

SIGURO

Cookbook for the **SGR-SP-O600DY** multifunctional pot
Kochbuch für den Multifunktionstopf **SGR-SP-O600DY**
Kuchařka k multifunkčnímu hrnci **SGR-SP-O600DY**
Kuchárska kniha k multifunkčnému hrncu **SGR-SP-O600DY**
Szakácskönyv a **SGR-SP-O600DY** multifunkciós készülékhez



SIGURO

ENGLISH

4

Beef goulash	4
Vesuvio chicken	5
Italian Sacchetti sausage	6
Apple crumble pie	7
Homemade yoghurt	8
Pumpkin soup (slow cooked)	9
Chicken and yam stew in coconut milk	10
Pulled pork	11
Butter chicken	12
Red lentil dhal	13
Vegetarian curry	14
Beef Stroganoff	15

DEUTSCH

16

Rindergulasch	16
Huhn Vesuvio	17
Italienische Wurst Sacchetti	18
Apfelkuchen mit Streuseln	19
Hausgemachter Joghurt	20
Kürbissuppe (langsames Kochen)	21
In Kokosmilch geschmortes Huhn mit gedünsteten Süßkartoffeln	22
Gezupftes Fleisch	23
Butterhuhn	24
Dhal aus roten Linsen	25
Vegetarisches Curry	26
Rindfleisch Stroganoff	27

ČEŠTINA

28

Hovězí guláš	28
Kuře Vesuvio	29
Italská klobása Sacchetti	30
Jablečný drobenkový koláč	31
Domácí jogurt	32
Dýňová polévka (pomalé vaření)	33
Kuře dušené v kokosovém mléce s dušenými sladkými bramborami	34
Trhané maso	35
Máslové kuře	36
Dhal z červené čočky	37
Vegetariánské kari	38
Hovězí Stroganoff	39

SLOVENČINA

40

Hovädzí guláš	40
Kurča Vesuvio	41
Talianska klobása Sacchetti	42
Jablkový koláč s mrveničkou	43
Domáci jogurt	44
Tekvicová polievka (pomalé varenie)	45
Kura dusené v kokosovom mlieku s dusenými sladkými zemiakmi	46
Trhané mäso	47
Maslové kura	48
Dhal z červenej šošovice	49
Vegetariánske karí	50
Hovädzí Stroganov	51

MAGYAR

52

Marhapörkölt	52
Vesuvio csirke	53
Sacchetti olasz kolbász	54
Almás morzsás sütemény	55
Házi joghurt	56
Töklevés (lassú főzésű)	57
Kókusztejből párolt csirke, párolt édesburgonyával	58
Tépett hús	59
Vajas csirke	60
Piros lencse dhal	61
Vegetáriánus kari	62
Marhahús Stroganoff módra	63

Beef goulash

6 servings

- » 2 tablespoons olive oil
- » 900 g diced beef
- » Salt and pepper to taste
- » 1 medium sized yellow onion, sliced
- » 2 celery stalks, chopped
- » 3 tablespoons tomato puree
- » 2 teaspoons crushed garlic
- » 1 tablespoon Worcestershire sauce
- » 6 cups beef broth
- » Red wine to taste
- » 1/2 teaspoon Italian herbs
- » 3 bay leaves
- » 450 g potatoes, peeled and diced
- » 2 large carrots, peeled and diced
- » 1/2 cup frozen peas



Steps:

1. Prepare all the ingredients.
2. Heat the olive oil in a large pan. When the oil is hot, add half the diced beef and fry lightly. Remove the first half of the meat, set aside and do the same with the other half.
3. Once the other half of the meat is browned and set aside, add the onion and celery. Stir fry for 3 minutes.
4. Add the tomato paste and stir until the paste dissolves a little. Add the garlic and continue stirring. Remove from the stove and transfer the meat with the base to a ceramic pot.
5. Add Worcestershire sauce, beef stock, wine, Italian herbs and bay leaves. Put on the lid.
6. Set HIGH temperature and cooking time of 4 hours; or set LOW temperature and cooking time of 8 hours.
7. After approximately 2/3 of the cooking time, add the potatoes and carrots.
8. Approximately half an hour (temperature HIGH) / an hour (temperature LOW) before the food is done, add the peas.
9. Your meal is ready, enjoy!

Vesuvio chicken

6 servings

- » 1/2 tablespoons olive oil
- » 2 tablespoons butter
- » 6 chicken legs
- » Salt and pepper to taste
- » 450 g small potatoes cut in half
- » 1 medium sized yellow onion, sliced
- » 2 tablespoons crushed garlic
- » 3 teaspoons Italian herbs
- » 1/2 teaspoon red chilli peppers
- » 3/2 cups chicken broth
- » 1 cup frozen peas
- » 1 tablespoon lemon juice
- » 2 tablespoons fresh parsley, finely chopped



Steps:

1. Prepare the ingredients.
2. In a large pan, heat the oil and butter.
3. Once heated, add the chicken legs and season with salt and pepper to taste. Roast for about 4 to 5 minutes, then turn the legs over and salt and pepper them again. On the other side, fry them for about 4 to 5 minutes.
4. After browning the legs on both sides, remove them and set aside.
5. Add the potatoes and roast them for about 3 minutes on each side.
6. Once the potatoes are browned, remove them and add the onion and garlic, Italian herbs and red chilli flakes. Roast until soft. Remove from the stove and transfer the meat with the base to a ceramic pot.
7. Spread the legs and potatoes in the pot with the onion and garlic. Make sure they do not overlap too much, and pour in the chicken stock.
8. Set HIGH temperature and cooking time of 4 hours; or set LOW temperature and cooking time of 6 hours.
9. Approximately half an hour (temperature HIGH) / an hour (temperature LOW) before finishing, add the peas, lemon juice and chopped parsley. Cover and cook for about 20–25 minutes.
10. Your meal is ready, enjoy!

Italian Sacchetti sausage

6 servings

- » 1 tablespoon olive oil
- » 450 g pork sausage (uncooked, Italian)
- » 2 cloves garlic, crushed
- » 3/4 cup chicken broth
- » 1 can diced tomatoes
- » 1/2 cup cream (full-fat)
- » 1/2 cup diced yellow onion
- » 250 g cheese-filled pasta (fresh or frozen)
- » 2 cups fresh baby spinach
- » Grated Parmesan cheese topping



Steps:

1. Remove the casing from the sausage and cut it into smaller pieces, but keep it from falling apart too much.
2. Heat the olive oil in a large pan. When the oil is hot, add the onion and sausage. Stirring occasionally, fry until the sausage is browned on all sides.
3. Once browned, add the garlic and stir for about 30 seconds.
4. Remove from the hot plate and transfer the browned sausage and garlic to a ceramic pot. Add the broth, tomatoes, cream and pasta. Stir to combine the ingredients.
5. Set HIGH temperature and cooking time of 0.5 hour; or set LOW temperature and cooking time of 1 hour, until the pasta is soft.
6. Turn off the heat, add the spinach and stir until soft and wilted. Wait a few minutes for the sauce to thicken before serving.
7. Serve sprinkled with grated Parmesan cheese. Enjoy!

Apple crumble pie

8 servings

Filling ingredients

- » 3–4 Granny Smith apples, peeled and thin-sliced
- » 3 red apples, peeled and thin-sliced
- » 1/3 cup granulated sugar
- » 3 tablespoons plain flour
- » 1 teaspoon cinnamon
- » 1/4 teaspoon nutmeg
- » 3/2 teaspoons lemon juice
- » 1/2 teaspoon salt



Crumble ingredients

- » 3/4 cup brown sugar
- » 3/4 cup plain flour
- » 1/2 cup oatmeal
- » 2 teaspoons cinnamon
- » 3/4 cup finely diced cold butter
- » 1/4 teaspoon salt

Steps:

1. Preheat the oven to 180 °C.
2. Peel and de-core the apples and finely slice them. There should be about 8 cups of apples total.
3. Mix all the filling ingredients in a large bowl to coat the apples evenly. Set aside.
4. In a medium bowl, combine the ingredients for the crumble and stir in the cold butter with a fork. Continue until the mixture becomes a crumble with pea-sized pieces.
5. Place the apples in a saucepan and sprinkle the crumble evenly over them.
6. Place the ceramic vessel (not the whole appliance) in the oven and bake for about 50 minutes, until the surface is brown and the filling starts to bubble.
7. Serve warm with ice cream. Enjoy!

Homemade yoghurt

Several servings

- » 3.5 l whole milk
- » 1/2 cup white yoghurt (make sure the can says “live/active culture”)
- » 2 dishcloths



Steps:

1. **Add whole milk to the pot. Put on the lid. Set the pot to SLOW COOK mode on low (LO) for 2 to 2 1/2 hours.** The aim is to bring the milk to about 80 °C, close to the boiling point. If possible, start checking the temperature with an infrared thermometer after 2 hours. If not, monitor the surface for boil.
2. **Press the ON/OFF button to switch off the cooker at 80 °C or ONLY when bubbles start to appear.** The milk now needs to cool to a temperature of about 43 °C. You can either leave the pot to stand for about 3 hours with the lid on or, if you have an infrared thermometer, you can stir it occasionally until it reaches 43 °C. In either case, removing the pot from the base and setting it aside will help speed up cooling.
3. Unplug the pot. Pour 2 cups of warm milk into a bowl. Whisk 1/2 cup of white yoghurt into the milk. Add the mixture back to the pot and stir.
4. Cover the pot with two tea towels. Let it rest for 8 hours.
5. After 8 hours you should have a nice, thick, white yoghurt. Mix it with your favourite fruit, vanilla extract, honey or whatever you like. Enjoy!

Pumpkin soup (slow cooked)

4 servings

- » 2 tablespoons olive oil
- » 1/2 diced onion
- » 2 cloves garlic, crushed
- » 1/4 cup maple syrup
- » Pumpkin puree from 1 medium sized Hokkaido pumpkin (ca. 900 g)
- » 2 cups chicken (or vegetable) broth
- » 1 tablespoon fresh thyme
- » 1 teaspoon ground cinnamon
- » 1/2 teaspoon ground ginger
- » 1/4 teaspoon nutmeg
- » 1/2 teaspoon salt
- » 1/2 teaspoon black pepper
- » 1/2 cup cream (full-fat)
- » Pumpkin seeds for sprinkling



Steps:

1. Heat the olive oil in a large pot. Add the onion and fry just until soft.
2. Add the garlic and fry again for a minute.
3. Add the maple syrup and stir for about a minute.
4. Stir in the pumpkin puree until it combines with the maple syrup.
5. Remove from the stove and transfer to a ceramic pot. Then stir in the chicken stock, thyme, cinnamon, nutmeg, salt and pepper.
6. Put the lid on, set to HIGH temperature and cooking time of 15 minutes.
7. After 15 minutes, add the cream, then cover the lid and cook for another 2 minutes. If the soup seems too thick, you can add more stock at this point to achieve the desired consistency.
8. Pour the soup into bowls and sprinkle with pumpkin seeds. Serve and enjoy!

Notes:

- If necessary, you can blend the soup with a stick blender.

