10
9-12 месяцев	Манная каша с ветчиной	стр.	10
	Фруктовая каша с печеньем	стр.	10
	Пюре из зелёного горошка	стр.	12
	Чечевичный суп	стр.	12
	Рис с петрушкой в бульоне	стр.	12
	Пюре из нута	стр.	13
	Бобовый суп	стр.	13
12-36 месяцев	Хек с фенхелем	стр.	13
	Треска с картофельным пюре	стр.	14
	Манная каша с яблоками	стр.	14
	Трёхцветные фузилли	стр.	15
	Макароны с томатным соусом	стр.	15
	Суп-пюре из помидоров	стр.	16
	Лакомые кусочки	стр.	16
3 года +	Филе камбалы с овощным ассорти	стр.	16
	Торт из риса с яблоками	стр.	16
	Паста с мясным соусом	стр.	17
	Ризотто со спаржей	стр.	17
	Рулет из тунца с картофелем	стр.	18
	Картофельное пюре	стр.	18
	Фруктовое мороженое	стр.	18
3 года +	Шоколадный пудинг	стр.	19
	Соус бешамель	стр.	19
	Майонез	стр.	19
	Тесто для торта	стр.	19
	Кондитерский крем	стр.	19

“Правильное питание начинается с детства”

40 рецептов, чтобы ваш малыш узнал вкус новой пищи.

Здоровое и правильное питание с самых первых лет жизни имеет огромное значение для психофизического здоровья не только детей и подростков, но и взрослых.

Именно поэтому правильное воспитание в плане еды, сбалансированное и разнообразное питание, соответствующее потребностям организма ребёнка в разные возрастные периоды, является фундаментальным для того, чтобы ребёнок правильно рос; но также важно, чтобы ребёнок положительно относился к еде, состоящей из разнообразных продуктов, не отказываясь от них, но и не употребляя чрезмерно, чтобы избежать возможных проблем с питанием в будущем.

В частности, самые последние исследования показывают важность правильного питания в раннем возрасте с самого начала введения прикорма с целью научить ребёнка понимать вкус здоровой натуральной пищи, чтобы он мог так же питаться и во взрослом возрасте.

следовательно, важно, как в начальных фазах введения прикорма, так и в будущем, предлагать ребёнку блюда, приготовленные из свежих и разнообразных продуктов, чтобы приучить его к натуральным и разнообразным вкусам. Таким образом, малыш научится ценить настоящий вкус свежих продуктов и сможет их узнавать и любить.

Представленные здесь рецепты являются подсказкой для приготовления вкусных и натуральных каш, используя свежие продукты, выбранные мамой: от самых простых рецептов, которые идеально подходят для прикорма, до “взрослых” блюд, предназначенных для детей от трёх лет и старше.

Мы надеемся, что они станут полезной идеей для создания других оригинальных рецептов, которые каждая мама умеет придумывать с любовью и фантазией, чтобы помочь своему ребёнку расти “со вкусом”!

Под редакцией исследовательского центра компании Chicco при участии врача-нутрициониста Кьяры Пузани.

Рецепты 5-6 месяцев

Первые недели введения прикорма являются фазой, требующей серьёзного подхода, когда ребёнок должен привыкнуть к новым продуктам, новой консистенции пищи и новым вкусам. Ваш педиатр будет сопровождать вас в течение всего этого периода. Основой первых каш является овощной бульон, к которому поначалу добавляется мука различных злаков без клейковины, затем постепенно белое мясо, сохраняя полужидкую консистенцию. В зависимости от указаний врача педиатра, первые “рецепты” для вашего малыша предусматривают приготовление свежих овощных бульонов или пюре, к которым добавляется мука из злаковых, специально предназначенная для детского питания, и небольшое количество лиофилизированного (10 г) или гомогенизированного мяса (40 г). Через месяц можно приготовить то же, используя свежее мясо (50 г).

