Tefal

TEFAL Multi Delices

NUTRITIOUS
& DELICIOUS®

www.tefal.com

TEFAL MULTI DELICES

1520000845

Tefal

NUTRITIOUS
& DELICIOUS®

Delicias caseras
Yogures, quesos frescos y postres

Delicias caseiras
Iogurtes, queijo fresco e sobremesas

ВКУСНО & ПОЛЕЗНО
Йогурты, творог & молочные десерты

СМАЧНО & КОРИСНО
Йогурти, сир і молочні десерти

MULTI DELICES

ES **DELICIAS CASERAS**

Yogures, quesos frescos y postres 02

PT **DELICIAS CASEIRAS**

Iogurtes, queijo fresco e sobremesas 20

RU **ВКУСНО & ПОЛЕЗНО**

Йогурты, творог & молочные десерты 38

UK **СМАЧНО & КОРИСНО**

Йогурти, сир і молочні десерти 60

Tefal

SUMARIO

MULTI DELICES ..... 03 / 06

RECETAS YOGURES

Yogur con mermelada 07
Yogur con galletas maría 08
Yogur choco dúo 09

RECETAS QUESOS FRESCOS

Petit-delice 10
Crema de queso 11
Cuajada 13

RECETAS POSTRES

Natillas: naturales, de vainilla o canela 14
Crema catalana 15
Flan de huevo 16
La crema de chocolate de la abuelita 17
Arroz con leche 18
Tocino de cielo 19

LECHE + BACTERIAS = ¡YOGUR!

Para elaborar yogur, lo primero que se necesita es leche (de vaca, de oveja, de cabra...) y bacterias lácticas (iniciadores): streptococcus thermophilus y lactobacillus bulgaricus.

La fermentación transforma el azúcar de la leche, la lactosa, en ácido láctico, lo que a su vez lleva a la coagulación de la leche en un yogur que es fácil de digerir. Los yogures se refrigeran a 4ºC para detener el proceso de fermentación.

En 1908, el trabajo de Elie Metchnikoff sobre estas bacterias lácticas le valió el Premio Nobel. Metchnikoff era un erudito ruso que trabajaba en el Instituto Pasteur.

¡TODOS LOS BENEFICIOS DE LA LECHE SE ENCUENTRAN EN UN TARRO DE YOGUR!

Un tarro de yogur de 140g hecho de leche entera de vaca en Multi Delices es:

ESENCIAL PARA QUE EL CUERPO FUNCIONE CORRECTAMENTE:

Contiene vitaminas del grupo B
El 9 % de la RDI de vitamina B12
El 21 % de la RDI de vitamina B2

BUENO PARA LOS DIENTES Y LOS HUESOS:

154mg de calcio
19 % de la RDI
114mg de fósforo
12 % de la RDI

BUENO PARA LOS MÚSCULOS:

4,3g de proteína

¿SABÍA QUE...?

Los productos lácteos y, por tanto, el yogur, son nuestra fuente de calcio principal. Este mineral desempeña un papel vital en la construcción y el mantenimiento de la densidad de huesos y dientes durante toda nuestra vida. El yogur también contiene fósforo, que actúa en sinergia con el calcio.

El cuerpo necesita una ingesta suficiente de vitamina D para poder absorber el calcio. Se puede encontrar vitamina D en algunas leches enriquecidas, en pescados grasos y huevos pero ésta se sintetiza principalmente en nuestro cuerpo cuando estamos expuestos a la luz solar.

Las proteínas animales como las que encontramos en la leche son ideales ya que contienen todos los aminoácidos esenciales que el cuerpo no puede producir por sí mismo.
El yogur es perfecto para aquellas personas que son intolerantes a la lactosa porque la lactosa ya está parcialmente digerida por las bacterias buenas en el yogur.

El yogur contiene bacterias beneficiosas, también conocidas como probióticos que, a través de su efecto en la flora intestinal, tienen un efecto positivo en la digestión. El tracto digestivo del ser humano contiene entre 500 y 1.000 especies distintas de bacterias que son esenciales para una digestión adecuada.

¿POR QUÉ HACER YOGURES Y OTROS POSTRES LÁCTEOS DE ELABORACIÓN CASERA?

INGREDIENTES NATURALES Y SALUDABLES
Elaborar yogures caseros implica, en primer lugar, elegir ingredientes naturales y adoptar una dieta sana y equilibrada. Se trata de comer bien y disfrutar de lo que uno come.

EL PLACER DE ELABORARSE SU PROPIO YOGUR
Hacerse sus propios yogures caseros le ofrece el placer sin igual de crear algo con sus manos o de compartir un rato cocinando con sus hijos, sus amigos cercanos o su familia... El placer de que le salga bien o de compartir trucos y el talento o simplemente de pasar un buen rato juntos. Es fácil y divertido.

SEA CREATIVO Y DEJE VOLAR SU IMAGINACIÓN CULINARIA
Pruebe diferentes sabores, texturas, recetas: desde los yogures naturales a la crema de chocolate de la abuelita, flanes o queso fresco, ¡puede elaborar y crear sus propios postres adaptándolos a sus gustos y antojos!

DEGUSTE UNA GRAN VARIEDAD DE SABORES
Los yogures se pueden aderezar para adaptarse a cualquier ocasión. Mézclelos y combínelos con vainilla natural, fruta, mermelada con bayas frescas, compota de fruta o especias.

HAGA UN GESTO POR EL MEDIO AMBIENTE
Al hacer sus propios yogures en casa, evitará usar envases innecesarios. Y sus tarros de yogur pueden reutilizarse casi de manera indefinida.

AHORRE DINERO
Su yogurtera le va a ayudar a ahorrar dinero: el coste de un yogur casero es considerablemente inferior al de un yogur comprado en la tienda.

TODO LO QUE NECESITA SABER PARA HACER YOGURES CASEROS PERFECTOS Y DELICIOSOS

¿CUÁNDO EMPIEZO A CONVERTIRME EN UN PROFESIONAL DE LA ELABORACIÓN DE YOGUR CASERO?

Práctica y fácil de utilizar, la yogurtera es la herramienta ideal para hacer yogures perfectos y deliciosos. Pero muchos factores entran en juego y sin duda necesitará hacer varias pruebas para descubrir y dominar de verdad cómo funciona la máquina. Luego podrá realizar todos los ajustes necesarios para encontrar el tiempo perfecto o corregir algunos errores. Leche, iniciadores... Nada puede resistirse a su propia experiencia. Avance paso a paso y comience con recetas relativamente sencillas.

¿QUÉ LECHE DEBO ELEGIR PARA UN YOGUR PERFECTO?

El ingrediente esencial es, por supuesto, ¡la leche! Para lograr unos yogures perfectos y deliciosos, le recomendamos que utilice leche entera de vaca pasteurizada o UHT. Si utiliza leche fresca, primero deberá hervirla y luego dejar que se enfríe.

¿Y EN CUANTO A LOS INICIADORES? ¿CUÁL ES LA CLAVE PARA QUE SALGA BIEN EL YOGUR?

Puede utilizar sobres de iniciadores de yogur liofilizados. Los encontrará en supermercados, tiendas de productos orgánicos o farmacias. Remuévalos con cuidado para disolverlos.

También puede utilizar un yogur natural comprado en tienda. Preferiblemente elija uno con una textura firme y un sabor que le guste o cuya fecha de caducidad sea lo más lejana posible. De ese modo, obtendrá un yogur con una textura más firme. Los amantes de los productos caseros pueden utilizar un yogur que hayan preparado ellos mismos. Sin embargo, debe ser yogur natural y debe haberse elaborado recientemente.

¿CÓMO ME ASEGURO DE QUE MI YOGUR NO ESTÉ DEMASIADO LÍQUIDO?

La consistencia del yogur es lo que marcará toda la diferencia. Siga las instrucciones lo más al pie de la letra posible y haga varias pruebas. Cambie la leche, el iniciador o el tiempo de cocción para descubrir qué es lo que mejor le va.

Y no olvide que para lograr yogures más firmes, necesita leche entera o añadir leche en polvo e incrementar el tiempo de cocción. La textura del yogur alcanzará su punto ideal después de unas horas en la nevera. Así que tenga paciencia y sus yogures saldrán perfectos.

ME HA SALIDO UN YOGUR DEMASIADO AGRIO. ¿QUÉ PUEDO HACER?

Si su yogur es demasiado agrio, probablemente se debe a que lo ha dejado fermentando demasiado tiempo. En tal caso, sólo hay que reducir el tiempo de cocción.

¿CUÁNTO TIEMPO PUEDE DURAR EL YOGUR CASERO?

Su yogur puede durar una semana en la nevera a una temperatura comprendida entre 0 y 6ºC.

TRUCOS Y CONSEJOS

¿DÓNDE DEBO GUARDAR MULTI DELICES?
Una vez enchufada, no la mueva ya que ello podría interrumpir el proceso de fermentación. Manténgala alejada de toda fuente de vibración y no levante la tapa durante el ciclo de cocción.

¿DEBO METER EL YOGUR EN LA NEVERA EN CUANTO ACABE EL CICLO DE COCCIÓN?
Eso sería lo mejor pero también puede meterlo un poco más adelante. No necesita estar presente cuando termine el ciclo.

A VECES SE FORMA CONDENSACIÓN EN LA TAPA. ¿QUÉ DEBO HACER?
Al final del ciclo, si se ha condensado mucho vapor de agua, levante la tapa sin inclinarla y llévela al fregadero para evitar que las gotitas de agua caigan en los yogures.

¿DEBO UTILIZAR TODOS LOS TARROS?
No. Si no quiere usar todos los tarros, cierre las ranuras sin usar con las tapas de los tarros en el modelo de 12 tarros y con los tarros vacíos en el modelo de 6 tarros.

¿CUÁNDO DEBO AÑADIR EL AZÚCAR, ANTES O DESPUÉS?
Puede añadir azúcar al yogur mientras prepara la mezcla al mismo tiempo que los iniciadores (no más de 100mg por 1,5 litros de mezcla). Antes de servir el yogur, también puede añadir azúcar, miel, azúcar de vainilla o sirope.

ALGÚN TRUCO PARA LOGRAR UN YOGUR PERFECTO Y DELICIOSO...
Para lograr un yogur firme y homogéneo, todos los ingredientes deben estar a temperatura ambiente.

¿PREFIERE EL YOGUR DE FRUTAS?
La acidez de la fruta puede hacer que su yogur se cuaje. Por ello, es mejor añadir fruta en forma de mermelada, como un coulis o fruta cocida.

¿PUEDO UTILIZAR DIFERENTES SABORES EN UNA MISMA TANDA?
Sí, puede mezclar varios sabores siempre que utilice el mismo ciclo y tiempo de cocción.

5 mins 8 hrs

Yogur con mermelada

Para el modelo de 6 tarros
60 cl de leche entera
120 g de yogur natural (1 tarro)
6 cucharadas soperas de la mermelada que desee

Para el modelo de 12 tarros
1,2 L de leche entera
120 g de yogur natural (1 tarro)
12 cucharadas soperas de la mermelada que desee

---

1. **Disponga** 1 cucharada de mermelada en el fondo de cada tarro.
2. **Mezcle** la leche y el yogur con unas varillas hasta lograr una mezcla uniforme y viértala con cuidado en los tarros.
3. **Enchufe** la Multi Delices y pulse OK para seleccionar el modo yogur. Ajuste el tiempo de cocción utilizando las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.
4. **Déjelo** enfriar y luego métalo en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Las posibilidades son por supuesto ilimitadas, cada una más deliciosa que la anterior... : mermelada de pétalos de rosa, mermelada de higos, mermelada de fresas, mermelada de naranja, etc.
Para unos yogures más uniformes y suaves, puede añadir nata líquida en lugar de la misma proporción de leche.
También se puede mezclar la mermelada con la preparación de leche antes de poner en marcha el programa.
Puede hacer estos yogures con leche de vaca o soja.

No llene la base con agua.

5 mins 8 hrs

Yogur con galletas maría

Para el modelo de 6 tarros
70 cl de leche entera
120 g de yogur natural (1 tarro)
75 g de azúcar
100 g de galletas maría trituradas

Para el modelo de 12 tarros
1,3 L de leche entera
120 g de yogur natural (1 tarro)
150 g de azúcar
200 g de galletas maría trituradas

---

1. Mezcle la leche, el azúcar, el yogur y las galletas maría trituradas con unas varillas hasta lograr una mezcla uniforme y viértala con cuidado en los tarros.

2. Enchufe la Multi Delices y pulse OK para seleccionar el modo yogur. Ajuste el tiempo de cocción utilizando las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

3. Déjelo enfriar y luego métalo en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Puede sustituir las galletas maría por turrón si desea hacer yogur de turrón.

No llene la base con agua.

15 mins 8 hrs

Yogur choco dúo

Para el modelo de 6 tarros
40 cl de leche entera
120 g de yogur natural (1 tarro)
4 cucharadas soperas de queso mascarpone
120 g de chocolate a la taza negro
80 g de chocolate a la taza blanco
2 cucharadas soperas de azúcar

Para el modelo de 12 tarros
70 cl de leche entera
120 g de yogur natural (1 tarro)
8 cucharadas soperas de queso mascarpone
120 g de chocolate a la taza negro
150 g de chocolate a la taza blanco
5 cucharadas soperas de azúcar

---

1. Derrita el chocolate negro en un cazo y mézclelo con el azúcar. Retire el cazo del fuego, añada 5 cucharadas soperas de mascarpone y extienda la mezcla por el fondo de los tarros.