Chicken and yam stew in coconut milk

4 servings

- » 1.2 kg mix of chicken leg, breast and drumsticks
- » 2 medium-sized shallots, diced
- » 3 cloves garlic, crushed
- » 2.5 cm fresh ginger root, peeled and grated
- » 2 medium-sized yams, peeled and diced
- » 3/2 cups chicken broth
- » 1 can unsweetened coconut milk
- » 1/2 cup chopped fresh cilantro
- » 2 tablespoons fish sauce
- » 2 cups fresh baby spinach
- » 1/4 cup lime juice
- » 1 tablespoon ground turmeric
- » 1 tablespoon dry ground ginger
- » 2 teaspoons ground cilantro
- » 1/8 teaspoon cayenne pepper
- » 2 teaspoons salt



Steps:

1. In a separate bowl, mix the turmeric, ginger, cilantro, cayenne pepper and salt. Mix well.
2. Season the chicken bits on both sides with the spice mixture, transfer to the bottom of the pot and let rest for 5 minutes.
3. Place the shallots, garlic, ginger, cilantro (but keep some for garnish) and yams on top of the chicken in the pot.
4. Pour the chicken broth, coconut milk and fish sauce over the chicken and potatoes in the pot. Cover the pot with a lid.
5. Set HIGH temperature and cooking time of 1.5 hours; or set LOW temperature and cooking time of 3 hours.
6. Preheat the oven to 200 °C beforehand.
7. When cooking is finished, remove the lid and transfer ONLY the ceramic pot to the oven. Cook for another 30 minutes to brown the chicken and thicken the sauce.
8. Remove the pot from the oven, then stir in the baby spinach and lime juice to taste. Sprinkle with the cilantro you have set aside for garnish.
9. Your meal is ready, enjoy!

Pulled pork

4 servings

- » 800 g pork shoulder
- » 1 sliced onion
- » 3 cloves garlic, crushed
- » 1 teaspoon smoked paprika
- » 1 teaspoon ground cumin
- » 1 teaspoon salt
- » 1/2 teaspoon pepper
- » 100 ml apple cider vinegar
- » 100 ml water or broth
- » 2 tablespoons BBQ sauce (optional)



Steps:

1. Heat the oil in a large pot and fry the onion and garlic until soft.
2. Add the pork in large cuts and sear on all sides (about 5 minutes).
3. Remove from the stove and transfer the browned meat and base to a ceramic pot.
4. Add spices, vinegar and water/broth. Mix well.
5. Set HIGH temperature and cooking time of 4 hours.
6. Remove the pork, separate with a fork into threads, put back in the sauce and mix with (optional) BBQ sauce.
7. Serve in a bun or with rice.

Butter chicken

4 servings

- » 600 g chicken breast or leg, diced
- » 1 onion, finely chopped
- » 3 cloves garlic
- » 1 tablespoon grated ginger
- » 2 teaspoons garam masala
- » 1 teaspoon paprika
- » 1/2 teaspoon chilli
- » 200 ml tomato puree
- » 100 ml whipping cream
- » 50 g butter
- » Salt to taste
- » Fresh cilantro for garnish



Steps:

1. Melt the butter in a large frying pan and fry the onion, garlic and ginger.
2. Add the spices and sauté for 1–2 minutes.
3. Add the chicken and sear it on all sides.
4. Remove from the stove and transfer the chicken and spices to a ceramic pot.
5. Stir in the tomato paste.
6. Set HIGH temperature and cooking time of 1.5 hours; or set LOW temperature and cooking time of 3 hours.
7. Stir in the cream, season with salt and serve with rice or naan.

Red lentil dhal

4 servings

- » 200 g red lentils
- » 1 onion, finely chopped
- » 2 cloves garlic
- » 1 tablespoon grated ginger
- » 1 teaspoon turmeric
- » 1 teaspoon cumin
- » 1 teaspoon dried cilantro
- » 600 ml water
- » 1 sliced tomato
- » Salt to taste
- » Lemon and cilantro for garnish



Steps:

1. Put all the ingredients in a ceramic pot and mix well.
2. Set LOW temperature and cooking time of 6 hours.
3. Mix and serve with lemon and cilantro and rice or naan.

Vegetarian curry

4 servings

- » 1 onion, finely chopped
- » 2 cloves garlic
- » 1 tablespoon curry paste or 2 teaspoons curry spices
- » 1 teaspoon turmeric
- » 1 yam, diced
- » 1 sliced carrot
- » 1 diced zucchini
- » 200 g cooked chickpeas
- » 400 ml coconut milk
- » 100 ml water
- » Salt and pepper to taste
- » Fresh cilantro and lime for garnish



Steps:

1. Put all the ingredients in a ceramic pot and mix well.
2. Set HIGH temperature and cooking time of 1.5 hours.
3. Serve with rice, lime and cilantro.

Beef Stroganoff

4 servings

- » 450 g beef
- » 1 onion
- » 1 cup sour cream
- » 2 teaspoons flour
- » 2 sprigs parsley
- » 2 tablespoons tomato puree
- » Salt and pepper to taste
- » Bay leaves (2–3 pcs)



Steps:

1. Cut the onion into strips and the meat into ca. 4 cm cubes.
2. In a large pan, sear the meat until tender and juicy. Then remove it from the pot and fry the onions. Take off the stove.
3. Transfer the meat and onion to a ceramic pot, stir and sprinkle with flour. Add the tomato paste and sour cream. Mix well.
4. Season to taste with salt and pepper and add bay leaves.
5. Set HIGH temperature and cooking time of 4 hours; or set LOW temperature and cooking time of 6 hours.
6. Beef Stroganoff goes well with a side of pasta.

Rindergulasch

6 Portionen

- » 2 Esslöffel Olivenöl
- » 900 g Rindfleischwürfel
- » Salz und Pfeffer nach Geschmack
- » 1 mittelgroße gelbe Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- » 2 Stangen Staudensellerie, zerkleinert
- » 3 Esslöffel Tomatenpüree
- » 2 Teelöffel zerdrückter Knoblauch
- » 1 Esslöffel Worcestershiresauce
- » 6 Tassen Rinderbrühe
- » Rotwein nach Geschmack
- » 1/2 Teelöffel italienische Kräuter
- » 3 Lorbeerblätter
- » 450 g Kartoffeln, geschält und in kleine Stücke geschnitten
- » 2 große Möhren, geschält und in kleine Stücke geschnitten
- » 1/2 Tasse tiefgekühlte Erbsen



Schritte:

1. Bereiten Sie alle Zutaten vor.
2. Erhitzen Sie das Olivenöl in einer großen Pfanne. Wenn das Öl heiß ist, geben Sie die Hälfte der Rindfleischwürfel hinzu und braten Sie sie leicht an. Nehmen Sie die erste Hälfte des Fleisches heraus, legen Sie es beiseite und machen Sie dasselbe mit der anderen Hälfte.
3. Wenn die andere Hälfte des Fleisches angebraten und beiseitegelegt ist, fügen Sie die Zwiebel und den Sellerie hinzu. Alles 3 Minuten unter ständigem Rühren braten.
4. Fügen Sie das Tomatenmark hinzu und rühren Sie so lange, bis sich das Tomatenmark ein wenig auflöst. Fügen Sie den Knoblauch hinzu und rühren Sie weiter. Nehmen Sie die Pfanne vom Herd und geben Sie das Fleisch mit dem Tomatenmark in einen Keramiktopf.
5. Fügen Sie Worcestershiresauce, Rinderbrühe, Wein, italienische Kräuter und Lorbeerblätter hinzu. Decken Sie den Topf zu.
6. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 4 Stunden ein; oder wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 8 Stunden ein.
7. Geben Sie nach etwa 2/3 der Garzeit die Kartoffeln und Karotten hinzu.
8. Geben Sie etwa eine halbe Stunde (Temperatur HIGH) / eine Stunde (Temperatur LOW) vor der Fertigstellung die Erbsen hinzu.
9. Das Essen ist fertig, guten Appetit!

Huhn Vesuvio

6 Portionen

- » 1/2 Esslöffel Olivenöl
- » 2 Esslöffel Butter
- » 6 Hähnchenschenkel
- » Salz und Pfeffer nach Geschmack
- » 450 g kleine Kartoffeln, in halbe Stücke geschnitten
- » 1 mittelgroße gelbe Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- » 2 Esslöffel zerdrückter Knoblauch
- » 3 Teelöffel italienische Kräuter
- » 1/2 Teelöffel rote Chili-Flocken
- » 1 und 1/2 Tasse Hühnerbrühe
- » 1 Tasse tiefgekühlte Erbsen
- » 1 Esslöffel Zitronensaft
- » 2 Esslöffel frische Petersilie, fein gehackt



Schritte:

1. Bereiten Sie die Zutaten vor.
2. Erhitzen Sie das Öl und die Butter in einer großen Pfanne.
3. Sobald sie erhitzt sind, fügen Sie die Hähnchenschenkel hinzu und würzen Sie sie mit Salz und Pfeffer. Braten Sie die Schenkel etwa 4 bis 5 Minuten, drehen Sie sie dann um und würzen Sie sie erneut mit Salz und Pfeffer. Braten Sie sie auf der anderen Seite etwa 4 bis 5 Minuten.
4. Nachdem Sie die Schenkel auf beiden Seiten gebraten haben, nehmen Sie sie heraus und legen Sie sie beiseite.
5. Fügen Sie die Kartoffeln hinzu und braten Sie sie etwa 3 Minuten auf jeder Seite.
6. Sobald die Kartoffeln gebraten sind, nehmen Sie sie heraus und geben die Zwiebel und den Knoblauch, die italienischen Kräuter und die roten Chili-Flocken hinzu. Braten Sie alles, bis es weich sind. Nehmen Sie die Pfanne vom Herd und geben Sie das Fleisch mit dem Tomatenmark in einen Keramiktopf.
7. Legen Sie die Schenkel und die Kartoffeln in den Topf mit Zwiebel und Knoblauch. Achten Sie darauf, dass sie nicht zu sehr übereinanderliegen, gießen Sie die Hühnerbrühe dazu.
8. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 4 Stunden ein; oder wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 6 Stunden ein.
9. Geben Sie etwa eine halbe Stunde (Temperatur HIGH) / eine Stunde (Temperatur LOW) vor der Fertigstellung die Erbsen, den Zitronensaft und die gehackte Petersilie hinzu. Decken Sie den Topf zu und kochen Sie das Ganze etwa 20 bis 25 Minuten.
10. Das Essen ist fertig, guten Appetit!

Italienische Wurst Sacchetti

6 Portionen

- » 1 Esslöffel Olivenöl
- » 450 g Schweinefleischwurst (ungekocht, italienisch)
- » 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- » 3/4 Tasse Hühnerbrühe
- » 1 Dose gehackte Tomaten
- » 1/2 Tasse Sahne (33 % Fett)
- » 1/2 Tasse gelbe Zwiebel, in Würfel geschnitten
- » 250 g mit Käse gefüllte Nudeln (frisch oder tiefgekühlt)
- » 2 Tassen frischer Babyspinat
- » Geriebener Parmesankäse zum Servieren



Schritte:

1. Entfernen Sie den Darm von der Wurst und schneiden Sie sie in kleinere Stücke, aber so, dass sie nicht zu sehr auseinanderfällt.
2. Erhitzen Sie das Olivenöl in einer großen Pfanne. Wenn das Öl heiß ist, fügen Sie die Zwiebel und die Wurst hinzu. Braten Sie die Wurst unter gelegentlichem Rühren, bis sie von allen Seiten gebraten ist.
3. Sobald sie gebraten sind, fügen Sie den Knoblauch hinzu und rühren Sie alles etwa 30 Sekunden lang um.
4. Nehmen Sie die Pfanne vom Herd und geben Sie die angebratene Wurst mit Knoblauch in einen Keramiktopf. Fügen Sie die Brühe, die Tomaten, die Sahne und die Nudeln hinzu. Rühren Sie alles um, damit sich die Zutaten miteinander vermengen.
5. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 0,5 Stunden ein; oder wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 1 Stunde ein, bis die Nudeln weich ist.
6. Schalten Sie den Topf ab, fügen Sie den Spinat hinzu und rühren Sie alles, bis der Spinat weich und verwelkt ist. Warten Sie vor dem Servieren ein paar Minuten, bis die Sauce eindickt.
7. Bestreuen Sie das Gericht mit Parmesankäse. Guten Appetit!

