

ВСЁ В ОДНОЙ КАСТРЮЛЕ

10 универсальных рецептов
на обед и ужин



10 рецептов для кастрюли KELLI 3.9 л (Ø20 см)

1. Куриный суп с вермишелью

Объём: ~2,8 л

Ингредиенты:

- Куриное филе – 300 г
- Картофель – 3 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Лук – 1 шт.
- Вермишель – 100 г
- Вода – 2,5 л
- Соль, лавровый лист, перец

Приготовление:

1. В кипящую воду опусти курицу, вари 20 мин.
 2. Добавь нарезанные овощи, вари ещё 10 мин.
 3. Засыпь вермишель, посоли, добавь специи.
 4. Вари до готовности макарон (5–7 мин).
-

2. Тушёная гречка с мясом

Объём: ~3 л

Ингредиенты:

- Свинина – 400 г
- Гречка – 1,5 стакана
- Вода – 3 стакана
- Морковь, лук – по 1 шт.
- Масло растительное – 2 ст. л.
- Соль, перец

Приготовление:

1. Обжарь мясо и овощи прямо в кастрюле.
 2. Добавь гречку, воду и специи.
 3. Перемешай, закрой крышкой, туши на минимальном огне 25–30 мин.
-

3. Овощное рагу с кабачками

Объём: ~3,2 л

Ингредиенты:

- Кабачок – 1 крупный
- Картофель – 3 шт.
- Морковь, лук – по 1 шт.
- Болгарский перец – 1 шт.
- Томатная паста – 2 ст. л.
- Вода – 200 мл
- Масло, соль, зелень

Приготовление:

1. Обжарь лук и морковь, добавь остальные овощи.
 2. Влей воду, добавь пасту.
 3. Туши под крышкой 25–30 мин.
-



4. Борщ классический

Объём: ~3,2 л

Ингредиенты:

- Свекла – 1 крупная
- Капуста – 300 г
- Картофель – 3 шт.
- Морковь, лук – по 1 шт.
- Томатная паста – 2 ст. л.
- Мясо (по желанию) – 300 г
- Вода – 2,8 л
- Соль, сахар, уксус

Приготовление:

1. Сварить бульон.
 2. Добавить картофель и капусту.
 3. Отдельно обжарить свёклу, морковь и лук с томатной пастой.
 4. Соединить, варить ещё 15 мин.
-



5. Макароны по-флотски

Объём: ~3 л

Ингредиенты:

- Макароны – 300 г
- Фарш – 400 г
- Лук – 1 шт.
- Масло – 2 ст. л.
- Соль, перец

Приготовление:

1. Отвари макароны до полуготовности, слей воду.
 2. В кастрюле обжарь лук и фарш.
 3. Добавь макароны, перемешай, прогрей 5 мин.
-

6. Картошка с грибами в сметане

Объём: ~3 л

Ингредиенты:

- Картофель – 6 шт.
- Грибы (шампиньоны) – 300 г
- Лук – 1 шт.
- Сметана – 150 г
- Масло, соль, перец

Приготовление:

1. Обжарь грибы и лук.
 2. Добавь картошку, $\frac{1}{2}$ стакана воды, посоли.
 3. Туши 20 мин под крышкой, затем добавь сметану, перемешай и прогрей.
-

7. Плов из курицы

Объём: ~3,3 л

Ингредиенты:

- Курица – 400 г
- Рис – 2 стакана
- Морковь – 2 шт.
- Лук – 1 шт.
- Масло – 4 ст. л.
- Вода – 3 стакана
- Специи для плова

Приготовление:

1. Обжарь лук, морковь, курицу.
 2. Добавь рис, специи и воду.
 3. Вари под крышкой 25 мин на слабом огне.
-



8. Суп-пюре из тыквы

Объём: ~2,5 л

Ингредиенты:

- Тыква – 500 г
- Картофель – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Лук – 1 шт.
- Сливки – 150 мл
- Соль, мускатный орех

Приготовление:

1. Нарезь овощи, вари в 1,5 л воды до мягкости.
 2. Пробей блендером, добавь сливки и специи.
 3. Прогрей 5 мин, не кипяти.
-



9. Фасоль тушёная с овощами

Объём: ~3 л

Ингредиенты:

- Отварная фасоль – 400 г
- Морковь, лук – по 1 шт.
- Томат – 2 шт.
- Перец болгарский – 1 шт.
- Масло, соль, специи

Приготовление:

1. Обжарь лук и морковь, добавь овощи.
 2. Вложи фасоль, немного воды.
 3. Туши под крышкой 20–25 мин.
-

10. Молочная рисовая каша

Объём: ~3 л

Ингредиенты:

- Рис – 1 стакан
- Вода – 2 стакана
- Молоко – 1 л
- Сахар – 2 ст. л.
- Соль – щепотка
- Масло сливочное – по вкусу

Приготовление:

1. Отвари рис в воде до полуготовности.
 2. Добавь молоко, сахар, соль.
 3. Вари на медленном огне 15–20 мин, помешивая.
-