2. Mezcle la leche y el yogur con un tenedor o unas varillas hasta lograr una mezcla uniforme.

3. Derrita el chocolate blanco en un cazo. Retírelo del fuego y mézclelo con 3 cucharadas soperas de mascarpone.

4. A esta preparación, **añada** la mezcla de yogur y leche y luego viértala con mucho cuidado en los tarros.

5. Enchufe la Multi Delices y pulse OK para seleccionar el modo yogur. Ajuste el tiempo de cocción utilizando las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

6. Déjelo enfriar y luego métalo en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Como el chocolate blanco tiene bastante grasa, es posible que se forme una capa sobre la superficie. Para decorar el yogur, adórnelo justo antes de servirlo con virutas de chocolate blanco y negro que puede hacer con un rallador. Estos yogures choco dúo están aún más ricos a temperatura ambiente.

No llene la base con agua.

10 mins 12-16 hrs Tiempo de escurrido: 12 hrs

Petit-delice

Para el modelo de 6 tarros
75 cl de leche entera
100 g de queso fresco
1 cucharada sopera
de zumo de limón
6 cl de nata líquida

Para el modelo de 12 tarros
1,5 L de leche entera
100 g de queso fresco
1 cucharada sopera
de zumo de limón
12 cl de nata líquida

---

1. Mezcle la leche, el queso fresco y el zumo de limón con unas varillas hasta obtener una mezcla uniforme. Vierta la mezcla en los escurridores dispuestos en los tarros.

2. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo queso fresco y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción utilizando las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

3. Deje que se haga entre 12h y 16h.

4. Cuando se haya completado la cocción, **gire** los escurridores un cuarto dentro de los tarros para colocarlos en posición de escurrido. Déjelos escurriendo 4 horas en la nevera. Recuerde retirar el suero con frecuencia para drenar el queso más rápido.

5. Saque los quesos de los escurridores, colóquelos en un bol y mézclelos con la nata líquida.

6. Extiéndalos en los tarros, sin escurridores, (que habrá aclarado de antemano) e introdúzcalos en la nevera. Si desea una consistencia más firme, drene el queso durante más tiempo.

TRUCOS PRÁCTICOS
Para el desayuno de los niños, mezcle un petit-delice con un puñado de cereales con miel y unos daditos de pera y manzana.
También puede mezclar el petit-delice con mermelada cuando esté terminado.

No llene la base con agua.

10 mins 12-16 hrs Tiempo de escurrido: 30 mins dos veces

Crema de queso

Para el modelo de 6 tarros
35 cl de leche entera
100 g de queso fresco
1 cucharada sopera de zumo de limón sin encerar
50 g de brie

Para el modelo de 12 tarros
75 cl de leche entera
100 g de queso fresco
1 cucharada sopera de zumo de limón sin encerar
100 g de brie

---

1. Derrita el brie ymézclelo con la leche, el limón y el queso fresco con unas varillas hasta obtener una mezcla uniforme. Viértalo en los escurridores dispuestos en los tarros.

2. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo queso fresco y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción utilizando las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

3. Deje que se haga entre 12h y 16h.

4. Cuando se haya completado la cocción, **gire** los escurridores un cuarto dentro de los tarros para colocarlos en posición de escurrido. Déjelos escurriendo durante 30 minutos. Retire el suero con frecuencia para escurrir el queso más rápido. Luego, repita el proceso otros 30 minutos.

5. Por último, **introdúzcalos** en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Puede hacer la crema de queso con otros quesos como camembert, gorgonzola, etc.

No llene la base con agua.

10 mins 12-16 hrs Tiempo de escurrido: 15 mins

Cuajada

Para el modelo de 6 tarros
60 cl de leche fresca entera
7 gotas de cuajo

Para el modelo de 12 tarros
1,2 L de leche fresca entera
15 gotas de cuajo

---

1. Mezcle la leche y el cuajo con unas varillas y viértalo todo en los escurridores dispuestos en los tarros.

2. Enchufe la Multi Delices, pulse para seleccionar el modo queso fresco y pulse OK para validarlo. Ajuste el tiempo de cocción utilizando las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

3. Cuando se haya completado la cocción, **gire** los escurridores un cuarto dentro de los tarros para colocarlos en posición de escurrido. Déjelos escurriendo durante 15 minutos. Retire el suero con frecuencia para drenar el queso más rápido. Por último, introdúzcalos en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Puede añadir miel por encima antes de servir.

No llene la base con agua.

15 mins

25 mins para el modelo de 6 tarros,
35 mins para el modelo de 12 tarros

Natillas: naturales, de vainilla o canela

Para el modelo de 6 tarros
2 huevos enteros
1 yema de huevo
100 g de azúcar
50 cl de nata líquida

Para el modelo de 12 tarros
4 huevos enteros
2 yemas de huevo
200 g de azúcar
1 L de nata líquida

---

1. Mezcle los huevos, las yemas y el azúcar con unas varillas. Añada la nata líquida y bátalo todo hasta obtener una mezcla uniforme. Vierta la mezcla en los tarros.

2. Llene la base de la Multi Delices con agua hasta el nivel máximo. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo postre y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción a 25 o 35 mins. con las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

3. Déjelo enfriar y luego introdúzcalo en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Puede hacer natillas naturales o añadir 1 vaina de vainilla o canela a la preparación antes de empezar la cocción. También puede añadir galletas maría en la base del tarro antes de la cocción.

No olvide llenar la base de agua.

10 mins

25 mins para el modelo de 6 tarros,
35 mins para el modelo de 12 tarros

Crema catalana

Para el modelo de 6 tarros
4 yemas de huevo
1 huevo entero
150 g de azúcar
35 cl de nata líquida
15 cl de leche entera
1 vaina de vainilla
1 cáscara de naranja

Para el modelo de 12 tarros
8 yemas de huevo
2 huevos enteros
300 g de azúcar
70 cl de nata líquida
30 cl de leche entera
1 vaina de vainilla
1 cáscara de naranja

1. Mezcle las yemas de huevo, los huevos y el azúcar con unas varillas. Añada la nata líquida, la leche, la vaina de vainilla cortada longitudinalmente y troceada y la cáscara de naranja hasta obtener una mezcla uniforme. Vierta la mezcla en los tarros.

2. Llene la base del aparato con agua hasta el nivel máximo. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo postre y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción a 35 o 45 mins. con las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

3. Déjelo enfriar y luego introdúzcalo en la nevera.

4. Antes de servir, **espolvoree** la crema con azúcar moreno y caramelice con un soplete o en el grill del horno.

TRUCOS PRÁCTICOS
¡La crema catalana también está deliciosa caliente!

No olvide llenar la base de agua.

10 mins

25 mins para el modelo de 6 tarros,
35 mins para el modelo de 12 tarros

Flan de huevo

Para el modelo de 6 tarros
50 cl de leche entera
150 g de azúcar
4 huevos enteros
10 g de harina de maíz
Caramelo líquido

Para el modelo de 12 tarros
1 L de leche entera
300 g de azúcar
8 huevos enteros
20 g de harina de maíz
Caramelo líquido

---

1. Disponga el caramelo líquido en la base de cada tarro.

2. Mezcle los huevos y el azúcar con unas varillas. Disuelva la harina de maíz en 10cl de leche y añádala a la preparación. Añada el resto de la leche y mézclela hasta lograr una textura uniforme. Vierta la mezcla en los tarros.

3. Llene la base del aparato con agua hasta el nivel máximo. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo postre y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción a 25 o 35 mins. con las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

4. Déjelo enfriar y luego introdúzcalo en la nevera.

No olvide llenar la base de agua.

TRUCOS PRÁCTICOS
¡Puede darle la vuelta al flan antes de servirlo!

15 mins 25 mins para el modelo de 6 tarros,
30 mins para el modelo de 12 tarros

La crema de chocolate de la abuelita

Para el modelo de 6 tarros
120 g de chocolate con un 52% de cacao
30 g de mantequilla
35 cl de nata líquida
2 yemas de huevo
30 g de azúcar glas
20 g de cacao en polvo

Para el modelo de 12 tarros
240 g de chocolate con un 52% de cacao
60 g de mantequilla
70 cl de nata líquida
4 yemas de huevo
60 g de azúcar glas
40 g de cacao en polvo

---

1. Corte la mantequilla en trocitos y deje que se ablande en un bol a temperatura ambiente. Pique el chocolate y póngalo en un bol.

2. Caliente la mitad de la nata líquida. Viértala sobre el chocolate y añada la mantequilla. Déjela reposar 2 mins. antes de mezclarla con una espátula.

3. En otro recipiente, **mezcle** las yemas de huevo, el azúcar y el cacao. Mézclelo con la preparación de chocolate y luego con las yemas de huevo y la nata líquida restante. Vierta la mezcla en los tarros.

4. Llene la base de la Multi Delices con agua hasta el nivel máximo. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo postre y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción a 25 o 30 mins. con las teclas – +. Confirme la selección pulsando OK.

5. Déjelo enfriar y luego introdúzcalo en la nevera.

TRUCOS PRÁCTICOS
Añada unas cerezas guinda a la nata antes de la cocción. Estas delicias de estilo dolce vita endulzarán este postre rico en chocolate.
También puede reducir a la mitad la cantidad de chocolate y añadir de 1 a 2 cucharadas soperas de café soluble en polvo que puede disolver en la nata calentada.

No olvide llenar la base de agua.

15 mins

40 mins para el modelo de 6 tarros,
50 mins para el modelo de 12 tarros

Arroz con leche

Para el modelo de 6 tarros
60 cl de leche entera
80 g de azúcar blanco
2 vainas de vainilla
120 g de arroz de grano redondo
80 g de queso mascarpone

Para el modelo de 12 tarros
1 L de leche entera
140 g de azúcar blanco
3 vainas de vainilla
240 g de arroz de grano redondo
160 g de queso mascarpone

---

1. En un cazo, **caliente** a fuego lento la leche, el azúcar y las vainas de vainilla partidas longitudinalmente y troceadas. Deje que se haga durante 5 mins. removiendo constantemente hasta que se absorba completamente el azúcar y la vainilla libere su sabor. Añada el mascarpone, mézclelo todo y déjelo enfriar.

2. Ponga 20 g de arroz de grano redondo en cada tarro y añada la leche con sabor a vainilla hasta 1 cm por debajo del borde. Remueva la preparación en cada tarro.

3. Llene la base de la Multi Delices con agua hasta el nivel máximo. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo postre y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción a 25 o 35 mins. con las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

4. Una vez terminada la cocción, **mezcle** cada tarro de tal modo que el arroz absorba completamente el líquido.

5. Déjelo enfriar y luego introdúzcalo en la nevera. Mezcle una vez más antes de servir.

TRUCOS PRÁCTICOS
También puede saborear este arroz con té matcha o cacao amargo en polvo o servirlo simplemente con frambuesas frescas. También puede añadir canela. Para darle un intenso sabor a vainilla, añada aroma de vainilla a la leche.

No olvide llenar la base de agua.

10 mins 25 mins para el modelo de 6 tarros,
35 mins para el modelo de 12 tarros

Tocino de cielo

Para el modelo de 6 tarros
130 g de yemas de huevo
250 g de azúcar
125 g de agua
Caramelo líquido

Para el modelo de 12 tarros
260 g de yemas de huevo
500 g de azúcar
250 g de agua
Caramelo líquido

---

1. Disponga el caramelo líquido en la base de cada tarro.

2. Mezcle el agua y el azúcar y caliéntelo para formar un sirope. Mezcle las yemas con el sirope hasta obtener una textura uniforme. Vierta la mezcla en los tarros.

3. Llene la base del aparato con agua hasta el nivel máximo. Enchufe la Multi Delices, seleccione el modo postre y pulse OK. Ajuste el tiempo de cocción a 25 o 35 mins. con las teclas − +. Confirme la selección pulsando OK.

4. Déjelo enfriar y luego introdúzcalo en la nevera.

No olvide llenar la base de agua.

TRUCOS PRÁCTICOS
Puede añadir canela a la preparación.

Índice

MULTI DELICES ..... **20 / 24**

RECEITAS DE IOGURTES

Iogurte com compota **25**
Iogurte com bolacha Maria **26**
Iogurte duo de chocolate **27**

RECEITAS DE QUEIJO FRESCO

Pequena delícia **29**
Creme de queijo **30**
Coalhada **31**

RECEITAS DE SOBREMESAS

Creme simples: natural, baunilha ou canela **32**
Leite creme **33**
Pudim flan **34**
Creme de chocolate à moda da avó **35**
Arroz doce **36**
Delícia do céu **37**

LEITE + BACTÉRIAS = IOGURTE!

Para fazer um iogurte, primeiro precisa de leite (leite de vaca, ovelha, cabra…) e de bactérias lácteas (iniciadores): streptococcus thermophilus e lactobacillus bulgaricus.

A fermentação transforma o açúcar do leite, a lactose, em ácido láctico que, por sua vez, leva à coagulação do leite resultando num iogurte fácil de digerir. Os iogurtes são refrigerados a 4°C para bloquear o processo de fermentação.

Em 1908, o trabalho de Elie Metchnikoff sobre estas bactérias lácteas fez com que recebesse o Prémio Nobel. Metchnikoff era um investigador russo que trabalhava no Instituto Pasteur.

TODOS OS BENEFÍCIOS DO LEITE ESTÃO NUM BOIÃO DE IOGURTE!