Apfelkuchen mit Streuseln

8 Portionen

Ingredienzen für die Abfüllung

- » 3– 4 Granny Smith Äpfel, geschält und in dünne Scheiben geschnitten
- » 3 rote Äpfel, geschält und in dünne Scheiben geschnitten
- » 1/3 Tasse Kristallzucker
- » 3 Esslöffel glattes Mehl
- » 1 Teelöffel Zimt
- » 1/4 Teelöffel Muskatnuss
- » 1 und 1/2 Teelöffel Zitronensaft
- » 1/2 Teelöffel Salz



Ingredienzen für den Streusel

- » 3/4 Tasse brauner Zucker
- » 3/4 Tasse glattes Mehl
- » 1/2 Tasse Haferflocken
- » 2 Teelöffel Zimt
- » 3/4 Tasse kalte Butter in kleine Würfel geschnitten
- » 1/4 Teelöffel Salz

Schritte:

1. Heizen Sie den Ofen auf 180 °C vor.
2. Schälen Sie die Äpfel, entfernen Sie die Kerne und schneiden Sie sie in dünne Scheiben. Sie sollten insgesamt etwa 8 Tassen Äpfel haben.
3. Mischen Sie in einer großen Schüssel alle Zutaten für die Füllung, damit die Äpfel gleichmäßig bestreut werden. Legen Sie die Schüssel beiseite.
4. Mischen Sie die Zutaten für den Streusel in einer mittelgroßen Schüssel und rühren Sie die kalte Butter mit einer Gabel ein. Fahren Sie fort, bis die Mischung einem Streusel mit erbsengroßen Stücken ähnelt.
5. Geben Sie die Äpfel in einen Topf und bestreuen Sie sie gleichmäßig mit dem Streusel.
6. Stellen Sie die Keramikform in den Ofen (nicht das ganze Gerät) und backen Sie sie etwa 50 Minuten lang, bis die Oberfläche braun ist und die Füllung zu blubbern beginnt.
7. Warm mit Eiscreme servieren. Guten Appetit!

Hausgemachter Joghurt

Mehrere Portionen

- » 3,5 l Vollmilch
- » 1/2 Tasse weißer Joghurt (achten Sie darauf, dass auf dem Joghurt „lebende/aktive Kulturen“ stehen)
- » 2 Geschirrtücher



Schritte:

1. **Geben Sie die Vollmilch in den Topf. Decken Sie den Topf zu. Stellen Sie den Topf auf den Modus SLOW COOK auf niedrige Temperatur (LO) für 2 bis 2 1/2 Stunden ein.** Ziel ist es, die Milch nahe an den Siedepunkt zu bringen, d.h. auf 80 °C. Wenn möglich, sollten Sie die Temperatur nach 2 Stunden mit einem Infrarotthermometer überprüfen. Wenn nicht, überwachen Sie den Füllstand zum Kochen.
2. **Drücken Sie die EIN/AUS-Taste bei 80 °C oder WENN die Milch zu Blubbern beginnt, und schalten Sie den Topf aus.** Die Milch muss nun auf eine Temperatur von etwa 43 °C abkühlen. Sie können den Topf entweder etwa 3 Stunden lang mit geschlossenem Deckel stehen lassen oder gelegentlich mit einem Infrarotthermometer umrühren, bis die Milch 43 °C erreicht hat. In jedem Fall hilft es, den Topf vom Boden zu nehmen und ihn beiseitezulegen, um das Abkühlen zu beschleunigen.
3. Ziehen Sie den Stecker des Topfes aus der Steckdose. Gießen Sie 2 Tassen warme Milch in die Schüssel. Rühren Sie 1/2 weißen Joghurt unter. Geben Sie die Mischung zurück in den Topf und rühren Sie sie um.
4. Decken Sie den Topf mit zwei Geschirrtüchern ab. Lassen Sie ihn 8 Stunden lang ruhen.
5. Nach 8 Stunden sollten Sie einen schönen, dicken, weißen Joghurt haben. Mischen Sie ihn mit Ihren Lieblingsfrüchten, Vanilleextrakt, Honig oder was immer Sie mögen. Guten Appetit!

Kürbissuppe (langsames Kochen)

4 Portionen

- » 2 Esslöffel Olivenöl
- » 1/2 gewürfelte Zwiebel
- » 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- » 1/4 Tasse Ahornsirup
- » Kürbispüree von 1 mittelgroßen Hokkaido-Kürbis (ca. 900 g)
- » 2 Tassen Hühnerbrühe (oder Gemüsebrühe)
- » 1 Esslöffel frischer Thymian
- » 1 Teelöffel gemahlene Zimt
- » 1/2 Teelöffel gemahlener Ingwer
- » 1/4 Teelöffel Muskatnuss
- » 1/2 Teelöffel Salz
- » 1/2 Teelöffel schwarzer Pfeffer
- » 1/2 Tasse Sahne (33 % Fett)
- » Kürbiskerne zum Bestreuen



Schritte:

1. Erhitzen Sie das Olivenöl in einem großen Topf. Fügen Sie die Zwiebel hinzu und braten Sie sie, bis sie weich ist.
2. Fügen Sie den Knoblauch hinzu und braten Sie ihn erneut eine Minute lang.
3. Geben Sie den Ahornsirup hinzu und rühren Sie etwa eine Minute lang um.
4. Rühren Sie das Kürbispüree ein, bis es sich mit dem Ahornsirup miteinander vermischt hat.
5. Nehmen Sie den Topf vom Herd und geben Sie alles in einen Keramiktopf. Rühren Sie dann die Hühnerbrühe, Thymian, Zimt, Muskatnuss, Salz und Pfeffer ein.
6. Setzen Sie den Deckel auf, wählen Sie HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 15 Minuten ein.
7. Nach 15 Minuten fügen Sie die Sahne hinzu, decken Sie den Topf zu und kochen Sie alles weitere 2 Minuten. Wenn Ihnen die Suppe zu dick erscheint, können Sie an dieser Stelle mehr Brühe hinzufügen, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen.
8. Gießen Sie die Suppe in Schalen und bestreuen Sie sie mit Kürbiskernen. Guten Appetit!

Bemerkung:

- Falls nötig, können Sie die Suppe mit einem Stabmixer pürieren.

In Kokosmilch geschmortes Huhn mit gedünsteten Süßkartoffeln

4 Portionen

- » 1,2 kg Mischung aus Hähnchenschenkeln, -brüsten und -keulen
- » 2 mittelgroße Schalotten, in Stücke geschnitten
- » 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- » 2,5 cm großer frischer Ingwer, geschält und gerieben
- » 2 mittelgroße Süßkartoffeln, geschält und in kleine Stücke geschnitten
- » 1 und 1/2 Tasse Hühnerbrühe
- » 1 Dose ungesüßte Kokosnussmilch
- » 1/2 Tasse gehackter frischer Koriander
- » 2 Esslöffel Fischsauce
- » 2 Tassen frischer Babyspinat
- » 1/4 Tasse Limettensaft
- » 1 Esslöffel gemahlener Kurkuma
- » 1 Esslöffel trockener gemahlener Ingwer
- » 2 Teelöffel gemahlener Koriander
- » 1/8 Teelöffel Cayennepfeffer
- » 2 Teelöffel Salz



Schritte:

1. Mischen Sie in einer separaten Schüssel Kurkuma, Ingwer, Koriander, Cayennepfeffer und Salz. Vermischen Sie alles gut miteinander.
2. Würzen Sie die Hähnchenteile von beiden Seiten mit der Gewürzmischung, legen Sie sie auf den Boden des Topfes und lassen Sie sie 5 Minuten ruhen.
3. Legen Sie die Schalotten, den Knoblauch, den Ingwer, den Koriander (bewahren Sie etwas zum Garnieren auf) und die Süßkartoffeln auf das Huhn im Topf.
4. Gießen Sie über das Huhn und die Kartoffeln die Hühnerbrühe, die Kokosmilch und die Fischsauce. Decken Sie den Topf zu.
5. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 1,5 Stunden ein; oder wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 3 Stunden ein.
6. Heizen Sie den Ofen rechtzeitig auf 200 °C vor.
7. Nehmen Sie nach Beendigung der Zubereitung den Deckel ab geben Sie NUR den Keramiktopf in den Ofen. Kochen Sie das Ganze weitere 30 Minuten, bis das Huhn braun und die Sauce dick wird.

8. Nehmen Sie den Topf aus dem Ofen, rühren Sie den Babyspinat und den Limettensaft nach Geschmack ein. Bestreuen Sie alles mit dem Koriander, den Sie zum Dekorieren beiseitegelegt haben.
9. Das Essen ist fertig, guten Appetit!

Gezupftes Fleisch

4 Portionen

- » 800 g Schweineschulter
- » 1 geschnittene Zwiebel
- » 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- » 1 Teelöffel geräucherter Paprika
- » 1 Teelöffel gemahlener Kümmel
- » 1 Teelöffel Salz
- » 1/2 Teelöffel Pfeffer
- » 100 ml Apfelessig
- » 100 ml Wasser oder Brühe
- » 2 Esslöffel BBQ-Sauce (optional)



Schritte:

1. Erhitzen Sie das Öl in einem großen Topf und braten Sie die Zwiebel und den Knoblauch, bis sie weich sind.
2. Fügen Sie das in größere Stücke geschnittene Schweinefleisch hinzu und braten Sie es von allen Seiten an (etwa 5 Minuten).
3. Nehmen Sie den Topf vom Herd und geben Sie das angebratene Fleisch mit Zwiebel und Knoblauch in einen Keramiktopf.
4. Geben Sie Gewürze, Essig und Wasser/Brühe hinzu. Vermischen Sie alles gut miteinander.
5. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 4 Stunden ein.
6. Nehmen Sie das Schweinefleisch heraus, trennen Sie einzelne Fleischfasern mit einer Gabel, geben Sie es zurück in die Sauce und mischen Sie es mit der BBQ-Sauce (optional).
7. In einem Brötchen oder mit Reis servieren.

Butterhuhn

4 Portionen

- » 600 g Hähnchenbrust oder -schenkel, in Würfel geschnitten
- » 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- » 3 Knoblauchzehen
- » 1 Esslöffel geriebener Ingwer
- » 2 Teelöffel Garam Masala
- » 1 Teelöffel Paprika
- » 1/2 Teelöffel Chili
- » 200 ml Tomatenmark
- » 100 ml Schlagsahne
- » 50 g Butter
- » Salz nach Geschmack
- » Frischer Koriander zum Dekorieren



Schritte:

1. Schmelzen Sie Butter in einer großen Pfanne und braten Sie darin die Zwiebel, den Knoblauch und den Ingwer an.
2. Fügen Sie die Gewürze hinzu und rösten Sie sie 1-2 Minuten lang.
3. Fügen Sie das Hähnchen hinzu und braten Sie es von allen Seiten an.
4. Nehmen Sie die Pfanne vom Herd und geben Sie das Huhn mit Gewürze in einen Keramiktopf.
5. Rühren Sie das Tomatenmark ein.
6. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 1,5 Stunden ein; oder wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 3 Stunden ein.
7. Rühren Sie die Sahne ein, geben Sie Salz hinzu und servieren Sie das Gericht mit Reis oder Naan.