ИНГРЕДИЕНТЫ

половина одной картофелины (примерно 50 г)

1 морковь (примерно 50 г)

половина цуккини (примерно 50 г)

1 маленький кусочек стебля сельдерея (примерно 10 г)

350 мл воды

Овощной бульон

1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть, очистить овощи, порезать на кусочки и положить их в ёмкость без ножей; налить 350 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и задать время 30 минут (объём воды должен сократиться до 230 мл). По окончании варки нужно отфильтровать бульон и затем использовать его как основу для первых каш.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 большая картофелина (примерно 150 г)

2 моркови (примерно 170 г)

1 цуккини (примерно 150 г)

1 маленький кусочек стебля сельдерея (примерно 20 г)

1000 мл воды

Овощной бульон

MAKSIMUM ÖLÇÜ – 4 PORSİYON

Pişirme yöntemi:

Тщательно вымыть, очистить овощи, порезать на кусочки и положить их в ёмкость без ножей; налить 1000 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. (объём воды должен сократиться примерно до 850 мл). По окончании варки нужно отфильтровать бульон и использовать одну порцию сразу для первой каши, остальные 3 порции хранить в холодильнике в специальных плотно закрытых ёмкостях максимум 48 часов.

ИНГРЕДИЕНТЫ

половина одной картофелины (примерно 30 г)

1 морковь (примерно 30 г)

половина цуккини (примерно 30 г)

1 маленький кусочек стебля сельдерея (примерно 10 г)

350 мл воды

20 г рисового порошка

40/80 г гомогенизированного или 5/10 г иофилизированного мяса кролика (количество согласно указаниям педиатра)

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

1 чайная ложка пармезана

ИНГРЕДИЕНТЫ

5-6 кусочков тыквы (примерно 100 г)

20 г рисового порошка

40/80 г гомогенизированного или 5/10 г лиофилизированного мяса курицы (количество согласно указаниям педиатра)

350 мл воды

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

1 чайная ложка пармезана

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 небольшой цуккини (примерно 60 г)

1/2 картофелины (примерно 40 г)

20 г гречневого порошка

350 мл воды

40/80 г гомогенизированного или 5/10 г лиофилизированного мяса индейки (количество согласно указаниям педиатра)

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

1 чайная ложка пармезана

Овощное пюре с рисовым порошком и кроликом

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть, очистить овощи, порезать на кусочки и положить их в ёмкость с ножами; налить 350 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть все овощи, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить рисовый порошок, лиофилизированное или гомогенизированное мясо кролика, оливковое масло, пармезан и перемешивать, включив ручку на 15 секунд на скорость 6 (если необходимо, очистите смесь со стенок ёмкости и перемешайте снова).

Крем-суп из тыквы и курицы

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить тыкву, порезать на кусочки и положить в ёмкость с ножами; налить 350 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить рисовый порошок, лиофилизированное или гомогенизированное мясо курицы, оливковое масло, пармезан и перемешать, повернув ручку в положение 3 примерно на 15 секунд.

Пюре из цуккини с индейкой и гречкой

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить цуккини и картофель, порезать на кусочки и положить их в ёмкость с ножами; налить 350 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить гречневый порошок, лиофилизированное или гомогенизированное мясо индейки, оливковое масло, пармезан и перемешивать, включив ручку на 15 секунд на скорость 3 (если необходимо, очистите смесь со стенок ёмкости и повторите операцию).

ИНГРЕДИЕНТЫ

40/80 г гомогенизированного или 5/10 г лиофилизированного мяса ягнёнка (количество согласно указаниям педиатра).

30 г рисового порошка

сердцевина фенхеля (примерно 100 г)

350 мл воды

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

1 чайная ложка пармезана

ИНГРЕДИЕНТЫ

½ картофелины (примерно 30 г)

½ моркови (примерно 30 г)

3-4 листа шпината (примерно 40 г)

40/80 г гомогенизированного или 5/10 г лиофилизированного мяса кролика (количество согласно указаниям педиатра)

20 г порошка из кукурузной муки или тапиоки

350 мл воды

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

1 чайная ложка пармезана

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 небольшое яблоко (примерно 120 г)

1 столовая ложка рисового порошка (примерно 10 г)

150 мл воды

Пюре из фенхеля и ягнятины

ТАМ ÖĞÜN – 1 PORSİYON

Piştirme yöntemi:

Тщательно вымыть и очистить фенхель, порезать его на маленькие кусочки и положить в ёмкость с ножами; налить 350 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 20 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить рисовый порошок, лиофилизированное или гомогенизированное мясо ягнёнка, оливковое масло, пармезан и перемешивать, включив ручку на 15 секунд на скорость 3 (если необходимо, очистите смесь со стенок ёмкости и повторите операцию).