Um boião de 140 g de iogurte preparado com leite de vaca gordo na iogurteira Multi Delices é:

ESSENCIAL PARA UM FUNCIONAMENTO SAUDÁVEL DO ORGANISMO:

Contém vitaminas do grupo B
9 % da DDR de vitamina B12
21 % da DDR de vitamina B2

BOM PARA OS DENTES E OS OSSOS:

154 mg de cálcio
19 % da DDR
114 mg de fósforo
12 % da DDR

BOM PARA OS MÚSCULOS :

4,3 g de proteínas

SABIA QUE?

Os lacticínios, e por isso o iogurte, são a nossa principal fonte de cálcio. Este mineral tem um papel essencial na criação e preservação da densidade óssea e dos dentes ao longo das nossas vidas. O iogurte também contém fósforo que actua em sinergia com o cálcio.

É necessário um nível suficiente de vitamina D para o organismo absorver o cálcio. A vitamina D está presente em certos leites fortificados, peixes gordos e ovos, mas é sintetizada pelo nosso organismo principalmente quando nos expomos à luz solar. As proteínas animais como aquelas presentes no leite são ideais porque contêm todos os aminoácidos essenciais que o organismo não consegue produzir.

O iogurte é perfeito para pessoas com intolerância à lactose porque a lactose já está parcialmente digerida pelas bactérias boas no iogurte.

O iogurte contém bactérias boas, também designadas por probióticos, que, através do seu efeito na flora intestinal, têm um impacto positivo sobre a digestão. O aparelho digestivo humano contém entre 500 e 1.000 espécies diferentes de bactérias que são essenciais para uma digestão saudável.

PORQUÊ FAZER IOGURTES E OUTRAS SOBREMESAS LÁCTEAS EM CASA?

INGREDIENTES RICOS E SAUDÁVEIS!
Fazer iogurtes em casa significa antes de mais escolher ingredientes naturais e adoptar uma alimentação saudável e equilibrada. Trata-se de comer bem e de saborear aquilo que come!

A SATISFAÇÃO DE FAZER O SEU PRÓPRIO IOGURTE
Fazer iogurtes em casa proporciona o prazer especial de um trabalho "faça você mesmo" ou da partilha de tempo na cozinha com crianças, amigos e família... A alegria de o conseguir fazer no ponto certo, de partilhar dicas e talentos ou de simplesmente se divertirem todos juntos. É simples e divertido!

SEJA CRIATIVA E DÊ LARGAS À SUA IMAGINAÇÃO!
Experimente sabores, texturas, receitas diferentes: do iogurte natural ao creme de chocolate à moda da avó, pudim flan ou queijo fresco, pode fazer e criar as suas próprias receitas adequadas ao seu gosto e apetite!

EXPERIMENTE UMA VARIEDADE DE SABORES
Os iogurtes podem ser 'melhorados' para qualquer ocasião especial – misture e combine com baunilha natural, fruta, compota de frutos silvestres, geleia de fruta ou especiarias.

CONTRIBUA PARA O BEM-ESTAR DO PLANETA
Ao fazer os seus iogurtes em casa, dispensa embalagens desnecessárias! E os seus boiões para iogurtes podem ser usados quase eternamente.

POUPE DINHEIRO!
A sua iogurteira vai ajudá-la a poupar dinheiro: o preço de custo de um iogurte caseiro é significativamente mais baixo do que o de um comprado na loja.

TUDO QUE PRECISA DE SABER PARA OBTER IOGURTES CASEIROS PERFEITOS E DELICIOSOS

COMO COMEÇO A FICAR ESPECIALISTA EM IOGURTES CASEIROS?

Prática e fácil de usar, a iogurteira é o aparelho ideal para fazer iogurtes perfeitos e deliciosos. Mas há muitos factores a influenciar o processo e certamente terá de fazer alguns testes antes de descobrir e dominar totalmente o aparelho. Nessa altura pode fazer os ajustes necessários para encontrar o tempo perfeito ou corrigir alguns erros. Leite, iniciadores (fermento)... Nada é melhor do que a sua própria experiência. Avance por fases e comece com receitas relativamente simples.

QUE LEITE DEVO ESCOLHER PARA UM IOGURTE PERFEITO?

O ingrediente essencial, naturalmente, é o leite! Para iogurtes perfeitos e deliciosos, recomendamos que use leite de vaca gordo pasteurizado ou UHT. Se usar leite cru, primeiro deve fervê-lo e deixá-lo arrefecer.

E QUANTO AOS INICIADORES? QUAL É O SEGREDO DA PREPARAÇÃO CORRECTA DE IOGURTES?

Pode usar pacotes de iniciadores (fermento) de iogurte liofilizados. Podem ser comprados em supermercados, lojas de produtos biológicos ou farmácias. Dissolva-os com cuidado, mexendo bem.

Também pode usar um iogurte natural comprado na loja. Prefira um com textura firme, com um sabor que lhe agrade e com um prazo de validade o mais alargado possível. Assim o seu iogurte terá uma textura mais firme. Pessoas que gostam de tudo feito em casa, podem usar um iogurte preparado por elas. Mas tem de ser um iogurte natural preparado recentemente.

COMO GARANTO QUE O MEU IOGURTE NÃO FICA DEMASIADO LÍQUIDO?

A consistência do seu iogurte vai fazer toda a diferença. Siga cuidadosamente as instruções e faça alguns testes. Mude o leite, o iniciador (fermento) ou o tempo de cozedura para descobrir qual é mais adequado para si. E não se esqueça: para iogurtes mais firmes, use leite gordo ou adicione leite em pó e aumente o tempo de cozedura. A textura do iogurte fica perfeita após algumas horas no frigorífico. Por isso, seja paciente e os seus iogurtes serão perfeitos!

O MEU IOGURTE É DEMASIADO ÁCIDO. O QUE POSSO FAZER?

Se o seu iogurte for demasiado ácido, provavelmente deve ter fermentado durante demasiado tempo. Nesse caso, só tem de reduzir o tempo de cozedura.

DURANTE QUANTO TEMPO POSSO GUARDAR O MEU IOGURTE CASEIRO?

O seu iogurte pode ser guardado no frigorífico durante uma semana, entre 0 e 6 ºC.

DICAS E TRUQUES

ONDE DEVO MANTER A MINHA IOGURTEIRA?

Depois de a ligar, não mexa na iogurteira pois isso pode perturbar o processo de fermentação. Mantenha-a afastada de todas as fontes de vibração e não levante a tampa durante o ciclo de cozedura.

DEVO PÔR O IOGURTE NO FRIGORÍFICO LOGO QUE O CICLO DE COZEDURA ACABE?

Sim, é aconselhado mas também pode pô-lo no frigorífico um pouco mais tarde. Não precisa de estar por perto logo que o ciclo acabe.

ÀS VEZES HÁ CONDENSAÇÃO NA TAMPA. O QUE DEVO FAZER?

No fim do ciclo, se houver muito vapor de água condensado, levante a tampa sem a inclinar e leve-a para o lava-loiça para evitar que caiam gotas de água nos seus iogurtes.

TENHO DE USAR TODOS OS BOIÕES?

Não. Se não quiser usar todos os boiões, tape os encaixes que não vai usar com as tampas dos boiões para o modelo de 12 boiões e com os boiões vazios para o modelo de 6 boiões.

QUANDO JUNTO O AÇÚCAR, ANTES OU DEPOIS?

Pode juntar açúcar ao seu iogurte enquanto prepara a mistura, na mesma altura dos iniciadores (fermento) (nunca mais de 100 g por cada 1,5 litros de mistura). Antes de servir, também pode juntar açúcar, rapadura (açúcar de cana cozida de origem biológica), mel, açúcar baunilhado ou calda.

UM CONSELHO PARA OBTER IOGURTES PERFEITOS E DELICIOSOS...

Para iogurtes firmes e homogéneos, todos os ingredientes devem estar à temperatura ambiente.

PREFERE IOGURTE DE FRUTA?

A acidez da fruta pode fazer talhar o seu iogurte. Por isso é melhor juntar fruta sob a forma de compotas, em puré ou cozida.

POSSO USAR SABORES DIFERENTES NUM ÚNICO CONJUNTO?

Sim, pode misturar vários sabores desde que use o mesmo ciclo e tempo de cozedura.

5 min

8 h

Iogurte com compota

Para modelo de 6 boiões
60 cl leite gordo
120 g iogurte natural (1 boião)
6 colheres/sopa de compota

Para modelo de 12 boiões
1,2 L leite gordo
120 g iogurte natural (1 boião)
12 colheres/sopa de compota

---

1. **Deite** 1 colher de sopa de compota no fundo de cada boião.
2. **Misture** o leite e o iogurte com uma vara de arames até ficar homogéneo e deite com cuidado nos boiões.
3. **Ligue** a iogurteira, carregue em OK para seleccionar o modo iogurte. Defina o tempo de cozedura usando os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.
4. **Deixe arrefecer** e depois guarde-os no frigorífico.

Não encha a base com água.

DICAS ÚTEIS
As variações naturalmente são infinitas, cada uma mais gourmet do que as outras...: compota de pétalas de rosas, compota de figo, compota de morango, compota agridoce de laranja, etc.
Para iogurtes mais macios e homogéneos, pode juntar natas em vez da mesma proporção de leite.
Também é possível misturar a compota com o preparado de leite antes de ligar o programa.
Pode preparar estes iogurtes com leite de vaca ou de soja.

5 min 8 h

Iogurte com bolacha Maria

Para modelo de 6 boiões
70 cl leite gordo
120 g iogurte natural (1 boião)
75 g açúcar
100 g bolacha Maria esmagada

Para modelo de 12 boiões
1,3 L leite gordo
120 g iogurte natural (1 boião)
150 g açúcar
200 g bolacha Maria esmagada

---

1. Misture o leite, o iogurte e a bolacha Maria esmagada com uma vara de arames até ficar homogéneo e deite com cuidado nos boiões.

2. Ligue a iogurteira, carregue em OK para seleccionar o modo iogurte. Defina o tempo de cozedura usando os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

3. Deixe arrefecer e depois guarde-os no frigorífico.

Não encha a base com água.

DICAS ÚTEIS
Pode substituir a bolacha Maria por torrão para fazer iogurte de torrão.

15 min 8 h

Iogurte duo de chocolate

Para modelo de 6 boiões
40 cl leite gordo
120 g iogurte natural (1 boião)
4 colheres/sopa de queijo mascarpone
120 g chocolate preto (culinária)
80 g chocolate branco
2 colheres/sopa de açúcar

Para modelo de 12 boiões
70 cl leite gordo
120 g iogurte natural (1 boião)
8 colheres/sopa de queijo mascarpone
120 g chocolate preto (culinária)
150 g chocolate branco
5 colheres/sopa de açúcar

---

1. Derreta o chocolate preto num tachinho e junte o açúcar. Retire do lume, junte 5 colheres de sopa de mascarpone e deite a preparação no fundo dos boiões.

2. Misture o leite e o iogurte com um garfo até ficar homogéneo.

3. Derreta o chocolate branco num tachinho. Retire do lume e misture 3 colheres de sopa de mascarpone.

4. Junte-lhe a mistura de leite e iogurte e depois deite com muito cuidado nos boiões.

5. Ligue a iogurteira, carregue em OK para seleccionar o modo iogurte. Defina o tempo de cozedura usando os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

6. Deixe arrefecer e depois guarde-os no frigorífico.

DICAS ÚTEIS
Como o chocolate branco tem bastante gordura, pode formar-se uma camada à superfície. Para decorar o iogurte, antes de servir coloque raspas de chocolate branco e preto que pode preparar com um descascador. Estes iogurtes duo de chocolate são ainda melhores à temperatura ambiente.

Não encha a base com água.

10 min 12-16 h Tempo de escorrimento: 12 h

Pequena delícia

Para modelo de 6 boiões
75 cl leite gordo
100 g queijo fresco
1 colher/sopa de sumo de limão natural
6 cl natas

Para modelo de 12 boiões
1,5 L leite gordo
100 g queijo fresco
1 colher/sopa de sumo de limão natural
12 cl natas

---

1. Misture o leite, o queijo fresco e o sumo de limão com uma vara de arames até ficar homogéneo. Verta a preparação nas redes previamente colocadas nos boiões.

2. Ligue a iogurteira, seleccione o modo queijo fresco 2 e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura usando os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

3. Deixe cozer durante 12 a 16 horas.

4. Quando a cozedura tiver acabado, **rode** as redes um quarto de volta nos boiões para as colocar na posição de escorrimento. Deixe escorrer durante 4 horas no frigorífico. Lembre-se de retirar o soro regularmente para o queijo escorrer mais depressa.

5. Retire os queijos das formas para uma taça e misture com as natas.

6. Deite em boiões passados por água e coloque no frigorífico. Se quiser uma consistência mais firme, deixe o queijo escorrer mais tempo.

DICAS ÚTEIS
Para o pequeno-almoço das crianças, misture uma pequena delícia com uma mão cheia de cereais de mel e cubos de pêra e maçã!
Depois de pronta, também pode misturar a pequena delícia com compota.

Não encha a base com água.

10 min 12-16 h Tempo de escorrimento: 30 min duas vezes

Creme de queijo

Para modelo de 6 boiões
35 cl leite gordo
100 g queijo fresco
1 colher/sopa de sumo de limão natural
50 g queijo Brie

Para modelo de 12 boiões
75 cl leite gordo
100 g queijo fresco
1 colher/sopa de sumo de limão natural
100 g queijo Brie

---

1. Derreta o queijo Brie e depois misture-o com o leite, o limão e o queijo fresco com uma vara de arames até ficar homogéneo. Deite nas redes colocadas nos boiões.