Dhal aus roten Linsen

4 Portionen

- » 200 g rote Linsen
- » 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- » 2 Knoblauchzehen
- » 1 Esslöffel geriebener Ingwer
- » 1 Teelöffel Kurkuma
- » 1 Teelöffel Kümmel
- » 1 Teelöffel getrockneter Koriander
- » 600 ml Wasser
- » 1 gehackte Tomate
- » Salz nach Geschmack
- » Zitrone und Koriander zum Servieren



Schritte:

1. Geben Sie alle Zutaten in einen Keramiktopf und mischen Sie sie gut.
2. Wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 6 Stunden ein.
3. Vermischen Sie alles miteinander und servieren Sie das Gericht mit Zitrone und Koriander und Reis oder Naan.

Vegetarisches Curry

4 Portionen

- » 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- » 2 Knoblauchzehen
- » 1 Esslöffel Currypaste oder 2 Teelöffel Currygewürz
- » 1 Teelöffel Kurkuma
- » 1 Süßkartoffel in Würfel geschnitten
- » 1 Karotte, in Scheiben geschnitten
- » 1 gewürfelte Zucchini
- » 200 g gekochte Kichererbsen
- » 400 ml Kokosmilch
- » 100 ml Wasser
- » Salz und Pfeffer nach Geschmack
- » Frischer Koriander und Limette zum Servieren



Schritte:

1. Geben Sie alle Zutaten in einen Keramiktopf und mischen Sie sie gut.
2. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 1,5 Stunden ein.
3. Servieren Sie das Gericht mit Reis, Limette und Koriander.

Rindfleisch Stroganoff

4 Portionen

- » 450 g Rindfleisch
- » 1 Zwiebel
- » 1 Becher saure Sahne
- » 2 Teelöffel Mehl
- » 2 Zweige Petersilie
- » 2 Esslöffel Tomatenpüree
- » Salz und Pfeffer nach Geschmack
- » Lorbeerblätter (2–3 Stück)



Schritte:

1. Schneiden Sie die Zwiebel in Ringe und das Fleisch in etwa 4 cm große Würfel.
2. Braten Sie das Fleisch in einer großen Pfanne an, bis es zart und saftig ist. Nehmen Sie es dann aus dem Topf und braten Sie die Zwiebeln an. Nehmen Sie die Pfanne vom Herd.
3. Geben Sie das Fleisch und die Zwiebel in einen Keramiktopf, rühren Sie sie um und bestreuen Sie sie mit Mehl. Fügen Sie Tomatenmark und saure Sahne hinzu. Vermischen Sie alles gut miteinander.
4. Schmecken Sie es mit Salz und Pfeffer ab und fügen Sie Lorbeerblätter hinzu.
5. Wählen Sie die Temperatur HIGH und stellen Sie die Garzeit auf 4 Stunden ein; oder wählen Sie die Temperatur LOW und stellen Sie die Garzeit auf 6 Stunden ein.
6. Rindfleisch Stroganoff kann mit gekochten Nudeln serviert werden.

Hovězí guláš

6 porcí

- » 2 lžíce olivového oleje
- » 900 g hovězího masa nakrájeného na kostky
- » Sůl a pepř podle chuti
- » 1 středně velká žlutá cibule nakrájená na plátky
- » 2 řapíky celeru, nakrájené
- » 3 lžíce rajčatového protlaku
- » 2 lžičky drceného česneku
- » 1 lžíce worcesterové omáčky
- » 6 šálků hovězího vývaru
- » Červené víno podle chuti
- » 1/2 lžičky italských bylinek
- » 3 bobkové listy
- » 450 g brambor, oloupaných a nakrájených na malé kousky
- » 2 velké mrkve, oloupané a nakrájené na malé kousky
- » 1/2 šálku mraženého hrášku



Kroky:

1. Připravte si všechny ingredience.
2. Ve velké pánvi rozehejte olivový olej. Když je olej rozpálený, přidejte polovinu hovězího masa nakrájeného na kostky a lehce ho opečte. První polovinu masa vyjměte, dejte stranou a totéž proveďte s druhou polovinou.
3. Když je druhá polovina masa opečena a daná stranou, přidejte cibuli a celer. Opékejte za stálého míchání 3 minuty.
4. Přidejte rajčatový protlak a míchejte, dokud se protlak trochu nerozpustí. Přidejte česnek a pokračujte v míchání. Stáhněte z plotny a přendejte maso se základem do keramického hrnce.
5. Přidejte worcesterovou omáčku, hovězí vývar, víno, italské bylinky a bobkové listy. Nasaďte víko.
6. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 4 hodiny; nebo vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 8 hodin.
7. Přibližně po uplynutí 2/3 přípravy přidejte brambory a mrkev.
8. Přibližně půl hodiny (teplota HIGH) / hodinu (teplota LOW) před dokončením přidejte hrášek.
9. Nyní je jídlo připravené, dobrou chuť!

Kuře Vesuvio

6 porcí

- » 1/2 lžíce olivového oleje
- » 2 lžíce másla
- » 6 kuřecích stehen
- » Sůl a pepř podle chuti
- » 450 g malých brambor nakrájených na poloviny
- » 1 středně velká žlutá cibule nakrájená na plátky
- » 2 lžíce drceného česneku
- » 3 lžičky italských bylinek
- » 1/2 lžičky vloček červené chilli papričky
- » 1 a 1/2 šálku kuřecího vývaru
- » 1 šálek mraženého hrášku
- » 1 lžíce citronové šťávy
- » 2 lžíce čerstvé petrželky, jemně nasekané



Kroky:

1. Připravte si ingredience.
2. Ve velké pánvi rozehejte olej a máslo.
3. Po zahřátí přidejte kuřecí stehna a podle chuti je osolte a opepřete. Opékejte asi 4 až 5 minut, pak stehna otočte a znovu je osolte a opepřete. Na druhé straně je opékejte asi 4 až 5 minut.
4. Po opečení stehen z obou stran je vyjměte a dejte stranou.
5. Přidejte brambory a opékejte je asi 3 minuty z každé strany.
6. Jakmile jsou brambory opečené, vyjměte je a přidejte cibuli a česnek, italské bylinky a vločky červené chilli papričky. Opékejte, dokud změknou. Stáhněte z plotny a přendejte maso se základem do keramického hrnce.
7. Rozložte stehna a brambory do hrnce s cibulí a česnekem. Ujistěte se, že se příliš nepřekrývají, a přilijte kuřecí vývar.
8. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 4 hodiny; nebo vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 6 hodin.
9. Přibližně půl hodiny (teplota HIGH) / hodinu (teplota LOW) před dokončením přidejte hrášek, citronovou šťávu a nasekanou petrželku. Přikryjte a vařte asi 20 až 25 minut.
10. Nyní je jídlo připravené, dobrou chuť!

Italská klobása Sacchetti

6 porcí

- » 1 lžíce olivového oleje
- » 450 g vepřové klobásy (nevařené, italské)
- » 2 stroužky česneku, rozdrčeného
- » 3/4 šálku kuřecího vývaru
- » 1 plechovka nakrájených rajčat
- » 1/2 šálku smetany (33 % tuku)
- » 1/2 hrnku žluté cibule nakrájené na kostičky
- » 250 g těstovin plněných sýrem (čerstvých nebo mražených)
- » 2 šálky čerstvého baby špenátu
- » Strouhaný parmazán k podávání



Kroky:

1. Odstraňte z klobásy střívko a nakrájejte ji na menší kousky, ale aby se příliš nerozpadla.
2. Ve velké pánvi rozeřte olivový olej. Když je olej rozpálený, přidejte cibuli a klobásu. Za občasného míchání opékejte, dokud nebude klobása ze všech stran opečená.
3. Po opečení přidejte česnek a míchejte asi 30 sekund.
4. Stáhněte z plotny a přendejte opečenou klobásu s česnekem do keramického hrnce. Přidejte vývar, rajčata, smetanu a těstoviny. Promíchejte, aby se suroviny spojily.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 0,5 hodinu; nebo vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 1 hodinu, dokud těstoviny nezměknou.
6. Vypněte hrnec, přidejte špenát a promíchejte, dokud nezměkne a nezvadne. Před podáváním vyčkejte několik minut, než omáčka zhoustne.
7. Podávejte posypané strouhaným parmazánem a dobrou chutí!

Jablečný drobenkový koláč

8 porcí

Suroviny na náplň

- » 3–4 jablka Granny Smith, oloupaná a nakrájená na tenké plátky
- » 3 červená jablka, oloupaná a nakrájená na tenké plátky
- » 1/3 šálku krystalového cukru
- » 3 lžíce hladké mouky
- » 1 lžička skořice
- » 1/4 lžičky muškátového oříšku
- » 1 a 1/2 lžičky citronové šťávy
- » 1/2 lžičky soli



Suroviny na drobenku

- » 3/4 šálku hnědého cukru
- » 3/4 šálku hladké mouky
- » 1/2 šálku ovesných vloček
- » 2 lžičky skořice
- » 3/4 šálku studeného másla nakrájeného na malé kostičky
- » 1/4 lžičky soli

Kroky:

1. Předehřejte troubu na 180 °C.
2. Jablka oloupejte, zbavte je jadřinců a nakrájejte na tenké plátky. Dohromady byste měli mít asi 8 šálků jablek.
3. Ve velké míse promíchejte všechny suroviny na náplň, aby se jablka rovnoměrně obalila. Odložte stranou.
4. Ve středně velké míse smíchejte suroviny na drobenku a vidličkou do ní vmíchejte studené máslo. Pokračujte, dokud směs nebude připomínat drobenku s kousky o velikosti hrášku.
5. Jablka nasype do hrnce a poté je rovnoměrně posype drobenkou.
6. Keramickou nádobu vložte do trouby (ne celý spotřebič) a pečte asi 50 minut, dokud povrch nezžehne a náplň nezačne bublat.
7. Podávejte teplé se zmrzlinou. Dobrou chuť!

Domácí jogurt

Několik porcí

- » 3,5 l plnotučného mléka
- » 1/2 kelímku bílého jogurtu (ujistěte se, že je na něm uvedeno „živé/aktivní kultury“)
- » 2 utěrky na nádobí



Kroky:

1. **Do hrnce přidejte plnotučné mléko. Nasadte víko. Nastavte hrnec na režim SLOW COOK na nízkou teplotu (LO) na 2 až 2 1/2 hodiny.** Cílem je dostat mléko těsně k bodu varu, tedy k 80 °C. Pokud je to možné, začněte po 2 hodinách kontrolovat teplotu infračerveným teploměrem. Pokud ne, sledujte hladinu kvůli varu.
2. **Při teplotě 80 °C nebo AŽ když se začnou objevovat bublinky, stiskněte tlačítko ON/OFF a hrnec vypněte.** Nyní je třeba, aby mléko zchladlo na teplotu přibližně 43 °C. Hrnec můžete buď nechat stát asi 3 hodiny s přiklopenou pokličkou, nebo, pokud máte infračervený teploměr, můžete občas promíchat, dokud nedosáhnete 43 °C. V obou případech pomůže urychlit zchladnutí vyjmutí hrnce ze základny a odložení stranou.
3. Odpojte hrnec ze zásuvky. Do mísy přelijte 2 šálky teplého mléka. Do mléka zašlehejte 1/2 kelímku bílého jogurtu. Směs přidejte zpět do hrnce a promíchejte.
4. Přikryjte hrnec dvěma utěrkami. Nechte 8 hodin odpočívat.
5. Po 8 hodinách byste měli mít pěkný, hustý, bílý jogurt. Smíchejte ho s oblíbeným ovocem, vanilkovým extraktem, medem nebo čímkoli, co máte rádi. Dobrou chuť!

