



ТЕПЛО ДОМАШНЕГО ОЧАГА:
РЕЦЕПТЫ ДЛЯ МИНИ-ПЕЧИ



ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ

Количество порций

2

Температура печи

180°C

Время приготовления

40 минут

Ингредиенты:

- 2 стакана муки
- 1/2 стакана сахара
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1/2 ч. л. соли
- 1/2 стакана сливочного масла, нарезанного кубиками
- 2 яйца
- 1/2 стакана молока
- 4 крупных яблока, очищенных и нарезанных ломтиками
- 1 ч. л. корицы
- 2 ст. л. коричневого сахара

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. В миске смешайте муку, сахар, разрыхлитель и соль. Добавьте сливочное масло и перетрите в крошку.
3. В отдельной миске взбейте яйца и молоко, добавьте эту смесь к сухим ингредиентам и замесите тесто.
4. Выложите тесто в смазанную маслом форму для выпечки.
5. Выложите сверху яблочные ломтики, посыпьте корицей и коричневым сахаром.
6. Выпекайте 35-40 минут до золотистой корочки.
7. Дайте пирогу остыть перед нарезкой и подачей.



КУРИНЫЕ ГРУДКИ С ЛИМОНОМ И ТРАВАМИ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°C

Время
приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 2 куриные грудки
- 1 лимон
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. сушеного орегано
- 1 ч. л. сушеного тимьяна
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°C.
2. Натрите куриные грудки солью и перцем.
3. В миске смешайте оливковое масло, сок одного лимона, орегано и тимьян.
4. Обмакните куриные грудки в смесь и выложите на противень.
5. Запекайте 20-25 минут до полной готовности.
6. Подайте с ломтиками лимона и свежими травами.





ЗАПЕЧЕННЫЕ ОВОЩИ

Количество порций

2

Температура печи

180°C

Время приготовления

20 минут

Ингредиенты:

- 300 г филе рыбы (треска или минтай)
- 1 яйцо
- 1/4 стакана панировочных сухарей
- 1 маленькая луковичка, натертая
- Соль и перец по вкусу
- 1 ст. л. растительного масла

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Пропустите рыбу через мясорубку или измельчите в блендере.
3. В миске смешайте рыбу, яйцо, панировочные сухари, лук, соль и перец.
4. Сформируйте котлеты и выложите на смазанный маслом противень.
5. Выпекайте 15-20 минут до золотистой корочки.
6. Подавайте с любимым гарниром.





РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ

Количество порций

2

Температура печи

200°С

Время приготовления

30 минут

Ингредиенты:

- 1 баклажан
- 1 кабачок
- 1 красный перец
- 1 луковица
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Нарезьте овощи кубиками.
3. Смешайте овощи с оливковым маслом, солью и перцем.
4. Выложите овощи на противень и запекайте 25-30 минут до мягкости.
5. Подавайте горячими.



ШОКОЛАДНЫЕ МАФФИНЫ

Количество порций

4

Температура печи

180°C

Время приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 1 стакан муки
- 1/2 стакана сахара
- 1/4 стакана какао-порошка
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1/4 ч. л. соли
- 1/2 стакана молока
- 1 яйцо
- 1/4 стакана растительного масла
- 1 ч. л. ванильного экстракта

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. В миске смешайте муку, сахар, какао-порошок, разрыхлитель и соль.
3. В другой миске взбейте молоко, яйцо, растительное масло и ванильный экстракт.
4. Соедините сухие и жидкие ингредиенты, тщательно перемешайте.
5. Выложите тесто в формочки для маффинов.
6. Выпекайте 20-25 минут до готовности.
7. Дайте маффинам остыть перед подачей.





КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С БЕКОНОМ

Количество
порций

4

Температура
печи

190°C

Время
приготовления

35 минут

Ингредиенты:

- 3 крупных картофелины
- 100 г бекона
- 1 луковица
- 1/2 стакана тертого сыра
- 1/2 стакана сметаны
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 190°C.
2. Нарежьте картофель тонкими ломтиками, бекон и лук мелкими кусочками.
3. Выложите половину картофеля в форму для запекания, посолите и поперчите.
4. Сверху выложите слой бекона и лука, посыпьте половиной сыра.
5. Выложите оставшийся картофель, снова посолите и поперчите.
6. Смажьте сметаной и посыпьте оставшимся сыром.
7. Запекайте 30-35 минут до золотистой корочки.
8. Подавайте горячей.