Крем-суп из кролика и тапиоки

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть, очистить овощи, порезать на маленькие кусочки и положить их в ёмкость с ножами; налить 350 мл воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 сек. (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить порошок из кукурузной муки или тапиоки, лиофилизированное или гомогенизированное мясо кролика, оливковое масло, пармезан и перемешивать, включив ручку на 15 секунд на скорость 3 (если необходимо, очистите смесь со стенок ёмкости и повторите операцию).

Пюре из яблок с рисом

БЛЮДО ИЗ ФРУКТОВ - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить яблоко, порезать его на маленькие кусочки и положить в корзинку для варки на пару. Влить воду в ёмкость, установить внутрь корзинку и закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 15 минут. В конце приготовления вынуть корзинку, вставить ножи, положить в ёмкость яблоки вместе с водой, в которой они варились, и перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала установить ручку на минимальную скорость, затем увеличить скорость до положения 8). Собрать лопаткой яблоко со стенок и снова перетереть, установив ручку в положение 8 ещё на 15 секунд. Затем добавить рисовый порошок и перемешать, установив ручку в положение 3 на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1/4 груши (40 г)

1/2 банана (80 г)

примерно 50 мл воды

Каша из банана и груши

БЛЮДО ИЗ ФРУКТОВ - 1 ПОРЦИЯ
Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить грушу и банан, порезать на мелкие кусочки и положить их в ёмкость с ножами, добавив 50 мл воды. Закрыть крышкой и перетереть, установив ручку в положение 6 на 15 секунд. Собрать лопаткой смесь со стенок и снова перетереть, установив ручку в положение 6 ещё на 15 секунд. Используя вместо воды молоко и добавив печенье или рисовый порошок, вы получите готовый полдник.

Рецепты 6-9 месяцев

Первая фаза прошла, теперь можно вводить свежее мясо, в том числе и красное, свежий сыр или творог помимо грана и пармезана, муку с клейковиной (многозлаковую или манную крупу), мелкую пасту или рис, используя целые зёрна. Новые вкусы и более густые каши...открытия продолжаются!

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 небольшая картофелина (примерно 50 г)

сердцевина фенхеля (примерно 80 г)

1 чайная ложка пармезана

30 г творога

250 мл воды

50 мл детского молока (при выборе посоветуйтесь с педиатром)

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

Пюре из фенхеля с пармезаном

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ
Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить картофель и фенхель, порезать на кусочки и положить в корзину для варки на пару. Влить воду в ёмкость, установить внутрь корзину и закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 30 минут. По окончании варки вынуть корзину и переложить содержимое в ёмкость с ножами. Перетереть всё, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить 50 мл уже приготовленного молока. Включить функцию ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 со смешиванием в положении 1 в течение 2 минут. Разогрев смесь, добавьте творог, оливковое мало, пармезан и перемешайте, повернув ручку в положение 2 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1/2 цуккини (примерно 70 г)

2-3 листа листовой свеклы (примерно 25 г)

2-3 листа шпината (примерно 25 г)

50 г телятины

350 мл воды

30 г мелкой пасты для детей

1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

1 чайная ложка пармезана

Мелкая паста в зелёном соусе

ПЕРВОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ
Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить овощи и порезать их на кусочки. Влить в ёмкость с ножами воду и положить туда овощи и свежую телятину, порезанную на мелкие кусочки; закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешать, повернув ручку в положение 1; примерно через 1 минуту добавить пасту. В конце варки (соблюдайте время приготовления, указанное на упаковке пасты) добавить оливковое масло, пармезан и перемешать всё, повернув ручку в положение 2 на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1/2 картофелины
(примерно 40 г)
1 небольшая морковь
(примерно 60 г)
20 г рисового порошка
30 г творога
350 мл воды
1 чайная ложка оливкового
масла экстра-класса

Пюре из моркови с сыром

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть, очистить морковь и картофель и порезать их на кусочки. Влить в ёмкость с ножами воду, положить туда овощи и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить сыр, рисовый порошок, оливковое масло и перемешать, установив ручку в положение 3 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 небольшая картофелина
(примерно 90 г)
2-3 листа шпината
(примерно 40 г)
1 кусочек сердцевинки лука-
порей (примерно 10 г)
300 мл воды
1 чайная ложка оливкового
масла экстра-класса
30 г свежего мягкого сыра