Dýňová polévka (pomalé vaření)

4 porce

- » 2 lžíce olivového oleje
- » 1/2 cibule nakrájené na kostičky
- » 2 stroužky česneku, rozdrceného
- » 1/4 šálku javorového sirupu
- » Dýňové pyrě z 1 středně velké dýně hokkaido (cca 900 g)
- » 2 šálky kuřecího (nebo zeleninového) vývaru
- » 1 lžíce čerstvého tymiánu
- » 1 lžička mleté skořice
- » 1/2 lžičky mletého zázvoru
- » 1/4 lžičky muškátového oříšku
- » 1/2 lžičky soli
- » 1/2 lžičky černého pepře
- » 1/2 šálku smetany (33 % tuku)
- » Dýňová semínka na posypání



Kroky:

1. Ve velkém hrnci rozehejte olivový olej. Přidejte cibuli a opékejte, jen až bude měkká.
2. Přidejte česnek a opět minutu opékejte.
3. Přidejte javorový sirup a asi minutu míchejte.
4. Vmíchejte dýňové pyrě, dokud se nespojí s javorovým sirupem.
5. Stáhněte z plotny a přendejte do keramického hrnce. Poté vmíchejte kuřecí vývar, tymián, skořici, muškátový oříšek, sůl a pepř.
6. Přiklopte pokličku, vyberte teplotu HIGH a dobu přípravy na 15 minut.
7. Po 15 minutách přidejte smetanu, pak přiklopte pokličku a vařte další 2 minuty. Pokud se vám polévka zdá příliš hustá, můžete v tomto okamžiku přidat více vývaru, abyste dosáhli požadované konzistence.
8. Polévku nalijte do misek a posypte dýňovými semínky. Podávejte a dobrou chuť!

Poznámky:

- V případě potřeby můžete polévku rozmixovat tyčovým mixérem.

Kuře dušené v kokosovém mléce s dušenými sladkými bramborami

4 porce

- » 1,2 kg směsi kuřecích stehen, prsou a paliček
- » 2 středně velké šalotky, nakrájené na kousky
- » 3 stroužky česneku, rozdrceného
- » 2,5 cm velký kousek čerstvého zázvoru, oloupaný a nastrohaný
- » 2 středně velké sladké brambory, oloupané a nakrájené na malé kousky
- » 1 a 1/2 šálku kuřecího vývaru
- » 1 plechovka neslazeného kokosového mléka
- » 1/2 šálku nasekaného čerstvého koriandru
- » 2 lžíce rybí omáčky
- » 2 šálky čerstvého baby špenátu
- » 1/4 šálku limetkové šťávy
- » 1 polévková lžíce mleté kurkumy
- » 1 polévková lžíce suchého mletého zázvoru
- » 2 lžičky mletého koriandru
- » 1/8 lžičky kajenského pepře
- » 2 lžičky soli



Kroky:

1. V samostatné misce smíchejte kurkumu, zázvor, koriandr, kajenský pepř a sůl. Dobře promíchejte.
2. Kuřecí kousky z obou stran okořeňte směsí koření, přeneste na dno hrnce a nechte 5 minut odpočívat.
3. Na kuře v hrnci položte šalotku, česnek, zázvor, koriandr (část si nechte na ozdobu) a sladké brambory.
4. Kuře a brambory v hrnci zalijte kuřecím vývarem, kokosovým mlékem a rybí omáčkou. Hrncem přikryjte pokličkou.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 1,5 hodin; nebo vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 3 hodiny.
6. Včas předehejte troubu na 200 °C.
7. Po ukončení přípravy sejměte poklici a přeneste POUZE keramický hrnec do trouby. Vařte dalších 30 minut, aby se kuře opeklo a omáčka zhoustla.
8. Vyjměte hrnec z trouby, vmíchejte baby špenát a limetkovou šťávu podle chuti. Posypejte koriandrem, který jste si uložili stranou na ozdobu.
9. Nyní je jídlo připravené, dobrou chuť!

Trhané maso

4 porce

- » 800 g vepřové plece
- » 1 cibule nakrájená na plátky
- » 3 stroužky česneku, rozdrčeného
- » 1 lžička uzené papriky
- » 1 lžička mletého kmínu
- » 1 lžičky soli
- » 1/2 lžičky pepře
- » 100 ml jablečného octa
- » 100 ml vody nebo vývaru
- » 2 polévkové lžíce omáčky BBQ (volitelné)



Kroky:

1. Ve velkém hrnci rozhřejte olej a opečte cibuli a česnek do měkka.
2. Přidejte vepřové maso nakrájené na větší kousky a opečte je ze všech stran (asi 5 minut).
3. Stáhněte z plotny a přendejte opečené maso a základ do keramického hrnce.
4. Přidejte koření, ocet a vodu/vývar. Dobře promíchejte.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy na 4 hodiny.
6. Vepřové maso vyjměte, oddělte vidličkou na vlákna, vraťte do omáčky a promíchejte s BBQ omáčkou (volitelné).
7. Podávejte v housce nebo s rýží.

Máslové kuře

4 porce

- » 600 g kuřecích prsou nebo stehen, nakrájených na kostky
- » 1 cibule, nakrájená nadrobno
- » 3 stroužky česneku
- » 1 lžíce strouhaného zázvoru
- » 2 lžičky garam masaly
- » 1 lžička papriky
- » 1/2 lžičky chilli
- » 200 ml rajčatového protlaku
- » 100 ml smetany ke šlehání
- » 50 g másla
- » Sůl podle chuti
- » Čerstvý koriandr na ozdobu



Kroky:

1. Ve velké pánvi rozpustte máslo, opečte na něm cibuli, česnek a zázvor.
2. Přidejte koření a 1-2 minuty restujte.
3. Přidejte kuře a opečte ho ze všech stran.
4. Stáhněte z plotny a přendejte kuře s kořením do keramického hrnce.
5. Vmíchejte rajčatový protlak.
6. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 1,5 hodin; nebo vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 3 hodiny.
7. Vmíchejte smetanu, osolte a podávejte s rýží nebo naanem.

Dhal z červené čočky

4 porce

- » 200 g červené čočky
- » 1 cibule, nakrájená nadrobno
- » 2 stroužky česneku
- » 1 lžíce strouhaného zázvoru
- » 1 lžička kurkumy
- » 1 lžička kmínu
- » 1 lžička sušeného koriandru
- » 600 ml vody
- » 1 nakrájené rajče
- » Sůl podle chuti
- » Citron a koriandr k podávání



Kroky:

1. Všechny suroviny vložte do keramického hrnce a dobře promíchejte.
2. Vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 6 hodin.
3. Promíchejte a podávejte s citronem a koriandrem a s rýží nebo naanem.

Vegetariánské kari

4 porce

- » 1 cibule, nakrájená nadrobno
- » 2 stroužky česneku
- » 1 lžíce kari pasty nebo 2 lžičky kari koření
- » 1 lžička kurkumy
- » 1 sladká brambora nakrájená na kostičky
- » 1 mrkev nakrájená na plátky
- » 1 cuketa nakrájená na kostičky
- » 200 g vařené cizrny
- » 400 ml kokosového mléka
- » 100 ml vody
- » Sůl a pepř podle chuti
- » Čerstvý koriandr a limetka k podávání



Kroky:

1. Všechny suroviny vložte do keramického hrnce a dobře promíchejte.
2. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 1,5 hodiny.
3. Podávejte s rýží, limetkou a koriandrem.

Hovězí Stroganoff

4 porce

- » 450 g hovězího masa
- » 1 cibule
- » 1 kelímek zakysané smetany
- » 2 lžičky mouky
- » 2 snítky petrželky
- » 2 lžíce rajčatového protlaku
- » Sůl a pepř podle chuti
- » Bobkové listy (2–3 ks)



Kroky:

1. Nakrájejte cibuli na proužky a maso na přibližně 4 cm kostky.
2. Ve velké pánvi opečete maso, dokud nebude měkké a šťavnaté. Poté jej vyjměte z hrnce a opečte cibuli. Stáhněte z plotny.
3. Přendejte maso a cibuli do keramického hrnce, promíchejte a posypte moukou. Přidejte rajčatová protlak a zakysanou smetanu. Dobře promíchejte.
4. Podle chuti osolte a opepřete a přidejte bobkový list.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte dobu přípravy 4 hodiny; nebo vyberte teplotu LOW a nastavte dobu přípravy 6 hodin.
6. Hovězí Stroganoff můžete podávat s vařenými těstovinami.

Hovädzí guláš

6 porcií

- » 2 lyžice olivového oleja
- » 900 g hovädzieho mäsa nakrájaného na kocky
- » Sol' a čierne korenie podľa chuti
- » 1 stredne veľká žltá cibuľa nakrájaná na plátky
- » 2 stopky zeleru, nakrájané
- » 3 lyžice paradajkového pretlaku
- » 2 lyžičky drveného cesnaku
- » 1 lyžica worcesterskej omáčky
- » 6 šálok hovädzieho vývaru
- » Červené víno podľa chuti
- » 1/2 lyžičky talianskych bylín
- » 3 bobkové listy
- » 450 g zemiakov, olúpaných a nakrájaných na malé kúsky
- » 2 veľké mrkvy, olúpané a nakrájané na malé kúsky
- » 1/2 šálky mrazeného hrášku



Kroky:

1. Pripravte si všetky ingrediencie.
2. Vo veľkej panvici rozohrejte olivový olej. Keď je olej rozpálený, pridajte polovicu hovädzieho mäsa nakrájaného na kocky a mierne ho opečte. Prvú polovicu mäsa vyberte, dajte nabok a to isté urobte s druhou polovicou.
3. Keď je druhá polovica mäsa opečená a daná nabok, pridajte cibuľu a zeler. Opekajte za stáleho miešania 3 minúty.
4. Pridajte paradajkový pretlak a miešajte, kým sa pretlak trochu nerozpustí. Pridajte cesnak a pokračujte v miešaní. Stiahnite z platne a preložte mäso so základom do keramického hrnca.
5. Pridajte worcesterskú omáčku, hovädzí vývar, víno, talianske bylinky a bobkové listy. Nasadte veko.
6. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 4 hodiny; alebo vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 8 hodín.
7. Približne po uplynutí 2/3 prípravy pridajte zemiaky a mrkvu.
8. Približne pol hodiny (teplota HIGH) / hodinu (teplota LOW) pred dokončením pridajte hrášok.
9. Teraz je jedlo pripravené, dobrú chuť!