ЗАПЕЧЕННЫЕ КУРИНЫЕ НОЖКИ

Количество порций

2

Температура печи

200°C

Время приготовления

40 минут

Ингредиенты:

- 4 куриные ножки
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. паприки
- 1 ч. л. сушеного чеснока
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°C.
2. Натрите куриные ножки смесью оливкового масла, паприки, сушеного чеснока, соли и перца.
3. Выложите ножки на противень.
4. Запекайте 35-40 минут до золотистой корочки и полной готовности.
5. Подавайте с любимым гарниром.





ОВОЩНОЙ КЕКС

Количество
порций

4

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

30 минут

Ингредиенты:

- 1 стакан муки
- 1/2 стакана молока
- 1 яйцо
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1/4 ч. л. соли
- 1 морковь, натертая на терке
- 1 маленький кабачок, натертый на терке
- 1/2 стакана тертого сыра
- 2 ст. л. растительного масла

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. В миске смешайте муку, разрыхлитель и соль.
3. В другой миске взбейте молоко, яйцо и растительное масло.
4. Соедините сухие и жидкие ингредиенты, добавьте морковь, кабачок и сыр.
5. Выложите тесто в смазанную маслом форму для выпечки.
6. Выпекайте 25-30 минут до золотистой корочки.
7. Дайте кексу остыть перед подачей.



ЛАЗАНЬЯ С МЯСОМ

Количество порций

2

Температура печи

180°C

Время приготовления

45 минут

Ингредиенты:

- 200 г фарша (говяжьего или свиного)
- 1 луковица
- 1 морковь
- 200 г томатного соуса
- 6 листов лазаньи
- 1/2 стакана тертого сыра
- 1/2 стакана молока
- 2 ст. л. сливочного масла
- 2 ст. л. муки
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Обжарьте фарш с нарезанным луком и морковью до готовности.
3. Добавьте томатный соус, соль и перец, тушите 10 минут.
4. В отдельной кастрюле растопите сливочное масло, добавьте муку и постепенно влейте молоко, постоянно помешивая, чтобы избежать комочков. Готовьте до загустения.
5. Выложите немного соуса на дно формы для запекания, затем слой листов лазаньи, мясной соус и сыр. Повторите слои, завершая соусом и сыром.
6. Запекайте 35-45 минут до готовности.
7. Дайте лазанье остыть перед нарезкой и подачей.



БАНАНОВЫЙ ХЛЕБ

Количество
порций

4

Температура
печи

175°С

Время
приготовления

60 минут

Ингредиенты:

- 2 спелых банана
- 1/3 стакана растительного масла
- 1/2 стакана сахара
- 1 яйцо
- 1 ч. л. ванильного экстракта
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1/2 ч. л. соли
- 1,5 стакана муки

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 175°С.
2. Разомните бананы в пюре.
3. В миске смешайте банановое пюре, растительное масло, сахар, яйцо и ванильный экстракт.
4. Добавьте разрыхлитель, соль и муку, перемешайте до однородной массы.
5. Выложите тесто в смазанную маслом форму для выпечки.
6. Выпекайте 55-60 минут до готовности.
7. Дайте хлебу остыть перед нарезкой и подачей.



ЗАПЕЧЕННАЯ СВИНИНА С ОВОЩАМИ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

40 минут

Ингредиенты:

- 300 г свиной вырезки
- 1 морковь
- 1 картофель
- 1 луковица
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. паприки
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Нарежьте свинину и овощи крупными кусками.
3. Смешайте свинину и овощи с оливковым маслом, паприкой, солью и перцем.
4. Выложите на противень и запекайте 35-40 минут до готовности.
5. Подавайте горячим.





ШАРЛОТКА С ГРУШАМИ

Количество
порций

4

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

35 минут

Ингредиенты:

- 3 груши
- 3 яйца
- 1 стакан сахара
- 1 стакан муки
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1 ч. л. ванильного экстракта
- Сахарная пудра для украшения

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Очистите груши и нарежьте ломтиками.
3. В миске взбейте яйца с сахаром до пышности.
4. Добавьте муку, разрыхлитель и ванильный экстракт, перемешайте до однородности.
5. Выложите груши в смазанную маслом форму для выпечки, залейте тестом.
6. Выпекайте 30-35 минут до готовности.
7. Остывшую шарлотку посыпьте сахарной пудрой перед подачей.





ЗАПЕЧЕННЫЕ БАКЛАЖАНЫ С ПОМИДОРАМИ И СЫРОМ

Количество
порций

2

Температура
печи

190°C

Время
приготовления

30 минут

Ингредиенты:

- 2 баклажана
- 2 помидора
- 1/2 стакана тертого сыра
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 190°C.
2. Нарезьте баклажаны и помидоры ломтиками.
3. Выложите слой баклажанов на противень, посолите и поперчите.
4. Сверху выложите слой помидоров, посыпьте тертым сыром.
5. Повторите слои, завершая сыром.
6. Запекайте 25-30 минут до готовности.
7. Подавайте горячими.