Картофельное пюре

TAM ÖĞÜN - 1 PORSIYON

Piştirme yöntemi:

Тщательно вымыть, очистить картофель и шпинат и порезать их на кусочки. Очистить и разделить на большие кусочки сердцевинку лука-порей (перед гомогенизированием его нужно вынуть). Влить в ёмкость с ножами воду, положить туда овощи и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. В конце варки вынуть лук, а остальное перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить свежий сыр и оливковое масло и перемешать, установив ручку в положение 3 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1/4 маленькой тыквы
(примерно 100 г)
30 г риса для детей
300 мл воды
1 чайная ложка оливкового
масла экстра-класса
1 чайная ложка пармезана

Ризотто с пюре из тыквы

ПЕРВОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить тыкву и порезать её на кусочки. Влить в ёмкость с ножами воду, положить туда тыкву и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешать, повернув ручку в положение 1; примерно через 1 минуту добавить рис. В конце варки (соблюдайте время приготовления, указанное на упаковке риса) добавить оливковое масло, пармезан и перемешать всё, повернув ручку в положение 2 на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 цуккини (примерно 100 г)
50 г говядины
30 г многозлаковой муки
350 мл воды
1 чайная ложка оливкового
масла экстра-класса
1 чайная ложка пармезана

Пюре из говядины с цуккини

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить цуккини, порезать на маленькие кусочки. Положить цуккини и говядину, порезанную на мелкие кусочки, в ёмкость с ножами, влить воду и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить многозлаковый порошок, оливковое масло и пармезан, перемешать всё, установив ручку в положение 3 примерно на 15 секунд (при необходимости операцию повторить).

ИНГРЕДИЕНТЫ

1/2 моркови (примерно 40 г)
1/2 цуккини (примерно 40 г)
2-3 листа листовой свеклы
(примерно 30 г)
350 мл воды
30 г манной крупы
20 г вареной ветчины
1 столовая ложка оливкового
масла экстра-класса

Манная каша с ветчиной

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть, очистить овощи, порезать на кусочки и положить их в ёмкость с ножами. Налить воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. В конце варки добавить вареную ветчину и перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить манную крупу и оливковое масло и перемешать, установив ручку в положение 2 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1/2 груши (60 г)
1/2 яблока (примерно 60 г)
2 печенья для прикорма
или 2 столовые ложки
раскрошенного печенья
150 мл воды

Фруктовая каша с печеньем

БЛЮДО ИЗ ФРУКТОВ - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить грушу и яблоко, порезать на мелкие кусочки и положить их в ёмкость с ножами вместе с водой закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 15 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить печенье и снова перетереть, установив ручку в положение 4 ещё на 15 секунд (при необходимости повторить).

Рецепты 9-12 месяцев

Вашему малышу 9 месяцев: помимо уже знакомых каш теперь можно попробовать бобовые и рыбу. Предлагаем несколько новых рецептов, чтобы вызвать его любопытство. Если он захочет попробовать “сам”, наберитесь терпения, это его первые шаги к самостоятельности!

ИНГРЕДИЕНТЫ

40 г свежего зелёного горошка
1 небольшая картофелина (примерно 60 г)
300 мл воды
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса
1 чайная ложка пармезана

Пюре из зелёного горошка

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть горошек, очистить и порезать на кусочки картофель и положить их в ёмкость с ножами. Влить в ёмкость воду и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и задать время 30 минут. В конце варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8) повторить дважды, если необходимо. Добавить оливковое масло и пармезан и перемешать, установив ручку в положение 2 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

20 г чечевицы
1/2 черешок сельдерея (примерно 10 г)
2-3 листочка петрушки
30 г пасты
350 мл воды
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

Чечевичный суп

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно промыть чечевицу, оставив её в воде примерно на 30 минут. Снова промыть, очистить и порезать сельдерей и положить всё в ёмкость с ножами. Залить водой и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешать, повернув ручку в положение 1; примерно через 1 минуту добавить пасту. В конце варки (соблюдайте время приготовления, указанное на упаковке пасты) добавить петрушку, оливковое масло и перемешать всё, повернув ручку в положение 2 на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

30 г риса
1 картофелина (примерно 80 г)
2-3 листочка петрушки
350 мл воды
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса
1 чайная ложка пармезана