Kurča Vesuvio

6 porcií

- » 1/2 lyžice olivového oleja
- » 2 lyžice masla
- » 6 kuracích stehien
- » Soľ a čierne korenie podľa chuti
- » 450 g malých zemiakov nakrájaných na polovice
- » 1 stredne veľká žltá cibuľa nakrájaná na plátky
- » 2 lyžice drveného cesnaku
- » 3 lyžičky talianskych bylín
- » 1/2 lyžičky vločiek červenej čili papričky
- » 1 a 1/2 šálky kuracieho vývaru
- » 1 šálka mrazeného hrášku
- » 1 lyžica citrónovej šťavy
- » 2 lyžice čerstvej petržlenovej vňate, jemne nasekanej



Kroky:

1. Pripravte si ingrediencie.
2. Vo veľkej panvici rozohrejte olej a maslo.
3. Po zahriatí pridajte kuracie stehná a podľa chuti ich osolte a okoreňte. Opekajte asi 4 až 5 minút, potom stehná otočte a znovu ich osolte a okoreňte. Na druhej strane ich opekajte asi 4 až 5 minút.
4. Po opečení stehien z oboch strán ich vyberte a dajte nabok.
5. Pridajte zemiaky a opekajte ich asi 3 minúty z každej strany.
6. Hneď ako sú zemiaky opečené, vyberte ich a pridajte cibuľu a cesnak, talianske bylinky a vločky červenej čili papričky. Opekajte, kým nezmäknú. Stiahnite z platne a preložte mäso so základom do keramického hrnca.
7. Rozložte stehná a zemiaky do hrnca s cibuľou a cesnakom. Uistite sa, že sa príliš neprekrývajú, a prilejte kurací vývar.
8. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 4 hodiny; alebo vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 6 hodín.
9. Približne pol hodiny (teplota HIGH) / hodinu (teplota LOW) pred dokončením pridajte hrášok, citrónovú šťavu a nasekanú petržlenovú vňať. Prikryte a varte asi 20 až 25 minút.
10. Teraz je jedlo pripravené, dobrú chuť!

Talianska klobása Sacchetti

6 porcií

- » 1 lyžica olivového oleja
- » 450 g bravčovej klobásy (nevarenej, talianskej)
- » 2 strúčiky cesnaku, rozdrveného
- » 3/4 šálky kuracieho vývaru
- » 1 plechovka nakrájaných paradajok
- » 1/2 šálky smotany (33 % tuku)
- » 1/2 hrnčeka žltej cibule nakrájanej na kocky
- » 250 g cestovín plnených syrom (čerstvých alebo mrazených)
- » 2 šálky čerstvého baby špenátu
- » Strúhaný parmezán na podávanie



Kroky:

1. Odstráňte z klobásy črievko a nakrájajte ju na menšie kúsky, ale aby sa príliš nerozpadla.
2. Vo veľkej panvici rozohrejte olivový olej. Keď je olej rozpálený, pridajte cibuľu a klobásu. Za občasného miešania opekajte, kým nebude klobása zo všetkých strán opečená.
3. Po opečení pridajte cesnak a miešajte asi 30 sekúnd.
4. Stiahnite z platne a preložte opečenú klobásu s cesnakom do keramického hrnca. Pridajte vývar, paradajky, smotanu a cestoviny. Premiešajte, aby sa suroviny spojili.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 0,5 hodiny; alebo vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 1 hodinu, kým cestoviny nezmäknú.
6. Vypnite hrniec, pridajte špenát a premiešajte, kým nezmäkne a nezvädne. Pred podávaním vyčkajte niekoľko minút, než omáčka zhustne.
7. Podávajte posypané strúhaným parmezánom a dobrú chuť!

Jablkový koláč s mrveničkou

8 porcií

Suroviny na náplň

- » 3 – 4 jablká Granny Smith, olúpané a nakrájané na tenké plátky
- » 3 červené jablká, olúpané a nakrájané na tenké plátky
- » 1/3 šálky kryštálového cukru
- » 3 lyžice hladkej múky
- » 1 lyžička škorice
- » 1/4 lyžičky muškátového orieška
- » 1 a 1/2 lyžičky citrónovej šťavy
- » 1/2 lyžičky soli



Suroviny na mrveničku

- » 3/4 šálky hnedého cukru
- » 3/4 šálky hladkej múky
- » 1/2 šálky ovsených vločiek
- » 2 lyžičky škorice
- » 3/4 šálky studeného masla nakrájaného na malé kocky
- » 1/4 lyžičky soli

Kroky:

1. Predhrejte rúru na 180 °C.
2. Jablká olúpte, zbavte ich jadrovníkov a nakrájajte na tenké plátky. Dohromady by ste mali mať asi 8 šálok jablák.
3. Vo veľkej mise premiešajte všetky suroviny na náplň, aby sa jablká rovnomerne obalili. Odložte nabok.
4. V stredne veľkej mise zmiešajte suroviny na mrveničku a vidličkou do nej vmiešajte studené maslo. Pokračujte, kým zmes nebude pripomínať mrveničku s kúskami s veľkosťou hrášku.
5. Jablká nasypťte do hrnca a potom ich rovnomerne posypte mrveničkou.
6. Keramickú nádobu vložte do rúry (nie celý spotrebič) a pečte asi 50 minút, kým povrch nezahnedne a náplň nezačne bublať.
7. Podávajte teplé so zmrzlinou. Dobrú chuť!

Domáci jogurt

Niekoľko porcií

- » 3,5 l plnotučného mlieka
- » 1/2 téglika bieleho jogurtu (uistite sa, že je na ňom uvedené „živé/aktívne kultúry“)
- » 2 utierky na riad



Kroky:

1. **Do hrnca pridajte plnotučné mlieko. Nasadte veko. Nastavte hrniec na režim SLOW COOK na nízku teplotu (LO) na 2 až 2 1/2 hodiny.** Cieľom je dostať mlieko tesne k bodu varu, teda k 80 °C. Ak je to možné, začnite po 2 hodinách kontrolovať teplotu infračerveným teplomerom. Ak nie, sledujte hladinu kvôli varu.
2. **Pri teplote 80 °C alebo AŽ keď sa začnú objavovať bublinky, stlačte tlačidlo ON/OFF a hrniec vypnite.** Teraz je potrebné, aby mlieko schladlo na teplotu približne 43 °C. Hrnec môžete buď nechať stáť asi 3 hodiny s priklopenou pokrievkou, alebo, ak máte infračervený teplomer, môžete občas premiešať, kým nedosiahnete 43 °C. V oboch prípadoch pomôže urýchliť schladnutie vybratie hrnca zo základne a odloženie nabok.
3. Odpojte hrniec od zásuvky. Do misy prelejte 2 šálky teplého mlieka. Do mlieka zašľahajte 1/2 téglika bieleho jogurtu. Zmes pridajte späť do hrnca a premiešajte.
4. Prikryte hrniec dvoma utierkami. Nechajte 8 hodín odpočívať.
5. Po 8 hodinách by ste mali mať pekný, hustý, biely jogurt. Zmiešajte ho s obľúbeným ovocím, vanilkovým extraktom, medom alebo čímkoľvek, čo máte radi. Dobrú chuť!

Tekvicová polievka (pomalé varenie)

4 porcie

- » 2 lyžice olivového oleja
- » 1/2 cibule nakrájanej na kocky
- » 2 strúčiky cesnaku, rozdrveného
- » 1/4 šálky javorového sirupu
- » Tekvicové pyrė z 1 stredne veľkej tekvice hokkaido (cca 900 g)
- » 2 šálky kuracieho (alebo zeleninového) vývaru
- » 1 lyžica čerstvého tymianu
- » 1 lyžička mletej škorice
- » 1/2 lyžičky mletého zázvoru
- » 1/4 lyžičky muškátového orieška
- » 1/2 lyžičky soli
- » 1/2 lyžičky čierneho korenia
- » 1/2 šálky smotany (s 33 % tuku)
- » Tekvicové semienka na posypanie



Kroky:

1. Vo veľkom hrnci rozohrejte olivový olej. Pridajte cibuľu a opekajte, kým nebude mäkká.
2. Pridajte cesnak a opäť minútu opekajte.
3. Pridajte javorový sirup a asi minútu miešajte.
4. Vmiešajte tekvicové pyrė, kým sa nespojí s javorovým sirupom.
5. Stiahnite z platne a preložte do keramického hrnca. Potom vmiešajte kurací vývar, tymian, škoricu, muškátový oriešok, soľ a čierne korenie.
6. Priklopte pokrievku, vyberte teplotu HIGH a čas prípravy na 15 minút.
7. Po 15 minútach pridajte smotanu, potom priklopte pokrievku a varte ďalšie 2 minúty. Ak sa vám polievka zdá príliš hustá, môžete v tomto okamihu pridať viac vývaru, aby ste dosiahli požadovanú konzistenciu.
8. Polievku nalejte do misiek a posypte tekvicovými semienkami. Podávajte a dobrú chuť!

Poznámky:

- V prípade potreby môžete polievku rozmixovať tyčovým mixérom.

Kura dusené v kokosovom mlieku s dusenými sladkými zemiakmi

4 porcie

- » 1,2 kg zmesi kuracích horných a dolných stehien a prs
- » 2 stredne veľké šalotky, nakrájané na kúsky
- » 3 strúčiky cesnaku, rozdrveného
- » 2,5 cm veľký kúsok čerstvého zázvoru, olúpaný a nastrúhaný
- » 2 stredne veľké sladké zemiaky, olúpané a nakrájané na malé kúsky
- » 1 a 1/2 šálky kuracieho vývaru
- » 1 plechovka nesladeného kokosového mlieka
- » 1/2 šálky nasekaného čerstvého koriandra
- » 2 lyžice rybacej omáčky
- » 2 šálky čerstvého baby špenátu
- » 1/4 šálky limetkovej šťavy
- » 1 polievková lyžica mletej kurkumy
- » 1 polievková lyžica suchého mletého zázvoru
- » 2 lyžičky mletého koriandra
- » 1/8 lyžičky kajenského korenia
- » 2 lyžičky soli



Kroky:

1. V samostatnej miske zmiešajte kurkumu, zázvor, koriander, kajenské korenie a soľ. Dobre premiešajte.
2. Kuracie kúsky z oboch strán okoreňte zmesou korenia, preneste na dno hrnca a nechajte 5 minút odpočívať.
3. Na kura v hrnci položte šalotku, cesnak, zázvor, koriander (časť si nechajte na ozdobu) a sladké zemiaky.
4. Kura a zemiaky v hrnci zalejte kuracím vývarom, kokosovým mliekom a rybacou omáčkou. Hrniec prikryte pokrievkou.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 1,5 hodín; alebo vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 3 hodiny.
6. Včas predhrejte rúru na 200 °C.
7. Po ukončení prípravy odoberte pokrievku a preneste IBA keramický hrniec do rúry. Varte ďalších 30 minút, aby sa kura opieklo a omáčka zhustla.
8. Vyberte hrniec z rúry, vmiešajte baby špenát a limetkovú šťavu podľa chuti. Posypte koriandrom, ktorý ste si uložili nabok na ozdobu.
9. Teraz je jedlo pripravené, dobrú chuť!

Trhané mäso

4 porcie

- » 800 g bravčové pliecko
- » 1 cibuľa nakrájaná na plátky
- » 3 strúčiky cesnaku, rozdrveného
- » 1 lyžička údenej papriky
- » 1 lyžička mletej rasce
- » 1 lyžička soli
- » 1/2 lyžičky čierneho korenia
- » 100 ml jablkového octu
- » 100 ml vody alebo vývaru
- » 2 polievkové lyžice omáčky BBQ (voliteľné)



Kroky:

1. Vo veľkom hrnci rozohrejte olej a opečte cibuľu a cesnak do mäkka.
2. Pridajte bravčové mäso nakrájané na väčšie kúsky a opečte ich zo všetkých strán (asi 5 minút).
3. Stiahnite z platne a preložte opečené mäso a základ do keramického hrnca.
4. Pridajte korenie, ocot a vodu/vývar. Dobre premiešajte.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy na 4 hodiny.
6. Bravčové mäso vyberte, oddel'te vidličkou na vlákna, vráťte do omáčky a premiešajte s BBQ omáčkou (voliteľné).
7. Podávajte v žemli alebo s ryžou.