ГОВЯДИНА С ЧЕСНОКОМ И РОЗМАРИНОМ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

35 минут

Ингредиенты:

- 300 г говядины (стейк)
- 2 зубчика чеснока
- 2 веточки розмарина
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Натерите говядину солью, перцем и оливковым маслом.
3. Добавьте нарезанный чеснок и веточки розмарина.
4. Выложите говядину на противень.
5. Запекайте 30-35 минут до готовности.
6. Подавайте с любимым гарниром.



ЗАПЕЧЕННЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕРЦЫ

Количество
порций

2

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

40 минут

Ингредиенты:

- 2 больших болгарских перца
- 200 г говяжьего фарша
- 1 луковица
- 1 морковь
- 1/2 стакана вареного риса
- 1/2 стакана томатного соуса
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Очистите перцы, срежьте верхушки и удалите семена.
3. Обжарьте фарш с нарезанными луком и морковью до готовности.
4. Добавьте вареный рис и томатный соус, посолите и поперчите, перемешайте.
5. Наполните перцы полученной смесью.
6. Выложите перцы на противень и запекайте 35-40 минут до готовности.
7. Подавайте горячими.



ТЫКВЕННЫЙ ПИРОГ

Количество порций

4

Температура печи

180°C

Время приготовления

50 минут

Ингредиенты:

- 1 стакан тыквенного пюре
- 1/2 стакана сахара
- 1/2 стакана муки
- 2 яйца
- 1/2 стакана молока
- 1 ч. л. корицы
- 1/2 ч. л. имбиря
- 1/4 ч. л. гвоздики

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. В миске смешайте тыквенное пюре, сахар, муку, яйца, молоко и специи до однородности.
3. Выложите тесто в смазанную маслом форму для выпечки.
4. Выпекайте 45-50 минут до готовности.
5. Дайте пирогу остыть перед подачей.



ЗАПЕЧЕННАЯ ЦВЕТНАЯ КАПУСТА

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 1 маленькая цветная капуста
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. паприки
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Разберите цветную капусту на соцветия.
3. Смешайте цветную капусту с оливковым маслом, паприкой, солью и перцем.
4. Выложите капусту на противень.
5. Запекайте 20-25 минут до готовности.
6. Подавайте горячей.





ЗАПЕЧЕННЫЕ КУРИНЫЕ КРЫЛЫШКИ В СОУСЕ БАРБЕКЮ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

30 минут

Ингредиенты:

- 500 г куриных крылышек
- 1/2 стакана соуса барбекю
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Натрите куриные крылышки солью и перцем.
3. Выложите крылышки на противень.
4. Запекайте 20 минут.
5. Обмажьте крылышки соусом барбекю и запекайте еще 10 минут.
6. Подавайте горячими.



БРОККОЛИ В СЫРНОМ СОУСЕ

Количество порций

2

Температура печи

180°C

Время приготовления

20 минут

Ингредиенты:

- 300 г брокколи
- 1/2 стакана молока
- 1 ст. л. муки
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1/2 стакана тертого сыра
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Разберите брокколи на соцветия.
3. В кастрюле растопите сливочное масло, добавьте муку и постепенно влейте молоко, постоянно помешивая, чтобы избежать комочков. Готовьте до загустения.
4. Добавьте тертый сыр, соль и перец, перемешайте до однородности.
5. Выложите брокколи в форму для запекания, залейте сырным соусом.
6. Запекайте 15-20 минут до готовности.
7. Подавайте горячими.





ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ

Количество
порций

4

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

35 минут

Ингредиенты:

- 1 стакан муки
- 1/2 стакана какао-порошка
- 1/2 стакана сахара
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1/2 ч. л. соли
- 1/2 стакана молока
- 1/4 стакана растительного масла
- 1 яйцо
- 1 ч. л. ванильного экстракта

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. В миске смешайте муку, какао-порошок, сахар, разрыхлитель и соль.
3. В другой миске взбейте молоко, растительное масло, яйцо и ванильный экстракт.
4. Соедините сухие и жидкие ингредиенты, тщательно перемешайте.
5. Выложите тесто в смазанную маслом форму для выпечки.
6. Выпекайте 30-35 минут до готовности.
7. Дайте торту остыть перед подачей.