Рис с петрушкой в бульоне

ПЕРВОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить картофель, порезать на кусочки и положить в ёмкость с ножами;. Залить водой и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешать, повернув ручку в положение 1; примерно через 1 минуту добавить рис. В конце варки (соблюдайте время приготовления, указанное на упаковке риса) добавить петрушку, оливковое масло и перемешать всё, повернув ручку в положение 2 на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

сухой нут (примерно 30 г)
1/2 черешок сельдерея (примерно 10 г)
1/2 картофелины (примерно 80 г)
2-3 листочка петрушки
350 мл воды
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса
1 чайная ложка пармезана

Пюре из нута

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно промыть нут, оставив его в воде примерно на 30 минут. Снова промыть нут, очистить и порезать на кусочки картофель и черешок сельдерея. Влить в ёмкость с ножами воду, положить туда овощи и нут и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. В конце варки добавить листья петрушки и перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить оливковое масло и пармезан и перемешать, установив ручку в положение 3 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

свежие бобы (примерно 60 г)
1/2 картофелины (примерно 60 г)
350 мл воды
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

Бобовый суп

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить бобы, порезать на кусочки картофель и положить всё в ёмкость с ножами;. Налить воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить оливковое масло и перемешать, установив ручку в положение 3 примерно на 15 секунд (при необходимости повторить).

ИНГРЕДИЕНТЫ

сердцевина фенхеля (примерно 70/80 г)
1/2 моркови (примерно 20/30 г)
50 г хека
2-3 листочка петрушки
30 г рисового порошка
300 мл воды
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса

Хек с фенхелем

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить фенхель, морковь и хек и порезать их на кусочки. Влить воду в ёмкость с ножами, положить овощи и рыбу и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и задать время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 20/30 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 6) при необходимости повторить. Добавить муку, оливковое масло и петрушку и перемешать, установив ручку в положение 2 примерно на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 картофелина (примерно 80/100 г)
50 г трески
250 мл воды
50 мл детского молока (при выборе посоветуйтесь с педиатром)
1 чайная ложка оливкового масла экстра-класса
2-3 листочка петрушки
1 чайная ложка пармезана

Треска с картофельным пюре

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить картофель и треску, порезать на маленькие кусочки и положить всё в ёмкость с ножами;. Налить воды и закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 30 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 6). Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешать, повернув ручку в положение 1; примерно через 1 минуту добавить уже приготовленное молоко и варить примерно 2 минуты, установив ручку в положение 2, добавить петрушку, оливковое масло, пармезан и перемешать, установив ручку в положение 2 на 15 секунд.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 яблоко (примерно 120 г)
150 мл воды
70 мл детского молока (при выборе посоветуйтесь с педиатром)
20 г манной крупы

Манная каша с яблоками

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить яблоко, порезать на маленькие кусочки. Влить в ёмкость воду, положить яблоко в корзину для варки на пару и установить корзину в ёмкость; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 15 минут. В конце приготовления вынуть корзину, вставить ножи, положить в ёмкость яблоки вместе с водой, в которой они варились, и перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала установить ручку на минимальную скорость, затем увеличить скорость до положения 6). Собрать лопаткой яблоко со стенок и снова перетереть, включив ручку ещё на 15 секунд. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешать, повернув ручку в положение 2; примерно через 1 минуту добавить уже приготовленное молоко и варить примерно 1 минуту, удерживая ручку в положении 2. Добавить манную крупу и перемешать, установив ручку в положение 2 примерно на 15 секунд.

Рецепты 12-36 месяцев

После года жизни ребёнок может пробовать все основные продукты питания и уже имеет свои вкусовые предпочтения. Лучше избегать тревожного и конфликтного отношения, а стараться удовлетворять его предпочтения, не подчиняясь всё-таки его капризам. Теперь он может есть пищу маленькими кусочками и отдельные блюда, в качестве первого блюда пасту, а на второе мясо или рыбу с овощами, приготовленными, например, на пару!

ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г макарон типа "фузилли"
200 г вареной колбасы кусочками
200 г свежего зелёного горошка
2 дл сливок
цуккини (примерно 200 г)
морковь (примерно 200 г)
½ луковицы (примерно 50 г)
2 столовых ложки оливкового масла экстра-класса

Трёхцветные фузилли

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО – 2 ВЗРОСЛЫХ И 1 РЕБЁНОК

Способ приготовления:

Установить внутри ёмкости ножи; перетереть лук, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8); при необходимости повторить. Снять ножи и заменить на смесительную лопатку. Очистить, вымыть и порезать на кусочки цуккини и морковь; положить в ёмкость (вместе с луком), добавить 2 столовых ложки оливкового масла; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 2 и перемешивать 5 минут, повернув ручку в положение 2; добавить горошек, щепотку соли и варить 20 минут, постоянно помешивая. Для варки макарон: налить воду в ёмкость до уровня 1,5 установив внутри мешалку; добавить соль. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 3 (всегда снимайте колпачок с крышки). После того, как вода закипела, всыпать пасту, уменьшите мощность до уровня 1, установите время варки, указанное на упаковке, и поверните ручку в положение 2. Слейте пасту и добавьте овощи, сливки и колбасу.

ИНГРЕДИЕНТЫ

30 г макарон
200 мл воды
1 спелый помидор (около 100 г)
½ луковицы (примерно 40 г)
2-3 листочка базилика
1 столовая ложка оливкового масла экстра-класса
1 щепотка соли и 1 щепотка сахара

Макароны с помидором

ПЕРВОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Влить 200 мл воды в ёмкость и вставить внутрь корзину; вымыть помидор и положить его в корзину; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 15 минут. В конце варки вынуть корзину, вставить ножи, очистить помидор от кожицы и положить его в ёмкость вместе с водой, в которой он варился и луком. Закрыть крышкой и перетереть всё, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Вынуть ножи и вставить мешалку; добавить 1 столовую ложку оливкового масла, базилик, соль и сахар; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 1 и перемешивать 15 минут, повернув ручку в положение 1; добавить макароны и варить, соблюдая время варки, указанное на упаковке.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 спелый помидор
(около 100 г)
250 мл воды
30 г рисового порошка
1 чайная ложка оливкового
масла экстра-класса
1 чайная ложка пармезана

Суп-пюре из помидоров

ПЕРВОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Влить воду в ёмкость. Вымыть помидор и положить его в корзину для варки на пару; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 10 минут. В конце варки вынуть корзину, вставить ножи, очистить помидор от кожицы и положить его в ёмкость; закрыть крышкой. Перетереть всё, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить рисовый порошок, оливковое масло и пармезан, перемешать всё, установив ручку в положение 3 примерно на 15 секунд (при необходимости операцию повторить).

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 морковь (примерно 80 г)
1 черешок сельдерея
(примерно 10 г)
3 помидора (примерно 60 г)
1 яйцо
200 г фарша из телятины
или говядины
250 мл воды
1 чайная ложка оливкового
масла экстра-класса

Лакомые кусочки

ВТОРОЕ БЛЮДО – 2 ВЗРОСЛЫХ И 1 РЕБЁНОК

Способ приготовления:

Вымыть и очистить морковь, сельдерея и помидоры. Порезать всё на кусочки и положить в ёмкость с ножами вместе с мясом и яйцом. Установить ручку в положение 6 на 10-15 секунд, чтобы взбить. Из полученной смеси (доза для 10 средних котлеток) сформировать шарики и положить их в корзину для варки на пару. Вымыть ёмкость и налить туда воды. Установить корзину и закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 25 минут (время приготовления может зависеть от величины фрикаделек).

ИНГРЕДИЕНТЫ

морковь (примерно 30 г)
картофелина (примерно
40 г)
цуккини (примерно 30 г)
60 г камбалы
цуккини для фаршировки
камбалы

Филе камбалы с овощным ассорти

ВТОРОЕ БЛЮДО - 1 ПОРЦИЯ

Способ приготовления:

Налить в ёмкость 150 мл воды вставить внутрь корзину; вымыть и очистить овощи, порезать и положить в корзину. Завернуть филе камбалы, положив внутрь каждый длинный и тонкий кусочек цуккини. Скрепить каждый рулетик зубочисткой (вынуть перед подачей!) и положить сверху овощи; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 15 минут.

