

РЕКЛАМА

# Kulinar TV

KOCHZEITSCHRIFT

№7 / 2020

Preis 4,90 €

ЖУРНАЛ ИЗДАЁТСЯ В ГЕРМАНИИ

PVST 77 911A Zeitschrift  
«Kulinar TV»



**Небанальный  
завтрак:**  
ТОМАТНЫЕ  
блины

**Горшочек вари:**  
мраморный хлеб  
в мультиварке

**Еда с огоньком:**  
авторские рецепты на гриле



# 20-летний юбилей ярмарки!

**Билеты:**

**25€** стоимость  
до 30.11.2020

**30€** стоимость  
с 1.12.2020

Два дня праздника и  
веселья! Ждём Вас  
с 10:00 до 24:00

BAD SALZUFLEN,  
Benzstraße 23



**Выставка:**

Более 250 фирм  
предлагают свои  
услуги и продукты  
на территории  
ярмарки

Место, где встречаются все!

**RUSSISCHER  
JAHRMARKT**

**22-23 мая**

★ **2021** ★

Следите за рекламой, вас ждут:

**СУПЕРЗВЕЗДЫ**  
Море позитива!  
Розыгрыш призов

Развлечения  
для детей и взрослых  
Шашлык, манты  
и прочие вкусности!



На сцене ярмарки вас ожидают **многие звезды!**

Заказ билетов  
по телефону:

**05731 - 245 15 73**

или на сайте ярмарки:  
**www.jarmarka.de**



Редактор журнала  
KulinarTV  
**КСЕНИЯ ЧАЙКИНА**

Так много хочется сказать, но начну с самого главного. Перед вами, дорогие читатели, ваше любимое кулинарное издание в совершенно новом формате. Журнал изменил свое название на Kulinar TV, обновил дизайн и стал еще более современным. Кроме того, мы поработали и над содержанием, уделив особое внимание главной теме номера. Часть пошаговых рецептов теперь имеет интерактивную версию: вы легко сможете перейти к видеоформату рецепта – достаточно отсканировать QR-код и включить видео на YouTube. Это очень удобно и полезно, особенно если вы готовите блюдо впервые. И, пожалуй, самое главное: мы запускаем свое кулинарное шоу на телеканале TVRUS. Вместе с ведущими и экспертами мы будем готовить в эфире лучшие блюда по рецептам журнала Kulinar TV. Следите за новостями шоу на наших официальных страничках в социальных сетях!

А в остальном мы остались верны своей главной концепции: наши блюда по-прежнему вдохновляют на кулинарное творчество, мы изобретаем завтраки, обеды и ужины, находим новое применение привычным продуктам и вспоминаем забытые рецепты. Мы верим, что делаем вашу жизнь вкуснее!

Новый Kulinar TV – это не только красивое и практичное издание, это журнал, создающий настроение, расширяющий гастрономические горизонты. Он, безусловно, будет интересен всем женщинам, и особенно тем, для которых кулинария – хобби и настоящая страсть!

В этом номере вы найдете множество интересных и простых блюд, которые, несомненно, придется по вкусу вашим родным и близким и помогут сделать ваш отдых на свежем воздухе поистине незабываемым.

Желаем радостных летних дней и удачных кулинарных экспериментов!

Журнал Kulinar TV в социальных сетях:

Facebook: [www.facebook.com/kulinar24](http://www.facebook.com/kulinar24)

YouTube: Kulinar TV Отсканируйте QR-код для быстрого перехода на наш официальный канал

Мы в Tik Tok: [@kulinartv](https://www.tiktok.com/@kulinartv)

Отправляйте письма с рецептами и вашими кулинарными экспериментами на электронный адрес [k.chaikina@bem-media.de](mailto:k.chaikina@bem-media.de)



Facebook



Youtube

- 6 Рецепты на гриле
- 16 На завтрак
- 22 Салаты
- 29 Закуски
- 37 Вторые блюда
- 50 EINGELADENER KOCH
- 52 Блюда в мультиварке
- 54 Несладкая выпечка

13



24





62

29



- 56 Сладкая выпечка
- 62 Десерты
- 68 Кулинарное путешествие



61



# Простая брускетта

**Ингредиенты:** 4-5 средних помидора ↗ 1 крупный зубчик чеснока ↗ 1 багет ↗ оливковое масло ↗ свежий базилик ↗ крупная морская соль ↗ черный молотый перец.

**1-3** Нарезать багет наискосок на ломтики и смазать оливковым маслом. Помидоры нарезать кружочками, чеснок разрезать пополам, не очищая.

**4.** Выложить кусочки багета на решетку гриля и обжаривать над углями средней температуры в течении нескольких минут до золотистого цвета и хрустящей корочки. Снять с огня и сразу же натереть чесноком.

**5.** Выложить на багет кружочки помидора и базилик, посолить и поперчить по вкусу.



5



1



2



3



4



Смотрите пошаговый видеорецепт

6

Kulinar TV



1



2



3



4



5



6



## ДЕСЕРТ S`MORES

**Ингредиенты:** 4 квадратных цельнозерновых крекера 6 маршмеллоу 4 кусочка шоколада.

*Сморы (англ. S'mores) – традиционный американский десерт, который обычно едят в детских лагерях по вечерам у костра. Состоит из кусочка шоколада и маршмеллоу, помещенных между двумя цельнозерновыми крекерами.*

**1-2.** Нанизать маршмеллоу на шпажки и обжаривать над углями или на мангале до тех пор, пока они не начнут темнеть и плавиться.

**3-6.** Выложить на крекер кусочек шоколада, затем маршмеллоу и накрыть вторым крекером. Сразу же подавать.

7

**Kulinar** TV

Смотрите пошаговый  
видеорецепт





# САЛАТ НИСУАЗ с лососем на гриле

**Ингредиенты:** ↗ 300–400 гр филе лосося с кожей ↗ 200 гр молодого картофеля ↗ 200 гр стручковой фасоли ↗ 5 ст.л. оливкового масла ↗ 1 ст.л. белого винного уксуса ↗ набор специй для маринования рыбы ↗ салатная зелень ↗ горсть помидоров черри ↗ 2 вареных яйца ↗ небольшая горсть оливок ↗ соль, черный молотый перец.

**1-2.** Промыть рыбу под проточной водой и промокнуть бумажным полотенцем. Смешать 1 ст.л. оливкового масла, соль, перец, по вкусу и 1 ст.л. приправы для маринования рыбы гриль. Распределить получившуюся смесь по всей поверхности филе и оставить мариноваться на 30 минут.

**3-4.** Хорошо промыть картофель, но не чистить. Срезать у стручковой фасоли хвостики. Помидоры разрезать пополам, яйца очистить, разрезать на четвертинки.

**5-6.** Отварить картофель в течение 15–18 минут, затем добавить стручковую фасоль и варить еще 3 минут. Слить воду и залить овощи холодной водой.

Разрезать картофель на четвертинки. Смешать с уксусом 4 ст.л. оливкового масла и добавить половину получившейся заправки к картофелю, аккуратно перемешать.

**7-8.** Выложить рыбу на решетку или в лоток и обжаривать над углями средней температуры на гриле или мангале в течение 15–17 минут до готовности, один раз перевернув в процессе готовности можно проверить, слегка надломив кусочек сбоку вилкой. Аккуратно отделить филе от кожи.

**9-10.** Добавить к картофелю салатную зелень, сверху выложить фасоль, помидоры, яйца, оливки и филе лосося. Сбрызнув оставшейся заправкой.



Смотрите пошаговый  
видеорецепт



# Салат из овощей-гриль С МОЦАРЕЛЛОЙ

**Ингредиенты:** 4 небольших помидора 2 небольших цукини 1 средний сладкий перец ½ луковицы красного лука 1 ст.л. оливкового масла 1 салатная зелень 1 лимонный сок 120 г моцареллы соль, черный молотый перец.

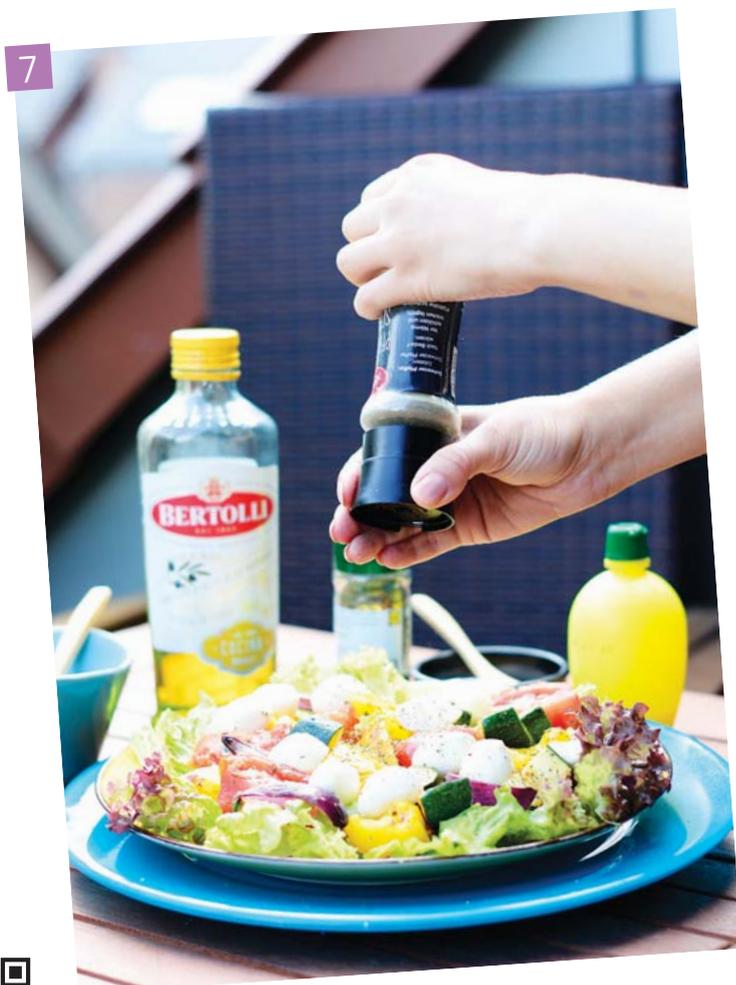
**1-3.** Разрезать помидоры и цукини вдоль пополам, перец разрезать на четыре части и удалить семена, лук нарезать крупными ломтиками. Сложить овощи в пакет для маринования, добавить 1 ст.л. оливкового масла и 2 ст.л. приправы для маринования овощей и грибов, плотно закрыть пакет и хорошо встряхнуть. Оставить мариноваться на 15-20 минут.

**4-5.** Выложить овощи на решетку или в лоток и обжаривать над угля-

ми средней температуры на гриле или мангале в течении 10-12 минут, изредка переворачивая. Дать готовым овощам немного остыть и крупно нарезать.

**6-7.** Соединить в миске салатную зелень, обжаренные овощи, при желании слегка сбрызнуть оливковым маслом и лимонным соком по вкусу.

Выложить сверху нарезанную моцареллу, посолить и поперчить по вкусу и подавать.



Смотрите пошаговый  
видеорецепт



## Запеченная форель со свежим салатом

**Ингредиенты:** 1 очищенная и выпотрошенная форель 1 набор специй для рыбы 1 древесная щепа для легкого копчения 1 оливковое масло для жарки 1 80 г молодого шпината 1 лимон 1 соль, черный молотый перец 1 горсть помидоров черри.

1. Натереть рыбу снаружи оливковым маслом для жарки, а затем щедро смазать снаружи и внутри приправой для рыбы. Нарезать лимон ломтиками и поместить несколько ломтиков внутрь рыбы.

Замочить небольшую горсть щепы на 30 минут. Разбросать влажную щепу на готовые угли.

Выложить рыбу на решетку-

гриль и обжаривать над углями средней (ближе к низкой) температуры на гриле или мангале по 6-8 минут на каждой стороне.

2-5 Заправить шпинат оливковым маслом и лимонным соком, посолить, поперчить. Разрезать помидоры на четвертинки и смешать со шпинатом. Аккуратно поместить салат внутрь готовой рыбы и подавать.



Смотрите пошаговый видеорецепт



1



2



3



4



5



## Классический бургер с говядиной

### Ингредиенты:

Для котлет:  $\blacktriangleleft$  500 г фарша из говядины  $\blacktriangleleft$  1 ч.л. чесночного порошка  
 $\blacktriangleleft$  ½ ч.л. соли  $\blacktriangleleft$  ½ ч.л. черного молотого перца  $\blacktriangleleft$  2 тонких ломтика ветчины  
 $\blacktriangleleft$  2 тонких ломтика полутвердого сыра

Для подачи:  $\blacktriangleleft$  2 булочки для гамбургеров  $\blacktriangleleft$  маринованные огурцы  
 $\blacktriangleleft$  маринованный острый перец  $\blacktriangleleft$  салатная зелень  $\blacktriangleleft$  свежий огурец  
 $\blacktriangleleft$  соус для гамбургеров (или смесь горчицы, кетчупа и майонеза).

1. Смешать фарш с чесночным порошком, солью и перцем. Сформировать котлеты одинакового диаметра толщиной около 1,5 см. Сделать большим пальцем углубление в центре каждой котлеты.

2-3. Выложить котлеты на решетку гриля и обжаривать над углями

средней температуры 14-18 минут, один раз перевернув в процессе. За 1 минуту до окончания приготовления выложить на котлеты по ломтику ветчины и сыра.

4-5. Разрезать булочки вдоль пополам и при желании слегка подсушить на гриле. Выложить на нижние половинки булочек котлеты, салатную зелень, маринованные и свежие огурцы и соус по вкусу, накрыть верхними половинками.



Смотрите пошаговый видеорецепт

# Пикник под ключ

Как известно, для пикника не нужен особый повод! Просто собирайте семью и друзей и устраивайте уютные посиделки на свежем воздухе. А чтобы еда была вкуснее, приготовьте ее с огоньком! Интернет-магазин Kaufbei.TV представляет линейку товаров для пикника: складные мангалы, настольные электрогрили, переносной гриль с мотором, коптильни для холодного и горячего копчения и многое другое.



## Настольный электрогриль на 6 шампуров

Настоящее ноу-хау в приготовлении ароматного, нежного, пикантного шашлыка в домашних условиях. Вращающийся механизм обеспечивает равномерное приготовление мяса со всех сторон. Вам больше не нужны дрова и уголь. Электрогриль не выделяет дым, поэтому все остается чистым. Единственное, что вы почувствуете – это аромат только что приготовленного сочного шашлыка. К тому же всего за 20 минут можно приготовить до 1 кг вкуснейшего мяса.



Nr. 772 ~~239.<sup>99</sup>~~

**228.99**  
euro



Nr. 169 ~~79.<sup>99</sup>~~

**49.99**  
euro

## Комплект Rambo 3.0 Grill-Set

(мангал, насадка, мотор, power Bank, сумка для насадки)

Мангал с автоматическим вращением шампуров Rambo – это компактное и простое в использовании устройство для приготовления во дворе или на природе шашлыков из мяса, рыбы, грибов, креветок, овощей или фруктов. Благодаря автоматическому вращению мясо не подгорает и равномерно прожаривается, поэтому всегда получается вкусным и сочным.

**В ПОДАРОК – 22 ШАМПУРА.**

Товары для кемпинга доступны в интернет-магазине Kaufbei.TV. Ознакомьтесь прямо сейчас с каталогом, потом сделайте заказ (зарегистрируйтесь) на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv) или позвоните по телефону **05731-245 15 63** и оформите заказ.

## Коптильня SMAK

(дымовая коптильня, генератор холодного дыма)

Хотите питаться вкусно, но при этом еще и полезно? Тогда переходите на домашние продукты! А поможет в этом коптильня SMAK – устройство для горячего и холодного копчения. Курочка, рыбка, ребрышки, балык, колбасы, сало – эти и другие продукты SMAK сможет приготовить на вашей кухне всего за 1 час.



**В ПОДАРОК – КНИГА «РЕЦЕПТЫ ГОРЯЧЕГО И ХОЛОДНОГО КОПЧЕНИЯ»**



## ВЫБОР РЕДАКЦИИ

## Что необходимо взять с тобой на природу?

### Русский самовар SMAK

Эта изюминка чаепития, несомненно, поможет собрать всю семью в уютном загородном доме за одним большим столом. Лучшее предложение от Kaufbei TV – угольный самовар на 5 литров, изготовленный из нержавеющей стали.

**СТИЛЬНЫЙ ЗАВАРНИК – СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО.**



### Пикник-корзина

на 6 персон с термоизоляцией

В корзине собрано все самое необходимое для вировки импровизированного стола на природе. Компактный и легкий чемоданчик, внутри которого находится большой теплоизоляционный отсек для охлажденных или согретых продуктов и напитков. наполните корзину угощениями и отдыхайте с комфортом!



### Пикник-рюкзак с термоизоляцией с термоизоляцией

Незаменимая вещь для автомобилистов и путешественников, рыбаков и не только. В сумке с изотермическим отделом находятся съемный держатель для бутылки, по 4 шт. ножей, вилок, ложек, пластиковых тарелок, акриловых бокалов, штопор, а также водонепроницаемое покрывало, солонка, перчатка.





Быстрый, красивый и вкусный завтрак, а при желании – ароматный десерт. Вкус банановых панкейков нежный и очень приятный. А с чашкой любимого кофе – это просто завтрак мечты! Основа рецепта – банановое пюре. Важно выбрать самый спелый мягкий банан, именно он задаст тон будущим панкейкам.



Время приготовления: 15 мин.  
Количество порций: 2



## БАНАНОВЫЕ ПАНКЕЙКИ

**Ингредиенты:** 1 крупный спелый банан 1 2 ст. л. кукурузной муки 1 3 ст. л. пшеничной муки 1 3 ст. л. сахара 1 1 куриное яйцо 1 1 ч. л. ванильного сахара 1 40-50 мл подсолнечного масла 1 Шоколад, фрукты – для подачи.

1. Банан очистить, размять в пюре при помощи вилки. Затем добавить куриное яйцо с сахаром и ванилью.

2. В яично-банановую смесь добавить два вида муки и разрыхлитель, хорошо перемешать.

3. Получится тесто средней густоты, не льющееся. Оставить его

на 5 минут, чтобы немного разошлась мука.

4. Разогреть масло в сковороде, ложкой выложить панкейки, жарить с двух сторон примерно по минуте. Украсить готовое блюдо растопленным шоколадом и кусочками банана.





1



2



3

Это безумно вкусные блины! Готовятся они на сметане и кипятке, поэтому получаются очень нежными и мягкими. Начинка – шоколад с клубникой: вкусное и соблазнительное сочетание, которое никого не оставит равнодушным. Если планируете покорить кого-то завтраком, смело готовьте по этому рецепту!



4



5



## БЛИНЫ НА СМЕТАНЕ С КЛУБНИКОЙ И ШОКОЛАДОМ

**Ингредиенты:** 1 куриное яйцо 50 г сахара 3 ст. л. сметаны 120 мл кипятка 100 г пшеничной муки 5 г ванильного сахара 30 мл подсолнечного масла 250 г свежей клубники 50 г черного шоколада 25 г сливочного масла Мята и шоколадный топинг – для подачи.

1. Взбить куриное яйцо с сахаром и ванилью. Добавить пшеничную муку, перемешать венчиком. Влить крутой кипяток и при этом интенсивно помешивать тесто венчиком, чтобы «заварилась» мука. Затем добавить сметану, продолжить взбивать тесто. В самом конце в готовую смесь влить подсолнечное масло и хорошо перемешать. Оставить тесто на 10 минут.