ЗАПЕЧЕННЫЕ СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ

Количество
порций

2

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

60 минут

Ингредиенты:

- 500 г свиных ребрышек
- 1/2 стакана соуса барбекю
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Натрите ребрышки солью и перцем.
3. Выложите ребрышки на противень.
4. Запекайте 45 минут.
5. Обмажьте ребрышки соусом барбекю и запекайте еще 15 минут.
6. Подавайте горячими.



ЗАПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ДОЛЬКИ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

30 минут

Ингредиенты:

- 4 картофелины
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. паприки
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Нарежьте картофель дольками.
3. Смешайте картофель с оливковым маслом, паприкой, солью и перцем.
4. Выложите картофель на противень.
5. Запекайте 25-30 минут до золотистой корочки.
6. Подавайте горячим.



ЗАПЕЧЕННЫЕ КРЕВЕТКИ С ЧЕСНОКОМ И ЛИМОНОМ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

15 минут

Ингредиенты:

- 200 г креветок
- 2 зубчика чеснока
- 1 лимон
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Очистите креветки.
3. В миске смешайте креветки с нарезанным чесноком, соком лимона, оливковым маслом, солью и перцем.
4. Выложите креветки на противень.
5. Запекайте 10-15 минут до готовности.
6. Подавайте горячими.





ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА С ОВОЩАМИ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 2 филе рыбы (треска или минтай)
- 1 морковь
- 1 кабачок
- 1 луковица
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Нарежьте морковь, кабачок и луковицу ломтиками.
3. Смешайте овощи с оливковым маслом, солью и перцем.
4. Выложите овощи на противень, сверху выложите рыбу.
5. Запекайте 20-25 минут до готовности.
6. Подавайте горячими.





ВАНИЛЬНЫЙ КЕКС

Количество порций

2

Температура печи

180°C

Время приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 1 стакан муки
- 1/2 стакана сахара
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1/4 ч. л. соли
- 1/2 стакана молока
- 1 яйцо
- 1/4 стакана растительного масла
- 1 ч. л. ванильного экстракта

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. В миске смешайте муку, сахар, разрыхлитель и соль.
3. В другой миске взбейте молоко, яйцо, растительное масло и ванильный экстракт.
4. Соедините сухие и жидкие ингредиенты, тщательно перемешайте.
5. Выложите тесто в смазанную маслом форму для выпечки.
6. Выпекайте 20-25 минут до готовности.
7. Дайте кексу остыть перед подачей.



ЗАПЕЧЕННЫЕ КАБАЧКИ С ЧЕСНОКОМ И СЫРОМ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 2 кабачка
- 2 зубчика чеснока
- 1/2 стакана тертого сыра
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Нарежьте кабачки ломтиками.
3. Смешайте кабачки с нарезанным чесноком, оливковым маслом, солью и перцем.
4. Выложите кабачки на противень и посыпьте тертым сыром.
5. Запекайте 20-25 минут до золотистой корочки.
6. Подавайте горячими.



ЗАПЕЧЕННЫЕ ЯБЛОКИ С КОРИЦЕЙ

Количество
порций

2

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 2 яблока
- 2 ст. л. коричневого сахара
- 1 ч. л. корицы
- 2 ст. л. сливочного масла

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Очистите яблоки и удалите сердцевину.
3. В миске смешайте коричневый сахар и корицу.
4. Начините яблоки смесью сахара и корицы.
5. Выложите яблоки на противень и положите сверху по кусочку сливочного масла.
6. Запекайте 20-25 минут до мягкости.
7. Подавайте горячими.





ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОМИДОРЫ С СЫРОМ И БАЗИЛИКОМ

Количество
порций

2

Температура
печи

190°C

Время
приготовления

20 минут

Ингредиенты:

- 4 помидора
- 1/2 стакана тертого сыра
- 2 ст. л. оливкового масла
- Свежий базилик
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 190°C.
2. Нарезьте помидоры пополам.
3. Выложите помидоры на противень, посолите и поперчите.
4. Посыпьте тертым сыром и полейте оливковым маслом.
5. Запекайте 15-20 минут до готовности.
6. Украсьте свежим базиликом перед подачей.





ЗАПЕЧЕННЫЕ ФРУКТЫ С МЁДОМ И ОРЕХАМИ

Количество
порций

2

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

20 минут

Ингредиенты:

- 1 яблоко
- 1 груша
- 1 банан
- 2 ст. л. меда
- 1/4 стакана измельченных орехов

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Нарезьте яблоко, грушу и банан ломтиками.
3. Выложите фрукты на противень и полейте медом.
4. Посыпьте измельченными орехами.
5. Запекайте 15-20 минут до готовности.
6. Подавайте горячими.



ШОКОЛАДНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Количество порций

4

Температура печи

175°С

Время приготовления

15 минут

Ингредиенты:

- 1 стакан муки
- 1/2 стакана какао-порошка
- 1/2 стакана сахара
- 1/2 стакана сливочного масла
- 1 яйцо
- 1 ч. л. ванильного экстракта
- 1/2 ч. л. разрыхлителя
- Щепотка соли

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 175°С.
2. В миске смешайте муку, какао-порошок, сахар, разрыхлитель и соль.
3. В другой миске взбейте размягченное сливочное масло с яйцом и ванильным экстрактом.
4. Соедините сухие и жидкие ингредиенты, тщательно перемешайте.
5. Выложите тесто на противень, формируя печенье.
6. Выпекайте 12-15 минут до готовности.
7. Дайте печенье остыть перед подачей.





КУРИЦА С КАРТОШКОЙ

Количество порций

2

Температура печи

190°C

Время приготовления

50 минут

Ингредиенты:

- 300 г куриного филе
- 2 картофелины
- 1 луковица
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 190°C.
2. Нарезьте куриное филе и картофель кусочками.
3. Смешайте курицу и картофель с нарезанным луком, оливковым маслом, солью и перцем.
4. Выложите на противень.
5. Запекайте 45-50 минут до готовности.
6. Подавайте горячим.



ЗАПЕЧЕННЫЕ ГРУШИ С МЕДОМ И КОРИЦЕЙ

Количество
порций

2

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

25 минут

Ингредиенты:

- 2 груши
- 2 ст. л. меда
- 1 ч. л. корицы
- 2 ст. л. сливочного масла

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Разрежьте груши пополам и удалите сердцевину.
3. В миске смешайте мед и корицу.
4. Начините груши смесью меда и корицы.
5. Выложите груши на противень и положите сверху по кусочку сливочного масла.
6. Запекайте 20-25 минут до мягкости.
7. Подавайте горячими.





ФРИКАДЕЛЬКИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

Количество
порций

2

Температура
печи

180°C

Время
приготовления

35 минут

Ингредиенты:

- 200 г говяжьего фарша
- 1 луковица
- 1 морковь
- 200 г томатного соуса
- 1 яйцо
- 1/4 стакана панировочных сухарей
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 180°C.
2. Смешайте фарш с нарезанным луком, тертой морковью, яйцом, панировочными сухарями, солью и перцем.
3. Сформируйте из смеси фрикадельки.
4. Выложите фрикадельки на противень и залейте томатным соусом.
5. Запекайте 30-35 минут до готовности.
6. Подавайте горячими с любимым гарниром.





ЗАПЕЧЕННЫЕ БАКЛАЖАНЫ С ЧЕСНОКОМ И ОРЕХАМИ

Количество
порций

2

Температура
печи

190°C

Время
приготовления

30 минут

Ингредиенты:

- 2 баклажана
- 2 зубчика чеснока
- 1/4 стакана измельченных орехов
- 2 ст. л. оливкового масла
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 190°C.
2. Нарезьте баклажаны ломтиками.
3. Смешайте баклажаны с нарезанным чесноком, измельченными орехами, оливковым маслом, солью и перцем.
4. Выложите баклажаны на противень.
5. Запекайте 25-30 минут до золотистой корочки.
6. Подавайте горячими.





ФИЛЕ РЫБЫ В СЛИВОЧНОМ СОУСЕ

Количество порций

2

Температура печи

200°С

Время приготовления

20 минут

Ингредиенты:

- 2 филе рыбы (треска или минтай)
- 1/2 стакана сливок
- 2 ст. л. сливочного масла
- 1/2 луковицы
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Нарежьте луковицу мелкими кубиками.
3. Обжарьте лук в сливочном масле до золотистого цвета.
4. Выложите рыбу на противень, посолите и поперчите.
5. Залейте рыбу сливками и добавьте обжаренный лук.
6. Запекайте 15-20 минут до готовности.
7. Подавайте горячей.





ЗАПЕЧЕННЫЕ КУРИНЫЕ БЕДРЫШКИ

Количество
порций

2

Температура
печи

200°С

Время
приготовления

35 минут

Ингредиенты:

- 4 куриных бедрашка
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. паприки
- Соль и перец по вкусу

Приготовление:

1. Разогрейте мини-печь до 200°С.
2. Натрите куриные бедрашки солью, перцем и паприкой.
3. Выложите бедрашки на противень.
4. Запекайте 30-35 минут до готовности.
5. Подавайте горячими.