ИНГРЕДИЕНТЫ

150 г риса
500 мл молока
250 г яблок
2 яйца
3 столовых ложки мёда
или сахара
1 стручок ванили

Торт из риса с яблоками

Способ приготовления:

Положить рис, молоко, мёд (или сахар) и стручок ванили в ёмкость с мешалкой и закрыть крышкой. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 3 и перемешивать 5 минут, повернув ручку в положение 1; снизить мощность до уровня 1 и готовить ещё 10 минут. Между тем очистить и порезать на кусочки яблоки. В конце приготовления добавить их вместе с яйцами в полученную смесь и перемешать, установив ручку в положение 3 на 20-30 секунд. Переложить смесь в антипригарную форму и поставить в духовку, разогретую до температуры 180 °С, примерно на 30 минут.

Рецепты 3 года +

После 3 лет ребёнок может есть то же самое, что вы готовите для себя, при условии, что еда приготовлена натуральным способом, избегая жарки и чрезмерных специй. Помните о том, что необходимо соблюдать содержание калорий и питательных веществ, необходимых для ребёнка, следовательно, будьте внимательны к размеру порций и правильному разнообразию продуктов.

ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г макаронных изделий на
выбор
250 г говяжьего фарша
½ луковицы (примерно 50 г)
½ моркови (примерно 40 г)
½ черешок сельдерея
(примерно 5 г)
1 столовая ложка оливкового
масла экстра-класса
250 г соуса из помидоров
1/2 стакана овощного
бульона (примерно 50 мл)
Можно приготовить до
500 г мяса для соуса-рагу,
который можно сохранить

Паста с мясным соусом

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО - 2 ВЗРОСЛЫХ И 1 РЕБЁНОК

Способ приготовления:

Тщательно вымыть, очистить овощи, порезать на кусочки и положить их в ёмкость с ножами; закрыть крышкой. Перетереть всё, включив ручку на 20 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Влить 2 столовых ложки оливкового масла, нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 2 и пассеровать в течение 5 минут, повернув ручку в положение 2 добавить мясо, щепотку соли и оставить готовиться ещё 5 минут, всё время помешивая. Затем добавить помидор и продолжать готовить на мощности 2 ещё 5 минут, затем уменьшить мощность до 1, медленно помешивая. Оставить тушиться примерно час, продолжая помешивать. Если жидкость испарилась, добавьте бульон. Отварить пасту; налить воду в ёмкость до уровня 1,5 установив внутрь мешалку; добавить соль. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 3 (всегда снимайте колпачок с крышки). После того, как вода закипела, всыпать пасту, уменьшить мощность до уровня 1, установите время варки, указанное на упаковке, и поверните ручку в положение 2. Слить пасту и заправить её соусом-рагу.

ИНГРЕДИЕНТЫ

250 г риса
150 г спаржи
1/2 луковицы (примерно 50 г)
50 г пармезана
50 г сливочного масла
700 мл бульона
2 -3 столовых ложки
оливкового масла экстра-
класса
измельчённая петрушка
1 щепотка соли
1 щепотка чёрного перца

Ризотто со спаржей

ПЕРВОЕ БЛЮДО - 2 ВЗРОСЛЫХ И 1 РЕБЁНОК

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Положить в ёмкость с ножами лук и перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8) соберите лопаткой лук со стенок и перетрите ещё в течение 10 секунд. Снять ножи и заменить на смесительную лопатку. Влить 2-3 столовых ложки оливкового масла, нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 3 и пассеровать в течение 2 минут, повернув ручку в положение 1. Порезать кружочками спаржу и добавить в ёмкость вместе с рисом и бульоном; довести до кипения на мощности 3, после чего снизить мощность до уровня 1 и готовить ещё 15 минут, медленно помешивая. за 2 минуты до окончания варки положить кусочек сливочного масла, затем пармезан, продолжая медленно помешивать. Перед подачей ризотто, посыпать измельчённой петрушкой.

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г картофеля
220 г свежего тунца
250 мл воды
5 столовых ложек тёртых сухарей (около 50 г)
1 столовая ложка соуса из помидоров
1 столовая ложка лимонного сока
3 столовых ложки оливкового масла
1 щепотка соли
лимон
домашний майонез

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г картофеля
200 мл молока
20 г пармезана
20 г сливочного масла
щепотка соли

ИНГРЕДИЕНТЫ

200 г фруктовой мякоти (дыня, персики или абрикосы)
200 г сахара
20 г сахарной пудры
250 мл воды
1 белок

Рулет из тунца с картофелем

КОМПЛЕКСНОЕ БЛЮДО

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить картофель и порезать на кусочки. Влить в ёмкость воду и вставить внутрь корзину с картофелем и тунцом; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПАР и установить время 30 минут. По окончании приготовления вынуть корзину, вставить ножи и перетереть всё, добавив соус из помидоров, соль, тёртые сухари, лимон и оливковое масло, установив ручку в положение 5 на 15 секунд (смесь не должна быть жидкой или слишком сухой); при необходимости повторить. Положить полученную смесь в алюминиевую бумагу, сформировать рулет и положить его в холодильник минимум на 2 часа. Украсить ломтиками лимона и сервировать с майонезом.