2. Ligue a iogurteira, seleccione o modo queijo fresco 2 e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura usando os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

3. Deixe cozer durante 12 a 16 horas.

4. Quando a cozedura tiver acabado, **rode** as redes um quarto de volta nos boiões para as colocar na posição de escorrimento. Deixe escorrer durante 30 minutos. Retire o soro regularmente para o queijo escorrer mais depressa. Depois repita o processo uma vez durante mais 30 minutos.

5. Depois **coloque** no frigorífico.

DICAS ÚTEIS
Pode preparar o creme de queijo com outros queijos como Camembert, Gorgonzola...!

Não encha a base com água.

10 min 12-16 h Tempo de escorrimento: 15 min

Coalhada

Para modelo de 6 boiões
60 cl leite gordo fresco
7 gotas de coalho

Para modelo de 12 boiões
1,2 L leite gordo fresco
15 gotas de coalho

---

1. Misture o leite e o coalho com uma vara de arames e deite nas redes colocadas nos boiões.

2. Ligue a iogurteira, carregue em para seleccionar o modo queijo fresco, carregue em OK para validar a sua selecção. Defina o tempo de cozedura usando os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

3. Quando a cozedura tiver acabado, **rode** os passadores um quarto de volta nos boiões para os colocar na posição de escorrimento. Deixe escorrer durante 15 minutos. Retire o soro regularmente para o queijo escorrer mais depressa. Depois coloque no frigorífico.

Não encha a base com água.

DICAS ÚTEIS
Antes de comer, pode juntar mel por cima.

15 min

25 min para modelo de 6 boiões,
35 min para modelo de 12 boiões

Creme simples: natural, baunilha ou canela

Para modelo de 6 boiões
2 ovos
1 clara de ovo
100 g açúcar
50 cl natas

Para modelo de 12 boiões
4 ovos
2 claras de ovo
200 g açúcar
1 L natas

---

1. Misture os ovos, as claras e o açúcar com uma vara de arames. Junte as natas e misture até ficar homogéneo. Deite nos boiões.

2. Encha a base da iogurteira com água até ao nível máximo. Ligue a iogurteira, seleccione o modo sobremesa e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura para 25 ou 35 minutos com os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

3. Deixe arrefecer e depois coloque no frigorífico.

Não se esqueça de encher a base com água.

DICAS ÚTEIS
Pode fazer o creme simples natural ou adicionar uma vagem de baunilha ou canela ao preparado antes da cozedura. Também pode pôr bolacha Maria no fundo do boião antes da cozedura.

10 min

25 min para modelo de 6 boiões,
35 min para modelo de 12 boiões

Leite creme

Para modelo de 6 boiões
4 claras de ovo
1 ovo
150 g açúcar
35 cl natas
15 cl leite gordo
1 vagem de baunilha
Raspa de 1 laranja

Para modelo de 12 boiões
8 claras de ovo
2 ovos
300 g açúcar
70 cl natas
30 cl leite gordo
1 vagem de baunilha
Raspa de 1 laranja

---

1. Misture as claras, os ovos e o açúcar com uma vara de arames. Junte as natas, o leite, a vagem de baunilha aberta ao meio partida e a raspa de 1 laranja e misture tudo até ficar homogéneo. Deite nos boiões.

2. Encha a base da iogurteira com água até ao nível máximo. Ligue a iogurteira, seleccione o modo sobremesa e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura para 35 ou 45 minutos com os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

3. Deixe arrefecer e depois coloque no frigorífico.

4. Antes de servir, **polvilhe** com açúcar mascavado e caramelize com um ferro para queimar creme ou por baixo do grill do seu forno.

Não se esqueça de encher a base com água.

DICAS ÚTEIS
O leite creme também é delicioso quente!

10 min

25 min para modelo de 6 boiões,
35 min para modelo de 12 boiões

Pudim flan

Para modelo de 6 boiões
50 cl leite gordo
150 g açúcar
4 ovos
10 g farinha de milho
Caramelo líquido

Para modelo de 12 boiões
1 L leite gordo
300 g açúcar
8 ovos
20 g farinha de milho
Caramelo líquido

---

1. Deite caramelo líquido no fundo de cada boião.

2. Misture os ovos e o açúcar com uma vara de arames. Dilua a farinha de milho em 10 cl de leite e junte ao preparado. Junte o resto do leite e misture até ficar homogéneo. Deite nos boiões.

3. Encha a base da iogurteira com água até ao nível máximo. Ligue a iogurteira, seleccione o modo sobremesa e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura para 25 ou 35 minutos com os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

4. Deixe arrefecer e depois coloque no frigorífico.

Não se esqueça de encher a base com água.

DICAS ÚTEIS
Pode desenformar o seu pudim flan antes de comer!

15 min

25 min para modelo de 6 boiões,
30 min para modelo de 12 boiões

Creme de chocolate à moda da avó

Para modelo de 6 boiões
120 g chocolate para culinária c/ 52% de cacau
30 g manteiga
35 cl natas
2 claras de ovo
30 g açúcar em pó
20 g cacau amargo em pó

Para modelo de 12 boiões
240 g chocolate para culinária c/ 52% de cacau
60 g manteiga
70 cl natas
4 claras de ovo
60 g açúcar em pó
40 g cacau amargo em pó

---

1. Corte a manteiga em bocadinhos e deixe-a amolecer numa taça à temperatura ambiente. Parta o chocolate e ponha-o numa taça.

2. Aqueça metade das natas. Deite-as sobre o chocolate e depois junte a manteiga. Deixe repousar durante 2 minutos antes de misturar com uma espátula.

3. Noutro recipiente, **misture** as claras, o açúcar e o cacau. Misture com o preparado de chocolate e depois com as claras e o resto das natas. Deite nos boiões.

4. Encha a base da iogurteira com água até ao nível máximo. Ligue a iogurteira, seleccione o modo sobremesa e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura para 25 ou 30 minutos com os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

5. Deixe arrefecer e depois coloque no frigorífico.

Não se esqueça de encher a base com água.

DICAS ÚTEIS
Junte algumas cerejas Amarena ao creme antes da cozedura e depois polvilhe com biscoitos Amaretti desfeitos antes de servir. Estes toques 'dolce vita' vão adoçar esta sobremesa rica em cacau...
Também pode reduzir para metade a quantidade de cacau e juntar 1 a 2 colheres de sopa de café liofilizado que pode dissolver no creme aquecido.

15 min

40 min para modelo de 6 boiões,
50 min para modelo de 12 boiões

Arroz doce

Para modelo de 6 boiões
60 cl leite gordo
80 g açúcar branco
2 vagens de baunilha
120 g arroz carolino
80 g queijo mascarpone

Para modelo de 12 boiões
1 L leite gordo
140 g açúcar branco
3 vagens de baunilha
240 g arroz carolino
160 g queijo mascarpone

---

1. Num tachinho, **aqueça** em lume brando o leite, o açúcar e as vagens de baunilha abertas ao meio partidas. Deixe cozer durante 5 minutos mexendo sempre até o açúcar estar totalmente absorvido e a baunilha libertar o seu sabor. Junte o mascarpone, misture e deixe arrefecer.

2. Deite 20 g de arroz carolino em cada boião e verta o leite com aroma de baunilha até 1 cm abaixo da parte superior do boião. Mexa o preparado em cada boião.

3. Encha a base da iogurteira com água até ao nível máximo. Ligue a iogurteira, seleccione o modo sobremesa e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura para 40 ou 50 minutos com os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

4. Quando a cozedura tiver acabado, mexa cada boião para o arroz absorver totalmente o líquido.

5. Deixe arrefecer e depois coloque no frigorífico. Mexa mais uma vez antes de comer.

DICAS ÚTEIS
Também pode aromatizar este arroz com chá Matcha ou cacau amargo em pó, ou servi-lo apenas com framboesas frescas.
Pode igualmente juntar canela.
Para um sabor a baunilha mais forte, junte aroma de baunilha ao leite.

Não se esqueça de encher a base com água.

10 min

25 min para modelo de 6 boiões,
35 min para modelo de 12 boiões

Delícia do céu

Para modelo de 6 boiões
130 g claras
250 g açúcar
125 g água
Caramelo líquido

Para modelo de 12 boiões
260 g claras
500 g açúcar
250 g água
Caramelo líquido

---

1. Deite caramelo líquido no fundo de cada boião.

2. Misture a água com o açúcar e aqueça para fazer uma calda. Misture as claras com a calda até ficar homogéneo. Deite nos boiões.

3. Encha a base da iogurteira com água até ao nível máximo. Ligue a iogurteira, seleccione o modo sobremesa e carregue em OK. Defina o tempo de cozedura para 25 ou 35 minutos com os botões − +. Confirme a sua selecção carregando em OK.

4. Deixe arrefecer e depois coloque no frigorífico.

Não se esqueça de encher a base com água.

DICAS ÚTEIS
Pode juntar canela ao preparado.

Содержание

Многочисленные Удовольствия ..... 39 / 42

ЙОГУРТЫ

Натуральные йогурты 43
Йогурты с джемом 44
Лимонный йогурт 45
Клубничный маскарпоне с йогуртом, приправленным базиликом 46
Йогурт с двойным шоколадом 47

ДОМАШНИЙ ТВОРОГ

Домашний творог 48
Твороженный десерт Petit-delice 49
Творожная паста Chive 50
Сыр-крем Crema de Queso 51

ДЕСЕРТЫ

Стаканчики с французским шоколадным кремом 53
Крем-брюле 54
Миндальный крем 55
Заварной крем Natilla: натуральный, ванильный или с корицей 56
Крем из манной крупы с изюмом 57
Шоколадный крем «по бабушкиному рецепту» 59

Молоко + ферменты!

Чтобы сделать йогурт, прежде всего, нужно молоко (коровье, овечье, козье…) и два молочнокислых фермента: термофильный молочнокислый стрептококк (streptococcus thermophilus) и болгарская палочка (lactobacillus bulgaricus).

Под воздействием ферментов молочный сахар и лактоза превращаются в молочную кислоту, что вызывает сворачивание молока в легко перевариваемый йогурт. Йогурты замораживают при 4 °C, чтобы заблокировать дальнейшую ферментацию.

За исследования этих молочнокислых ферментов российский ученый Илья Мечников, работавший в Институте Пастера, получил в 1908 г. Нобелевскую премию.

Йогурт, вся польза молока в одной баночке!

В баночке йогурта 140 гр., приготовленной на основе цельного коровьего молока в йогуртнице Multi Délices :

НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ НОРМАЛЬНОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОРГАНИЗМА:

Витамины группы B
18 % рекомендованной суточной нормы витамина B12
12 % рекомендованной суточной нормы B2

ПОЛЕЗНЫЕ ДЛЯ КОСТЕЙ И ЗУБОВ:

154 мг. кальция
19 % рекомендованной суточной нормы
114 мг. фосфора
12 % рекомендованной суточной нормы

ПОЛЕЗНЫЕ ДЛЯ МЫШЦ:

4,3 г. протеинов

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО

Молочные продукты, а значит и йогурт, являются первоочередным источником кальция в нашем питании. Этот минерал необходим для образования и поддержания костной массы и зубов на протяжении всей жизни. Йогурт также содержит фосфор, который действует в синергии с кальцием.

Усвоение кальция требует достаточного поступления витамина D. Этот витамин содержится в некоторых обогащенных видах молока, в жирной рыбе и в яйцах, но главным образом синтезируется в нашем организме во время пребывания на солнце.

Белки животного происхождения, в том числе и молочные, являются наиболее полезными, поскольку содержат все основные аминокислоты, которые наш организм не может производить самостоятельно.
Йогурт прекрасно подходит для людей, испытывающих сложности с перевариванием лактозы. И в самом деле, лактоза оказывается уже частично переваренной полезными бактериями йогурта.

Йогурт содержит полезные бактерии, также именуемые пробиотиками, которые, оказывая воздействие на кишечную флору, благоприятно влияют на пищеварение. В пищеварительном тракте человека содержится от 500 до 1 000 видов бактерий, необходимых для нормального пищеварения.

ПОЧЕМУ СТОИТ ГОТОВИТЬ ЙОГУРТЫ И ДРУГИЕ МОЛОЧНЫЕ ДЕСЕРТЫ ДОМА?

Вкусные и здоровые ингредиенты!
Готовить йогурты дома – это в первую очередь означает выбирать натуральные ингредиенты и здоровое сбалансированное питание. Иными словами, питаться вкусно и полезно!

Удовольствие от самостоятельного приготовления
Приготовление йогуртов дома – это также время, которым можно поделиться с детьми и близкими, показать свое умение и свои хитрости и весело провести досуг с семьей. Это просто и радостно.

Придумать и выразить свое кулинарное творчество
Меняйте вкусы, состав, рецепты: от натурального йогурта до маленькой баночки с шоколадным кремом, не забывая о десертах из взбитых яиц, молока и сливок, а также о твороге. Вы сами готовите и даже придумываете десерты, соответствующие Вашим вкусам и желаниям.

Варьируйте вкусы и удовольствия
Натуральный, ванильный, с фруктами, варенье с садовыми фруктами, компот, с добавками из ароматических трав … - каждый раз йогурт может быть новым.

Экологическая активность
Готовя йогурты на дому, Вы боретесь с ненужными упаковками! А баночки для йогурта можно использовать практически до бесконечности.

Экономьте!
Йогуртница позволит Вам экономить: себестоимость йогурта домашнего приготовления значительно ниже, чем йогурта, продающегося в магазине (зависит от марки и сорта).