Maslové kura

4 porcie

- » 600 g kuracích prs alebo stehien, nakrájaných na kocky
- » 1 cibuľa, nakrájaná nadrobno
- » 3 strúčiky cesnaku
- » 1 lyžica strúhaného zázvoru
- » 2 lyžičky korenia garam masala
- » 1 lyžička papriky
- » 1/2 lyžičky čili
- » 200 ml paradajkového pretlaku
- » 100 ml smotany na šľahanie
- » 50 g masla
- » Soľ podľa chuti
- » Čerstvý koriander na ozdobu



Kroky:

1. Vo veľkej panvici rozpustíte maslo, opečte na ňom cibuľu, cesnak a zázvor.
2. Pridajte korenie a 1 – 2 minúty restujte.
3. Pridajte kura a opečte ho zo všetkých strán.
4. Stiahnite z platne a preložte kura s korením do keramického hrnca.
5. Vmiešajte paradajkový pretlak.
6. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 1,5 hodín; alebo vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 3 hodiny.
7. Vmiešajte smotanu, osolte a podávajte s ryžou alebo naanom.

Dhal z červenej šošovice

4 porcie

- » 200 g červenej šošovice
- » 1 cibuľa, nakrájaná nadrobno
- » 2 strúčiky cesnaku
- » 1 lyžica strúhaného zázvoru
- » 1 lyžička kurkumy
- » 1 lyžička rasce
- » 1 lyžička sušeného koriandra
- » 600 ml vody
- » 1 nakrájaná paradajka
- » Sol' podľa chuti
- » Citrón a koriander na podávanie



Kroky:

1. Všetky suroviny vložte do keramického hrnca a dobre premiešajte.
2. Vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 6 hodín.
3. Premiešajte a podávajte s citrónom a koriandrom a s ryžou alebo naanom.

Vegetariánske karí

4 porcie

- » 1 cibuľa, nakrájaná nadrobno
- » 2 strúčiky cesnaku
- » 1 lyžica karí pasty alebo 2 lyžičky karí korenia
- » 1 lyžička kurkumy
- » 1 sladký zemiak nakrájaný na kocky
- » 1 mrkva nakrájaná na plátky
- » 1 cuketa nakrájaná na kocky
- » 200 g vareného cícera
- » 400 ml kokosového mlieka
- » 100 ml vody
- » Soľ a čierne korenie podľa chuti
- » Čerstvý koriander a limetka na podávanie



Kroky:

1. Všetky suroviny vložte do keramického hrnca a dobre premiešajte.
2. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 1,5 hodiny.
3. Podávajte s ryžou, limetkou a koriandrom.

Hovädzí Stroganov

4 porcie

- » 450 g hovädzieho mäsa
- » 1 cibuľa
- » 1 téglik kyslej smotany
- » 2 lyžičky múky
- » 2 byl'ky petržlenovej vňate
- » 2 lyžice paradajkového pretlaku
- » Soľ a čierne korenie podľa chuti
- » Bobkové listy (2 – 3 ks)



Kroky:

1. Nakrájajte cibuľu na prúžky a mäso na približne 4 cm kocky.
2. Vo veľkej panvici opečte mäso, kým nebude mäkké a šťavnaté. Potom ho vyberte z hrnca a opečte cibuľu. Stiahnite z platne.
3. Preložte mäso a cibuľu do keramického hrnca, premiešajte a posypte múkou. Pridajte paradajkový pretlak a kyslú smotanu. Dobre premiešajte.
4. Podľa chuti osolte a okoreňte a pridajte bobkový list.
5. Vyberte teplotu HIGH a nastavte čas prípravy 4 hodiny; alebo vyberte teplotu LOW a nastavte čas prípravy 6 hodín.
6. Hovädzí Stroganov môžete podávať s varenými cestovinami.

Marhapörkölt

6 adag

- » 2 evőkanál olívaolaj
- » 900 g kockára vágott marhahús
- » Só és bors az ízesítéshez
- » 1 közepes hagyma, szeletekre vágva
- » 2 apróra vágott zeller
- » 3 evőkanál paradicsompüré
- » 2 teáskanál tört fokhagyma
- » 1 evőkanál worcester szósz
- » 6 csésze marhahús lé
- » Vörösbor ízlés szerint
- » 1/2 teáskanál olasz fűszerkeverék
- » 3 babérlevél
- » 450 g burgonya, meghámozva és kis kockákra vágva
- » 2 nagy sárgarépa, meghámozva és kis kockákra vágva
- » 1/2 csésze fagyasztott borsó



Lépések:

1. Készítse elő az alapanyagokat.
2. Egy nagyobb serpenyőben forrósítsa fel az olíva olajat. A felforrósított olajra dobja rá a kockára vágott marhahús felét és pirítsa meg. A megpirított húst szedje ki, majd a maradék nyers húst is pirítsa meg.
3. A másik adag pirított húst is szedje ki, tegye félre, majd adagolja az edénybe a hagymát és a zellert. Folyamatos keverés mellett 3 percig pirítsa.
4. Adagolja az edénybe a paradicsompürét, és alaposan keverje el. Adja hozzá a tört fokhagymát és folytassa a keverést. Vegye le a főzőlapról és a pirított hússal együtt tegye a kerámia edénybe.
5. Adja hozzá a worcester szószot, a marhahús lét, a vörösbort, az olasz fűszerkeveréket és a babérlevelet. Tegye fel a fedelet.
6. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 4 óra főzési időt, vagy a LOW hőmérsékletet és 8 óra főzési időt.
7. A főzési idő 2/3-nál tegye az edénybe a burgonyát és a sárgarépát is.
8. A főzés befejezés előtt (HIGH hőmérséklet esetén) fél órával / (LOW hőmérséklet esetén) egy órával tegye az edénybe a borsót.
9. Az étel elkészült! Jó étvágyat!

Vesuvio csirke

6 adag

- » 1/2 evőkanál olíva olaj
- » 2 evőkanál vaj
- » 6 csirkecomb
- » Só és bors az ízesítéshez
- » 450 g kis burgonya, meghámozva és félbe vágva
- » 1 közepes hagyma, szeletekre vágva
- » 2 teáskanál tört fokhagyma
- » 3 teáskanál olasz fűszerkeverék
- » 1/2 teáskanál erős paprika
- » 1 és 1/2 csésze csirkehús lé
- » 1 csésze fagyasztott borsó
- » 1 evőkanál citromlé
- » 2 teáskanál friss petrezselyemlevél, finomra szeletelve



Lépések:

1. Készítse elő az alapanyagokat.
2. Egy nagyobb serpenyőben forrósítsa fel az olajat és a vajat.
3. Tegye az edénybe a csirkecombokat, ízlés szerint ízesítse sóval és borssal. 4 - 5 percig süssse a combokat, majd fordítsa át és ezt a felét is sózza és borsozza meg. A combok másik felét is süssse 4 - 5 percig.
4. A megsült combokat szedje ki és tegye félre.
5. Szórja az edénybe a burgonyát és mindkét oldalát süssse kb. 3 percig.
6. A megsült burgonyát szedje ki, dobja az edénybe a hagymát és a fokhagymát, az olasz fűszerkeveréket és az erős paprikát. Pirítsa puhára. Vegye le a főzőlapról és a pirított hússal együtt tegye a kerámia edénybe.
7. Egyenletesen elosztva tegye az edénybe a combokat, továbbá a hagymát és a fokhagymát is. A combok lehetőleg ne fedjék át egymást, a combokra öntse rá a csirkehús levet.
8. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 4 óra főzési időt, vagy a LOW hőmérsékletet és 6 óra főzési időt.
9. A főzés befejezés előtt (HIGH hőmérséklet esetén) fél órával / (LOW hőmérséklet esetén) egy órával tegye az edénybe a borsót, a citromlevet és a felszeletelt petrezselyem zöldjét. Tegye fel a fedőt és főzze még kb. 20 - 25 percig.
10. Az étel elkészült! Jó étvágyat!

Sacchetti olasz kolbász

6 adag

- » 1 evőkanál olívaolaj
- » 450 g sertáskolbász (nyers, olasz)
- » 2 gerezd fokhagyma, zúzva
- » 3/4 csésze csirkehús lé
- » 1 doboz szeletelt paradicsom (konzerv)
- » 1/2 csésze tejszín (zsírtartalom: 33 %)
- » 1/2 kockára vágott hagyma
- » 250 g sajttal töltött tészta (friss vagy fagyasztott)
- » 2 csésze béispenót
- » A tálaláshoz reszelt parmezán



Lépések:

1. A kolbászáról húzza le a belet és darabolja akkora darabokra, hogy a kolbász ne essen szét.
2. Egy nagyobb serpenyőben forrósítsa fel az olíva olajat. A forró olajra dobja rá a kolbászdarabokat és a hagymát. Néha keverje meg és süsse meg a kolbászt mindkét oldalán.
3. Adja hozzá a fokhagymát és pirítsa kb. 30 másodpercig.
4. Vegye le a főzőlapról és a pirított kolbászt a fokhagymával tegye át a kerámia edénybe. Öntse rá a húslét, a paradicsomot és a tejszínt, dobja az edénybe a tésztát is. Alaposan keverje össze.
5. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 0,5 óra főzési időt, vagy a LOW hőmérsékletet és 1 óra főzési időt. A tészta a főzés végén legyen puha.
6. Kapcsolja le a készüléket és adja az ételhez a spenótot, keverje össze, és várja meg a spenót megpuhulását. A felszolgálás előtt várjon néhány percet, hogy az étel kissé besűrűsödjön.
7. Szórja meg reszelt parmezánnal. Jó étvágyat!

Almás morzsás sütemény

8 adag

Alapanyagok a töltelékhez

- » 3-4 Granny Smith alma, meghámozva és vékony szeletekre vágva
- » 3 piros alma, meghámozva és vékony szeletekre vágva
- » 1/3 csésze kristálycukor
- » 3 evőkanál finomliszt
- » 1 teáskanál őrölt fahéj
- » 1/4 teáskanál őrölt szerecsendió
- » 1 és 1/2 teáskanál citromlé
- » 1/2 teáskanál só



Alapanyagok a morzsához

- » 3/4 csésze barna kristálycukor
- » 3/4 csésze finomliszt
- » 1/2 evőkanál zabpehely
- » 2 teáskanál őrölt fahéj
- » 3/4 csésze hideg vaj, kockákra vágva
- » 1/4 teáskanál só

Lépések:

1. Melegítse elő a sütőt 180 °C-ra.
2. Az almát hámozza meg, vágja ki a magházat és szeletelje vékony szeletekre. Az alma mennyisége legyen kb. 8 csésze.
3. Egy nagyobb edényben alaposan keverje össze az almát a többi töltelék alapanyaggal. Tegye félre.
4. Egy közepes edénybe tegye bele a morzsa alapanyagait és villával keverje bele a hideg vaját. Addig nyomkodja a villával, amíg nem keletkezik borsó nagyságú morzsa.
5. Az almát szórja az edénybe, majd egyenletesen adagolja rá a morzsát.
6. A kerámia edényt tegye a sütőbe (a készüléket nem!) és süsse aranybarnára körülbelül 50 perc alatt.
7. Melegen, fagylaltgombóccal együtt tálalja fel. Jó étvágyat!