2. Разогреть сковороду, масло не добавлять. Вылить примерно 30 мл теста на сковороду диаметром 15–17 см. Вращая и наклоняя сковородку, сформировать круглый блинчик. Поджарить блины с двух

сторон на медленном огне. Жарить не дольше минуты каждую сторону.

3. Подготовить начинку. Для этого растопить черный шоколад вместе с маслом на водяной бане или в микроволновке. Хорошо перемешать. Клубнику вымыть и нарезать кусочками.

4. Каждый блинчик смазать шоколадной массой и добавить клубничные дольки.

5. Свернуть блинчики трубочками, разрезать их пополам, чтобы была видна начинка.

Перед подачей украсить блюдо шоколадным топингом и листьями свежей мяты.



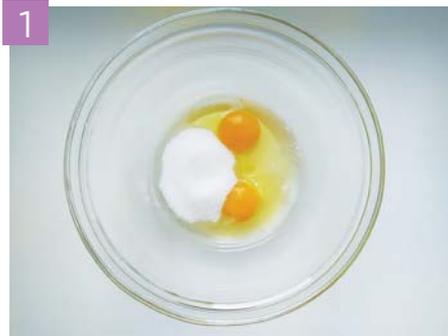
**Время приготовления: 35 мин.**  
**Количество порций: 2**



Время приготовления: 30 мин.  
Количество порций: 4

Быстрый вариант завтрака или полудника для детей и взрослых.  
В отличие от классического рецепта на кефире, этот – на сметане. Оладьи получаются нежные, пышные и разлетаются на ура.

1



2



3



4



## ОЛАДЬИ НА СМЕТАНЕ

**Ингредиенты:** ↖ 2 яйца ↖ 3 ст.л. сахара ↖ 200 г муки ↖ 200 мл сметаны (15-20% жирности) ↖ 1 ч.л. соды.

### Приготовление:

1-2. Взбиваем венчиком яйца с сахаром.

3. Добавляем сметану, перемешиваем и добавляем соду. Гасить уксусом не нужно.

4. Добавляем муку. Тесто должно

быть не жидким, гуще сметаны, и тянуться.

Жарим на среднем огне с двух сторон под крышкой.

Подавайте оладьи теплыми с добавлением фруктов, сметаны, меда или варенья.



# Овсяная каша с клубникой

**Ингредиенты:** ↗ 350 мл молока ↗ 50 мл воды ↗ 150-200 г овсяных хлопьев ↗ 15 г сливочного масла ↗ 1 ст. ложка меда (или по вкусу) ↗ 200 г свежей клубники ↗ Мята – для подачи.

**1.** Вскипятить молоко. При этом до того, как поставить молоко на огонь, необходимо влить в него воду, так оно не сбегит при кипении.

**2.** В кипящее молоко всыпать овсяные хлопья. Хорошо перемешать и оставить на медленном огне на 4-5 минут.

Постепенно каша загустеет. Густоту можно регулировать, добавляя молоко. Лучше, когда каша негустая.

**3.** Далее в готовую кашу добавить сливочное масло.

И когда она немного остынет, добавить мед (или сахар по желанию и вкусу).

Вымыть и нарезать кусочками клубнику, добавить ее в овсяную кашу перед подачей и украсить мятой.



Вкусная овсяная каша с клубникой, которая нравится взрослым и детям. Овсянка, сваренная на молоке, очень нежная. А с клубникой и сливочным маслом – это невероятно аппетитно и ярко! Сразу поднимается настроение, и кашу хочется съесть всю до последней ложки, а может, даже попросить добавки!





Бывает ли яичница сытной? Бывает, при условии, что она дополняется мясом и другими ингредиентами. Это простой рецепт, который обязательно пригодится, когда хочется сытно, вкусно и быстро позавтракать. Начинку, конечно, можно менять по своему вкусу.



## Сытная яичница на завтрак

**Ингредиенты:** 2 куриных яйца 50 г любого готового мяса (отварного, запеченного, жареного, копченого и т.д.) 50 г сладкого перца 20 г маслин без косточек 30 мл подсолнечного масла 20 г твердого сыра  
Соль, специи – на свой вкус Зелень – для подачи.

1. Выбить куриные яйца в миску, разболтать их вилкой, добавить соль и специи.

2. Подготовить начинку для яичницы. Для этого нарезать мясо, перец и маслины небольшими кусочками.

3. Разогреть в сковороде масло, вылить яичную смесь, аккуратно распределить ее в сковороде. И вилкой слегка «пробивать» ее для того, чтобы она равномерно обжаривалась.

4. Примерно через 2-3 минуты (на медленном огне) добавить подготовленную начинку.

Сверху посыпать ее натертым на мелкой терке твердым сыром.

5. И сложить яичный блин вдвое. Влить немного воды в сковороду (буквально 2-3 ст. ложки) и оставить блюдо под крышкой на сильном огне на минуту. Это даст возможность сыру расплавиться и яичнице дойти до полной готовности.



**Время приготовления: 15 мин.**  
**Количество порций: 1**



Время приготовления: 40 мин.  
Количество порций: 6

Вы готовили блины на томатном соке? Попробуйте, очень интересные блинчики получаются! Хороши томатные блины с начинками и без. Можно сделать их совсем не сладкими для мясных, рыбных или овощных начинок. Добавить в тесто чуть больше сахара – и блины готовы для сладкой начинки из творога. Что интересно, цвет томатных блинов получается приятный, нежно-кремовый.

# ТОМАТНЫЕ БЛИНЫ

**Ингредиенты:** 1 ст. томатного сока 1 ст. молока 1 ст. муки 2 яйца 2 ст. л. растительного масла 1/2 ч. л. соли (или по вкусу) 1 ст. л. сахара (или по вкусу).

1. Венчиком или блендером взбить яйца с солью и сахаром.

2. Добавить томатный сок, молоко, растительное масло и еще раз взбить.

3. Добавить просеянную муку и взбить.

4. Сковороду разогреть, и перед тем как жарить первый блин, дно сковороды смазать растительным маслом.

Вылить порцию теста на сковороду и распределить по всей поверхности. Готовить 2–3 минуты с одной стороны.

5. Затем блин перевернуть и жарить еще 1–2 минуты. Плиты у всех разные, время приготовления может отличаться.

6. Блины можно подавать сразу или завернуть в них любую начинку по своему вкусу.

Приятного аппетита!





**Время приготовления: 60 мин.**  
**Количество порций: 4**

Полезный салатик на каждый день. Вкус сладковатый и необычный. Станет отличным дополнением к ужину!



## САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ

**Ингредиенты:** 2 свеклы среднего размера 100 г майонеза 0,5 ст. очищенных грецких орехов 0,5 ст. чернослива 1 ст. л. изюма (по желанию)

1. Чернослив залить кипятком и оставить на полчаса. Затем нарезать небольшими кусочками. Грецкие орехи порубить ножом.

Если вы решили использовать изюм, то его надо замочить в кипятке на 10 мин., слить воду и обсушить.

2. Свеклу отварить до мягкости, 40–50 мин. Остудить, очистить и натереть на крупной терке.

3. Смешать свеклу, орехи, чернослив и изюм.

4. Заправить майонезом и перемешать.

5. Приятного аппетита!



Салат очень напоминает «шубу», но это ее легкая версия. В этом блюде нет нескольких овощных слоев, тут «шуба» состоит лишь из двух ингредиентов, которые смешиваются между собой. Все очень просто, сочно и вкусно!

## САЛАТ С СЕЛЕДКОЙ

**Ингредиенты:** 1 200 г филе сельди 1 200 г свеклы 1 100 г моркови  
1 3-4 ст. л. майонеза 1 5-6 оливок без косточки для декора 1 Соль – на свой вкус



**Время приготовления: 90 мин.**  
**Количество порций: 2**

1. Отварить до полной готовности морковь и свеклу (варить около 45-50 минут на среднем огне). Остудить овощи и очистить их. Убрать косточки из филе сельди.

2. Натереть на крупной терке свеклу и морковь, смешать их, слегка посолить, добавить майонез. Перемешать овощи с майонезом.

3. Филе сельди нарезать небольшими кусочками.

4. Сложить на дно салатника кусочки сельди, а сверху распре-



делить подготовленную овощную смесь.

5. Поравнять верх блюда тонким слоем майонеза, украсить половинками оливок без косточек. Перед подачей салат должен постоять в холодильнике как минимум 20 минут.

Легкий салат с курицей и свежими овощами – это вкусное блюдо, которое удобно брать с собой в плотно закрытой таре на работу или в дорогу в качестве перекуса. Рецепт приготовления прост, ингредиенты можно менять, ориентируясь на свой вкус. Попробуйте – это быстро, просто, вкусно и полезно!



## ЛЕГКИЙ САЛАТ С КУРИЦЕЙ «ВОЗЬМИ С СОБОЙ»



**Время приготовления: 30 мин.**  
**Количество порций: 3**

**Ингредиенты:** 1 куриное филе 1 Горсть рукколы 1 6 ст. л. консервированной кукурузы 1 5 ст. л. красной консервированной фасоли 1 1 сладкий перец 1 6 помидоров черри 1 50 г сыра фета 1 4 ст. л. оливкового масла 1 3 ст. л. лимонного сока 1 Соль, перец, травы по вкусу



1. Приготовить соус: смешать лимонный сок и оливковое масло, добавить по вкусу соль, перец и травы (базилик, орегано, прованские травы, тимьян).

2. Куриное филе натереть солью и специями, обжарить с двух сторон на гриль-сковороде до готовности.

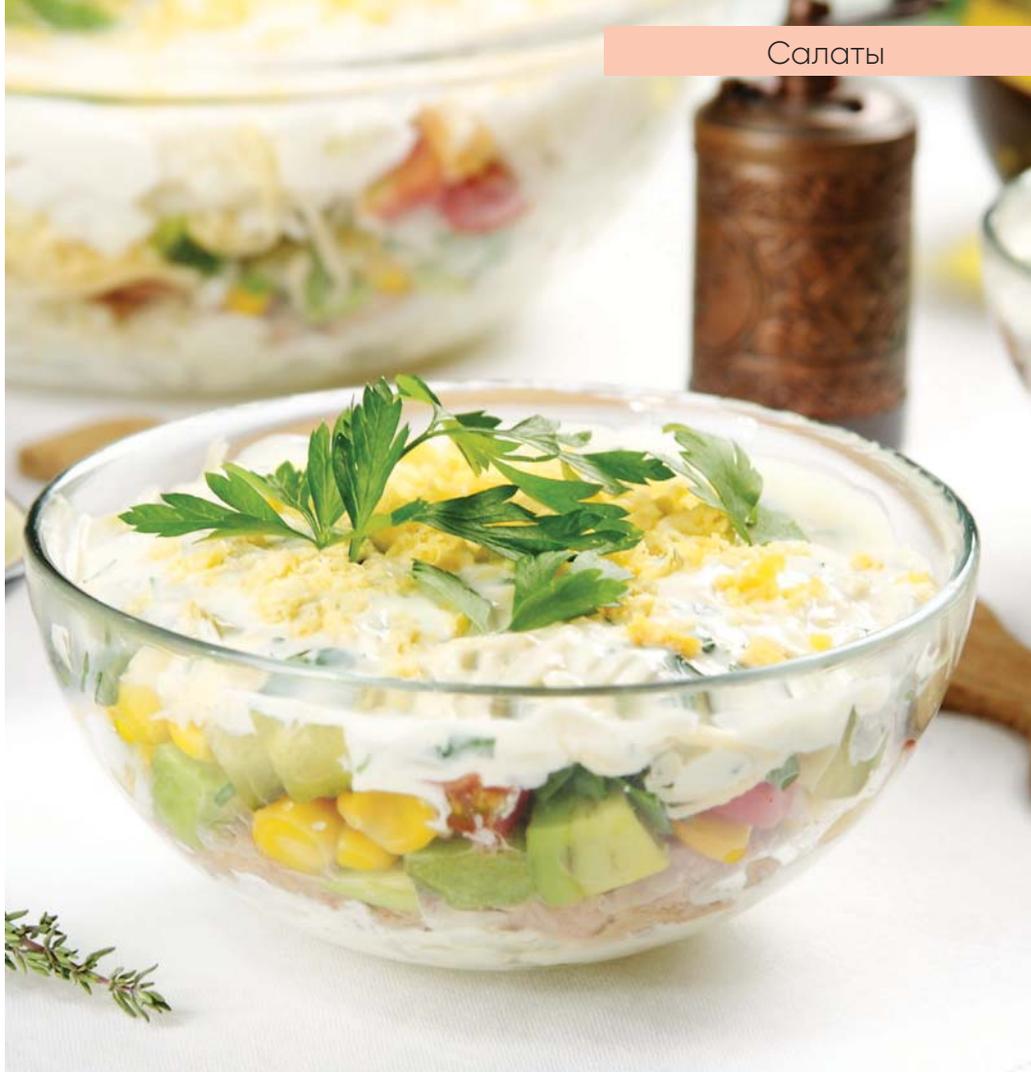
3. Сладкий перец нарезать небольшими кусочками, слить жидкость с фасоли и кукурузы, помидоры черри разрезать пополам. Сыр фета нарезать кубиками.

4. Подготовить две емкости, в которых вы возьмете салат. Все нарезанные ингредиенты сложить слоями в произвольном порядке. Сверху выложить немного рукколы и залить приготовленным соусом.

Такой салат удобно брать в качестве перекуса или на работу как дополнение к обеду. Приятного аппетита!



Богатый овощами (а значит, витаминами) салат с тунцом, который подается с насыщенным горчично-чесночным соусом (майонез для соуса, конечно же, домашний) – это отличный вариант на ужин или праздничный стол.



## СЛОЕННЫЙ САЛАТ С ТУНЦОМ И ПЕКИНСКОЙ КАПУСТОЙ

**Ингредиенты:** 1 200 г пекинской капусты 1 5 яиц 1 1 авокадо 1 150 г консервированной кукурузы 1 100 г помидоров черри 1 2 банки тунца в собственном соку (по 170 г) 1 1 пучок зеленого лука 1 1 луковица 1 4 соленых огурца 1 60 г твердого сыра 1 1 ч. л. сахара 1 Соль, перец по вкусу  
**Соус:** 1 5 ст. л. майонеза 1 3 ст. л. натурального йогурта 1 1 зубчик чеснока 1 1 ст. л. горчицы 1 Сок одного лимона 1 Пучок кинзы или петрушки



**Время приготовления: 30 мин.**

**Количество порций: 4**

1. Начнем с приготовления соуса: смешать майонез, натуральный йогурт и горчицу. Добавить продавленный через чеснокодавку чеснок и измельченный пучок кинзы или петрушки. Добавить лимонный сок (количество сока – по вашему вкусу). Перемешать.

2. Нашинковать капусту, слегка присыпать солью, сахаром и перцем и примять рукой, чтобы она стала мягче. Часть капусты выложить в салатницу нижним слоем и смазать соусом. Поверх капусты

выложить слой тунца.

3. Поверх тунца выложить слой мелко нарезанного авокадо, кукурузу и разрезанные пополам помидоры черри.

4. Затем выложить измельченный зеленый лук и мелко нарезанную луковицу, соленый огурец, нарезанный мелкими кубиками, тертый яичный белок и немного тертого сыра. Повторить слои еще раз или, если хватит ингредиентов, два.

5. Верх салата смазать соусом и посыпать тертым желтком. Украсить зеленью. Перед подачей охладить 1 час.

Приятного аппетита!

# САЛАТ

## С КРЕВЕТКАМИ И БРИ

**Ингредиенты:** ↗ 0,5 шт. авокадо  
 ↗ 100 г рукколы ↗ 50 г сыра бри  
 ↗ 150 г вареных креветок ↗ 1 ч. л.  
 лимонного сока ↗ 1 ст. л. оливково-  
 го масла ↗ 1 ч. л. бальзамического  
 уксуса ↗ Соль – по желанию



**Время приготовления:** 10 мин.  
**Количество порций:** 2

1. Авокадо вымыть, очистить от кожуры, мякоть нарезать продолговатыми кусочками. Вареные креветки и авокадо сбрызнуть лимонным соком.

2. Разложить вымытые листья рукколы на тарелке, затем добавить кусочки бри.

3. Затем разложить креветки и авокадо. По желанию посыпать солью.

4. Заправить салат маслом и бальзамиком. Подавать к столу сразу после приготовления.

*Салат с креветками и авокадо – это уже классика. А если добавить бри – он становится настоящим деликатесом. Авокадо, креветки и бри всегда есть в магазинах, поэтому можно смело включать такой салат в свое меню.*



# САЛАТ

## С ЧЕРРИ, КУРИЦЕЙ, МОЦАРЕЛЛОЙ И РУККОЛОЙ

Легкие и вкусные салаты с минимальным количеством ингредиентов любят все. И это не удивительно: всем нам хочется готовить аппетитные блюда, но при этом быстро и из простых продуктов.

**Ингредиенты:** ↗ 150 г запеченного куриного филе ↗ 100 г рукколы ↗ 50 г моцареллы ↗ 5-6 помидоров черри ↗ 2 ст. л. оливкового масла ↗ Бальзамический соус – по желанию ↗ Соль – на свой вкус



**Время приготовления: 90 мин.**  
**Количество порций: 2**

1. Черри вымыть, разрезать каждый пополам. Рукколу вымыть, разложить на бумажное полотенце, чтобы подсохла. Запеченное филе нарезать продолговатыми полосками.

2. Моцареллу нарезать небольшими кусочками. Можно также порвать ее руками либо использовать моцареллу-мини, которая очень красиво смотрится в салатах.

3. Смешать в салатнике помидоры, мясо и моцареллу, по вкусу посолить, заправить оливковым маслом. Затем добавить листья рукколы, аккуратно перемешать. По желанию добавить бальзамический соус.

Сразу подать салат к столу.



**Ингредиенты:** 12,5 кг капусты (с кочерыжкой) 13 зубчика чеснока 13-4 морковки  
**Маринад:** 1 литр воды 0,5-1 ст. сахара 1 ст. яблочного уксуса 1 ст. растительного масла 2 ст. л. соли (без горки)



**Время приготовления: 30 мин.**  
**+ сутки на мариновку**  
**Количество порций: 10**

1. Капусту нашинковать.
2. Морковь натереть на терке. Чеснок измельчить и добавить все к капусте.
3. Готовим маринад. Вскипятить воду, а когда закипит, добавить соль, сахар, уксус и растительное масло.
4. Горячим маринадом залить капусту. Накрыть крышкой и оставить на сутки промариноваться.
5. Через сутки маринованную капусту можно есть, она готова. Разложить по банкам и хранить в холодильнике.

Приятного аппетита!



Маринованная капуста будет готова уже через сутки, этим она и отличается от квашеной. Капуста получается вкусной, хрустящей. Пальчики оближешь!

## МАРИНОВАННАЯ КАПУСТА БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ



# ФОРШМАК

**Ингредиенты:** ↗ 200 г филе слабосоленой сельди ↗ 1 крупное зеленое яблоко ↗ 2 куриных яйца ↗ 100 г плавяного сыра ↗ Специи – по вкусу ↗ Хлебцы – для подачи.

Готовим форшмак! Его основа – это селедка, которая дополняется другими ингредиентами, и в итоге получается своеобразный паштет, который удобно подавать вместе с холодными закусками. Это вкусно и просто! Пожалуй, это один из самых универсальных и удобных рецептов форшмака. Пробуем?