ГЛАВНОЕ ДЛЯ УСПЕШНОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ ДОМАШНИХ ЙОГУРТОВ

С чего начать, чтобы стать профессионалом в приготовлении домашнего йогурта?

Практичная и простая в использовании йогуртница станет идеальным союзником для успешного приготовления Ваших йогуртов. Но сначала Вам придется немного поэкспериментировать и как следует познакомиться с Вашей йогуртницей, при необходимости внести коррективы, подобрать оптимальное время, исправить некоторые ошибки, поскольку в процессе задействованы многочисленные параметры: молоко, ферменты … Ваш собственный опыт ничто не заменит. Действуйте поэтапно и начинайте с простых рецептов.

Какое молоко выбрать, чтобы йогурт обязательно получился?

Конечно же, молоко является основным элементом! Чтобы Ваши йогурты получились, предпочтительно использовать коровье молоко, лучше цельное пастеризованное или ультрапастеризованное молоко. При использовании сырого молока его предварительно надо вскипятить, а затем охладить.

А каков секрет успеха использования ферментов?

Вы можете использовать пакетики с лиофилизованными ферментами, которые продаются в биомагазинах и в аптеках. Тщательно растворите их, помешивая.
Вы также можете использовать натуральный йогурт, купленный в магазине: предпочтительно выбрать твердый йогурт, со вкусом, который Вам нравится и с наиболее большим сроком годности. Таким образом, Вы получите более плотный йогурт. Любители домашней кухни могут использовать йогурт собственного приготовления. Он должен быть натуральным и недавно приготовленным.

Как добиться того, чтобы йогурты были не слишком жидкими?

Разница будет заключаться в консистенции Вашего йогурта. В точности следуйте рекомендациям и самое главное – проведите несколько тестов. Меняйте молоко, фермент, время приготовления, чтобы выяснить, что Вам подходит лучше всего.
И не забывайте: для более твердых йогуртов используйте цельное молоко или добавьте порошковое молоко и увеличьте время приготовления. Оптимальная текстура йогурта получается после того, как вы оставите его на несколькио часов в холодильнике… Так что немного терпения, и Ваши йогурты будут безупречными!

У меня получаются кислые йогурты, как с этим бороться?

Если йогурты получаются кислыми, наверняка они подвергались слишком продолжительной ферментации. В этом случае достаточно сократить время приготовления.

Как долго хранятся домашние йогурты?

После приготовления Ваши йогурты можно хранить в холодильнике в течение недели при температуре от 0 до 6 °C.

УЛОВКИ И ХИТРОСТИ

Где установить йогуртницу?
После подключения не перемещайте йогуртницу, это может повредить процессу ферментации. Установите йогуртницу подальше от любых источников вибрации и не открывайте крышку в процессе приготовления.

Надо ли ставить йогурты в холодильник сразу же по окончании цикла нагрева?
Это предпочтительно, но Вы также можете поставить их в холодильник некоторое время спустя после окончания цикла нагрева. Вам необязательно быть рядом, когда процесс остановится.

Иногда на крышке образуется конденсат, что надо делать?
По окончании программы, если отмечается значительная конденсация водяных паров, поднимите крышку, не наклоняя ее, и переместите ее в раковину. Так Вы избежите попадания капель воды в свои йогурты.

Обязательно ли использовать все баночки?
Нет. Если Вы не хотите использовать все баночки, заткните неиспользуемое пространство крышками от баночек.

Сахар надо добавлять до или после?
Вы можете добавлять сахар в свои йогурты в процессе приготовления одновременно с ферментами (не более 100 гр. на 1,5 литра продукта). До начала дегустации Вы также можете добавить сахар, рападуру (цельный тростниковый сахар), мед, ванильный сахар или же сироп.

Маленький совет для успешного приготовления Ваших йогуртов …
Для получения твердых и однородных йогуртов все используемые ингредиенты должны быть комнатной температуры.

Предпочитаете йогурты с фруктами?
Кислотность сырых фруктов может вызвать сворачивание йогурта, поэтому лучше добавлять фрукты в виде варенья, фруктового пюре или отваренными.

Могу ли я одновременно делать йогурты с разными вкусами?
Да, Вы можете приготовить несколько различных йогуртов при условии использования одной и той же программы и одинакового времени приготовления.

2 минуты 8 часов

Натуральные йогурты

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

Йогурт из коровьего молока

750 мл цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

Йогурт из коровьего молока

1,5 л цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок

---

1. Смешайте молоко с йогуртом до получения однородной массы, а потом разлейте ее по стаканчикам.

2. Включите йогуртницу в сеть, нажмите кнопку OK для того, чтобы выбрать режим приготовления йогурта. Настройте время приготовления при помощи кнопок − +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

3. Оставьте охлаждаться, а затем поместите стаканчики в холодильник.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если время приготовления йогурта по умолчанию стоит на 8 часов, то Вы можете без всяких затруднений изменить вплоть до 12 часов. В этом случае йогурт получится более густым … а Вы можете смело идти спать! Вы также можете налить на донышко каждого горшочка клубничный сироп, а затем аккуратно залить его сверху смесью молока и йогурта. Кроме того, Вы можете добавить или, наоборот, убрать сахар в соответствии с Вашими вкусовыми предпочтениями.

5 минут

8 часов

Йогурты с джемом

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
600 мл цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
6 столовых ложек джема по Вашему выбору

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
1,2 л цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
12 столовых ложек джема по Вашему выбору

---

1. Поместите по одной столовой ложке джема на дно каждого стаканчика.

2. Смешайте молоко с йогуртом при помощи до получения однородной массы, а затем аккуратно разлейте ее по стаканчикам.

3. Включите йогуртницу в сеть, нажмите кнопку OK для того, чтобы выбрать режим приготовления йогурта. Настройте время приготовления при помощи кнопок − +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

4. Оставьте охлаждаться, а затем поместите стаканчики в холодильник.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Безусловно, у этого рецепта имеется множество вариантов, один изысканней другого… : джем из лепестков роз, джем из инжира, клубничный джем, апельсиновый конфитюр и т.д.
Для получения йогуртов с более мягким вкусом и более нежной консистенцией, Вы можете во время смешивания добавить вместо молока то же количество сливок.
Кроме того, джем можно добавить в смесь и до запуска программы приготовления.
Вы можете готовить эти йогурты как на основе коровьего, так и соевого молока.

15 минут 8 часов

Лимонный йогурт

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

750 мл цельного молока
120 г лимонного или обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
Цедра 2 лимонов, необработанных воском
1 столовая ложка сахара
1 столовая ложка лимонного ароматизатора

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

1,5 л цельного молока
120 г лимонного или обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
Цедра 2 лимонов, необработанных воском
1 столовая ложка сахара
1 столовая ложка лимонного ароматизатора

1. Нагрейте лимонную цедру вместе с 200 мл молока в кастрюле на медленном огне, а затем добавьте сахар. Продолжайте нагревать смесь пока молоко не приобретет желтый цвет.

2. Оставьте смесь охлаждаться, а затем добавьте ее вместе с цедрой в оставшееся молоко. Разлейте полученную смесь в бутылки и поместите в холодильник по меньшей мере на 2 часа.

3. Профильтруйте молоко, смешайте его с йогуртом и лимонным ароматизатором до получения однородной массы, а затем аккуратно разлейте полученную смесь в стаканчики.

4. Включите йогуртницу в сеть, нажмите кнопку OK для того, чтобы выбрать режим приготовления йогурта. Настройте время приготовления при помощи кнопок − +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

5. Оставьте охлаждаться, а затем поместите стаканчики в холодильник.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Внимание: лимонный сок вызывает свертывание молока. Этим обуславливается необходимость долгого отстаивания смеси.
Совет для любителей цедры: оставьте несколько ленточек цедры целыми и подогрейте их вместе с сахаром и одной столовой ложкой воды, до тех пор, пока он не кристаллизуется и не осядет на цедре.
Получайте удовольствие за счет внесения изменений в этот рецепт: попробуйте добавить в него имбирь, ваниль или Ваш любой другой любимый Вами ингредиент.

15 минут 8 часов

Клубничный маскарпоне с йогуртом, приправленным базиликом

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

500 мл цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
125 г сыра маскарпоне
150 г некрупной клубники
1 стебелек свежего базилика
3 столовые ложки сахара

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

1 л цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
250 г сыра маскарпоне
300 г некрупной клубники
1 стебелек свежего базилика
5 столовых ложек сахара

---

1. Помойте, очистите и разрежьте ягоды клубники на две половинки. Потушите их на медленном огне в кастрюле, куда также добавьте сахар и 1 столовую ложку воды. Тушите клубнику до тех пор, пока она не станет нежной и не покроется сахаром. Дайте ягодам остыть, а затем поместите их на дно горшочков.

2. Перемешивайте сыр маскарпоне с мелко нарезанными листочками базилика при помощи блендера до тех пор, пока у Вас не получится пюре зеленого цвета. Добавьте к этой смеси молоко и йогурт и перемешивайте ее до получения однородной массы. Аккуратно разлейте полученную смесь в стаканчики поверх клубники.

3. Включите йогуртницу в сеть, нажмите кнопку OK для того, чтобы выбрать режим приготовления йогурта. Настройте время приготовления при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

4. Оставьте охлаждаться, а затем поместите стаканчики в холодильник. Перед подачей на стол украсьте йогурт оставшейся свежей клубникой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Вы также можете добавить клубничный сок в кастрюлю, содержащую смесь сыра маскарпоне и базилика. Однако сок должен быть сладким, поскольку фруктовые кислоты вызывают свертывание молока.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

15 минут 8 часов

Йогурт с двойным шоколадом

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

400 мл цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
4 столовые ложки сыра маскарпоне
120 г темного кондитерского шоколада
80 г белого кондитерского шоколада
2 столовые ложки сахара

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

700 мл цельного молока
120 г обычного йогурта без добавок (1 стаканчик)
8 столовых ложек сыра маскарпоне
250 г темно кондитерского шоколада
150 г белого кондитерского шоколада
5 столовых ложек сахара

---

1. Расплавьте темный шоколад в кастрюле, а затем смешайте его с сахаром. Снимите кастрюлю с огня и нанесите смесь тонким слоем на дно горшочков.

2. Вилкой перемешайте молоко с йогуртом до получения однородной массы.

3. Расплавьте белый шоколад в кастрюле. Снимите кастрюлю с плиты и смешайте расплавленный белый шоколад с 3 столовыми ложками сыра маскарпоне.

4. Затем добавьте к получившейся массе смесь молока и йогурта, а после этого очень аккуратно разлейте новую смесь по стаканчикам. Включите йогуртницу в сеть, нажмите кнопку OK для того, чтобы выбрать режим приготовления йогурта. Настройте время приготовления при помощи кнопок − +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

5. Оставьте охлаждаться, а затем поместите стаканчики в холодильник.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Поскольку белый шоколад весьма жирный, на поверхности йогурта может появляться пленка. Для того чтобы украсить Ваш йогурт, посыпьте его белой и темной шоколадной крошкой, которую вы можете настрогать на терке.
Йогурт с двойным шоколадом лучше всего подавать, когда его температура равняется комнатной.

15 минут 16 часов Время отстаивания: 15 минут

Домашний творог

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
750 мл цельного молока
100 г творога
1 столовая ложка сока лимона, необработанного воском

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
1,5 л цельного молока
100 г творога
1 столовая ложка сока лимона, необработанного воском

---

1. Смешайте молоко, свежую творожную пасту и лимонный сок до получения однородной массы. Получившуюся смесь разлейте в устройства для стекания, предусмотренные в стаканчиках.

2. Включите йогуртницу в сеть, выберете режим приготовления творога OK, а затем нажмите кнопку 2. Установите время приготовления при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

3. Время приготовления: от 12 до 16 часов.

4. После завершения процесса приготовления поверните устройства для стекания в стаканчиках на четверть оборота для того, чтобы запустить процесс стекания. После 15 минут стекания отделите сыворотку.

5. Верните устройства для стекания в нижнее положение, а затем охладите Ваши заготовки по крайней мере 4 часа.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для того чтобы Ваш завтрак был более ярким, порежьте 12 плодов инжира на тоненькие ломтики, удалите косточки из 12 фиников и порежьте их на мелкие кусочки. Перед подачей на стол, посыпьте творожную пасту 1 столовой ложкой мюсли и измельченными имбирем и финиками.
Посыпьте коричневым сахаром, по вкусу.
Для получения более плотного творога, Вы можете увеличить продолжительность процесса стекания по крайней мере в два раза.

10 минут 12-16 часов Время отстаивания: 12 часов

Твороженный десерт Petit-delice

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
750 мл цельного молока
100 г творога
1 столовая ложка сока лимона необработанного воском
60 мл взбитых сливок

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
1,5 л цельного молока
100 г творога
1 столовая ложка сока лимона необработанного воском
120 мл взбитых сливок

1. Смешайте молоко, свежую творожную пасту и лимонный сок до получения однородной массы. Получившуюся смесь разлейте в устройства для стекания, предусмотренные в стаканчиках.

2. Включите йогуртницу в сеть, выберете режим приготовления творога OK, а затем нажмите кнопку . Установите время приготовления при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

3. Время приготовления: от 12 до 16 часов.

4. После завершения процесса приготовления поверните устройства для стекания в стаканчиках на четверть оборота для того, чтобы запустить процесс стекания. Оставьте заготовки стекать в холодильнике в течение 4 часов. Не забывайте регулярно отделять сыворотку для того, чтобы ускорить процесс стекания.

5. Получившийся творог положите в плошку и смешайте со взбитыми сливками.