Házi joghurt

Néhány adag

- » 3,5 l zsíros tej
- » 1/2 pohár fehér joghurt (ügyeljen arra, hogy a joghurt „élő kultúrát” tartalmazzon)
- » 2 konyhai törlőruha



Lépések:

1. **Az edénybe öntse bele a tejet. Tegye fel a fedelet. A készüléken állítsa be a SLOW COOK programot, alacsony hőmérséklettel (LO) és 2 - 2 1/2 óra főzési idővel.** A cél, hogy a tej hőmérséklete körülbelül 80 °C legyen. Javasoljuk, hogy 2 óra elteltével rendszeresen mérje a tej hőmérsékletét (pl. hús-hőmérővel). Ha nincs hőmérője, akkor figyelje a tej felszínét.
2. **80 °C-os hőmérsékleten, vagy amikor buborékok jelennek meg a felszínen, nyomja meg a készüléken az ON/OFF gombot és a készüléket kapcsolja le.** Ezt követően a tejet hagyja körülbelül 43 °C-ra lehűlni. A készüléket fedéllel tegye félre körülbelül 3 órára, vagy ha van hőmérője, akkor a tejet néha megkeverve, várja meg a tej 43 °C-ra hűlését. Mindkét esetben gyorsítható a hűtés azzal, ha az edényt kiveszi a készülékből és így teszi félre.
3. A készülék hálózati vezetéket húzza ki a fali aljzatból. Egy edénybe öntsön 2 csésze meleg tejet. A tejbe keverjen el 1/2 pohár fehér joghurtot. A keveréket öntse az edényben található tejhez és keverje össze.
4. Az edényt két konyhai törlőruhával takarja le. Hagyja 8 órán keresztül állni.
5. 8 óra után a joghurt sűrű és fehér lesz. A kész joghurtba adagolhat kedvenc gyümölcsöt, lekvárt, vanília kivonatot, vagy bármilyen más finom ízesítőt. Jó étvágyat!

Tökleves (lassú főzésű)

4 adag

- » 2 evőkanál olívaolaj
- » 1/2 kockára vágott hagyma
- » 2 gerezd fokhagyma, zúzva
- » 1/4 csésze juharszirup
- » Tökpüré 1 közepesen nagy Hokkaido tökből (kb. 900 g)
- » 1 csésze csirkehús lé (vagy zöldséglé)
- » 1 teáskanál friss kakukkfű
- » 1 teáskanál őrölt fahéj
- » 1/2 teáskanál gyömbérpor
- » 1/4 teáskanál őrölt szerecsendió
- » 1/2 teáskanál só
- » 1/2 teáskanál őrölt fekete bors
- » 1/2 csésze tejszín (zsírtartalom: 33 %)
- » Tökmagok a tálaláshoz.



Lépések:

1. Egy nagyobb serpenyőben forrósítsa fel az olíva olajat. Szórja bele a hagymát és pirítsa puhára.
2. Adja hozzá a fokhagymát és további egy percre pirítsa.
3. Öntse rá a juharszirupot és egy percre keverje.
4. Adagolja be a tökpürét és alaposan keverje össze.
5. Vegye le a főzőlapról és tegye át a kerámia edénybe. Öntse be a csirkehús levet, tegye bele a kakukkfűvet, a fahéjat, a szerecsendőt, sóval és borsal ízesítse.
6. Tegye fel a fedőt és állítsa be a HIGH hőmérsékletet, 15 perc főzési idővel.
7. 15 perc után öntse rá a tejszínt, tegye fel a fedőt és főzze további 2 percre. Ha túl sűrű a leves, akkor öntsön be még csirkehús levet, a kívánt konzisztencia eléréséhez.
8. A kész levest merje ki tányérba és szórja meg tökmaggal. Szolgálja fel. Jó étvágyat!

Megjegyzések:

- szükség esetén a levest botmixerrel mixelje össze.

Kókusztejben párolt csirke, párolt édesburgonyával

- » 1,2 kg alsó és felső csirkecomb, valamint csirkemell
- » 2 közepes gyöngyhagyma, szeletekre vágva
- » 3 gerezd fokhagyma, zúzva
- » 2,5 cm friss gyömbér, meghámozva és lereszelve
- » 2 közepesen nagy édesburgonya, meghámozva és kis kockákra vágva
- » 1 és 1/2 csésze csirkehús lé
- » 1 konzerv cukrozatlan kókusztej
- » 1/2 csésze apróra vágott friss koriander
- » 2 teáskanál halszós
- » 2 csésze bébispenót
- » 1/4 csésze zöldcitrom lé
- » 1 evőkanál őrölt kurkuma
- » 1 evőkanál szárított és őrölt gyömbér
- » 2 teáskanál őrölt koriander
- » 1/8 teáskanál kajeni bors
- » 2 kiskanál só



Lépések:

1. Egy edényben keverje össze a kurkumát, a gyömbért, a kajeni borsot, a koriandert és a sót. Alaposan keverje össze.
2. A csirkehúsok mindkét oldalát szórja be a fenti fűszerkeverékkel és tegye az edénybe, majd hagyja 5 percig állni.
3. A csirkehúsra tegye rá a gyöngyhagymát, a fokhagymát, a friss gyömbért és koriandert (egy kis részét tegye félre a díszítéshez), valamint az édesburgonyát.
4. Öntse rá a csirkehús levet, a kókusztejet és a halszószt. Tegye fel a fedőt.
5. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 1,5 óra főzési időt, vagy a LOW hőmérsékletet és 3 óra főzési időt.
6. Időben melegítse elő a süttőt 200 °C-ra.
7. A program befejezése után vegye le a fedőt és CSAK a kerámia edényt tegye át a felmelegített sütőbe. Süsse 30 percig, amíg a csirke meg nem sül és a szósz be nem sűrűsödik.
8. Vegye ki a sütőből és keverje bele a bébispenótot valamint a zöldcitrom levet (ízlés szerint). A tálaláshoz szórja meg félretett korianderrel.
9. Az étel elkészült! Jó étvágyat!

Tépett hús

4 adag

- » 800 g sertéslapocka
- » 1 db hagyma, szeletekre vágva
- » 3 gerezd fokhagyma, zúzva
- » 1 teáskanál őrölt és füstölt piros paprika
- » 1 teáskanál őrölt kömény
- » 1 kiskanál só
- » 1/2 teáskanál őrölt fekete bors
- » 100 ml almaecet
- » 100 ml víz vagy húslé
- » 2 evőkanál BBQ szósz (opciós)



Lépések:

1. Egy nagyobb lábasban forrósítsa fel az olajat, pirítsa meg a hagymát és a fokhagymát.
2. A nagyobb darabokra szeletelt sertéshúst tegye az edénybe és mindkét oldalát süssse meg (kb. 5 perc).
3. Vegye le a főzőlapról és a pirított hússal együtt tegye át a kerámia edénybe.
4. Szórja rá a fűszereket, öntse bele az ecetet és a húslét. Alaposan keverje össze.
5. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 4 óra főzési időt.
6. A sertéshúst szedje ki, villával szedje szálaira, tegye vissza az edénybe, keverje össze és esetleg BBQ szósszal ízesítse.
7. Félbevágott zsemlelben vagy rizzzel tálalja fel.

Vajas csirke

4 adag

- » 600 g csirkemell vagy kicsontozott comb kockára vágva
- » 1 db hagyma, finomra szeletelve
- » 3 gerezd fokhagyma
- » 1 evőkanál reszelt gyömbér
- » 2 evőkanál garam maszala
- » 1 teáskanál őrölt piros paprika
- » 1/2 teáskanál chili
- » 200 ml paradicsompüré
- » 100 ml tejszín
- » 50 g vaj
- » Só ízlés szerint
- » Friss koriander a díszítéshez



Lépések:

1. Egy nagyobb serpenyőben olvassza fel a vaját, szórja rá a hagymát, a fokhagymát és a gyömbért.
2. A fűszerekkel együtt 1-2 percig pirítsa.
3. Tegye be a csirkehúst és mindkét oldalán süssse meg.
4. Vegye le a főzőlapról és a pirított hússal együtt tegye át a kerámia edénybe.
5. Adagolja az edénybe a paradicsompürét.
6. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 1,5 óra főzési időt, vagy a LOW hőmérsékletet és 3 óra főzési időt.
7. Öntse be a tejszínt, sózza meg és rizzsel tálalja fel.

Piros lencse dhal

4 adag

- » 200 g piros lencse
- » 1 db hagyma, finomra szeletelve
- » 2 gerezd fokhagyma
- » 1 evőkanál reszelt gyömbér
- » 1 teáskanál kurkuma
- » 1 teáskanál kömény
- » 1 teáskanál őrölt száraz koriander
- » 600 ml víz
- » 1 szeletelt paradicsom
- » Só ízlés szerint
- » Citrom és koriander a tálaláshoz



Lépések:

1. Minden alapanyagot tegyen a kerámia edénybe és jól keverje össze.
2. Állítsa be a LOW hőmérsékletet és 6 óra főzési időt.
3. Keverje össze, citrommal és korianderrel ízesítse, rizzsel tálalja fel.

Vegetáriánus kari

4 adag

- » 1 db hagyma, finomra szeletelve
- » 2 gerezd fokhagyma
- » 1 evőkanál kari paszta vagy 2 teáskanál kari fűszerkeverék
- » 1 teáskanál kurkuma
- » 1 édesburgonya, kockákra vágva
- » 1 sárgarépa, szeletelve
- » 1 cukkini, kockákra szeletelve
- » 200 g főtt csicseriborsó
- » 400 ml kókusztej
- » 100 ml víz
- » Só és bors az ízesítéshez
- » Friss koriander és zöldcitrom a tálaláshoz.



Lépések:

1. Minden alapanyagot tegyen a kerámia edénybe és jól keverje össze.
2. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 1,5 óra főzési időt.
3. Rizzsel együtt tálalja, zöldcitrommal és korianderrel díszítse.

Marhahús Stroganoff módra

4 adag

- » 450 g marhahús
- » 1 db hagyma
- » 1 pohár tejföl
- » 2 kanál liszt
- » 2 kis csomó petrezselyem
- » 2 evőkanál paradicsompüré
- » Só és bors az ízesítéshez
- » 2–3 db babérlevél



Lépések:

1. A hagymát vágja csíkokra, a húst 4 cm kockákra szeletelje fel.
2. Egy nagyobb serpenyőben pirítsa a húst puhára és szaftosra. Vegye ki a serpenyőből, tegye félre és pirítsa meg a hagymát. Vegye le a tűzhelyről.
3. A húst és a hagymát tegye át a kerámia edénybe, keverje össze és szórja meg liszttel. Adagolja az edénybe a paradicsompürét és a tejfölt. Alaposan keverje össze.
4. Ízlés szerint sózza és borsozza meg, tegye bele a babérlevelet.
5. Állítsa be a HIGH hőmérsékletet és 4 óra főzési időt, vagy a LOW hőmérsékletet és 6 óra főzési időt.
6. A Stroganoff módra készült marhahúst főtt tésztával szolgálja fel.

R20250908

SIGURO

Alza.cz a.s., Jankovcova 1522/53, 170 00 Prague 7, Czech Republic
© 2025 Alza.cz a.s. All Rights Reserved.

www.siguro.net
www.alza.cz/contact