**1.** Куриные яйца отварить вкрутую, остудить, очистить. Яблоко вымыть, из филе сельди убрать косточки.

**2.** В чашу блендера сложить нарезанное кусочками филе сельди, яйца, а также кусочки яблока. Взбить смесь до однородного состояния.

**3.** Форшмак по консистенции

напоминает плотный крем либо паштет. Все зависит от «сочности» ингредиентов. Готовый форшмак можно приправить по вкусу специями. Подавать либо в отдельной посуде с ложечкой для самостоятельного приготовления канапе, либо уже намазав его на хлебцы. Украсить тонкими ломтиками яблок и зеленью.





# Бутерброд с авокадо и яйцом

**Ингредиенты:** 1 куриное яйцо 1 длинный кусочек черного хлеба  
2 ст. л. крем-сыра 0,5 шт. авокадо 1 ст. л. кокосового масла 1 Соль, специи – на свой вкус 1 Руккола – для подачи.

Этот бутерброд идеально подходит на завтрак. Он сытный и вкусный, аппетитный и яркий. Такой завтрак заряжает не только энергией, но и настроением. Готовится быстро, поэтому даже если у вас много дел, уж минутку-то вы сможете выделить. Забота о себе – лучшее начало дня. Тот же завтрак, даже самый простой, – это настоящая забота, основа здоровья и красоты. Не ленитесь, готовьте для себя и близких!

1. Разогреть кокосовое масло в сковороде. Выбить куриное яйцо, приправить специями и солью. На медленном огне поджарить яйцо, не переворачивая. Можно не жарить яйца, а приготовить яйцо-пашот либо сделать нежный омлет.

2. Хлеб смазать крем-сыром без добавок, посыпать сухими травами.

3. Авокадо очистить, разрезать пополам, одну половину нарезать тонкими кусочками. Разложить авокадо сверху на крем-сыр.

4. И затем добавить подготовленное яйцо. Украсить листьями рукколы или другой зеленью. Подавать сразу к столу.



30

Kulinar TV



Время приготовления: 90 мин.  
Количество порций: 2

Простейшая закуска, но такая вкусная и гармоничная, что молниеносно улетает со стола! Начинка по вкусу напоминает суши – в ней красная рыба, огурец и крем-сыр. Важно выбрать хороший сливочный крем-сыр без добавок (например, «Филадельфия»), тогда закуска получится нежной и аппетитной. Готовится за несколько минут, но дарит море удовольствия! Может заменить завтрак или ужин, а также послужит прекрасным перекусом.



1



2



3



4

## Лаваш с рыбой, огурцом и крем-сыром

**Ингредиенты:** 1 лист тонкого лаваша 1 небольшой огурец 50 г филе красной рыбы 2 ст. л. крем-сыра без добавок Специи – по желанию Зелень – для подачи.

1. Огурец вымыть, нарезать тонкими небольшими кусочками. Филе слабосоленой красной рыбы (например, семги) без косточек тоже нарезать небольшими кусочками.

2. Тонкий лист лаваша разложить на доске, смазать его слоем крем-сыра, по желанию посыпать специями, сухими травами, немно-

го посолить.

3. Затем добавить начинку: огурец и рыбу.

4. Завернуть лаваш с начинкой в рулет, желательно заворачивать плотно, чтобы начинка не выпадала. Разрезать готовую закуску пополам, оформить листьями рукколы и подать к столу.

31



Время приготовления: 10 мин.  
Количество порций: 1

Простая, красивая и вкусная закуска, которая порадует гостей и не обременит вас приготовлением. Это настоящий праздник вкуса, ведь в этой, казалось бы, очень легкой закуске столько разнообразных вкусовых оттенков! Сочетание красной рыбы и граната оригинальное и яркое, как раз для праздничных закусок.



## Хлебцы с красной рыбой и гранатом

**Ингредиенты:** 4 воздушных хлебца (рисовых или пшеничных) 4 ст. л. сливочного крем-сыра 40 г филе лосося 2 ст. л. зерен граната ¼ ч. л. смеси молотых перцев или сухих трав 1 Листья салата – для подачи.



**Время приготовления:** 90 мин.  
**Количество порций:** 2

**1.** Смазать сливочным крем-сыром воздушные хлебцы (по желанию можно использовать поджаренный тостерный хлеб).

**2.** Очистить гранат, филе лосося нарезать на кусочки.

**3.** Разложить красную рыбу сверху на крем-сыр.

**4.** Затем добавить зерна граната. Разложить закуску на промытых листьях салата, посыпать сверху смесью сухих трав или специями.

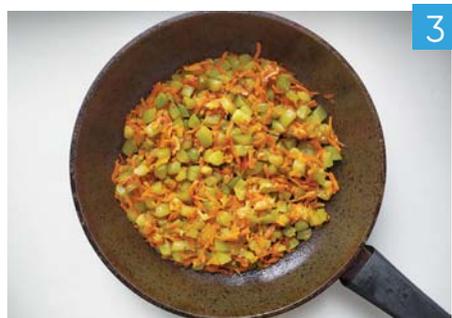




1



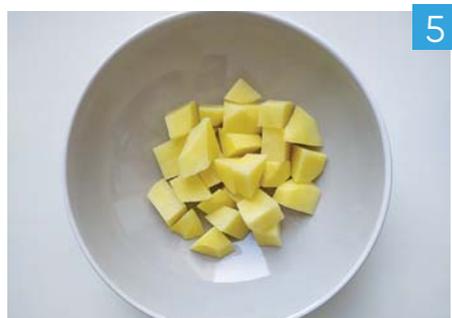
2



3



4



5



6



Необычное сочетание овощей и нежный сливочный вкус за счет плавленого сырка. Очень вкусный суп, который обязательно нужно приготовить в сезон кабачков. Подавайте горячим, добавив по вкусу черный молотый перец и зелень.

## Кабачковый суп с грибами

**Ингредиенты:** 1,5 л воды 1 большой кабачок 300 г шампиньонов 1 небольшая морковь 1 картофелина 1 плавленый сырок Соль по вкусу.

1. Кабачок очистить от кожуры и нарезать кубиками. Выложить на разогретую сковороду с подсолнечным маслом.

2-3. Морковь натереть на крупной терке и добавить в кабачки, когда они пустят сок. Обжарить до золотистого цвета, снять с огня.

4. Грибы очистить, нарезать слайсами шириной 0,5 см. Обжарить. Натереть сырок на мелкой

терке. Сложить все готовые ингредиенты в одну миску.

5. Закипятить воду, посолить и бросить нарезанный небольшими кубиками картофель. Варить 15 минут.

6. Добавить овощи с сырком в воду с картофелем. Варить еще 5 минут, выключить огонь и накрыть крышкой. Оставить настояться минут 10.



**Время приготовления: 50 мин.**  
**Количество порций: 5**

33



# СУП С КРЕВЕТКАМИ

**Ингредиенты:** 200 г картофеля 100 г мексиканской смеси с рисом 3 ст. л. крем-сыра 200 г креветок 1-1,5 л воды 20 мл подсолнечного масла Соль, специи, чеснок – на свой вкус Зелень – для подачи.

*Этот суп не только отличается изысканным вкусом, но и выглядит привлекательно. Все компоненты блюда гармонично сочетаются, поэтому и вкус получается таким богатым. Особую насыщенность и нежность супу придает крем-сыр.*

**1.** Очистить картофель, промыть и нарезать средними кусочками. Отправить в кастрюлю.

**2.** Туда же отправить мексиканскую смесь с рисом. Залить кипятком и поставить на средний огонь на 15 минут. Если хочется получить густой суп, тогда достаточно 1 л воды. Если любите более жидкий – влить 1,5 л воды.

**3.** Через 15 минут в суп добавить крем-сыр, интенсивно перемешать его ложкой, чтобы он практи-

чески растворился и «закрасил» суп.

**4.** Креветки очистить, поджарить в подсолнечном масле.

Жарить недолго, буквально 2 минуты, так как при длительном обжаривании креветки становятся очень жесткими.

**5.** Отправить подготовленные креветки в кастрюлю с супом.

Проварить суп с креветками еще 4-5 минут и добавить немного свежей зелени.



**Время приготовления: 25 мин.**  
**Количество порций: 2**

Крем-сыр сочетается с рыбой лучше, чем любые другие продукты, поэтому грех не воспользоваться этим лайфхаком и не сделать суп с хвостом лосося! Это действительно очень вкусно, к тому же предельно просто. Такой рецепт пригодится, когда хочется приготовить что-то изысканное, при этом не проведя сутки на кухне. Суп получается легким, приятным и выразительным по вкусу.



## Суп с хвостом лосося

**Ингредиенты:** 1 небольшой хвост лосося 1 250 г картофеля 1 100 г моркови 1 50 г репчатого лука 1 50 г крем-сыра 1 25 г свежей зелени 1 1 л воды 1 Соль, специи – на свой вкус.

1-3. Очистить картофель, морковь и лук. Вымыть овощи.

Затем нарезать морковь тонкими кружочками, картофель – средними кусочками, лук – на несколько частей. Сложить овощи в кастрюлю. Залить кипятком, поставить на средний огонь на 20 минут.

4. После чего опустить в ка-

стрюлю хвост лосося. Важно его предварительно почистить от чешуи и хорошо вымыть холодной водой. Продолжить варить суп еще 10 минут.

5. Затем добавить крем-сыр и измельченную свежую зелень, а также соль и специи на свой вкус. Оставить суп на медленном огне на 2 минуты. Все готово!

35



**Время приготовления: 35 мин.**  
**Количество порций: 4**



# СЫРНЫЙ СУП

**Ингредиенты:** 1 л воды 1 250 г картофеля 1 50 г моркови 1 150 г куриного филе 1 50 г лука 1 50 г мягкого плавленого сыра 1 2 ст. л. подсолнечного масла 1 Специи, соль – по вкусу 1 Зелень – для подачи.

1. Куриное филе нарезать небольшими кусочками, отправить в кастрюлю, добавить очищенный лук. Залить кипятком и поставить на средний огонь.

2. Очистить морковь, нарезать ее тонкими полукружочками. Поджарить морковь в разогретой сковороде с маслом. Жарить не больше 2 минут на среднем огне и отправить в кастрюлю.

3. Очистить картофель, вымыть его, нарезать средними кубиками

и отправить в суп. Посолить, приправить специями на свой вкус.

4. И через 15-20 минут, когда картофель и мясо в супе будут готовы, добавить плавленый сыр, нарезанный небольшими кусочками. Также можно использовать мягкие сыры-намазки, они хорошо растворяются в супах.

5. Проварить суп со всеми ингредиентами еще 5 минут на среднем огне. Добавить измельченный укроп или другую зелень. Готово!



**Время приготовления: 35 мин.**  
**Количество порций: 2**

У этого супа есть все шансы стать вашим любимым! Он очень вкусный, несмотря на простоту и состава, и приготовления. Сырный суп наваристый и приятно разнообразит привычное меню.





## ПАРМАНТЬЕ С ТУНЦОМ

**Ингредиенты:** ↗ 200 г кабачков ↗ 800 г картофеля ↗ 2 банки тунца в собственном соку (400 г) ↗ Соль, перец по вкусу ↗ 1/2 луковицы ↗ 3 ст. л. сметаны ↗ 2 ст. л. томатного пюре (или 3 помидора) ↗ 50 г твердого сыра



**Время приготовления: 60 мин.**

**Количество порций: 6**

**1.** Картофель и кабачки отварить в подсоленной воде. Размять в пюре, добавить сметану и размешать.

**2.** Лук порезать и поджарить на сковороде на растительном масле. Добавить к луку томатную пасту, тунца, накрыть сковороду крышкой и тушить на медленном огне 10 минут.

**3.** Смазать форму (лучше керамическую) маслом. Половину картофельно-кабачкового пюре выложить в форму и разровнять.

На слой из пюре выложить слой из тунца и разровнять.

**4.** Прикрыть слой из тунца слоем

пюре из картофеля и кабачков.

Посыпать тертым сыром.

**5.** Запекать в духовке при 200 градусах 10-15 минут, чтобы сыр расплавился и немного подрумянился.

**Приятного аппетита!**

Пармантье с тунцом – это картофельная запеканка. Для придания сочности в блюдо добавлен кабачок.





## КРАСНАЯ РЫБА С ЛУКОМ В СЛИВКАХ И ТВЕРДОМ СЫРЕ

**Ингредиенты:** 1 300 г филе красной рыбы (семга, лосось, форель)  
1 1 небольшая луковица 1 50 мл подсолнечного масла 1 100 мл жирных сливок  
1 50 г твердого сыра 1 1 небольшой пучок зелени 1 Соль, специи – по вкусу

Сразу следует отметить – блюдо очень вкусное! Оно идеально подходит для романтического ужина при свечах, для приема гостей и просто так, когда хочется порадовать семью. Его секрет – в максимальной простоте. Вкус блюда тонкий и изысканный, даже, в какой-то мере, праздничный.



**Время приготовления: 25 мин.**  
**Количество порций: 2**

1. Филе красной рыбы вымыть, нарезать средними кусочками (можно крупными), приправить специями и солью, перемешать.

2. Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами.

Затем поджарить его в подсолнечном масле до слегка золотистого цвета.

3. После чего в сковороду к луку отправить подготовленные кусоч-

ки красной рыбы.

4. Жарить рыбу с луком 3–4 минуты на среднем огне, периодически помешивая.

5. После чего влить сливки, сбавить огонь до минимального и тушить блюдо 5–6 минут.

6. В самом конце добавить натертый на терке твердый сыр, а также немного измельченной зелени. Подавать как самостоятельное блюдо или же вместе с гарниром (подойдут спагетти, рис, картофель, а также легкие овощные салаты).





# КРЫЛЫШКИ С ОВОЦАМИ В ДУХОВКЕ

**Ингредиенты:** 600 г куриных крылышек 1 сладкий красный перец  
4-6 крупных шампиньонов 5-6 помидоров черри 1 головка молодого чеснока 3 ст. л. подсолнечного масла 1 Соль, специи – на свой вкус

**1.** Хорошо вымыть куриные крылышки, обсушить бумажным полотенцем, натереть со всех сторон смесью соли и специй (перец, мускатный орех и т.д.). Можно также использовать для мариновки дижонскую горчицу, соевый соус и небольшое количество меда. Оставить крылышки на 20 минут.

**2.** Вымыть грибы, черри и перец, нарезать крупными кусочками.

**3.** Разложить на застеленный фольгой противень подготовленные крылышки, между ними распределить грибы, помидоры, перец и чеснок.

**4.** Сверху полить заготовку подсолнечным маслом.

Отправить крылышки в духовку (предварительно ее нужно хорошо прогреть), запекать при 250 градусах около 40 мин.

Если хочется вкусно поужинать, при этом не проводя полдня на кухне, выбирайте рецепты для духовки! Например, можно приготовить крылышки с овощами. Подготовительный процесс займет не много времени, а пока блюдо будет запекаться, можно отдохнуть или же приготовить напитки, салат и даже десерт. Все очень просто, доступно и главное – вкусно!



**Время приготовления: 65 мин.**  
**Количество порций: 2**

1



2



3



4





Не стоит пренебрегать блюдами, запеченными в духовке, так как это действительно удобно и быстро, просто и доступно. А еще это высвобождает время, которое можно использовать для приготовления других вкусностей! Поэтому берите на заметку этот рецепт запеченной свинины с грибами и чесноком. Обратите внимание, что чеснок используется молодой и запекается практически в целом виде!



**Время приготовления: 90 мин.**  
**Количество порций: 4**

1. Свинину вымыть под проточной водой, обсушить бумажными полотенцами, а также тщательно натереть солью и смесью специй со всех сторон. После чего убрать мясо пропитаться на 20-30 минут или по возможности даже на ночь.

2. Шампиньоны и чеснок вымыть, крупно нарезать. Если очень хочется, можно добавить сладкий перец, морковь или лук.

3. Замаринованное мясо переложить в рукав для запекания, отправить туда же подготовленные грибы и молодой чеснок, влить немного подсолнечного масла.

Завязать рукав, оставив место внутри для роста пакета в духовке. Запекать свинину с грибами и чесноком около 50-60 минут при 250 градусах. Подавать ее можно совершенно в любом виде – целым куском, нарезанным или порционно, с гарниром или без, горячей или холодной!

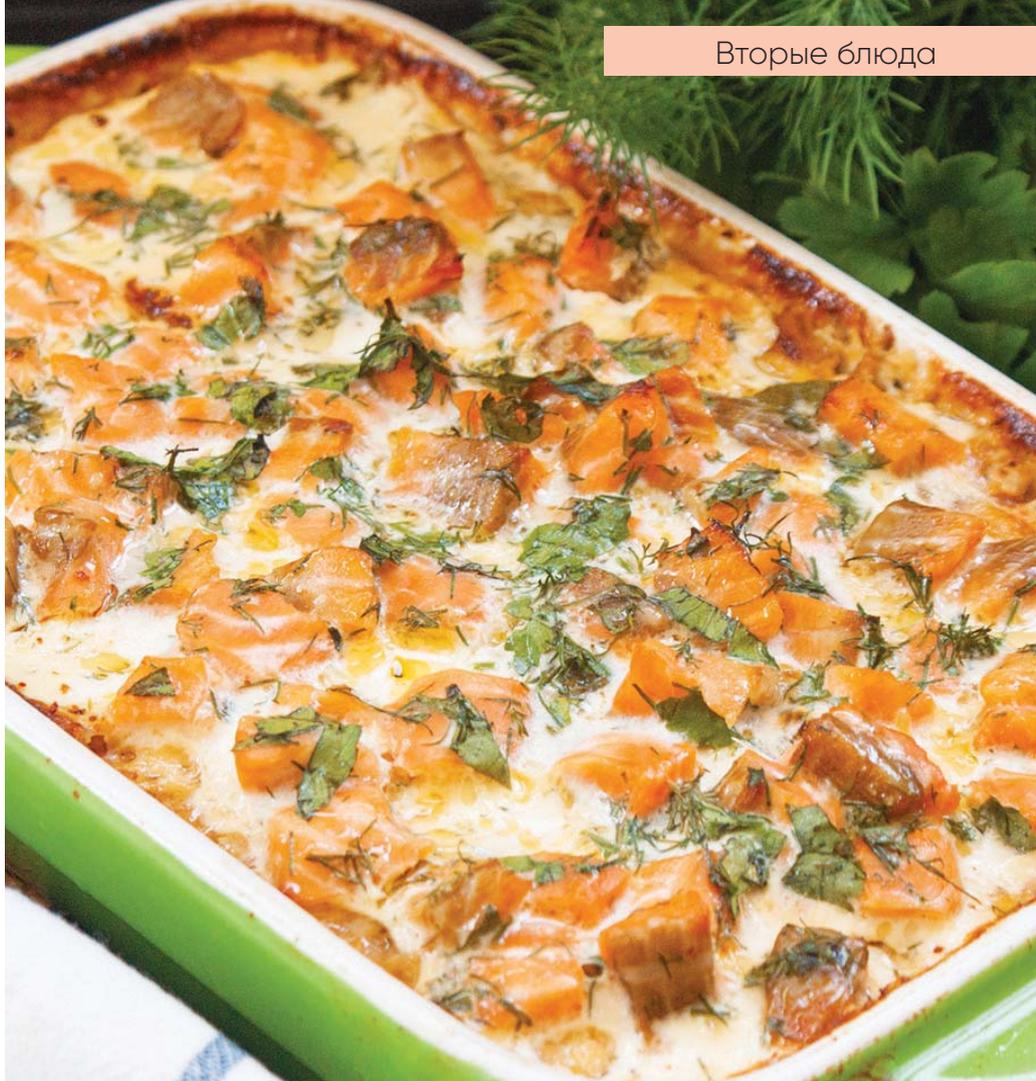
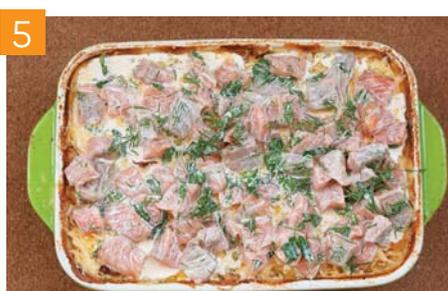
# СВИНИНА С ГРИБАМИ И ЧЕСНОКОМ

**Ингредиенты:** ⚡ 700 г свинины (ошейка или задней части, ореха)  
⚡ 2-3 головки молодого чеснока ⚡ 250 г шампиньонов ⚡ 1 ст. л. соли  
⚡ 2 ст. л. смеси различных специй (перец, кориандр, травы и т.д.)  
⚡ 1 ст. л. подсолнечного масла ⚡ Понадобится также рукав для запекания





Время приготовления: 120 мин.  
Количество порций: 6



## КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С СЕМГОЙ

**Ингредиенты:** ↗ 200 г филе семги (или другой красной рыбы) ↗ 1 кг картофеля ↗ 2 шт. репчатого лука ↗ 250 мл сливок ↗ 150 мл молока ↗ 2 ст. л. растительного масла ↗ 100 г твердого сыра ↗ Соль, перец, специи по вкусу ↗ Зелень

1. Лук нарезать полукольцами и обжарить на растительном масле до прозрачности. Картофель очистить и нарезать тонкими пластинами.