6. Разложите получившуюся смесь по заблаговременно вымытым стаканчикам, а затем поставьте их в холодильник. Если Вам нужна более плотная консистенция, то увеличьте Время отстаивания.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если Вы готовите завтрак для своих детей, то смешайте десерт petit delice с горстью медовых хлопьев и кусочками груши и яблока, нарезанных кубиками! После того, как десерт petit delice готов, Вы также можете добавить в него джем.

12 мин | 12-16 часов | Время отстаивания: 15 мин

Творожная паста Chive

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
750 мл цельного молока
100 г свежего творога
1 столовая ложка лимонного сока
½ пучка порезанного зеленого лука соль, перец

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
1,5 л цельного молока
100 г свежего творога
1 столовая ложка лимонного сока
½ пучка порезанного зеленого лука соль, перец

---

1. Подготовьте творог как показано на рис. 47

2. Порубите лук. Смешайте его с творогом и приправьте солью и перцем. Попробуйте и добавьте приправы, если это необходимо. Поместите творог в большую миску и равномерно распределите его в заблаговременно вымытых стаканчиках.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Этот творог великолепен в сочетании с зеленым луком, лимонным соком и креветками. Его можно подавать на тостах в качестве закуски.
Не заливайте воду на дно йогуртницы.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

10 минут 12-16 часов Время отстаивания: два раза по 30 минут

Сыр-крем
Crema de Queso

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
350 мл цельного молока
100 г свежего творога
1 столовая ложка сока лимона, необработанного воском
50 г сыра бри

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
750 мл цельного молока
100 г свежего творога
1 столовая ложка сока лимона, необработанного воском
100 г сыра бри

---

1. Расплавьте сыр бри, а затем смешайте его с молоком, лимоном и свежим сыром до получения однородной массы. Получившуюся смесь разлейте в устройства для стекания, предусмотренные в стаканчиках.

2. Включите йогуртницу в сеть, выберете режим приготовления творога OK, а затем нажмите кнопку 2. Установите время приготовления при помощи кнопок − +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

3. Время приготовления: от 12 до 16 часов.

4. После завершения процесса приготовления поверните устройства для стекания в стаканчиках на четверть оборота для того, чтобы запустить процесс стекания. Оставьте смесь стекать на 30 минут. Не забывайте регулярно отделять сыворотку для того, чтобы ускорить процесс стекания. Затем повторите эту процедуру еще раз в течение 30 минут.

5. После этого поместите смесь в холодильник.

Не заливайте воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Творожный крем crema de queso можно готовить с использование и других сыров, например, камамбера и горгонзолы!

10 минут

25 минут для модели с 6 СТАКАНЧИКАМИ,
40 минут для модели с 12 СТАКАНЧИКАМИ

Стаканчики с французским шоколадным кремом

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
250 мл цельного молока
80 г кондитерского шоколада с 66% содержанием какао
250 мл взбитых сливок
1 целое яйцо
1 яичный желток
70 г сахара

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
500 мл молока
170 г кондитерского шоколада с 66% содержанием какао
500 мл взбитых сливок
2 целых яйца
1 яичный желток
150 г сахара

---

1. Разломите шоколад на маленькие кусочки и поместите его в плошку. Нагрейте в кастрюле 200 мл сливок и затем залейте ими шоколад. Дайте смеси остыть в течение 2 минут, а затем перемешайте ее при помощи лопаточки.

2. В другой емкости смешайте яйца с яичным желтком и сахаром до тех пор, пока сахар полностью не растворится в яйцах. Небольшими порциями добавляйте в эту смесь расплавленный шоколад. После этого подмешайте в нее молоко и оставшиеся сливки. Разлейте получившуюся смесь по стаканчикам.

3. Залейте воду на дно йогуртницы до максимальной отметки.

4. Включите йогуртницу в сеть, выберите режим приготовления десерта, а затем нажмите кнопку OK. Установите время приготовления от 25 до 40 минут при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

5. Оставьте охлаждаться и замораживаться.

Не забудьте залить воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Вы можете заменить шоколад с 66% содержанием какао на 85 г шоколада с 55% содержанием какао и 85 г молочного шоколада. В этом случае Вы получите крем с более ярко выраженным молочным и шоколадным вкусом. Этот сладкий крем является отличной добавкой к сдобному печенью и печенью «дамские пальчики».

20 минут

35 минут для модели с 6 СТАКАНЧИКАМИ,
40 минут для модели с 12 СТАКАНЧИКАМИ

Крем-брюле

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

1 стручок ванили
70 г сахара
1 целое яйцо
2 яичных желтка
500 мл взбитых сливок
Коричневый сахар для карамелизации

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

1 стручок ванили
140 г сахара
3 целых яйца
3 яичных желтка
1 л взбитых сливок

---

1. При помощи лопаточки смешайте яйца, яичные желтки, сахар и ваниль. Затем добавьте взбитые сливки. После этого разлейте получившуюся смесь по стаканчикам.

2. Залейте воду на дно йогуртницы до максимальной отметки. Включите йогуртницу в сеть, выберите режим приготовления десерта, а затем нажмите кнопку OK. Установите время приготовления от 35 до 40 минут при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

3. Дайте полностью остыть. Перед подачей на стол, посыпьте крем-брюле коричневым сахаром и превратите его в карамель при помощи какого-либо портативного направленного нагревательного устройства или в гриле Вашей духовки.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Крем-брюле невероятно вкусный, когда его подают еще теплым!

Не забудьте залить воду на дно йогуртницы.

10 минут

25 минут для модели с 6 СТАКАНЧИКАМИ,
30 минут для модели с 12 СТАКАНЧИКАМИ

Миндальный крем

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

100 мл молока
60 г сахара
1 целое яйцо
350 мл взбитых сливок
2 яичных желтка
Цельный миндаль
5 одинаковых столовых ложек миндального порошка (без горки)

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

150 мл молока
120 г сахара
2 целых яйца
700 мл взбитых сливок
4 яичных желтка
Цельный миндаль
10 одинаковых столовых ложек миндального порошка (без горки)

---

1. Смешайте целые яйца, желтки и миндальный порошок, затем добавьте сахар. После этого добавьте молоко и сливки, а затем перемешайте все еще раз.

2. Разлейте получившуюся смесь по стаканчикам. После этого разрежьте цельный миндаль вдоль на две половинки и разложите его по стаканчикам.

3. Залейте воду на дно йогуртницы до максимальной отметки.

4. Включите йогуртницу в сеть, выберите режим приготовления десерта, а затем нажмите кнопку OK. Установите время приготовления от 25 до 30 минут при помощи кнопок − +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

5. Оставьте охлаждаться и замораживаться.

Не забудьте залить воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для приготовления кофейного крема используйте вместо миндального порошка 20 г растворимого кофе.

15 минут

25 минут для модели с 6 СТАКАНЧИКАМИ,
35 минут для модели с 12 СТАКАНЧИКАМИ

Заварной крем Natilla: натуральный, ванильный или с корицей

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
2 целых яйца
1 яичный желток
100 г сахара
500 мл взбитых сливок

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
4 целых яйца
2 яичных желтка
200 г сахара
1 л взбитых сливок

---

1. Смешайте яйца, яичные желтки и сахар. Добавьте сливки и продолжайте помешивать до получения однородной массы. Разлейте получившуюся смесь в стаканчики.

2. Залейте воду на дно йогуртницы до максимальной отметки. Включите йогуртницу в сеть, выберите режим приготовления десерта, а затем нажмите кнопку OK. Установите время приготовления от 25 до 35 минут при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

3. Оставьте охлаждаться и замораживаться.

Не забудьте залить воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Вы можете приготовить натуральный заварной крем natilla или же добавить 1 стручок ванили или щепотку корицы во время подготовки и перед приготовлением. Вы также можете добавить твердое, тонкое, круглое бисквитное печенье на дно горшочков перед приготовлениям.

15 минут

15 минут для модели с 6 СТАКАНЧИКАМИ,
15 минут для модели с 12 СТАКАНЧИКАМИ

Крем из манной крупы с изюмом

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ

70 г золотистого изюма
50 мл коричневого рома
0,5 л молока
60 г сахара
1 стручок ванили
70 г мелкой или средней манной
2 целых яйца
Жидкая карамель

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ

150 г золотистого изюма
100 мл коричневого рома
1 л молока
120 г сахара
1 стручок ванили
150 г мелкой или средней крупы манки
3 целых яйца
Жидкая карамель

1. Вымочите изюм в роме. Нагрейте в кастрюле на медленном огне молоко, сахар, ванильный стручок, очищенный и расщепленный вдоль. Добавьте манную крупу и в течение 10 минут непрерывно мешайте до тех пор, пока масса не загустеет.

2. Оставьте смесь охлаждаться и добавьте в нее слегка взбитые яйца и изюм, предварительно удалив из него излишки рома. Слегка побрызгайте жидкой карамелью в каждый из горшочков, а затем разлейте в них полученную манную смесь до уровня 2 см от края.

3. Залейте воду на дно йогуртницы до максимальной отметки. Включите йогуртницу в сеть, выберите режим приготовления десерта, а затем нажмите кнопку OK. Установите время приготовления на 15 минут при помощи кнопок −/+. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

Не забудьте залить воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Вы можете наслаждаться этим десертом как в холодном, так и в горячем виде!
Вместо ванили Вы также можете добавить корицу.

15 минут

25 минут для модели с 6 СТАКАНЧИКАМИ,
30 минут для модели с 12 СТАКАНЧИКАМИ

Шоколадный крем «по бабушкиному рецепту»

МОДЕЛЬ С 6 СТАКАНЧИКАМИ
120 г кондитерского шоколада с 52% содержанием какао
30 г сливочного масла
350 мл взбитых сливок
2 яичных желтка
30 г сахарной глазури
20 г горького какао-порошка

МОДЕЛЬ С 12 СТАКАНЧИКАМИ
245 г кондитерского шоколада с 52% содержанием какао
60 г сливочного масла
700 мл взбитых сливок
4 яичных желтка
60 г сахарной глазури
40 г горького какао-порошка

---

1. Порежьте масло на маленькие кусочки и дайте ему размякнуть в плошке при комнатной температуре. Затем размельчите шоколад и высыпьте его в плошку.

2. Разогрейте половину сливок. Вылейте их поверх шоколада, а затем добавьте масло. Подождите 2 минуты, а затем перемешайте эту смесь лопаточкой.

3. В другой емкости смешайте яичные желтки, сахар и какао. Затем смешайте эту смесь с шоколадной заготовкой, яичными желтками и остающимися взбитыми сливками. Разлейте полученную смесь по стаканчикам.

4. Залейте воду на дно йогуртницы до максимальной отметки. Включите йогуртницу в сеть, выберите режим приготовления десерта, а затем нажмите кнопку OK. Установите время приготовления на 30 минут при помощи кнопок – +. Подтвердите Ваш выбор нажатием кнопки OK.

5. Оставьте охлаждаться и замораживаться.

Не забудьте залить воду на дно йогуртницы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Добавьте несколько вишенок в сливки перед приготовлением, а затем, когда лакомство готово, посыпьте полученный десерт перед подачей на стол крошками миндального печенья. Эти изысканные ингредиенты еще больше подсластят этот насыщенный шоколадный десерт… Вы также можете уменьшить количество какао в два раза и добавить 1 или 2 столовые ложки растворимого кофе, который Вы можете растворить в подогретых сливках.

Зміст…

MULTI DELICES — надзвичайне задоволення **60/ 64**

ЙОГУРТ

Натуральний Йогурт **65**
Йогурт з Джемом **66**
Лимонный йогурт **67**
Полуничний маскарпонез йогуртом, приправлений базиліком **68**
Йогурт з подвійним шоколадом **69**

ДОМАШНІЙ СИР

Домашній сир **70**
Десерт з домашнього сиру «Петі-Деліс» **71**
Домашній сир Chive **72**
Вершковий сир **73**

ДЕСЕРТ

Шоколадний крем в стаканчиках **74**
Крем-брюле **75**
Мигдалевий крем **76**
Заварний крем Natilla: натуральний, ванільний або з корицею **77**
Манна крупа з родзинками **78**
Шоколадний крем «за бабусиним рецептом» **79**

Молоко + бактерії

Щоб приготувати йогурт, необхідне молоко (коров'яче, овече або козяче) і два види молочнокислих бактерій: термофільний стрептокок і болгарська паличка.

Під впливом бактерій молочний цукор (лактоза) перетворюється на молочну кислоту. Кислота спричиняє бродіння молока, перетворюючи його на йогурт, який легше засвоюється організмом. Потім йогурт охолоджують до температури 4 °C, щоб зупинити бродіння.

За вивчення цих молочнокислих бактерій російський науковець Ілля Мечников, який працював в інституті Пастера, отримав у 1908 році Нобелівську премію.

Йогурт — уся користь молока в маленькій скляночці

В одній скляночці йогурту вагою 140 г, приготовленого з цільного козячого молока в йогуртниці Multi Délices, міститься велика кількість корисних речовин.

РЕЧОВИНИ, НЕОБХІДНІ ДЛЯ НОРМАЛЬНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗМУ:
Вітаміни групи B
18% рекомендованої денної норми вітаміну B12
12% рекомендованої денної норми вітаміну B2

РЕЧОВИНИ, КОРИСНІ ДЛЯ КІСТОК І ЗУБІВ:
154 мг кальцію
19% рекомендованої денної норми
114 мг фосфору
12% рекомендованої денної норми

РЕЧОВИНИ, КОРИСНІ ДЛЯ М'ЯЗІВ:
4,3 г білка

ЧИ ЗНАЄТЕ ВИ, ЩО...

