

Филе и печень индейки тушёные с овощами в мультиварке "Экстра индюшка" (khurs.ru - 2022)

1. Масло растительное
 2. Лук репчатый нарезать средними квадратиками
 3. Баклажаны нарезать средними кусочками
 4. Перцы жёлтые сладкие нарезать короткой соломкой
 5. Филе индейки нарезать некрупно
 6. Печень индейки нарезать некрупно
 7. Помидоры нарезать некрупно
 8. Специи: зелень кинзы сушёная, чеснок сушёный молотый, перец лимонный молотый, лук репчатый сушёный измельчённый, томаты сушёные измельчённые, кардамон, соль
- 2-8 – уложить послойно и спрессовать
Налить кипящую воду

Тушение в режиме мультиварки
"Духовка" 2х60 минут

Тушение

Тушёная
индейка

1. Филе индейки – 0,8 кг
2. Печень индейки – 0,8 кг
3. Лук репчатый – 2-3 шт.
4. Перцы жёлтые сладкие – 2 шт.
5. Баклажаны – 3 шт.
6. Помидоры - 1-2 шт.
7. Зелень кинзы сушёная – 1 ст. ложки
8. Чеснок сушёный молотый – 0,4-0,5 ст. ложки
9. Перец лимонный молотый – 0,2-0,3 ч. ложки
10. Лук репчатый сушёный измельчённый – 0,6-0,8 ст. ложки
11. Томаты сушёные измельчённые - 0,5-0,6 ст. ложки
12. Кардамон молотый - 0,1-0,2 ч. ложки
13. Масло растительное – 30-40 г
14. Соль – 1 ст. ложка
15. Вода – 0,5 л (горячая)



Филе и печень индейки тушёные с овощами в мультиварке "Экстра индюшка"



1. Берём печень индейки



2. Режем печень индейки некрупно



3. Берём филе индейки



4. Режем филе индейки на некрупные части



5. Берём перцы жёлтые сладкие



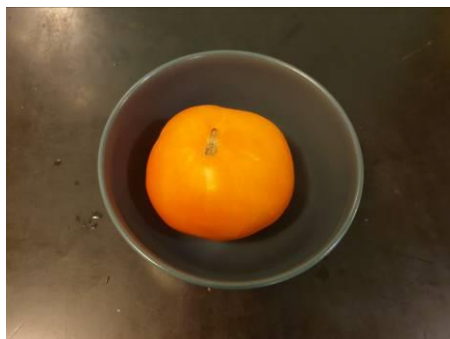
6. Режем перцы жёлтые сладкие короткой соломкой



7. Берём баклажаны



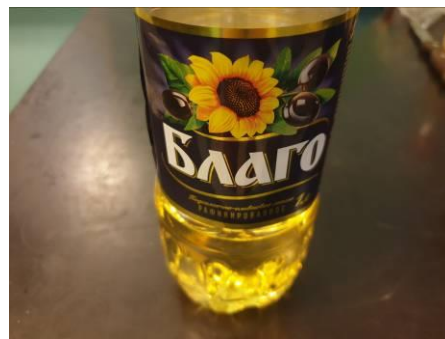
8. Режем баклажаны средними кусочками



9. Берём помидоры



10. Режем помидоры некрупно



11. Берём масло растительное



12. Чистим лук репчатый

Филе и печень индейки тушёные с овощами в мультиварке "Экстра индюшка"



13. Режем лук репчатый на средние квадратики



14. Составляем пропорции специй



15. Перемешиваем специи



16. Наливаем масло растительное в чашу мультиварки



17. Кладём слой лука репчатого в чашу мультиварки



18. Кладём слой перцев жёлтых сладких в чашу мультиварки



19. Кладём слой баклажанов в чашу мультиварки



20. Кладём слой филе индюшки в чашу мультиварки



21. Кладём первую часть специй в чашу мультиварки



22. Кладём слой печени индюшки в чашу мультиварки



23. Кладём вторую часть специй в чашу мультиварки



24. Кладём помидоры в чашу мультиварки

Филе и печень индейки тушёные с овощами в мультиварке "Экстра индюшка"



25. Кладём слой перцев жёлтых сладких в чашу мультиварки



26. Кладём слой лук репчатый в чашу мультиварки



27. Кладём слой баклажанов в чашу мультиварки



28. Наливаем кипящую воду в чашу мультиварки



29. Ставим чашу в мультиварку, включаем режим "Духовка"



30. Открываем крышку, проверяем готовность овощей



31. Повторно включаем режим "Духовка"



32. Подаём на стол