2. Форму для запекания смазать растительным маслом. Выложить слой нарезанного картофеля как черепицу, немного внахлест. На картофель выложить часть лука. Затем опять слой картофеля и слой лука.

Чередовать слои, каждый слой посыпать солью и специями.

3. Смешать 150 мл сливок и 150 мл молока. Залить сливочно-молочную смесь в форму с картофелем. Жидкость должна почти покрывать картофель. Запекать в заранее разогретой духовке 1 час. Если верхний слой начал сильно румя-

ниться, то накрыть форму фольгой.

4. Семгу нарезать на небольшие кусочки, залить ее оставшимися 100 мл сливок и добавить нарубленную зелень. Перемешать.

На готовый испеченный картофель насыпать тертый сыр.

**Совет:** проверьте картофель на готовность, если он еще не готов, поставьте его в духовку еще на некоторое время.

5. На сыр выложить кусочки семги и полить сливками с зеленью, в которых была рыба. Увеличить температуру духовки до 200 градусов и запекать 25–30 минут. Подавать картофельную запеканку с семгой теплой, пока сыр не остыл и не затвердел.

Перед подачей можно сбрызнуть лимонным соком.



**Время приготовления: 70 мин.**  
**Количество порций: 5**

**Ингредиенты:** 5 куриных филе, общий весом примерно в 1 кг

**Ингредиенты для маринада:** 5 ст. л. томатного соуса 6-7 ст. л. соевого соуса 1 ст. л. мёда

**Специи:** Соль по вкусу 1 Смесь перцев по вкусу 1/4 ст. л. кориандра молотого 3/4 ст. л. паприки 1/2 ст. л. карри

Этот рецепт куриного филе с медом – это: быстро, просто и очень вкусно. Мед придает мясу особую пикантность. Время приготовления в шапке рецепта указано без учета времени, необходимого на маринование куриного филе.

# КУРИНОЕ ФИЛЕ

В ТОМАТНО-СОЕВОМ МАРИНАДЕ С МЁДОМ



1. Подготовить все ингредиенты. Куриное филе нарезать на крупные кубики.

2. Выложить в форму для запекания нарезанное филе, добавить все ингредиенты для маринада, соль, специи и хорошенько перемешать. Оставить мариноваться при комнатной температуре часа на 2-3, а еще лучше – в холодильнике на ночь.

Спустя необходимое на маринование время форму для запекания накрыть фольгой и поместить в заранее разогретую до 180 градусов духовку примерно на 45-50 минут. Готовность можно проверить деревянной шпажкой или зубочисткой. Проткнуть мясо: если сок прозрачный – готово, если мутновато-розовый – запекать еще.

3. Когда куриное филе пропечется, снять верхний слой фольги и вернуть форму обратно в духовку, чтобы кусочки курицы подрумянились.

**Совет!** Если у вашей духовки есть режим конвекции, лучше воспользоваться им – так курица быстрее подрумянится.

4. Как только куриное филе приобретет красивый аппетитный вид, вынуть форму из духовки, дать мясу минут 5-10 постоять и можно подавать.



# КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ С СЫРОМ И ЗЕЛЕНЬЮ

**Ингредиенты:** 1 кг куриного фарша 1 большая луковица 1 Соль, перец по вкусу 150 г твердого сыра 2 зубчика чеснока 1 Зелень по вкусу 1 Растительное масло для жарки 1 Панировочные сухари

 **Время приготовления: 60 мин.**  
**Количество порций: 6**

1. В куриный фарш добавить измельченный лук, чеснок, соль, перец и перемешать.

2. Добавить натертый сыр и рубленую зелень.

3. Тщательно перемешать.

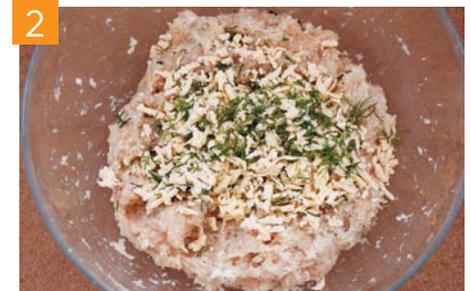
4. Сформировать небольшие котлетки и обвалять их в панировочных сухарях.

5. Обжарить котлеты на среднем огне с двух сторон до готовности.

6. Подавать котлеты с любым гарниром или овощами.

Приятного аппетита!

*В любой кухне мира есть котлеты или блюда, похожие на них – тефтели, фрикадельки. Конечно, ингредиенты в этих котлетах могут отличаться. Чего только ни добавляют: капусту, кабачки, грибы! У нас сегодня куриные котлетки с сыром и зеленью.*



# ПАСТА С КУРИЦЕЙ И БЕКОНОМ В СЛИВКАХ

**Ингредиенты:** ↗ 300 пасты из твердых сортов пшеницы ↗ 1,5 л воды  
 ↗ 200 г куриного филе ↗ 100 г бекона ↗ 20 мл подсолнечного масла  
 ↗ 50 мл сливок 33% жирности ↗ Специи, соль – на свой вкус

*Очень вкусная паста, напоминающая карбонару, но не совсем. Это сытно и крайне аппетитно, а все за счет того, что мясо с беконом хоть и недолго, но томится в жирных сливках. Именно поэтому блюдо имеет такой оригинальный вкус!*



**Время приготовления: 35 мин.**  
**Количество порций: 2**

1. Филе промыть, нарезать небольшими кусочками, приправить специями, посолить. Бекон нарезать полосками.

2. Разогреть в сковороде масло и поджарить в нем сначала кусочки филе. Жарить 2-3 минуты, помешивая, на среднем огне. Затем добавить полоски бекона и жарить еще 2 минуты, тоже помешивая.

3. После чего в сковороду влить жирные сливки. Оставить мясо с беконом в сливках на медленном огне на 2 минуты.

4. Предварительно отварить пасту в большом количестве подсоленной воды. Варить не более 7 минут (лучше ориентироваться на время, указанное на упаковке пасты).

Слить воду, пасту не промывать.

5. Отправить готовую пасту в сковороду, где уже готова вкусная смесь мяса с беконом в сливках. Перемешать, оставить на медленном огне на 2 минуты.

По желанию добавить немного пармезана.





Нежные, ароматные оладьи с добавлением манки понравятся всем. Они имеют легкий печеночный вкус и однородную структуру. Рекомендуем попробовать даже тем, кто не особо любит блюда из печени.

## ПЕЧЕНОЧНЫЕ ОЛАДЬИ

**Ингредиенты:** ↗ 600г куриной печени ↗ 2 репчатого лука среднего размера ↗ 1 морковь ↗ 2 яйца ↗ 0,5 ст манки



**Время приготовления:** 50 мин.  
**Количество порций:** 4

1



2



3



4



1. Одну луковицу порезать на полукольца, морковь натереть на крупной терке и обжарить вместе на сковороде.

2. Печень промыть, очистить. Вторую луковицу порезать дольками на четверти. Пропустить через мясорубку печень, сырой лук и зажарку. В печеночный фарш добавить яйца, манку, посолить, поперчить. Перемешать до однородности.

3. Оставить готовый фарш настояться 15 минут в холодильнике.

4. На разогретую сковороду влить подсолнечное масло, выложить оладьи ложкой, обжаривать около 2 минут с каждой стороны.

Это один из любимых летних напитков! Клубнику обожают практически все, поэтому и лимонад из нее всегда идет на ура. В этом рецепте напиток готовится на основе пюре, сладость добавляется за счет меда, а свежесть придадут листики мяты. Все очень просто, и вместе с тем так вкусно и ярко, что невозможно устоять!



## КЛУБНИЧНЫЙ ЛИМОНАД

**Ингредиенты:** 1 500 мл газированной воды 1 1 ст. л. меда 1 200 г свежей клубники 1 3 дольки лимона 1 2 веточки свежей мяты 1 Кубики льда для подачи



**Время приготовления:** 10 мин.  
**Количество порций:** 2

**1.** Мятую хорошо вымыть холодной водой. Отправить ее в графин и залить охлажденной газированной водой (можно несладкой).

**2.** Затем вымыть клубнику и перетереть ее в пюре. Мягкие ягоды легко перетираются вилкой. Затем смешать пюре с медом.

**3.** Отправить подготовленную

сладкую клубничную массу в графин с газировкой. Перемешать.

**4.** Добавить лимонные дольки, настоять 5 минут. И добавить кубики льда.

Клубничный лимонад готов! По желанию его можно процедить перед подачей и только потом добавить лед.



Готовим смузи-коктейль из мякоти фруктов и фруктового сиропа – без добавления молочки. Освежает, бодрит, можно делать вместо завтрака или на перекус. Это вкусно и полезно. Если рука потянулась к шоколадке – замените ее стаканом смузи, приготовленного по этому рецепту. Это полезнее и для организма, и для иммунитета, и для настроения!

## ФРУКТОВЫЙ СМУЗИ

**Ингредиенты:** 1 зеленое яблоко 1 небольшой грейпфрут 1 банан  
1 50 мл фруктового сиропа (например, из консервированных персиков или других фруктов)

**1.** Вымыть фрукты. Очистить грейпфрут от кожуры, а также по возможности убрать перегородки, оставив только мякоть.

**2.** Банан очистить, нарезать дольками. Яблоко можно не очищать, в его кожуре множество полезных микроэлементов. Но если кожура слишком твердая, ее нужно счи-

стить. Нарезать яблоко дольками, кочан убрать.

**3.** Подготовить фруктовый сироп.

**4.** Фрукты вместе с сиропом отправить в чашу блендера и хорошо взбить на максимальной скорости. Все готово! Смузи сразу подать к столу, не настаивать его и не хранить в холодильнике.



Время приготовления: 10 мин.  
Количество порций: 2





Этот мятный каркаде способен утолить жажду, придать силы, а также просто порадовать насыщенный освежающим вкусом и приятнейшим ароматом. Волшебный напиток, который понравится и домашним, и гостям. Он вкусный и красивый. Вишневый цвет чая и зеленые листики мяты смотрятся потрясающе.



**Время приготовления: 10 мин.**  
**Количество порций: 2**

1



2



3



4



## КАРКАДЕ СО ЛЬДОМ И МЯТОЙ

**Ингредиенты:** 4 ст. л. сухого каркаде 200 мл кипятка 200 мл охлажденной кипяченой воды 3 веточки свежей мяты 1 ст. льда

1. Залить каркаде стаканом кипятка, дать настояться под крышкой 10 минут. Сразу получится очень насыщенный напиток.

2. Перелить чай в графин. Конечно, его следует процедить через мелкое сито. Затем добавить охлажденную воду. На этом этапе цвет напитка поменяется, станет

менее насыщенным.

3. После чего в графин отправить веточки свежей мяты. Оставить на 10 минут, чтобы чай напитался мятным ароматом.

4. И после добавить кубики льда. Либо добавить лед непосредственно в стаканы с напитком при подаче.

## КОФЕ ДАЛЬГОНА

**Ингредиенты:** 1 2 ст. холодного молока 1 2 ст. л. растворимого кофе 1 2 ст. л. сахара 1 2 ст. л. теплой воды



**Время приготовления:** 10 мин.  
**Количество порций:** 2

1. Сначала смешать растворимый кофе и сахар.
2. Затем влить теплую воду и интенсивно перемешать смесь.
3. Хорошо растереть ее венчиком в плотную массу, без сахарных крупинок.
4. Чем дольше взбивать, тем гуще получится пена. Можно взбивать не только венчиком, но и миксером (получится воздушнее).
5. В стаканы разлить холодное (или даже ледяное) молоко, сверху аккуратно ложкой разложить кофейную пенку и сразу подать напиток к столу.

Это холодный напиток на основе кофе. Им можно утолять жажду в жаркий день, если использовать холодное или даже ледяное молоко. Сейчас это трендовый напиток, его любят не только за вкус, но и за привлекательность и «стиль». Сразу стоит отметить – получается сладко, даже слегка приторно. Поэтому он больше подходит для сладкоежек – либо придется растереть кофе с минимальным количеством сахара. А вы уже пробовали?

1



2



3



4



5





## Basmati-Linsen-Quinoa Mix mit gebratene Lachs

↗ 800 ml Gemüsebrühe ↗ 400 g Lachs ↗ 150 g Basmatireis ↗ 150 g Quinoa  
 ↗ 100 g gemischte Linsen (rot und gelb) ↗ 2 Zwiebeln ↗ 2 EL Olivenöl ↗ 1  
 Knoblauchzehe ↗ 1 EL Zitronensaft ↗ Paprika und grüne Erbsen zum garnieren  
 ↗ Salz, Pfeffer, Petersilie.

1. Reis und Quinoa in einem Sieb waschen, in die Brühe geben und 5 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Linsen ebenfalls im Sieb waschen, zum Reis geben und zusammen 10-15 Minuten köcheln lassen. Nach Bedarf Brühe nachgießen, jedoch sollte am Garende die gesamte Flüssigkeit aufgenommen worden sein.

2. Lachs in Würfel (etwa 2x2 cm) schneiden. Salzen, pfeffern und in 2 EL Olivenöl von allen Seiten insgesamt ca. 5 Min. braten

Inzwischen Zwiebeln schälen und fein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitze, Zwiebeln leicht goldbraun braten. Petersilie waschen und hacken, Beides zusammen mit Zitronensaft unter den Linsen-Reis-Quinoa mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Mit Gemüse nach Geschmack servieren.

Dieses Rezept ist für 6 Portionen ausgelegt. Der Kaloriengehalt einer Portion beträgt 360 kcal.





1



2



3



**TIPP:** Süß-saure Äpfel sind besser für diesen Kuchen.

## Äpfel-Rhabarber Kuchen mit Sternchen

**Teig:** ◀ 70 g kalte Butter ◀ 30 g Zucker ◀ 200 g Dinkelmehl ◀ 1/2 TL Salz  
 ◀ 1-2 EL kalte Wasser ◀ 1EL gemahlene Mandeln  
**Füllung:** ◀ 3EL Zucker ◀ 1TL Vanillezucker ◀ 3 Äpfel ◀ 150 g Rhabarber  
 ◀ 2 EL Zitronensaft.

**1.** Rhabarberstiele und Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden, mit Zitronensaft bestreuen.

**2.** Teig: Mehl, Zucker, Salz und Butter in einer Schüssel mit einer Gabel oder einem Messer hacken, bis die Masse krümelig ist, danach verkneten, 1-2 EL kalte Wasser gießen, wenn es nötig ist und kaltstellen.

**3.** Äpfel und Rhabarber in einer Pfanne bei kleiner Hitze mit Zucker 5 Minuten anbraten und auskühlen lassen.

Den Teig in die gefettete Backform drücken; dabei einen Rand hochzie-

hen und den Boden mit einer Gabel einstechen und mit gemahlener Mandel bestreuen. Äpfel und Rhabarber drauflegen. Dann die Sternchen aus dem Teig ausstechen und auf Äpfel und Rhabarber drauflegen. Teigsternchen mit Eigelb bepinseln.

Im Ofen bei 190 Grad 20-25 Minuten backen lassen, bis der Kuchen goldfarbig wird.

Dekorieren und servieren.

Dieses Rezept ist für acht Portionen ausgelegt. Der Kaloriengehalt einer Portion beträgt 285 kcal.





Такой хлеб – не только вкусный и сытный, но и очень красивый. Попробуйте приготовить его с помощью мультиварки.

# Хлеб «Мраморный» В МУЛЬТИВАРКЕ

**Ингредиенты:** Тесто:  $\blacktriangleleft$  400–450 г муки  $\blacktriangleleft$  10–11 г сухих дрожжей  $\blacktriangleleft$  1 ч. л. без горки соли  $\blacktriangleleft$  1 ч. л. с горкой сахара  $\blacktriangleleft$  1 ст. л. подсолнечного масла  $\blacktriangleleft$  250 г теплой воды  $\blacktriangleleft$  2–3 ст. л. куркумы  $\blacktriangleleft$  2–3 ст. л. сладкой паприки  
Начинка:  $\blacktriangleleft$  3 зубчика чеснока  $\blacktriangleleft$  40 г сыра  $\blacktriangleleft$  Зелень по вкусу.

1. Из воды, дрожжей, муки, соли, сахара и масла замесить тесто.

2. Разделить тесто на две части. В одну часть добавить куркуму и тщательно вымесить.

В другую часть добавить сладкую паприку и тщательно вымесить.

3. Для начинки натереть сыр, добавить измельченный чеснок, по желанию добавить зелень.

4. Раскатать тесто в полоски и выложить на них начинку. Защипнуть тесто.

5. Сформировать две колбаски с начинкой.

6. Переплести их между собой и закрутить в круг.

7. Чашу мультиварки смазать растительным маслом и выложить в нее тесто.

Оставить на 1 час на расстойку. Можно на 20 минут включить режим «Подогрев», чтобы расстаивалось в тепле.

8. Затем выпекать 60 минут в режиме «Выпечка».

Готовый хлеб извлечь с помощью поддона для варки на пару.

Накрыть полотенцем и дать остыть.