Молочні продукти, зокрема йогурт, є основним джерелом кальцію для людини. Цей мінерал необхідний для формування та підтримування в гарному стані кісток і зубів протягом усього нашого життя. У йогурті також міститься фосфор, який доповнює кальцій.

Щоб кальцій добре засвоювався, організму необхідна достатня кількість вітаміну D. Цей вітамін міститься в деяких видах збагаченого молока, у жирній рибі та яйцях, але основна його частина виробляється людським організмом самостійно під впливом сонця.

Жири тваринного походження, що містяться в молоці, також дуже корисні, тому що в них є всі необхідні амінокислоти, які наш організм не може виробити самостійно.
Йогурт чудово підходить тим людям, які нездатні перетравлювати лактозу, оскільки лактоза в ньому вже частково перетравлена молочнокислими бактеріями.

У йогурті містяться корисні бактерії, які називаються пробіотиками. Вони справляють позитивний ефект на мікрофлору кишечника та допомагають травленню. У кишечнику людини нараховується від 500 до 1000 видів бактерій, необхідних для нормального травлення їжі.

ЧОМУ СЛІД ГОТУВАТИ ЙОГУРТИ ТА ІНШІ МОЛОЧНІ ДЕСЕРТИ ВДОМА

Якісні та корисні інгредієнти
Коли ви готуєте йогурт вдома, ви можете використовувати якісні та корисні інгредієнти, необхідні для збалансованого харчування. Ваша їжа буде смачною та корисною!

Задоволення від процесу приготування
Готуючи йогурт вдома, ви отримаєте задоволення від того, що готуєте його власноруч. Можна запросити дітей і родичів взяти участь у приготуванні, пояснити їм всі тонкощі й хитрощі та разом весело та з користю провести час. Перетворіть приготування їжі на захопливу гру.

Можливості для кулінарної творчості
Використовуйте різні смаки та консистенції, експериментуйте з новими рецептами: можна приготувати звичайний йогурт або шоколадний крем, флан чи сир. Готуйте те, що вам подобається, або вигадуйте власні страви та вносьте зміни в рецепти відповідно до власного смаку.

Безліч смаків і задоволення
Йогурт звичайний і йогурт ванільний, йогурт із фруктами, з варенням і ягодами, з фруктовим пюре або навіть із травами... Щоразу — новий смак!

Турбота про навколишнє середовище
Готуючи йогурт вдома, ви допомагаєте скоротити виробництво непотрібної упаковки. А багаторазові скляночки для йогурту можна використовувати майже вічно.

І нарешті — заощадження!
Використовуючи власну йогуртницю, ви зможете заощадити, оскільки собівартість домашнього йогурту набагато менша за собівартість йогурту, придбаного в магазині.

ЩО ВАЖЛИВО ЗНАТИ, ЩОБ ГОТУВАТИ ВДОМА СМАЧНІ ЙОГУРТИ

Я хочу готувати йогурти вдома. З чого почати?

Наша йогуртниця дуже зручна та проста у використанні. Вона стане вашим ідеальним партнером у приготуванні йогурту. Однак вам доведеться спочатку приготувати кілька пробних порцій, перш ніж ви призвичаїтеся, знайдете оптимальний час приготування та виправите помилки, які можуть виникнути через те, що доведеться брати до уваги багато факторів: якість молока, особливості заквашування... Навчитися всьому можна лише на власному досвіді. Освоюйте роботу з йогуртницею поступово, почніть із простих рецептів.

Яке молоко краще вибрати, щоб приготувати смачний йогурт?

Найголовніше — це, звісно, вибір молока! Для гарного йогурту ми радимо коров'яче молоко. Можна взяти цільне пастеризоване молоко або молоко, стерилізоване за надвисокої температури. Якщо ви використовуєте непастеризоване молоко, його слід спочатку прокип'ятити, а потім остудити.

А яку закваску краще використовувати?

Можна використовувати сублімовану закваску в пакетиках. Вона продається у великих універсамах, магазинах біопродуктів і аптеках. Розведіть закваску та ретельно перемішайте.

Як закваску можна також використовувати натуральний йогурт із магазина. Виберіть гарний йогурт, смак якого вам подобається, і прослідкуйте, щоб до завершення терміну придатності залишалося якомога більше часу, — так буде надійніше за все. Прибічники домашньої їжі можуть використовувати йогурт власного приготування. Головне, щоб він був максимально свіжим і не містив добавок.

Як зробити так, щоб йогурти були більш густими?

Йогурти можуть виходити різними за консистенцією. Дотримуйтеся інструкцій і приготуйте кілька порцій із різними сполученнями: поміняйте молоко, закваску та час приготування. Так ви зможете визначити, який рецепт дає найкращий результат.

Пам'ятайте, що йогурти виходять густішими, якщо використовувати цільне або додавати сухе молоко, а також збільшити час приготування. Крім того, йогурти досягають оптимальної консистенції після того, як поставити їх на кілька годин у холодильник. Потерпіть ще трохи, і йогурти будуть ідеальними.

У мене виходять кислі йогурти. Як це виправити?

Йогурти бувають кислими, якщо заквашуються надто довго. Просто скоротіть час приготування.

Скільки часу зберігається йогурт домашнього приготування?

Готовий йогурт може зберігатися в холодильнику за температури від 0 до 6 °C протягом тижня.

СЕКРЕТИ Й ТОНКОЩІ

Де краще за все встановити йогуртницю?

Після вмикання йогуртницю не можна переміщати: це може порушити процес бродіння. Поставте її поодаль від можливих джерел вібрацій і не відкривайте кришку під час приготування.

Чи обов'язково класти йогурти в холодильник одразу після завершення роботи йогуртниці?

Бажано. Але ви можете поставити йогурти в холодильник і пізніше. Зовсім не обов'язково сидіти біля йогуртниці та чекати, коли вона завершить роботу.

Іноді під кришкою утворюється конденсат. Що робити?

Якщо після завершення роботи в йогуртниці утворилося багато конденсату, обережно підніміть кришку, не нахиляючи, і покладіть її в мийку. Таким чином краплі води не потраплять до йогурту.

Чи обов'язково щоразу заповнювати всі скляночки?

Ні. Якщо ви не бажаєте використовувати всі скляночки, закрийте невикористовувані місця кришечками від скляночок (для йогуртниці на 12 порцій) або поставте порожні скляночки (для йогуртниці на 6 порцій).

Коли класти цукор: до чи після?

Цукор можна покласти в йогурти водночас із закваскою (не більше 100 г на 1,5 літра продуктів).
Крім того, можна прямо перед споживанням додати в йогурт цукор (звичайний, тростинний або ванільний), мед або сироп.

Що ще важливо враховувати під час приготування йогуртів?

Щоб йогурти були густими та однорідними, усі використовувані продукти мають бути кімнатної температури.

Як приготувати йогурт із фруктами?

Через кислоту, що міститься у свіжих фруктах, йогурт може зсідатися. Тому краще використовувати варення або термічно оброблені фрукти.

Чи можна за один раз приготувати йогурти з різними смаками?

Так, можна використовувати скільки завгодно різних смаків, якщо для них потрібна одна програма та один час приготування.

2 хвилини 8 годин

Натуральний Йогурт

НА 6 ПОРЦІЙ
Йогурт з коров'ячого молока
750 мл незбираного молока
120 г звичайного йогурту без домішок (1 склянка)

НА 12 ПОРЦІЙ
Йогурт з коров'ячого молока
1,5 л незбираного молока
120 г простого йогурту звичайного йогурту без домішок

---

1. Змішайте йогурт та молоко вінчиком до однорідної маси та розлийте по склянках.

2. Включіть йогуртницю, натисніть OK для вибору йогурту. Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть Ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

3. Дайте йогурту охолонути, а потім помістіть у холодильник.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Якщо час приготування йогурту складає 8 годин, ви без проблем можете збільшити час приготування до 12 годин. Ви отримаєте трохи густіший йогурт… а в цей час Ви можете відпочити!
Ви також можете додати полуничного сиропу до кожної склянки перед тим, як Ви будете розливати суміш. Ви також можете додати або відмінити цукор за вашим смаком.

5 хвилин

8 годин

Йогурт з Джемом

НА 6 ПОРЦІЙ
600 мл незбираного молока
120 г звичайного йогурту без домішок (1 склянка)
6 столових ложок джему за Вашим смаком

НА 12 ПОРЦІЙ
1.2 л незбираного молока
120 г звичайного йогурту без домішок
12 столових ложок джему за Вашим смаком

---

1. Додайте 1 столову ложку джему на дно кожної склянки.

2. Змішайте йогурт та молоко вінчиком до однорідності та обережно розлийте по склянках.

3. Включіть йогуртницю, натисніть OK для вибору йогурту. Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

4. Дайте йогурту охолонути, а потім помістіть у холодильник.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Звісно, вибір варіантів необмежений, кожен з них більш вишуканий, ніж інші…: джем з пелюстків троянд, з інжиру, полуниці, апельсиновий мармелад та ін.
Для отримання більш однорідного та м'якого йогурту Ви можете додати збиті вершки замість тієї ж кількості молока.
Також є можливість змішати джем з молочною сумішшю до запуску програми.
Ви можете робити йогурт з коров'ячого або соєвого молока.

15 хвилин 8 годин

Лимонний йогурт

НА 6 ПОРЦІЙ
750 мл незбираного молока
120 г лимонного або звичайного йогурту (1 склянка)
Цедра з **2** лимонів, необроблених воском
1 столова ложка цукру
1 чайна ложка лимонного ароматизатору

НА 12 ПОРЦІЙ
1,5 л незбираного молока
120 г лимонного або звичайного йогурту
Цедра з **4** лимонів, необроблених воском
1 столова ложка цукру
1 чайна ложка лимонного ароматизатору

---

1. Візьміть каструлю, нагрійте лимонну цедру в 200 мл молока на слабкому вогні, а потім додайте цукор. Грійте, доки молоко не набуде жовтого кольору.

2. Дайте суміші охолонути та додайте її до решти молока, включаючи цедру. Розлийте та охолоджуйте якнайменше 2 години.

3. Процідіть молоко, змішайте з йогуртом та лимонним ароматизатором до однорідності, а потім розлийте обережно в склянки.

4. Включіть йогуртницю, натисніть OK для вибору йогурту. Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

5. Дайте йогурту охолонути, а потім помістіть у холодильник.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Обережно: Лимонний сік призводить до згортання молока. Саме цим обумовлюється необхідність довгого відстоювання суміші.
Поради для улюбленців цедри: збережіть декілька стрічок цедри та приготуйте їх з цукром та 1 столовою ложкою води, щоб вони закристалізувалися, та прикрасьте ними йогурт. Отримуйте задоволення, готуючи один рецепт з імбиром, ваніллю або Вашими улюбленими інгредієнтами!

15 хвилин 8 годин

Полуничний маскарпоне з йогуртом, приправлений базиліком

НА 6 ПОРЦІЙ
500 мл незбираного молока
120 г звичайного йогурту (1 склянка)
125 г сиру маскарпоне
150 г невеликих полуничок
1 маленька гілочка свіжого базиліку
3 столові ложки цукру

НА 12 ПОРЦІЙ
1 л незбираного молока
120 г звичайного йогурту (1 склянка)
250 г сиру маскарпоне
300 г невеликих полуничок
1 маленька гілочка свіжого базиліку
5 столових ложок цукру

---

1. Помийте, очистіть та розріжте навпіл полуницю. Протушкуйте її в каструлі на слабкому вогні з цукром та 1 столовою ложкою води, доки вона не стане м'якою, а потім посипте цукром. Дайте охолонути, а потім розкладіть полуницю на дно склянок.

2. Змішайте маскарпоне та мілко нарізані листочки базиліку в блендері до отримання зеленої суміші. Додайте молоко та йогурт, змішайте виделкою до однорідної маси. Обережно залийте полуницю сумішшю.

3. Включіть йогуртницю, натисніть OK для вибору йогурту. Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

4. Дайте йогурту охолонути, а потім помістіть у холодильник. Перед подачею на стіл прикрасьте йогурт рештою свіжої полуниці.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Ви можете також змішати в каструлі полуничний сік та суміш сиру маскарпоне та базиліка. Необхідно, щоб суміш була солодка, тому що фруктова кислота призводить до згортання молока.

15 хвилин 8 годин

Йогурт з подвійним шоколадом

НА 6 ПОРЦІЙ
400 мл незбираного молока
120 г звичайного йогурту (1 склянка)
4 столові ложки сиру маскарпоне
120 г готового чорного шоколаду
80 г готового білого шоколаду
2 столові ложки цукру

НА 12 ПОРЦІЙ
700 мл незбираного молока
120 г звичайного йогурту (1 склянка)
8 столові ложки сиру маскарпоне
250 г готового чорного шоколаду
150 г готового білого шоколаду
5 столових ложок цукру

---

1. Розтопіть чорний шоколад в каструлі та додайте цукор. Зніміть з вогню, додайте 5 столових ложок маскарпоне та розложіть на дно склянок.

2. Змішайте молоко з йогуртом виделкою до однорідності.

3. Розтопіть чорний шоколад в каструлі. Зніміть з вогню, додайте 3 столових ложок маскарпоне.

4. Додайте до суміші, що вийшла суміш молока з йогуртом, а потім розлийте обережно по склянках.

5. Включіть йогуртницю, натисніть OK для вибору йогурту. Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

6. Дайте йогурту охолонути, а потім помістіть у холодильник.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Оскільки білий шоколад достатньо жирний, зверху може з'явитися плівка. Для того, щоб прикрасити йогурт, натріть перед подачею залишки білого та чорного шоколаду.
Такі йогурти з подвійним шоколадом смачніші, якщо їх подавати при кімнатній температурі.