Картофельное пюре

ГАРНИР - 2 ПОРЦИИ

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить картофель и порезать на кусочки. Установить мешалку в ёмкость, положить туда картофель и влить молоко; закрыть крышкой. Нажать кнопку ПРИГОТОВЛЕНИЕ на мощность 2 и смешивать 15 минут, повернув ручку в положение 2 (время может меняться в зависимости от величины картофеля, проверьте готовность). По окончании варки перетирать всё 20 -25 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Добавить сливочное масло, пармезан, оливковое масло и щепотку соли и перемешать, установив ручку в положение 8 ещё на 15-20 секунд.

Фруктовое мороженое

Способ приготовления:

Тщательно вымыть и очистить фрукты, порезать на маленькие кусочки. Влить воду, положить фрукты и сахар в ёмкость с ножами; закрыть крышкой. Нажать кнопку ВАРКА и установить время 10 минут. По окончании варки перетереть, включив ручку на 15 секунд (сначала повернуть ручку на минимальную скорость, затем увеличить до положения 8). Поставить смесь в морозильник примерно на 2 часа. Вымыть ёмкость и взбить белки с сахарной пудрой (используя ножи), установив ручку в положение 4 на 3 минуты. Добавить к полученной смеси взбитые фрукты (не должны быть замороженные). Перемешать, установив ручку в положение 3 на 15 секунд. Поставить всё в морозильник ещё на 2-3 часа, помешивая время от времени ложкой, чтобы получить идеальную консистенцию.

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 яичных желтка
4 столовых ложки сахара (50 г)
1 столовая ложка какао-порошка (5 г)
2 столовых ложки муки (30 г)
500 мл молока

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 мл молока
50 г сливочного масла
50 г муки
соль
мускатный орех

ИНГРЕДИЕНТЫ

для 500 г майонеза
1 целое яйцо
1 желток
500 г растительного масла
сок половины лимона
щепотка соли

ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г муки
300 г сахара
3 яйца
200 мл жидких сливок
1 пакетик разрыхлителя
1 щепотка соли

ИНГРЕДИЕНТЫ

75 г яичных желтков
200 г сахара
50 г муки
500 мл молока
1 пакетик ванилина

Шоколадный пудинг

Способ приготовления:

Установить мешалку в ёмкость и поместить туда все ингредиенты, начиная с молока; закрыть крышкой. Выбрать функцию CREAM и готовить в течение 9 минут, установив ручку в положение 2. Снять с огня и разлить пудинг по формочкам, дать остыть и поставить в холодильник примерно на два часа.

Соус бешамель

Способ приготовления:

Установить мешалку в ёмкость и поместить туда все ингредиенты, начиная с молока; закрыть крышкой. Выбрать функцию CREAM и готовить в течение 9 минут, установив ручку в положение 2.

Майонез

Способ приготовления:

поместить яйца, соль, сок лимона в ёмкость с ножами. Перемешать, установив ручку в положение 3, и понемногу добавлять оливковое масло через отверстие вверх; влив примерно половину масла, увеличить скорость ножей, установив положение 4, чтобы получить желаемую консистенцию.

Тесто для торта

Способ приготовления:

Поместить белки и сахар в ёмкость с ножами. Взбивать несколько минут, установив ручку в положение 8. Добавить желтки, сливки, муку, разрыхлитель и щепотку соли. Перемешивать до получения однородной смеси, установив ручку в положение 8.

Кондитерский крем

Способ приготовления:

Установить мешалку в ёмкость и поместить туда все ингредиенты, начиная с молока; закрыть крышкой. Выбрать функцию CREAM и готовить в течение 10 минут, установив ручку в положение 2.



www.chiccodejonghiandme.com