1



2



3



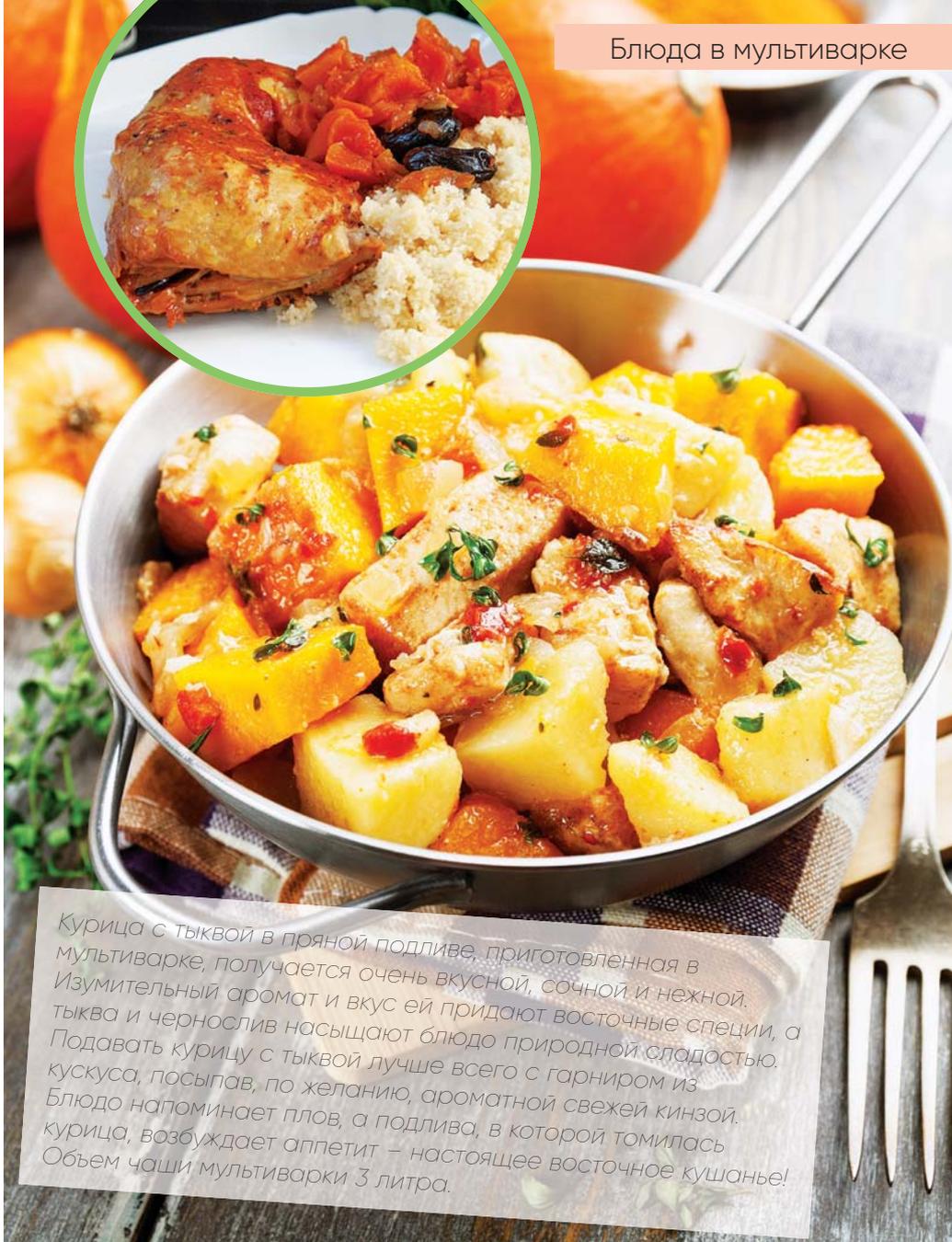
4



5



6



Курица с тыквой в пряной подливке, приготовленная в мультиварке, получается очень вкусной, сочной и нежной. Изумительный аромат и вкус ей придают восточные специи, а тыква и чернослив насыщают блюдо природной сладостью. Подавать курицу с тыквой лучше всего с гарниром из кускуса, посыпав, по желанию, ароматной свежей кинзой. Блюдо напоминает плов, а подлива, в которой томилась курица, возбуждает аппетит – настоящее восточное кушанье! Объем чаши мультиварки 3 литра.

## Курица с тыквой в мультиварке

**Ингредиенты:** 2 куриных окорочка 400 г тыквы 2 зубка чеснока 1,5 ст. куриного бульона (воды) 100 г чернослива 1 луковица 1 ст.л. томатной пасты Соль, перец по вкусу 0,5 ч.л. куркумы 0,5 ч.л. зиры 0,5 ч.л. кориандра Оливковое масло.

1. В чашу мультиварки налить немного оливкового масла. Тыкву очистить, нарезать на крупные кусочки и выложить в мультиварку.  
2. Лук очистить и мелко нарезать, чернослив тщательно вымыть. Добавить лук и чернослив к тыкве.  
3. Натереть куриные окорочка солью и перцем и положить поверх тыквы.

4. В миске смешать куриный бульон (воду), томатную пасту, зиру, кориандр, куркуму и 0,5 ч. л. соли.  
5. Вылить смесь на курицу и овощи.  
6. Закрывать крышку мультиварки и готовить в режиме «Выпечка»/«Тушение»/«Жарка» примерно 1-1,5 часа.  
7. Подавать с кускусом. Приятного аппетита!

53



Время приготовления: 90 мин.  
Количество порций: 2



Баница – вкусное блюдо болгарской кухни. Это несладкая выпечка, которая напоминает пирог или запеканку. В качестве начинки используют брынзу и творог. В данном случае – упрощенный рецепт, в котором в качестве основы – лаваш, а начинка – творог и твердый сыр. А нежную и нужную консистенцию «пирог» получает за счет заливки.



**Время приготовления: 60 мин.**  
**Количество порций: 3**



## ПО МОТИВАМ ВЫПЕЧКИ «БАНИЦА»

**Ингредиенты:** ↗ 2 листа тонкого лаваша ↗ 2 куриных яйца ↗ 100 г твердого сыра ↗ 100 г творога ↗ 100 г сметаны ↗ 10 г сливочного масла  
↗ Соль, специи – на свой вкус

1. Подготовить начинку. Смешать творог с натертым на крупной терке твердым сыром. Добавить соль, специи, куриное яйцо, а также 3 ст. ложки сметаны. Хорошо перемешать начинку.

2. Расстелить листы лаваша на доске, обильно смазать творожно-сырной начинкой. И свернуть листы лаваша в рулеты.

3. Рулеты разрезать каждый на три части. Плотно сложить нарезанные

лаваша в жаропрочную форму, смазанную сливочным маслом. И подготовить заливку. Для этого смешать сметану с куриным яйцом, солью и специями. Взбить смесь венчиком.

4. Заливкой полить лаваша в форме и отправить в хорошо прогретую духовку. Запекать баницу 45 минут при 220 градусах.

Подавать блюдо горячим, можно в форме и нарезав на кусочки прямо за столом.



1. Смешать в миске дрожжи с сахаром, растереть ложкой и влить теплую (не горячую) воду, всыпать 2 ст. ложки муки. Смесь хорошо перемешать ложкой и оставить в теплом месте (например, на кастрюле с горячей водой) на 10 минут. Получится опара-пенка, которая увеличится в размерах.
2. В эту пенку всыпать пшеничную



Эти пирожки готовятся на дрожжевом тесте. Да, на это понадобится время, но результат того стоит! Начинка – картофельное пюре. Можно использовать пюре, которое осталось после ужина или обеда, либо же специально отварить картофель для пирожков. Также этим рецептом можно воспользоваться с рядом других несладких начинок: творог, яйцо с зеленью, рис, печень, грибы, мясо и многое другое.

## ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ

**Ингредиенты:** 15 г прессованных дрожжей 1 ст. теплой воды 1 ч. л. соли 1 ст. л. сахара 2,5 ст. пшеничной муки 1 куриное яйцо 2 ст. л. подсолнечного масла 200–250 г картофельного пюре



**Время приготовления: 120 мин.**  
**Количество порций: 4**

муку, добавить соль и подсолнечное масло. Вначале замешивать тесто ложкой.

Добавить куриное яйцо и продолжить замес теста. Замешивать 5–7 минут вручную.

При необходимости подсыпая муку, замешать густое, мягкое и эластичное тесто.

3. Отправить его в теплое место, под полотенце, примерно на 30–40 минут, чтобы оно увеличилось в два раза.

4. Обмять тесто руками, разделить его на 8–10 одинаковых частей. Из

каждой части сформировать шарик и руками размять его в лепешку. На серединку разложить картофельное пюре (холодное) и плотно защипать края, формируя продолговатые пирожки.

5. На застеленном пергаментом противне разложить пирожки с картофелем.

Оставить в теплом месте на 10 минут. После чего отправить их в разогретую духовку. Запекать 25–30 минут при 200 градусах.

Готовые горячие пирожки смазать растопленным сливочным маслом. От этого они дольше останутся мягкими.



Время приготовления: 60 мин.  
Количество порций: 5

Ароматное миндальное печенье, практически не требующее муки. Основа выпечки – молотый миндаль.

# МИНДАЛЬНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

**Ингредиенты:** 300 г молотого миндаля 3 белка 150 г сахара 3 ст. л. муки 100 г черного шоколада 100 г сливочного сыра.

1. Приготовить все ингредиенты. Сливочный сыр подойдет любой.

2. Взбить белки с сахаром и щепоткой соли до крепкой устойчивой пены.

3. Постепенно добавив муку и молотый миндаль, осторожно перемешать.

4. При помощи кондитерского шприца или чайной ложки отсадить печенье на противень в виде холмиков одинакового диаметра

и выпекать его 15-20 минут в разогретой до 180 градусов духовке. Остудить на решетке.

5. Растопить шоколад в микроволновке или на водяной бане, смешать с сыром и остудить.

6. На одну печенку выложить чайную ложку начинки, прижать второй печенкой. Получается такой вкусный бутерброд. Миндальное печенье готово. Приятного аппетита!





Время приготовления: 60 мин.  
Количество порций: 6



## Печенье творожное «Розочки»

**Ингредиенты:** 1 200 г творога 1 200 г масла или маргарина 1 1 яйцо  
1 1 ст. сахара 1 1 ч. л. ванильного сахара 1 1,5-2 ст. муки 1 Сода гашеная  
(1 ч. л.) или разрыхлитель.

*Очень хорошее творожное тесто – пластичное, нежное. Оно легко принимает нужную форму, а выпечка из него получается очень мягкой и вкусной.*

1. Творог измельчить в блендере в пасту. Размягченное масло (или растопленное), сахар, творог, ванильный сахар, яйцо, муку с разрыхлителем смешать и вымесить.

2. Тесто должно быть не очень мягкое, а то розочки расплывутся, но и не крутое, а то печенье получится жестким.

3. Раскатать тесто (не очень тонко), стаканом нарезать кружки.

4. Взять по три кружка, наложить внахлест друг на друга, слегка

придавить в месте соединения.

5. И закрутить рулетиком не очень плотно.

6. Далее разорвать рулетик пополам. Место разрыва закрепить, макнув доньшки цветочков в муку. Получились два бутона. Края лепестков слегка отогнуть, формируя цветок, и окунуть в сахар (или присыпать сахаром).

7. Выложить печенье на противень (не очень плотно). Выпекать 25-30 минут при температуре 200 градусов.

8. Вот столько творожного печенья «Розочки» получилось. Приятного аппетита!



# Ореховый торт без муки



**Время приготовления: 90 мин.**  
**Количество порций: 6**

Ореховый торт без муки легкий в приготовлении и очень вкусный. Получается тортик среднего размера, но очень сытный. Объедение!

1. Продукты, которые нам понадобятся.

2. В измельченные орехи высыпать разрыхлитель для теста.

3. Отделить белки от желтков. Белки поставить в холодильник охлаждаться.

4. В миксере взбить желтки с сахаром. Должна получиться беловатая нежидкая масса.

5. Добавить туда мягкое масло, какао и хорошо растереть.

6. Взбить охлажденные белки со щепоткой соли.

7. Добавить в желтково-масляную массу сначала орехи, перемешать.

**Ингредиенты:** 1 300 г мягкого сливочного масла 1 150 г сахара 1 400 г молотых лесных орехов 1 6 яиц 1 6 ст. л. какао 1 1 пакетик разрыхлителя 1 500-800 мл сливок 30% 1 300 мл абрикосового варенья (или любого другого) 1 1 пакетик ванильного сахара 1 Коньяк (можно без него) для пропитки 1 Шоколадная стружка для посыпки.

Затем добавить взбитые белки, по ложке (где-то ложек семь), а потом все оставшееся.

8. Мешать в одном направлении, пока тесто не станет однородным.

9. Взять форму для выпечки с бортиками. Выстелить пергаментом, смазывать не надо. В тесте достаточно масла для еще десяти смазок! Выложить тесто, оно должно легко выкладываться ложкой. Если тесто густовато, добавить чуть молока. Если же жидковато – то еще орехов. Разровнять на листе, и в духовку.

10. Выпекать в разогретой духовке при температуре 180 градусов примерно 30 минут. Готовность проверять деревянной палочкой.

Полностью охладить.

11. Бисквит к дальнейшей работе готов. Пропитать его коньячком (если торт для детей, то не надо). И намазать толстым слоем варенья (0,5 см).

12. 2 ст. ложки варенья (желательно без ягодок, но если попались, то тоже ничего) смешать со сливками, добавить ванильный сахар и хорошенько взбить.

Аккуратно выложить сливки на середину коржа и разровнять к краям, должен получиться толстый слой крема. Так же поступить с бочками.

13. Обсыпать торт шоколадной стружкой. Дальше украшать по желанию: надписи, свечки, цветочки, ягодки.

Ореховый торт без муки готов!





Печенье «Полено» – такое, как раньше продавалось в советских школьных буфетах. Старшее поколение, наверное, помнит. Попробуйте, печь его несложно.

## ПЕЧЕНЬЕ «ПОЛЕНО»



Время приготовления: 60 мин.  
Количество порций: 6

**Ингредиенты:** 340 г пшеничной муки 3/4 ст. сахара 80 г сливочного масла (или размягченного маргарина) 2 яйца + 1 желток для смазывания печенья 3/4 ст. изюма 1/2 ч. л. негашеной соды 1 пакетик ванильного сахара 1 ст. л. коньяка 2 ст. л. сметаны в тесто + 1 ч. л. для смазывания перед выпечкой.

1. Размягченное масло (или маргарин) растереть с сахаром и ванильным сахаром.

2. По одному добавить 2 яйца, 2 ст. л. сметаны, 1 ст. л. коньяка, изюм.

3. Добавить просеянную муку с содой и замесить тесто.

4. Получается мягкое тесто, слегка липнущее к рукам. Дать ему постоять 5 мин. перед разделкой.

5. Из теста сформировать по-

леница. Толщина теста не менее 1,5 см – если брать тоньше, будет пересушенным. Можно раскатывать колбаску и нарезать ее на порции. Поленца выложить на противень с пекарской бумагой.

Взбить 1 желток с 1 ч. л. сметаны и смазать печенье.

Печь в духовке при температуре 170–180 градусов. Через 25–30 мин. печенье готово.



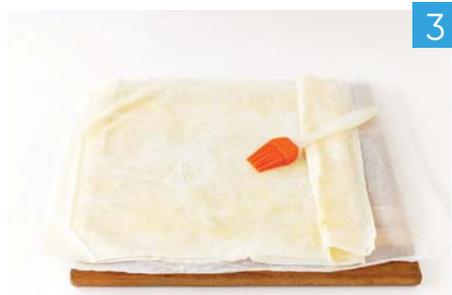
60



1



2



3



4



5



6



## Штрудель из теста фило

### Ингредиенты:

3 листа готового теста фило ◀ 2 крупных яблока ◀ 100 г изюма ◀ 50 г сахарной пудры ◀ 100-150 г сливочного масла ◀ 50 мл воды.

Штрудель – это всегда вкусно, а на тесте фило он фантастически вкусный, воздушный и хрустящий! Для удобства можно воспользоваться готовым покупным фило. Что оно собой представляет? Это очень тонкое вытяжное тесто, не толще листа бумаги. Его используют как основу для множества блюд (среди которых пироги, пирожки, штрудели, наполеоны, лазаньи, пахлава и многое другое). Приготовить его в домашних условиях достаточно сложно, поэтому есть разумная альтернатива – готовое замороженное тесто. Важно помнить, что в размороженном состоянии оно хрупкое и нежное.

**1-2.** Подготовить начинку. Для этого очистить яблоки, нарезать их небольшими кубиками. В сковороде разогреть сливочное масло (50 г), отправить туда яблоки, а также вымытый изюм и сахарную пудру. На медленном огне протушить начинку 3-4 минуты, постоянно помешивая.

Затем влить воду и продолжить тушение еще около 5 минут на медленном огне. Охладить начинку.

**3-5.** Тесто фило разморозить полностью, не спешить, так как листы хрупкие и при неполном размораживании попросту поломаются. Растопить сливочное масло.

Первый лист фило разложить на пергамент. Смазать тесто растопленным маслом, накрыть вторым листом, его тоже смазать маслом. И накрыть третьим листом и тоже смазать маслом.

Затем разложить остывшую начинку на один край листа.

Подвернуть края внутрь сверху, снизу и со стороны начинки.

И завернуть не особо плотный рулет.

**6.** Его тоже смазать растопленным маслом. Отправить штрудель с яблоками в хорошо прогретую духовку. Запекать при 200 градусах около 30 минут. Верхний слой штруделя получится очень хрустящим, средние слои – более влажные и «сочные». Готовую выпечку посыпать сахарной пудрой.



Время приготовления: 60 мин.  
Количество порций: 3

61



Чего вам больше всего хочется в жару? Многие ответят – мороженого. Не удивительно, ведь этот десерт буквально спасает летом. А если приготовить вкуснейшее лакомство на основе мороженого? Оказывается, оно отлично «звучит» с бисквитом и свежими фруктами. Это великолепное сочетание вкусов и текстур. Такой десерт можно даже подать гостям вместо праздничного торта!



**Время приготовления: 10 мин.**  
**Количество порций: 2**



## ДЕСЕРТ ИЗ МОРОЖЕНОГО С КЛУБНИКОЙ

**Ингредиенты:** ↗ 150-200 г шоколадного бисквита ↗ 200 г свежей клубники ↗ 200 г клубничного мороженого ↗ Мята – для подачи

**1.** Шоколадный бисквит нарезать небольшими кусочками. Важно, чтобы он был свежим и воздушным.

**2.** Достать мороженое и оставить его на 10 минут, чтобы оно немного подтаяло. Клубнику вымыть, нарезать небольшими кусочками.

**3.** Разложить в креманки сначала кусочки бисквита, затем сверху – мороженое.

**4.** И завершающий слой – клубника и немного свежей мяты.

Все предельно просто, но очень вкусно!

Делаем очень простой и вкусный десерт – вишнево-банановое желе! Быстрота и легкость его приготовления подкупает, поэтому его можно делать хоть каждый день, меняя вкус под настроение и добавляя кусочки фруктов или ягод. Для красоты первый слой желе застывает под наклоном. Готовится оно на основе двух соков.



**Время приготовления: 120 мин.**  
**Количество порций: 2**



## ВИШНЕВО-БАНАНОВОЕ ЖЕЛЕ

**Ингредиенты:** 1 ст. вишневого сока 1 ст. бананового сока  
2 ст. л. желатина 2 высоких стакана (или прозрачные креманки)

1. Подогреть банановый сок, но не кипятить его, добавить ложку желатина и хорошо растворить.

2. Затем разлить банановое желе в стаканы (или креманки). После чего расположить стаканы под углом,

чтобы желе застыло в таком положении. Отправить в холодильник.

3. Тем временем в холодный вишневый сок добавить ложку желатина, хорошо перемешать, оставить набухать. Через 30–35 минут разбухший желатин в вишневом соке подогреть (можно на плите или в микроволновке).

4. Желе станет жидким. Дать ему немного времени остыть.

5. И только после этого залить его в стаканы, в которых уже застыл банановый слой. И отправить желе в холодильник, чтобы застыл также вишневый слой.