15 хвилин 16 годин Час стікання: 15 хвилин

Домашній сир

НА 6 ПОРЦІЙ
750 мл незбираного молока
100 г домашнього сиру
1 столова ложка соку лимону, необробленого воском

НА 12 ПОРЦІЙ
1.5 л незбираного молока
100 г домашнього сиру
1 столова ложка соку лимону, необробленого воском

---

1. Змішайте молоко, сир та лимонний сік вінчиком до однорідної маси. Налийте через пристрій для стікання, встановлений на склянках.

2. Включіть йогуртницю, оберіть домашній сир (fromage blanc) OK, потім натисніть . Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

3. Готуйте 12 – 16 годин**.**

4. По закінченню приготування прокрутіть пристрої для стікання в стаканчиках на чверть, щоб зафіксувати їх в позиції для стікання. Залиште для стікання на 15 хвилин, а потім видаліть сироватку.

5. Встановіть пристрої знову в нижчій позиції та охолоджуйте якнайменше протягом 4 годин.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Для більш яскравого сніданку поріжте 12 штук інжиру тонкими скибочками, видаліть кісточки з 12 фініків та поріжте їх маленькими шматочками. Перед подачею на стіл прикрасьте домашній сир 1 столовою ложкою мюслей, 1 рубленим інжиром та 1 фініком.
Додайте трохи коричневого цукру за своїм смаком.
Для отримання більш твердого домашнього сиру Ви можете залишити його для стікання якнайменше вдвічі довше.

10 хвилин 12-16 годин Час стікання: 12 годин

Десерт з домашнього сиру «Петі-Деліс»

НА 6 ПОРЦІЙ
750 мл незбираного молока
100 г домашнього сиру
1 столова ложка соку лимону, необробленого воском
60 мл збитих вершків

НА 12 ПОРЦІЙ
1.5 л незбираного молока
100 г домашнього сиру
1 столова ложка соку лимону, необробленого воском
12 мл збитих вершків

1. Змішайте молоко, сир та лимонний сік вінчиком до однорідної маси. Отриману суміш налийте через пристрій для стікання, встановлений на склянках.

2. Включіть йогуртницю, оберіть домашній сир (fromage blanc) OK, потім натисніть . Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

3. Готуйте 12 – 16 годин.

4. По закінченню приготування прокрутіть пристрої для стікання в склянках на чверть, щоб зафіксувати їх в позиції для стікання. Залиште для стікання на 4 години в холодильнику. Не забудьте постійно видаляти сироватку, щоб сир стік швидше.

5. Вийміть сир з формочки та змішайте зі збитими вершками.

6. Розкладіть по склянках, які попередньо були промиті та охолоджуйте. Якщо Ви хочете отримати більш тверду консистенцію, залиште сир для стікання на довший проміжок часу.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Для приготування дитячого сніданку змішайте “Петі-Деліс” з медовими злаками та нарізаною кубиками грушею та яблуком! Ви можете також змішати “Петі-Деліс” з джемом як тільки він буде готовий.

10 хв | 12-16 годин | Час стікання: 15 хв

Домашній сир Chive

НА 6 ПОРЦІЙ
750 мл незбираного молока
100 гр. свіжого домашнього сиру
1/2 пучка нарізаної зеленої цибулі
1 чайна ложка соку лимона
сіль, перець

НА 12 ПОРЦІЙ
1.5 л молока
100 гр. свіжого домашнього сиру
1/2 пучка нарізаної зеленої цибулі
1 чайна ложка соку лимона
сіль, перець

---

1. Приготуйте домашній сир як показано на стор. 69.

2. Подрібніть цибулю. Перемішайте її з домашнім сиром та приправте сіллю та перцем за смаком. Викладіть домашній сир у велику миску або розкладіть по стаканчикам.

3. Охолодіть.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Цей домашній сир незрівнянний з зеленою цибулею, невеликою кількістю соку лимона і креветками. Подавати на тостах як закуску.

10 хвилин 12-16 годин Час стікання: 30 хвилин, два рази

Вершковий сир

НА 6 ПОРЦІЙ
350 мл незбираного молока
100 г сиру
1 столова ложка соку лимону, необробленого воском
50 г сиру брі

НА 12 ПОРЦІЙ
750 мл незбираного молока
100 г сиру
1 столова ложка соку лимону, необробленого воском
100 г сиру брі

1. Розмягчіть сир брі, потім змішайте його з молоком, лимоном та сиром вінчиком до однорідної маси. Отриману суміш налийте через пристрій для стікання, встановлений на склянках.

2. Включіть йогуртницю, оберіть домашній сир (fromage blanc) OK, потім натисніть . Відрегулюйте час приготування за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

3. Готуйте 12 – 16 годин.

4. По закінченню приготування прокрутіть пристрої для стікання в склянках на чверть, щоб зафіксувати їх в позиції для стікання. Залиште для стікання на 30 хвилин. Не забудьте постійно видаляти сироватку, щоб сир стік швидше.

5. Потім охолоджуйте.

Не наповнюйте ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Ви можете зробити вершковий сир з іншого сиру, такого наприклад, як камамбер, горгонзола…!

20 хвилин

25 хвилин на 6 порцій
40 хвилин на 12 порцій

Шоколадний крем в стаканчиках

НА 6 ПОРЦІЙ
250 мл незбираного молока
80 г готового шоколаду 66%
250 мл збитих вершків
1 яйце
1 жовток
70 г цукру

НА 12 ПОРЦІЙ
500 мл молока
170 г готового шоколаду 66%
500 мл збитих вершків
2 яйця
1 жовток
150 г цукру

---

1. Розламайте шоколад на маленькі шматочки в миску. Підігрійте 200 мл вершків в каструлі та налийте на шоколад. Залиште на 2 хвилини до змішування суміші лопаткою.

2. В іншій ємності змішайте яйця, жовток та цукор, доки цукор повністю не розчиниться в яйцях. Змішайте повільно з розтопленим шоколадом, а потім додайте до молока та решти вершків. Розлийте по склянках.

3. Наповніть ємність йогуртниці водою до максимального рівня.

4. Включіть йогуртницю, оберіть десерти OK, потім натисніть . Відрегулюйте час приготування від 25 до 40 хвилин за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

5. Залиште на деякий час охолонути, а потім помістіть у холодильник.

Не забудьте наповнити ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Ви можете замінити шоколад 66% на 85 г шоколаду 55% та 85 г молочного шоколаду. Ви можете також приготувати більш молочний, вершково-шоколадний десерт. Цей десерт є відмінним додатком до бісквітного печива та печива «дамські пальчики».

20 хвилин

35 хвилин на 6 порцій
40 хвилин на 12 порцій

Крем-брюле

НА 6 ПОРЦІЙ
1 стручок ванілі
70 г цукру
1 яйце
2 жовтки
500 мл збитих вершків
Коричневий цукор для карамелізації

НА 12 ПОРЦІЙ
1 стручок ванілі
140 г цукру
3 яйця
3 жовтки
1 л збитих вершків

1. Змішайте яйця, жовтки, цукор та ваніль лопаткою. Додайте збиті вершки та перемішайте. Розлийте по склянках.

2. Наповніть ємність йогуртниці водою до максимального рівня.

3. Включіть йогуртницю, оберіть десерти OK, потім натисніть . Відрегулюйте час приготування від 35 до 40 хвилин за допомогою кнопок – +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

4. Дайте повністю охолонути. Перед подачею на стіл додайте трохи коричневого цукру та карамелізуйте під спеціальною лампою або під грилем вашої кухонної печі.

Не забудьте наповнити ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ
Крем-брюле неймовірно смачний, якщо його подати теплий!

10 хвилин

25 хвилин на 6 порцій
30 хвилин на 12 порцій

Мигдалевий крем

НА 6 ПОРЦІЙ

100 мл молока
60 г цукру
1 яйце
35 мл збитих вершків
2 жовтки
Мигдаль
5 столових ложок мигдалевого порошку без верху

НА 12 ПОРЦІЙ

150 мл молока
120 г цукру
2 яйця
70 мл збитих вершків
4 жовтки
Мигдаль
10 столових ложок мигдалевого порошку без верху

---

1. Змішайте яйця, жовтки та мигдалевий порошок, а потім додайте цукор. Додайте збиті вершки та знову перемішайте.

2. Розлийте по чашках, поріжте мигдаль вздовж на дві частини та додайте до склянок.

3. Наповніть ємність йогуртниці водою до максимального рівня. Включіть йогуртницю, оберіть десерти OK, потім натисніть . Відрегулюйте час приготування від 25 до 40 хвилин за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

4. Дайте повністю охолонути.

КОРИСНІ ПОРАДИ

Для приготування кавового крему використайте 20 г розчинної кави замість мигдалевого порошку.
Зображення: фото крему з фісташками

Не забудьте наповнити ємність водою

15 хвилин

25 хвилин на 6 порцій
35 хвилин на 12 порцій

Заварний крем Natilla: натуральний, ванільний або з корицею

НА 6 ПОРЦІЙ
2 яйця
1 жовток
100 г цукру
500 мл збитих вершків

НА 12 ПОРЦІЙ
4 яйця
2 жовтки
200 г цукру
1 л збитих вершків

1. Змішайте яйця, жовтки та цукор вінчиком. Додайте збиті вершки та перемішайте до однорідної маси. Розлийте суміш в склянки.

2. Наповніть ємність йогуртниці водою до максимального рівня. Включіть йогуртницю, оберіть десерти, потім натисніть OK. Відрегулюйте час приготування від 25 до 35 хвилин за допомогою кнопок – +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

3. Дайте повністю охолонути.

Не забудьте наповнити ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Ви можете приготувати натуральний заварний крем або додати 1 стручок ванілі, або кориці перед подачею Ви також можете додати галетне печиво «Марія» на дно чашки перед приготуванням.

15 хвилин

15 хвилин на 6 порцій
15 хвилин на 12 порцій

Манна крупа з родзинками

НА 6 ПОРЦІЙ

70 г золотистих родзинок
50 мл коричневого рому
0,5 л молока
60 г цукру
1 стручок ванілі
70 г мілкої або середньої манної крупи
2 яйця
Рідка карамель

НА 12 ПОРЦІЙ

150 г золотистих родзинок
100 мл коричневого рому
1 л молока
120 г цукру
1 стручок ванілі
150 г мілкої або середньої манної крупи
3 яйця
Рідка карамель

---

1. Замаринуйте родзинки в ромі. Нагрійте в каструлі молоко, цукор та ванільний стручок, розрізаний вздовж, та тримайте на слабкому вогні. Додайте манну крупу та варіть протягом 10 хвилин до загустіння, постійно помішуючи.

2. Дайте суміші охолонути та додайте трохи збитих яєць та сухих родзинок. Налийте трохи карамелі в кожну склянку, а потім розлийте манну крупу нижче за 2 см від краю.

3. Наповніть ємність йогуртниці водою до максимального рівня. Включіть йогуртницю, оберіть десерти, потім натисніть OK. Відрегулюйте час приготування від 25 до 35 хвилин за допомогою кнопок − +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

Не забудьте наповнити ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Насолоджуйтесь даним рецептом, як теплим, так і холодним!
Ви можете також додати корицю замість ванілі.

15 хвилин

25 хвилин на 6 порцій
30 хвилин на 12 порцій

Шоколадний крем «за бабусиним рецептом»

НА 6 ПОРЦІЙ
120 г готового шоколаду з 52% какао
30 г вершкового масла
350 мл збитих вершків
2 жовтки
30 г сахарної пудри
20 г гіркого какао-порошку

НА 12 ПОРЦІЙ
245 г готового шоколаду з 52% какао
60 г вершкового масла
70 мл збитих вершків
4 жовтки
60 г сахарної пудри
40 г гіркого какао-порошку

1. Поріжте масло на маленькі шматочки та залиште у мисці, давши йому розтанути при кімнатній температурі. Шоколад подрібніть на невеликі шматочки та помістіть у миску.

2. Підігрійте половину вершків. Полийте ними шоколад, а потім додайте масла. Залиште суміш на 2 хвилини, а далі розмішайте лопаткою.

3. В іншій ємності змішайте жовтки, цукор та какао. Змішайте отриману суміш з шоколадною сумішшю, а потім з рештою збитих вершків. Розлийте по склянках.

4. Наповніть ємність йогуртниці водою до максимального рівня. Включіть йогуртницю, оберіть десерти, потім натисніть OK. Відрегулюйте час приготування від 25 до 35 хвилин за допомогою кнопок – +. Підтвердіть ваш вибір, натиснувши кнопку OK.

5. Дайте охолонути, а потім помістіть у холодильник.

Не забудьте наповнити ємність водою

КОРИСНІ ПОРАДИ

Додайте до вершків декілька вишень амарена перед приготуванням, а потім покришені італійські мигдалеві бісквіти перед подачею на стіл. Такі ласощі стилю dolce vita підсолодять цей насичений шоколадний десерт.
Ви також можете зменшити кількість какао в половину та додати 1 – 2 столові ложки розчинної кави, яку Ви можете розчинити в розігрітих вершках.

Creación de recetas / Criação das receitas /
Создание рецептов / Автор рецептів: **Stéphanie Biteau**

Fotografías / Fotografias /
Фотографии / Фото: **Françoise Nicol y Atelier Démoulin**

Estilismo / Estilismo /
Дизайн / Дизайн: **Virginie Michelin**

© Copyright SEB