# ТВОРОЖНЫЙ МУСС

**Ингредиенты:** ↗ 150 г мягкого творога любой жирности ↗ 50 мл жирных сливок ↗ 50 г сахарной пудры (или другого подсластителя) ↗ 3 ст. л. какао-порошка ↗ 1 ст. л. быстрорастворимого желатина ↗ 20 мл горячей воды ↗ 10 г шоколада для оформления



**Время приготовления: 60 мин.**

**Количество порций: 2**

**1.** Смешать мягкий творог с сахарной пудрой и сливками. По желанию добавить немного ванильного сахара или другой ароматизатор. Затем всыпать какао-порошок и очень хо-

рошо перемешать смесь.

**2.** Желатин залить горячей водой, оставить на 10-15 минут, чтобы все крупинки растворились.

В итоге желатиновая жидкость должна быть однородной и не горячей.

Готовим вкусный десерт – творожный мусс с какао! Чтобы придать вкусу нежность, используются жирные сливки. Он достаточно сытный, поэтому им можно заменить один прием пищи, например, завтрак. Сладость мусса также можно регулировать на свой вкус.

**3.** Соединить творожную массу с желатином и хорошо взбить смесь. Можно воспользоваться погружным блендером для удобства.

Разлить мусс в формы, стаканы или чашки и отправить в холодильник примерно на 30-40 минут.





## СЛИВОЧНО-ТВОРОЖНЫЙ ДЕСЕРТ

**Ингредиенты:** 400 г творога 150 мл сливок 30% 6 листов желатина 80 г сахара 1 ст. л. лимонного сока  
**Для декора:** Глазурь, соус, топинг на выбор



**Время приготовления:** 30 мин.

**Количество порций:** 3

1. Взбить творог с сахаром и лимонным соком до однородной массы. Замочить желатин в холодной воде на 10 минут. Слить лишнюю воду из желатина и отжать его от воды. В сотейнике нагреть 50 мл сливок, добавить замоченные листы желатина и размешать до полного растворения.

2. Взбить оставшиеся 100 мл сли-

вок до пиков К творогу добавить взбитые сливки и сливки с желатином. Перемешать.

3. Переложить творожную массу в формочки и охлаждать в холодильнике не менее 4 часов.

Извлечь десерт из формочек и украсить на выбор: шоколадной глазурью, сладким соусом или топингом.

*Десерт не надо выпекать или варить, просто добавьте сливки, желатин – и он будет хорошо держать форму и выглядеть аппетитно и привлекательно. Такой десерт можно подавать в качестве лакомства даже к праздничному столу.*





Nr. 563

Только в интернет-магазине Kaufbei.TV вы сможете приобрести большой подарочный набор меда-суфле шести самых невероятных вкусов!

**ПРИЧЕМ – СО СКИДКОЙ!**

**KaufBei.tv**

Заказывайте по телефону: **05731 - 245 15 63** или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**  
Настраивайтесь и смотрите фильмы, интересные программы (бывшая частота R1)

Такие подарки можно расставить на столах для гостей или украсить детский кэнди-бар.



Необычное медовое лакомство от российской компании Peroni Honey активно путешествует по всему миру и стремительно завоевывает сердца истинных гурманов. Мед-суфле уже стал лидером продаж и получил звание «самого полезного меда в мире». Теперь это уникальное сладкое сокровище доступно и в интернет-магазине Kaufbeil.TV. Сегодня мы с удовольствием познакомим вас с новым продуктом.

## Что такое мед-суфле и почему все СХОДЯТ ПО НЕМУ С УМА?

### ИСТОРИЧЕСКИЙ ФАКТ

Интересное открытие было сделано в 1928 году в Канаде – оказалось, что если мед взбить, то он приобретает новые полезные свойства. Не застывает на холоде, сохраняет мягкость, получает особую нежность. Консистенция становится воздушной, такой мед не течет, не пачкает руки, стол и одежду, а также легко намазывается и без труда смешивается с другими ингредиентами. В основе приготовления крем-меда лежит процесс измельчения кристаллов. Обычный жидкий мед, откаченный из сот, через некоторое время кристаллизуется и становится твердым. А при активном перемешивании мед насыщается кислородом, меняется его цвет и консистенция. При этом все витамины, микроэлементы, полезные и лечебные свойства крем-мед полностью сохраняет!

### ТЕХНОЛОГИЯ PERONI

Мед-суфле делается по специальной технологии. Naturalный мед долго вымешивается в специальных купажных емкостях вместе с высушенными ягодами, фруктами, орешками, после чего разливается по баночкам и отправляется в специальные термокамеры, где приобретает ту самую неповторимую суфлеобразную конси-

стенцию. При этом температура нагрева не должна превышать 38 градусов по Цельсию.

### САМЫЙ ЛЕТНИЙ ДЕСЕРТ

Такой десерт по достоинству оценили и сторонники здорового образа жизни, ведь в состав продукта входят только натуральные ингредиенты: цветочный мед, ягоды (облепиха, клюква, малина, клубника), орехи (грецкий, кедровый), фрукты (абрикос, апельсин, лайм) и другие добавки. Благодаря нежной и воздушной текстуре, а также богатой палитре вкусов мед-суфле Peroni считается по-настоящему летним десертом. Такое лакомство на завтрак просто незаменимо! Крем-мед прекрасно сочетается с овсяной кашей, блинчиками и сырниками, гранолой и мюсли, йогуртом и творогом. Кроме того, если добавить ложечку в кофе или чай, заряд бодрости и витаминов вам обеспечен на весь день! Это лучшая альтернатива сахару, джемам, шоколадной или ореховой пасте.

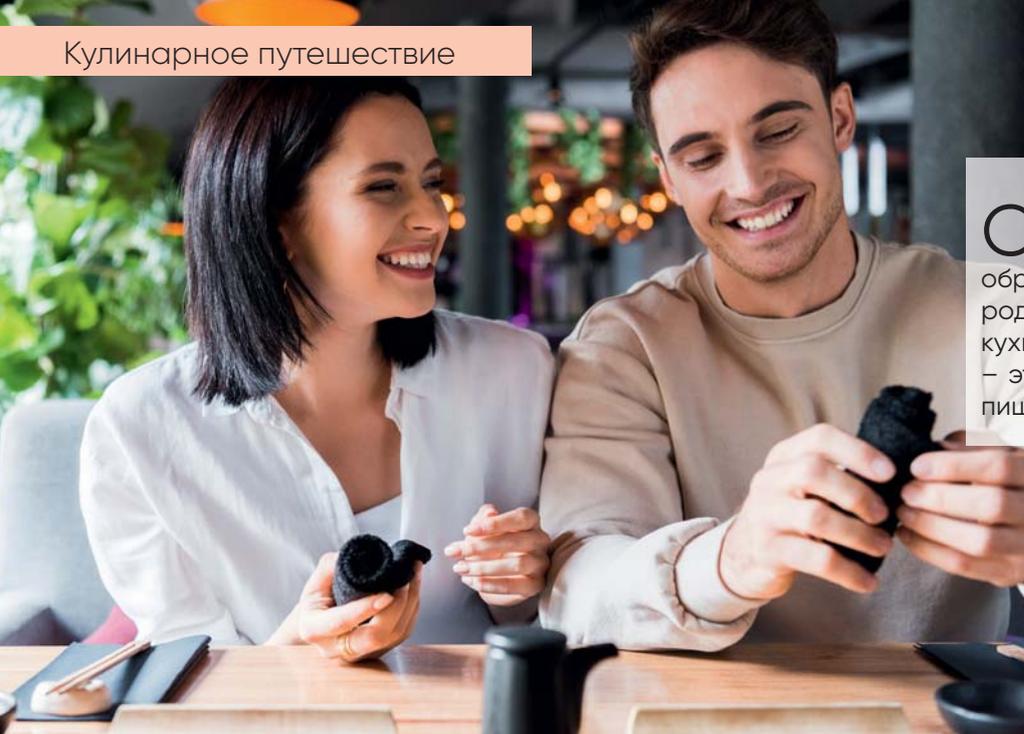
Среди прочих преимуществ стоит отметить, что мед-суфле поставляется в удобной стеклянной баночке, что позволяет сразу подавать его к столу.

### ЛУЧШИЙ ПОДАРОК, КОНЕЧНО ЖЕ, МЕД!

Набор меда, упакованный в стильную подарочную упаковку, станет лучшим подарком на любой праздник. Это не просто десерт или полезный продукт для здоровья – это необыкновенный мед-суфле, который не имеет аналогов и сможет создать атмосферу уюта и комфорта, повысить иммунитет, подарить минуты отдыха и расслабления, да и просто станет изюминкой чаепития в компании самых дорогих и близких людей!



Баночка меда в качестве комплимента на свадьбу станет прекрасным символом медового месяца.



Словакия – страна неторопливых людей, где предпочитают размеренный образ жизни, а выходные проводят в загородных домах и на дачах. Национальная кухня соответствует характеру словаков – это простая и добротная крестьянская пища.

птицы. Из рыбы наиболее распространена речная форель – pstruh.

■ **Запоминающийся стрит-фуд**

«Уличная еда» Словакии примечательна и колоритна. Лангош (Ingo), локше (loke) и трдельник (trdelnik) продаются во всех киосках, особенно во время ярмарок.

**Лангош** – дрожжевая лепешка. Ее обжаривают в большом количестве масла, а сверху поливают чесночным соусом и посыпают сыром. На юге страны живут венгры, и в словацкую кухню лангош пришел из венгерской.

**Локше** – картофельный блин. Его едят, как лангош, с соусом или используют в качестве основы для буррито.

## Нюансы словацкой кухни

■ **Согревающие первые блюда**

Словацкая зима промозглая в столице и южных регионах и суровая на востоке, поэтому супы – важная часть национальной кухни.

**Капустницу (kapustnica)** подают во всех городских ресторанах и придорожных кафе. Она похожа на привычную солянку с копченостями и тушеной капустой, но обычно не такая густая. Иногда в нее добавляют фасоль, и тогда это обед из одного блюда, как французский буйабес.

**Гуляш (gul)** – настоящее спасение в морозный день. Его основа – мясо, обжаренное на сале или сливочном масле, корнеплоды и томаты. И много специй. Наваристый суп прекрасно согревает после долгой прогулки или катания на лыжах. Его собрат – фасолевый суп с копченостями (fazuovopolievka s denmmsom). Типичная «мужская еда» после трудового дня, хотя многие словаки в быту предпочитают легкие крем-супы из овощей.

**Чесночный суп (cesnakovopolievka)** – крем-суп на основе сыра, сливок и чеснока. Его разновидность – бульон, к которому добавляют вареное яйцо. И тот и другой словаки любят щедро посыпать гренками. Оба часто подают в свежем хлебе, как это принято в Литве, Польше или Украине.

С этими странами Словакию роднит и любовь к галушкам (bryndzovhaluky). Это клецки из

муки и картофеля со всевозможными соусами, самый популярный делают из брынзы и сметаны с беконом. Вкус – на любителя, но представить ресторан национальной кухни без галушек невозможно!



С австрийцами и чехами словаки солидарны в любви к пиву и, конечно, к свиной рульке (veprovokoleno). Свинина, к примеру венский шницель, вообще очень популярна у местного населения. Также в стране едят много

**Трдельник** – традиционная выпечка. На трдло – вертел, от которого и пошло название – наматывают дрожжевое тесто, а по готовности посыпают корицей, сахаром или молотыми орешками. Лакомство родом из города Скалице, весной там проходят ежегодные Трдлофесты.

В словацкой кухне нет изысков, но она расскажет о стране лучше любого путеводителя.

# КАТАЛОГ ТОВАРОВ

от телемагазина **KaufBei.tv**

**KAUFBEI.TV** – самый популярный телешоп с большим количеством уникальных товаров, здесь вы можете купить много эксклюзивных вещей, которых не найти на полках обычных магазинов Германии.



## СУПЕРЦЕНЫ

более 200  
наименований  
со скидкой 50%



## СОБСТВЕННЫЙ БРЕНД

более 20 товаров



## НОВИНКИ

каждый месяц  
50 новых  
товаров



# Матрасы-топперы по **SUPER** ценам!



С нашим топпером у Вас - утро будет высший класс!

**Дешевле аналогов**

Чтобы комфортно спать и хорошо чувствовать себя на протяжении всего дня, не обязательно тратить баснословные деньги на новый ортопедический матрас или дорогой диван, ведь можно просто купить матрас-топпер.

Наши матрасы-топперы отличаются компактностью и повышенными ортопедическими свойствами: снижают нагрузку на тело, вес распределяется равномерно, благодаря этому повышается комфорт сна.



**Крепкий сон - как ценен он!**

**Ортопедический эффект**



цена от **119.99** euro

Разная жёсткость ребёр

**BEM Laguna Topper Comfort**

Ш x Д x В, см	Структура	Жёсткость	Номер	Цена, €
90 x 200 x 10	WAVE XL	H2	478-2	<b>119.99</b>
160 x 200 x 10	WAVE XL	H2	478-6	<b>199.99</b>
90 x 200 x 10	WAVE XL	H3	478-9	<b>119.99</b>
160 x 200 x 10	WAVE XL	H3	478-13	<b>199.99</b>
90 x 200 x 12	RAVE XL	H2	478-16	<b>164.99</b>
160 x 200 x 12	RAVE XL	H2	478-20	<b>239.99</b>
90 x 200 x 12	RAVE XL	H3	478-23	<b>164.99</b>
160 x 200 x 12	RAVE XL	H3	478-27	<b>239.99</b>



цена от **89.99** euro

Съемный защитный чехол

Гладкий, без ребристости

**BEM Sunset Topper Comfort**

Ш x Д x В, см	Жёсткость	Номер	Цена, €
80 x 200 x 7	H2	479-1	<b>89.99</b>
90 x 200 x 7	H2	479-2	<b>94.99</b>
160 x 200 x 7	H2	479-6	<b>166.99</b>
180 x 200 x 7	H2	479-7	<b>189.99</b>
80 x 200 x 7	H3	479-8	<b>89.99</b>
90 x 200 x 7	H3	479-9	<b>94.99</b>
160 x 200 x 7	H3	479-13	<b>166.99</b>
180 x 200 x 7	H3	479-14	<b>159.99</b>
80 x 200 x 10	H2	479-15	<b>114.99</b>
90 x 200 x 10	H2	479-16	<b>119.99</b>
160 x 200 x 10	H2	479-20	<b>189.99</b>
80 x 200 x 10	H3	479-22	<b>114.99</b>
90 x 200 x 10	H3	479-23	<b>119.99</b>
160 x 200 x 10	H3	479-27	<b>189.99</b>
80 x 200 x 12	H2	479-29	<b>149.99</b>
90 x 200 x 12	H2	479-30	<b>159.99</b>
160 x 200 x 12	H2	479-34	<b>239.99</b>
90 x 200 x 12	H3	479-37	<b>159.99</b>
160 x 200 x 12	H3	479-41	<b>239.99</b>

- Подходят для двуспальных кроватей
- Моющийся чехол
- Двусторонние, легкосменные
- Воздушная прослойка
- Открытие замка чехла на 360°
- Гелевые, дышащие поры
- Анти-бактериальные
- Подходят для аллергиков

**ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ**

## Массажер Шиациу

### Шиациу свои мышцы!

Массажер Шиациу обеспечивает расслабление мышц всего тела и расслабляет мышцы там, где они напряжены или зажаты.



№. 299 ~~89.99~~  
**39.99** euro

- 6 программ массажа
- автоматический таймер массажа
- 8 массажных головок обеспечивают легкий массаж и приятное прогревание мышц

Размеры: 45 x 50 x 16 см  
Мощность: 22 Вт  
Напряжение: DC 12V

Комплект поставки: массажер, адаптер питания, автомобильный адаптер, руководство

## RoboFit Компакт

Инновационный вибротренажер, который **РЕАЛЬНО** работает над **ВАШИМ ТЕЛОМ!**

Принцип действия заключается не в физических нагрузках, а, в буквальном смысле, в растяжке лишних килограммов.



**ДО ПОСЛЕ**

RoboFit Компакт имеет широкий спектр действия:

- Отличный вариант для разогрева перед основной тренировкой или охлаждения тела после интенсивной тренировки
- Избавление от жировых отложений в области талии, живота, бедер
- Подтягивание мышц рук и ног, избавление от целлюлита
- Восстановление мышц брюшного пресса после родов
- Подтягивание ягодичных и брюшных мышц

№. 404 ~~249.99~~  
**199.99** euro



**97%**  
МЫШЦ ВСЕГО ТЕЛА БУДУТ АКТИВНЫ!



Заказывайте по телефону: **05731 - 245 15 63** или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**  
Настраивайтесь и смотрите фильмы, интересные программы (бывшая частота R1)

# ВЕМ **MODEL Robin**

## Wasserfilteranlagen

Компактность и простота  
в эксплуатации!



**SOMMERAKTION**

\*Nur so lange Vorrat reicht



- ★ Не тратьте время и деньги на покупку чистой воды.
- ★ Пейте только хорошо очищенную воду!
- ★ Ваше здоровье в Ваших руках благодаря нашему инновационному фильтру

Размеры фильтра (В/Ш/Г): 350x136x250 мм

Размеры накопителя:

- высота - 350 мм
- подставка - квадрат 173x173 мм
- кувшин - Ø 130 мм, объем 2л

Приобретайте проверенный и надёжный фильтр **Vem Robin!**

- одно из самых маленьких и эффективных устройств на рынке
- быстрая очистка воды, простая и доступная замена фильтра
- инновационная мембранная фильтрация (система обратного осмоса)
- легкая эксплуатация прибора – нажатием всего одной кнопки
- система Aqua Stop предохраняет от протекания фильтра
- качественные материалы и современный дизайн
- водный фильтр состоит из: Polypropylenfasern (Sedimentfilter), Granulat Aktivkohlefilter, Aktivkohleblocker, Aktivkohlenachfilter, Membranfilter



Компактный  
и удобный



Полная  
комплектация



Съемный  
кувшин



**GRATIS!**

\*Тестер  
воды

\*тестер воды, Вы можете заказать отдельно - Nr. 70201165 - 29.99€



**KaufBei.tv**

Заказывайте  
по телефону: **05731 - 245 15 63**  
или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**

Настраивайтесь и смотрите фильмы,  
интересные программы (бывшая частота R1)



## Магнитный корректор для спины

Эффективное решение для поддержания корректной осанки и снятия болей в спине.

- Изготовлен из пропускающего воздух неопрена (45%), полиэстера (35%) и хлопка (20%)
- 12 стратегически расположенных магнитов (генерируют 400 гауссов)
- Унисекс, удобный и незаметный
- Регулируемые лямки для плотного прилегания к телу
- Застежки на липучке вокруг пояса: 55-90 см (M), 85-115 см (L), 90-120 см (XL)

№. 60105527 - 24,<sup>95</sup>€

## Резиновый эспандер для фитнеса

Отлично подходит для выполнения упражнений и развития мускулатуры рук и грудной клетки. Более того, он позволяет убавлять силу нагрузки, для чего нужно снять одну из веревок для уменьшения сопротивления.

- 5 эластичных резиновых веревок
- Ручки из прочного пластика
- Размеры прим.: 80 x 2,5 x 12 см



№. 60105384 - 14,<sup>99</sup>€



24  
штуки

## Массажные вакуумные банки

Польза и эффективность вакуумных банок для массажа:

- улучшают эластичность мышц
- нормализуют кровяное давление
- очищают ткани от шлаков и токсинов
- повышают эластичность кожи
- уменьшают размер морщин
- активизируют дыхательные функции клеток
- уменьшают боли в любой области применения
- устраняют эффект апельсиновой корки
- замедляют скорость прогрессирования артрозов, остеохондроза

№. 70134487 - 24,<sup>99</sup>€

## Электростимулирующий пластырь для мышц пресса

Благодаря передовой технологии низкочастотных импульсов и адаптирующейся к поясу форме это весьма эффективный способ добиться плоского и мускулистого живота.

- Тренирует верхние, нижние и боковые мышцы пресса
- 15 уровней интенсивности
- Автоматическая программа на 23 минуты (чередует различные уровни интенсивности)
- Размеры: 17,5 x 15,5 см



№. 70200145 - 24,<sup>99</sup>€



## Вибропояс

Весьма эффективен для укрепления и приведения в тонус мускулатуры живота и удаления подкожного жира без особых усилий. Это удобный, быстрый и несложный способ улучшить фигуру.

- Липучка для плотного прилегания
- Пульт управления на проводе
- Автоматическое и ручное управление
- 5 уровней интенсивности
- Подходит для пресса, пояса, ног, рук, плеч и спины
- Мощность: 12 Вт
- Размеры: 125 x 15 x 5 см

№. 703011729 - 49,<sup>95</sup>€

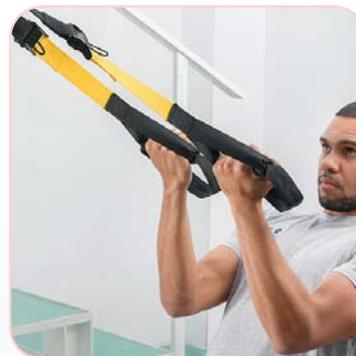
## Укрепляющий тренировочный брус

Система из 6 центральных уровней сопротивления (от низкого до высокого) поможет тренировать мышцы вокруг женской груди и стать крепче. С помощью данного действенного бруса результаты будут заметны уже спустя несколько занятий, так как Вы разжимаете и сжимаете брус, используя Ваши грудные мышцы.

- Длина x диаметр: 53 x 3,5 см
- Есть 2 противоскользящие повязки для лучшего захвата



№. 60105292 - 17,<sup>99</sup>€



## Подвесные ремни для упражнений

- Подвесные тренировки имеют больше преимуществ, чем обычные силовые тренировки
- Может выдержать интенсивное использование и большие нагрузки благодаря очень прочной и стройкой нейлоновой петле и двум ремням с ручками из жесткой резины с эргономичным дизайном, которые обеспечат лучший комфорт во время тренировок.
- В комплект ходит инструкция по использованию с упражнениями и сумка для хранения.

№. 60105244 - 42,<sup>99</sup>€

## Фиксатор от выпирающей косточки на ноге VALGUS FIX

- Эластичный материал не вредит коже, защищая ее от трения и мозолей
- Плотно прилегает к стопе, можно носить спортивную или закрытую обувь
- Материал фиксатора не вызывает аллергических реакций
- Обеспечивает правильное расположение пальцев ног



1+1

Только у нас  
два VALGUS FIX  
по цене ОДНОГО!



ПОСЛЕ

№. 70301187 - 29,<sup>95</sup>€



# СМАК ЕСО ВОДЯНОЙ ФИЛЬТР

Для очистки водопроводной воды от тяжелых металлов и химических веществ.

В комплекте 6 фильтров на 1 год бесперебойной работы устройства!



Nr. 136 ~~69.90~~  
**29.95** euro

# СМЕННЫЕ КАРТРИДЖИ ДЛЯ ФИЛЬТРА ОБРАТНОГО ОСМОСА



Nr. 70200100  
**24.99** euro

- ▶ Полипропиленовый модуль
- ▶ Фильтр грубой механической очистки
- ▶ Глубокая сорбционная доочистка питьевой воды на основе активированного угля
- ▶ Финальная очистка и кондиционирование воды

**КОМПЛЕКТ:**  
1x Polypropylenfasern  
1x Aktiv kohlefiltergranulat  
1x Aktiv kohleblocker  
1x Aktiv kohlenachfilter  
1x T-Stück

Подходит к моделям: Europe (Pro) / Ultimate (Plus) vor April 2012, Quick Change High Premium, ECD 105 von PurePro oder für alle anderen Osmoseanlagen mit 5 Stufiger Umkehrosmose mit 10 Zoll

ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ

# BURAN

WASSER-UND TROCKENSAUGER

**99%** защита от бактерий



Nr. 197 ~~249.99~~  
**189.99** euro



**Рекомендовано** аллергикам, владельцам животных и семьям с маленькими детьми

**ПОДАРОК!**  
НЕРА ФИЛЬТР

- ▶ Устраняет пыль, мусор и витающие в воздухе аллергены
- ▶ Сухая уборка и уборка с водой
- ▶ Возможность фильтровать воздух в комнате

**НЕ НУЖНЫ!** сменные мешки для мусора

# Электровеник – это веник, который метет сам!

Уборка нового поколения!



**ЭЛЕКТРОВЕНИК ЛЕГКО ЧИСТИТСЯ**

15 см 30 см  
Nr. 703011721  
**38.99** euro

- Легкий, компактный, маневренный, бесшумный, не поднимает пыль.
- Чистит в разы лучше благодаря четырем вращающимся щеткам, которые собирают мусор с специальный контейнер.
- Насадка делает полный оборот в 360°, добираясь до самых труднодоступных мест.
- Еще никогда уборка не была такой простой и приятной!

**БЕЗ ПРОВОДОВ!**

**КОМПЛЕКТАЦИЯ:** ЭЛЕКТРОВЕНИК, АККУМУЛЯТОР

**KaufBei.tv**

Заказывайте по телефону: **05731 - 245 15 63**  
или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**  
Настраивайтесь и смотрите фильмы, интересные программы (бывшая частота R1)

# Икра горбуши

## ПРЕМИАЛЬНЫЙ СОРТ

- Расфасована в районе промысла
- Настоящая российская икра
- Восточный берег Камчатки
- Без консервантов
- Дикий улов



**Выгодный набор:**  
5 баночек икры, по 200 г  
+ баночка икры, 100 г  
**в ПОДАРОК!**

№. 931 - €119,99

# TITAN<sup>2.0</sup>

## ЭЛЕКТРОЧАЙНИК-ТЕРМОС



Удобное управление и LCD-дисплей

**Объем: 5 л**

**Мощность: 1600 Вт**  
при нагреве воды,  
40 Вт при подогреве

№. 283 ~~99,99~~  
**79,99** euro

- Корпус металлический, вращающийся
- Колба из высококачественной нержавеющей стали
- 11 температурных настроек на выбор от 45° до 90° C
- Защита от включения без воды и перегрева
- Подача воды двумя способами: электронасосом от сети и электронасосом от батареек

ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ



# ТУШЕНОЕ МЯСО

Сделано по старому проверенному советскому рецепту!



## Свинина и говядина

Эконом

№. 970 ~~55,48~~  
**29,99** euro

- 1 х говядины, 525 г
- 3 х говядины, 325 г
- 2 х свинины, 525 г
- 3 х свинины, 325 г



**3,525 кг**

## Курица, индейка и баранина

Для гурманов

№. 971 ~~39,99~~  
**29,99** euro

- 1 х индейки, 525 г
- 2 х индейки, 325 г
- 1 х куриного мяса, 525 г
- 2 х куриного мяса, 325 г
- 2 х ягненка, 240 г

**3,07 кг**



**GRATIS** 1 х мяса ягненка, 240 г



## Свинина, говядина, индейка, курица, баранина



Семейный

№. 972 ~~59,47~~  
**37,99** euro

- 1 х говядины, 525 г
- 2 х говядины, 325 г
- 1 х свинины, 525 г
- 2 х свинины, 325 г
- 1 х индейки, 525 г
- 2 х индейки, 325 г
- 1 х курицы, 525 г
- 2 х курицы, 325 г

**GRATIS** 1 х мяса ягненка, 240 г



**4,94 кг**

Тушеное мясо пяти различных сортов, изготовленное по госстандарту специально для наших клиентов!

- Свинина тушеная
- Говядина в собственном соку
- Баранина (ягенок)
- Индейка (филе)
- Курица (филе)

- Семейная упаковка
- Стратегический домашний запас
- Проверенный армейский рецепт
- Мясо рубленое цельное
- Высший сорт «ЭКСТРА»
- Непревзойденные вкусовые качества
- Советский ГОСТ-стандарт 32125-2013



реклама

# MAXIMUS 4.0

Лучший ТВ-Ресивер нового поколения. Смотри через спутник или интернет



## ЗАПЛАТИ ОДИН РАЗ И СМОТРИ ВСЕГДА!

**Более 110** каналов через ИНТЕРНЕТ

**Более 200** каналов через СПУТНИКОВУЮ ТАРЕЛКУ

**Все это и многое другое без абонентской платы!**



Nr. 334 ~~249.99~~

**199.99** euro

► Более 200 уже настроенных телеканалов на русском, украинском и немецком языках (Sat-TV при наличии 4-х головок) и более 110 каналов Интернет-TV

► Интернет-страницы и E-Mail  
► Просмотр фото на телевизоре  
► Общение с друзьями и родней в «Одноклассниках» и по скайпу

# Smak Auto-Sicherheitskamera

Универсальный видеорегистратор с вращающейся камерой

Nr.785 ~~189.99~~

**89.99** euro

**Ваш свидетель на дорогах!**



- Встроенный Wi-Fi
- Дисплей 1,5 дюйма
- Панорамная съёмка
- Батарея: 200 mAh

**FULL HD VIDEO**

1920x1080p



Loop Record



Nachtsicht



G-Sensor



**Подарок!**  
карта памяти на 16 Gb



Weitwinkel-Linse



Bewegungs-erkennung



WLAN Handy-Steuerung



Parkplatz Überwachung

ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ

# Smak

## Дистиллятор

Кристалльно чистый продукт!

**10, 20, 30**  
литров



Выносной датчик температуры, °C

Каждый мужчина нуждается в самоидентификации... Немало и таких, кто находит **УДОВОЛЬСТВИЕ** в процессе самогонварения. Как правило, это люди с **ТЕХНИЧЕСКИМ СКЛАДОМ УМА**. Ими движет чисто мужская страсть к **ЭКСПЕРИМЕНТАТОРСТВУ** и возможность в деталях контролировать процесс. Владельцы самогонных аппаратов ценят в самогонварении настоящее качество и чисто экономическую выгоду, но главные причины, по которым тысячи людей стремятся купить самогонный аппарат – это **НЕЗАВИСИМОСТЬ, ТВОРЧЕСКИЙ АЗАРТ и ЗДОРОВОЕ САМОЛЮБИЕ**.

**Дистиллятор подходит для перегонки воды, масел, гидролатов и других химических соединений. Сделан из нержавеющей стали**

**ДЕЗИНФЕКЦИЯ СНАРУЖИ И ВНУТРИ!**

Nr. 872-3 **30 л**

**349.99** euro

Nr. 872-2 **20 л**

**279.99** euro

Nr. 872-1 **10 л**

**249.99** euro



**KaufBei.tv**

Заказывайте по телефону: **05731 - 245 15 63**  
или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**  
Настраивайтесь и смотрите фильмы, интересные программы (бывшая частота R1)

# Садово-огородный инвентарь

Изготовленные вручную из специальной стали, уникальные инструменты для работы в саду Tornadica в эксклюзивной упаковке уже давно стали лучшим подарком для садовода. Многочисленные патенты и золотые медали, полученные на выставках, свидетельствуют о постоянном интересе к нашим разработкам. Из года в год наши инструменты помогают лучше удалять сорняки, обрабатывать почву и поддерживать красоту на вашем садовом участке.

**Минимум усилий для идеального результата!**



## Садовый набор «МИНИ-4»

Для тех, кто любит выращивать цветы, кустарники, декоративные растения и, конечно же, овощи на грядках, в парниках, а также ухаживать за ними. Состоит из 1-й эргономичной рукоятки и 4-х сменных насадок. Рукоятка выполнена из облегченной стальной трубы с особым изгибом.

Размеры упаковки: 60x20x10 см Вес брутто: 1.9 кг



- ▶ мини-культиватор
- ▶ трехзубый рыхлитель
- ▶ распахник
- ▶ мини-грабли

Nr. 927

**35.99**  
euro

## Извлекатель сорняков

Извлекатель сорняков состоит из рабочей части в виде 4 кованых спиральных зубьев, изготовленных вручную из инструментальной стали, и рукоятки с возможностью регулировки длины инструмента (два положения), чтобы не наклоняться во время его использования.

Размер в упаковке: 60x20x10 см Вес брутто: 1.4 кг



- ▶ Ø рабочей части – 9 см
- ▶ Макс. длина инструмента – 95 см
- ▶ Полное удаление одуванчиков

Nr. 925

**24.99**  
euro

## Рычаг для ручного культиватора

Устанавливается в нижней части ручного культиватора и работает как «педал». Нажав ногой на рычаг, легче извлечь зубья культиватора из почвы.

Размер в упаковке: 60x20x10 см Вес: 1.4 кг



- ▶ Используется при обработке твердых, глинистых или густо заросших травянистых почв

Nr. 926

**24.99**  
euro

## Ручной культиватор Tornadica-Mini

Предназначен для тех, кто любит выращивать цветы, кустарники, декоративные растения и, конечно же, овощи на грядках, а также ухаживать за ними. Работать им очень легко, ведь задействована только одна рука. Весит он всего 700 грамм.

Вес брутто: 0.9 кг Работа одной рукой при прямой спине!



Nr. 924

**24.99**  
euro

- ▶ Ø рабочей части – 9 см
- ▶ Макс. длина инструмента – 95 см
- ▶ Уменьшение трудозатрат

## CULTI-WEEDER (культиватор-пропольник)

В этом инструменте удачно соединены функции плоскореза и культиватора. Металлический «барабан» со специальными пластинами (лопастями), установленными особым образом, при движении взрыхляет грунт, разбивая затвердевшие комки земли.

Размер в упаковке: 40x40x25 см Вес брутто: 6.5 кг



- ▶ Ширина полосы обработки составляет 35-40 см
- ▶ Глубина, регулируемая лезвием – до 5 см

Nr.928

**109.99**  
euro

## Ручной культиватор-корнеудалитель

Пожалуй, наиболее удачное изобретение в области инструментов для обработки почвы и качественного удаления крупных сорняков. Используется в саду, огороде, парнике, на любом садовом участке, который вы хотите облагородить.

Размер в упаковке: 60x20x20 см Вес брутто: 6.4 кг



Nr. 923

**34.99**  
euro

- ▶ Разрыхлите почву любой плотности
- ▶ Извлечете большие и малые сорняки

## CULTI-WEEDER MINI (мини культиватор-пропольник)

В этом инструменте удачно соединены функции плоскореза, мини-культиватора для обработки почвы и прополки в междурядьях.

Размер в упаковке: 40x40x25 см Вес брутто: 6.3 кг



Nr. 929

**99.99**  
euro

- ▶ Ширина полосы обработки составляет 17-20 см
- ▶ Глубина прополки регулируется лезвием – до 5 см

## Ручной культиватор + РЫЧАГ

Набор поможет уменьшить ваши трудозатраты в процессе выращивания растений и получить экологически чистый урожай

Размер в упаковке: 60x20x10 см Вес брутто: 2.4 кг

- ▶ Сохранение и приумножение органики в верхнем плодородном слое земли

Nr. 922

**59.99**  
euro



# Мёд горного Алтая

Вот он мёд, что Вы искали. Купив его, пройдут печали!



## Сокровища Алтая



Nr. 360 ~~69.99~~  
**59.99** euro

- ▶ Мёд шалфея, 1200 г
- ▶ Мёд в сотах, 400 г
- ▶ Пыльца гранулированная, 180 г
- ▶ Мазь с прополисом, 30 мл

## Мощный



Nr. 361 ~~74.99~~  
**63.99** euro

- ▶ Мёд Power-Power, 1000 г
- ▶ Мёд гречневый, 1200 г
- ▶ 2x Мёд в сотах, 400 г
- ▶ Мазь с пчелиным ядом, 33 мл

## Отборный



Nr. 630 ~~44.99~~  
**39.99** euro

- ▶ Мёд «Сила природы» 1000 г
- ▶ Мазь с прополисом, 30 мл
- ▶ Настой прополиса 20%, 50 мл
- ▶ Мёд в сотах, 400 г

## Редкий бортевой



Nr. 324 ~~60.00~~  
**49.99** euro

- ▶ Мёд бортевой, 1000 г
- ▶ Мёд бортевой, 1000 г
- ▶ Мёд в сотах, 400 г



## Как выбрать мазь от боли в спине?



Болезненные ощущения в спине являются частым спутником современного образа жизни. Сидячая работа, длительное пребывание в неудобной позе или предыдущие травмы обязательно сопровождаются хронической болью. Кроме того, никто не застрахован от бытовых травм, растяжения мышц поясницы, шеи и т. д. Также многие из нас страдают остеохондрозом, радикулитом, боль при которых носит особенно острый характер.

Когда такое случается, то первое, к чему стремится человек – избавиться от болезненных ощущений при помощи тех или иных средств. Гель РЕВМОФИТ как раз и относится к такому средству доступному и простому в применении.

Muskel- und Sport-Gels sind effektiver als Salben. Ein höherer Anteil an Alkohol sorgt bei der Anwendung eines Muskel-Gels für eine bessere und schnellere Durchdringung der Haut. Dies stellte schon vor einigen Jahren das Magazin Bild der Wissenschaft (Ausgabe 03/11) anhand von zahlreichen Tests fest. Seitdem werden Gels dieser Art zunehmend bevorzugt. Das Muskel-Gel REVMOFIT enthält dabei viele natürliche Wirkstoffe, die Durchblutung fördern und schmerzlindernde Eigenschaften aufweisen. Das Muskel-Gel besitzt damit eine gut balancierte Mischung aus effektiven, muskelentspannenden und pflegenden Inhaltsstoffen. REVMOFIT ist ein Gel mit extra-starker Wirkung!

**РЕВМОФИТ** - является очень эффективным, особенно, когда нужно быстро ликвидировать болевые симптомы, и может применяться как самостоятельно, так и в комплексной программе терапии.

РЕВМОФИТ является универсальным гелем для мышц спины, шеи и обладает длительным согревающим эффектом. В отличие от аналогичных продуктов, препарат не содержит вредных веществ и может применяться длительное время. Основными составными геля РЕВМОФИТ являются высокий процент алкоголя и растительные компоненты отвечающие за «жаркий эффект».

**СУПЕР ПРЕДЛОЖЕНИЕ!**  
При заказе **ТРЕХ** упаковок, в подарок **льготная цена и массажер для спины из дерева!**

Nr. 579 - **59,99€**



**GRATIS**

## Почему РЕВМОФИТ?

- эффективное средство
- в крупной дозировке 500 мл
- немецкое качество
- долгий, согревающий эффект

Nr. 70200209

**24.99** euro



Прием заказов на русском языке

**05731-245 15 10**

**KaufBei.tv**

Заказывайте по телефону: **05731 - 245 15 63**  
или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**  
Настраивайтесь и смотрите фильмы, интересные программы (бывшая частота R1)



# Наборы мёда-суфле

Изысканный презент для особых случаев

Изысканное лакомство на каждый день и подарок на любой праздник. Состав – полностью натуральный – ягоды, фрукты, орехи и даже цветы, вымешанные с мёдом по особой технологии.

Срок годности: 24 мес. После вскрытия: 6 мес. Без искусственных добавок



Медовая серия

## «Коктейльная»

4 баночки x 30 мл

С фруктовыми наполнителями в красивой подарочной упаковке для тех, кто любит экспериментировать со вкусами.



- ▶ Амаретто с кокосом
- ▶ Парадайз с абрикосом
- ▶ Мохито с мелиссой
- ▶ Cosmopolitan с клюквой

Медовая серия

## «Compliments»

4 баночки x 30 мл

С этим набором вы можете дарить нежные медовые суфле вместо красивых слов.

Отправьтесь в чудесное путешествие к фруктовым, горьким или солено-сладким, вкусовым наслаждениям.

Каждый сорт уникален, как человек, которому вы дарите этот набор.



- ▶ Фисташка
- ▶ Манго-маракуйя
- ▶ Клубника-земляника
- ▶ Арахис с солёной карамелью

Медовая серия

## «Вкус России»

4 баночки x 30 мл

Четыре удивительных вкуса соединились в одной коробке, напоминая о необъятных просторах нашей природы.



- ▶ Кедровые орехи
- ▶ Черная смородина
- ▶ Малиновый
- ▶ Cosmopolitan с клюквой

## Коллекция вкусов

12 баночек x 30 мл

Подойдет для любого случая, будь то визит в гости, подарок на юбилей или просто сюрприз для любимого человека. Благородная упаковка в сдержанном стиле делает подарок уместным на праздничном столе. Для тех, кто любит разнообразие!



- ▶ Парадайз с абрикосом
- ▶ Кедровые орехи
- ▶ Мохито с мелиссой
- ▶ Малиновый сорбет
- ▶ Фисташка
- ▶ Манго-маракуйя
- ▶ Земляника
- ▶ Амаретто с кокосом
- ▶ Имбирь и лимон
- ▶ Апельсин
- ▶ Черная смородина
- ▶ Грецкий орех

ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ

# Индийский кофе

100% натуральный растворимый кофе высшего качества!



**GRATIS** 2x банки кофе

**Набор 180 гр, 10 банок**

Индийский растворимый кофе произведен из отборных зерен арабики и робусты, выращенных на плантациях Индии. Indian Instant Coffee имеет традиционный приятный аромат и обладает насыщенным терпким вкусом. Благодаря качественной упаковке сохраняется настоящий вкус индийского кофе.



**GRATIS** 2x банки кофе

**Набор 90 гр, 10 банок**

**KaufBei.tv**

Заказывайте по телефону: **05731 - 245 15 63**  
или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**

Настраивайтесь и смотрите фильмы, интересные программы (бывшая частота R1)

# Мясные тушеные консервы и колбасы из дичи

Мы придаем большое значение качеству предлагаемых нами продуктов. Для переработки используется только лучшее мясо и отборные ингредиенты. Наши консервы и колбасы из дичи таких животных, как лось, олень, косуля или дикий кабан, традиционно приготовлены и уже готовы к употреблению.

- Мясо дичи является здоровым и богатым питательными веществами и белком
- Дичь имеет низкий уровень калорийности и подходит для здорового питания
- Мясо дичи абсолютно не содержит лекарств и гормонов



**SET Premium / 1,67 кг / 6 банок по 250 г**

- Лосятина, оленина, косуля (по 2 шт. каждой)
- Саями холодного копчения из дикого оленя, 170 г



**Дикий вкус из диких лесов!**

**SET Deluxe / 2,34 кг / 8 банок по 250 г**

- Дикий кабан, лосятина, оленина, косуля (по 2 шт. каждой)
- Саями холодного копчения из дикого оленя и кабана, по 170 г

**ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ**

## Рецепты русской кухни

**На немецком языке**

Теперь любимые бабушкины вкусняшки с легкостью смогут приготовить ваши дети и внуки, которые не очень хорошо читают по-русски.

Завтраки и салаты, мясные и рыбные блюда, выпечка и десерты...



«Kulinar TV» представляет! По вашим просьбам!

**НА НЕМЕЦКОМ ЯЗЫКЕ!**

**«Русская кухня. Лучшее-2019»!**

**150**

рецептов на любой вкус!

Пошаговые фотографии!

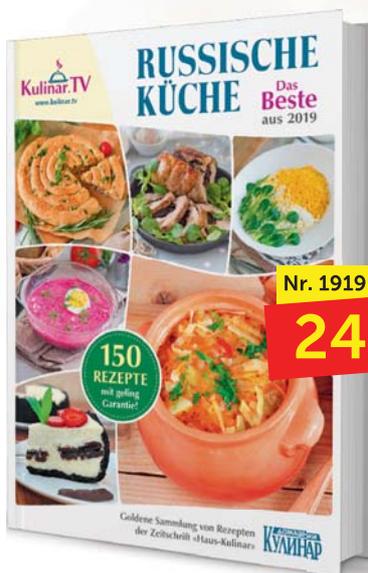
Лучшие рецепты знаменитого журнала «Домашний кулинар» за 2019 год.

Всё самое оригинальное, простое в приготовлении и очень вкусное!

Замечательный подарок для вас и ваших близких к Рождеству и Новому году!

## Кулинарные книги

**ПОДАРОК!**



**Новая кулинарная книга из любимой серии!**



# Мантоварки

Объем - 4,5 л,  
Ø 26 см

Nr. 1313

**73.99**  
euro

Объем - 5 л,  
Ø 28 см

Nr. 1323

**79.99**  
euro

Объем - 5,7 л,  
Ø 30 см

Nr. 1333

**85.99**  
euro

EDELSTAHL  
**Rost  
frei**

Набор  
состоит из  
6 частей

Стекло-  
крышка

Ручки  
сделаны из  
металла

## Электросушилка для продуктов Marta MT-1949

Пятиуровневая электросушилка для равномерной сушки трав, зелени, овощей, фруктов, грибов, мяса, птицы и рыбы с сохранением вкусовых качеств и полезных веществ продуктов.



Производит  
расслойку теста



Готовит йогурт,  
раженку, сметану



Сушит овощи, фрукты



Сушит орехи, семена



Сушит грибы



Вялит мясо, рыбу

- Плавный контроль температуры от 35 до 70°C
- Регулируемая высота секций



Nr. 706

~~99.99~~

**64.99**  
euro

Мощность: 250 Ватт

Корпус и поддоны  
изготовлены из  
термостойкого  
пластика

Количество  
съёмных секций: 5

Встроенный  
вентилятор

ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ

### Казаны азиатские чугунные с крышкой



6 л, Ø 30 см - Nr. 70901001-1 - **69,99€**    12 л, Ø 40 см - Nr. 70901001-4 - **124,99€**  
8 л, Ø 34 см - Nr. 70901001-2 - **89,99€**    22 л, Ø 50 см - Nr. 70901001-6 - **189,99€**  
10 л, Ø 40 см - Nr. 70901001-3 - **99,99€**    30 л, Ø 52 см - Nr. 70901001-7 - **219,99€**

### Сковороды чугунные

Может использоваться на любых источниках тепла: на газовых, электрических, керамических, галогенных, индукционных и других плитах, вплоть до традиционной «русской печи».



Ø 24 см - Nr. 70901002-1 - **27,99€**  
Ø 26 см - Nr. 70901002-2 - **28,99€**  
Ø 28 см - Nr. 70901002-3 - **32,99€**

### Кастрюли чугунные с крышкой

Чугунная посуда без покрытия предназначена для приготовления жареных и тушеных блюд на любых видах плит и варочных поверхностях, в том числе и на открытом огне.



8 л, Ø 30 см - Nr. 70901000-1 - **79,99€**  
10 л, Ø 34 см - Nr. 70901000-2 - **84,99€**

Чугунная  
сковорода  
блинница,  
Ø 26 см

Nr. 70901004 - **27,99€**

Сковорода  
жаровня  
чугунная  
без крышки,  
Ø 34 см

Nr. 70901005 - **44,99€**

**KaufBei.tv**

Заказывайте  
по телефону: **05731 - 245 15 63**  
или круглосуточно на сайте [www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)



**Новый телеканал Kaufbei TV!**  
Настраивайтесь и смотрите фильмы,  
интересные программы (бывшая частота R1)

## СЕРЕБРЯННЫЕ украшения 925 пробы



70811563

Серебрянный кулон  
с фианитами

42,- €



70811562

Серебрянные серьги  
с фианитами

75,- €



70811569

Кольцо с зеленым  
ситаллом, фианитами

60,- €



70811568

Серьги с зеленым  
ситаллом, фианитами

90,- €



70811576

Серьги с аметистом  
и фианитами

75,- €



70811577

Кольцо с аметистом  
и фианитами

50,- €



70811586

Подвеска с голубым  
топазом и фианитами

25,- €



70811585

Серьги с голубым  
топазом и фианитами

45,- €



70810611

Подвеска с бирюзой  
и фианитами

25,- €



70810612

Серьги с бирюзой  
и фианитами

52,- €



70810613

Кольцо с бирюзой  
и фианитами

38,- €



70810614

Женские серьги  
с фианитами

40,- €



70810615

Женское кольцо  
с фианитами

26,- €



70810616

Женские серьги  
с фианитами

30,- €



70811575

Серьги с фианитами  
Сваровски

70,- €



70811573

Кольцо с фианитами  
Сваровски

50,- €



70811500

Серьги с сапфиром  
и фианитами

35,- €



70811501

Кольцо с сапфиром  
и фианитами

30,- €



70811152

Серьги с жемчугом  
и фианитами

38,- €



70811151

Кольцо с жемчугом  
и фианитами

32,- €



70810618

Женские серьги  
с фианитами

37,- €



70810617

Женское кольцо  
с фианитами

26,- €



70811513

Женское кольцо  
с бирюзой

35,- €



70811514

Женские серьги  
с бирюзой

55,- €

## КОЛЛЕКЦИЯ УКРАШЕНИЙ

*С нами Вы великолелны!*ЗОЛОТЫЕ  
украшения 585 пробы

70811156

Женское кольцо  
с фианитами  
от 170,- €

70811179

Серьги  
с фианитами  
222,- €

70811543

Подвеска  
с фианитами  
120,- €

70811168

Кольцо с голубым  
топазом и фианитами  
от 174,- €

70811169

Серьги с голубым  
топазом и фианитами  
291,- €

70811187

Подвеска с голубым  
топазом и фианитами  
108,- €

70811123

Кольцо  
с фианитами  
230,- €

70811192

Женское кольцо  
с фианитами  
279,- €

70811116

Золотая подвеска  
с фианитами  
130,- €

70811183

Серьги с рубином  
и фианитами  
380,- €

70811182

Подвеска с рубином  
и фианитами  
169,- €

70811181

Кольцо с рубином  
и фианитами  
312,- €

70810071

Мужское кольцо  
с фианитом  
395,- €

70810055

Мужское  
кольцо  
709,- €

70811533

Серьги  
с фианитами  
250,- €

70811534

Кольцо  
с фианитами  
200,- €

70811552

Серьги  
с фианитами  
100,- €

70811526

Серьги с голубым  
топазом  
и фианитами  
215,- €

SCHMUCK

KaufBei.tv

заказ по телефону: **05731-2451572**[www.kaufbei.tv/Kaufbei-Schmuck](http://www.kaufbei.tv/Kaufbei-Schmuck)

## В СЛЕДУЮЩЕМ ВЫПУСКЕ ЖУРНАЛА:

- |   |                             |
|---|-----------------------------|
| ① Спецпроект: Вкусные каникулы. Готовят дети. | ⑤ Медовое суфле             |
| ② Азу с тушенкой                              | ⑥ Оладьи с клубникой        |
| ③ Зеленый борщ                                | ⑦ Филе индюшки с грибами    |
| ④ Лаваш с мясом и авокадо                     | ⑧ Шоколадный пирог с вишней |



...и ещё множество других вкуснейших блюд!

## IMPRESSUM

Bem Media GmbH & Co. KG  
 Zur Alten Werre 3, 32584 Löhne  
 Geschäftsführer: Alexander Bem  
 Erscheinung: 12 Ausgaben pro Jahr  
 Verteilung: durch Abo  
 Chefredakteur: Igor Reznik  
 Redakteurin: Ksenia Chaikina  
 Larissa Fatina  
 Bildredaktion: Michael Weber  
 Vi.S.d.P.: Alexander Bem  
 Korrektur: Valerija Kirikowa  
 Layout: Nikolai Markov  
 Marina Kazakova  
 Alexei Tomchuk  
 Anzeigeleitung: 05731 – 987 98 0  
 Aboservice: 05731 – 245 15 66  
 Wiederverkauf: 05731 – 245 15 31  
 Fax: 05731 – 987 98 99  
 E-mail: post@kulinar24.de

Оформление, макет рекламных объявлений, а также присланные литературные материалы, рецепты и фотографии являются собственностью издателя. Присылая тексты, фотографии и другие графические изображения, отправитель тем самым даёт своё согласие и подтверждает согласие изображённых на фотографиях лиц, отображение и распространение присланных текстов и других графических изображений в изданиях компании Bem Media GmbH & Co. KG. Отправитель также предоставляет право компании на любую переработку фотоизображений и редактирование текстов без последующего согласования с ним. Они не рецензируются и не возвращаются. Издатель и редакция не несут ответственности за содержание объявлений, рекламных текстов и рецептов, присланных читателями. Полная или частичная перепечатка опубликованных в журнале статей, использование и ссылка на них в других изданиях, а также размещение на сайтах – только с письменного разрешения редакции.  
[www.bem-media.de](http://www.bem-media.de)

## Kulinar TV КУПОН ПОДПИСКИ

Да, я подписываюсь на журнал «КУЛИНАР TV»

Годовая подписка – ~~55<sup>20</sup>~~ 39<sup>99</sup>€ (12 номеров)

**+ ПОДАРОК:** набор керамических ножей – ~~39<sup>99</sup>~~ 0€



Name, Vorname: \_\_\_\_\_  
 Straße, Haus Nr.: \_\_\_\_\_  
 PLZ: \_\_\_\_\_ Wohnort: \_\_\_\_\_  
 Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_  
 Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

С момента оплаты и регистрации этой подписки журнал «Домашний КУЛИНАР» будет ежемесячно доставляться по Вашему адресу. Подписка автоматически продлевается на 1 год, если за 6 недель до окончания подписного периода не приходит письменный отказ (Kündigung).

**Дополнительная информация по телефону: 05731 - 245 15 33**  
**Оформить подписку можно также на сайте: [www.bem-media.de](http://www.bem-media.de)**

Выберите удобный для Вас способ оплаты:

DK-07

- Per Rechnung.** Прошу выслать мне счет на оплату подписки.
- Vorkasse.** Переведите деньги за подписку на счет редакции:  
 Bem Media GmbH & Co. KG, Postbank  
 IBAN: DE08440100460185734464, BIC: PBNKDEFFXXX
- Einzugsermächtigung.** \_\_\_\_\_

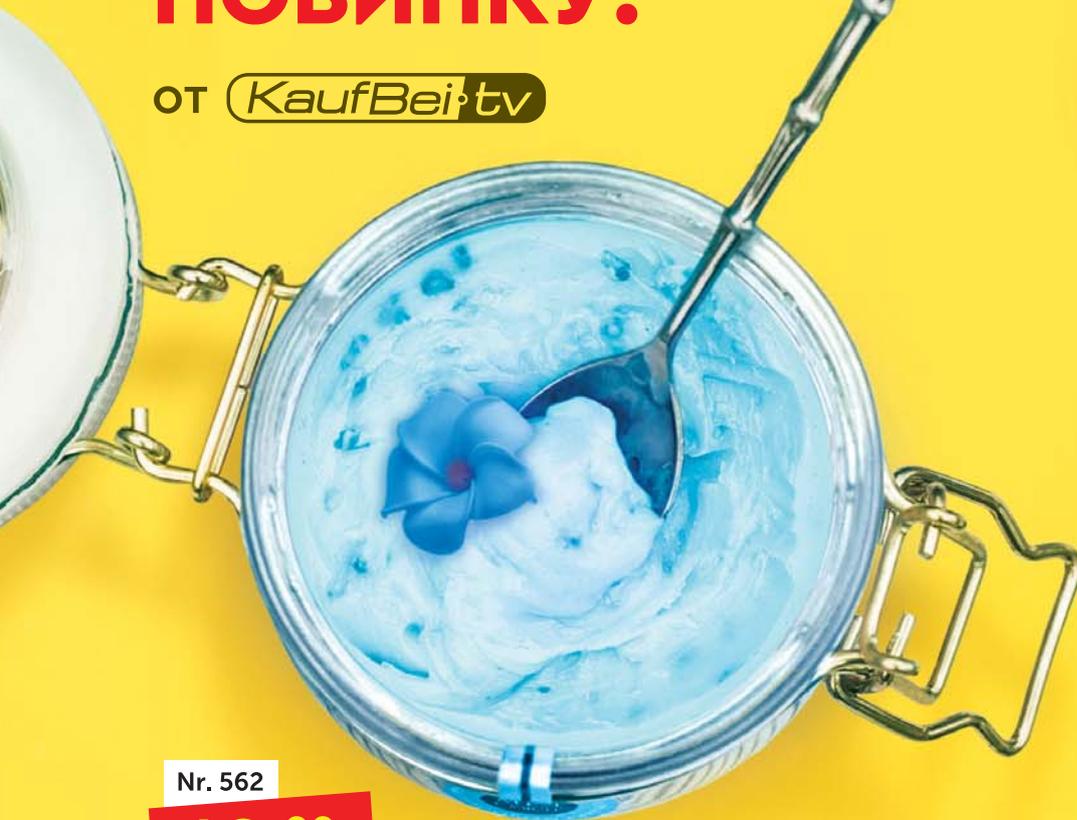
Деньги за подписку снимите с моего банковского счета:

Konto inhaber: \_\_\_\_\_  
 Kontonummer: \_\_\_\_\_ BLZ: \_\_\_\_\_  
 IBAN: \_\_\_\_\_  
 BIC: \_\_\_\_\_  
 Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Заполненный купон вышлите по адресу:  
**Bem Media GmbH & Co. KG,**  
**Zur Alten Werre 3, 32584 Löhne**  
 на E-mail: [post@bem-media.de](mailto:post@bem-media.de)  
 или по факсу: 05731 – 245 15 99

# Представляем самую летнюю НОВИНКУ!

от **KaufBei.tv**



Nr. 562

**12.99**  
euro

Мёд-суфле  
«Голубая лагуна»

Всего одна ложечка  
этого нежнейшего  
лакомства мысленно  
перенесет вас к  
морю на райский  
красивый остров.

## ВНИМАНИЕ!

Не содержит красителей  
и консервантов, только  
натуральный состав: 100%  
натуральный цветочный мед,  
ананас сублимированный,  
кокосовая стружка, голубая  
спирулина, сушёные  
цветы анчан.

Заказывайте  
по телефону:

**05731 - 245 15 63**

или на сайте:  
[www.kaufbei.tv](http://www.kaufbei.tv)

**P**  
PERONI®  
— honey —

# Kulinar TV

KOCHZEITSCHRIFT

№7 / 2020

Preis 4,90 €

ЖУРНАЛ ИЗДАЁТСЯ В ГЕРМАНИИ

PVST 77 911A Zeitschrift  
«Kulinar TV»



**Небанальный  
завтрак:**  
ТОМАТНЫЕ  
блины

**Горшочек вари:**  
мраморный хлеб  
в мультиварке

**Еда с огоньком:**  
авторские рецепты на гриле

