

AENO

Рецепти за
су віда AENO SV1



aeno.com



Рецепти за месо

[Телешка пържола су-вид](#)

[Свинско месо су-вид](#)

[Пуешко филе су-вид](#)

[Пилешко руло су-вид](#)

Зеленчукови рецепти

[Зеленчуци су-вид](#)

[Зеленчуци су-вид](#)

[Гъби шампион су-вид](#)

Рибни рецепти

[Сьомга су-вид](#)

[Скумрия су-вид](#)

[Пъстърва су-вид](#)

[Риба тон су-вид](#)

Рецепти с морски дарове

[Скариди су-вид](#)





[Октопод су-вид](#)

Плодови десерти

[Медени ябълки су-вид](#)

[Телешка пържола су-вид](#)





Телешка пържола су-вид

| | | | |
|--|---|--|---|
|  Трудност Средна |  t за приготвяне: 5 мин |  t за готвене: 300 мин |  Порции 2 |
|--|---|--|---|

Начин на приготвяне:

Измийте и подсушете добре телешкото месо. Посолете, поръсете с черен пипер, добавете мащерка и поставете във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с месото във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 65 градуса. След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 5 часа и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.





Съставки:

| | |
|----------------------|-------|
| Телешко месо (рибай) | 300 г |
| Мащерка | 7 г |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |



СВИНСКО МЕСО

СУ-ВИД

| | | | |
|--|---|--|---|
|  <p>Трудност Средна</p> |  <p>t за приготвяне: 5 мин</p> |  <p>t за готвене: 180 мин</p> |  <p>Порции 3-4</p> |
|--|---|--|---|



Съставки:



| | |
|------------------|--------------|
| Свинско месо | 600 г |
| Чесън | 3-4 скилидки |
| Хмели-сунели | |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |

Начин на приготвяне:

Измийте и подсушете добре месото. Посолете, поръсете с черен пипер, добавете хмели-сунелито, напълнете с чесън и поставете във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатйте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с месото във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 62 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 3 часа и натиснете бутона POWER  . Гответе до приключване на програмата.

Пуешко филе су-вид

Съставки:

| | |
|------------------|-------|
| Пуешко филе | 600 г |
| Кисело мляко | 150 г |
| Дижонска горчица | 50 г |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
180 мин







Порции
3-4

Начин на приготвяне:

Измийте и подсушете добре филето. Посолете, поръсете с черния пипер, намажете с киселото мляко и горчицата и поставете във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с месото във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 65 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 3 часа и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.



Пилешко руло су-вид



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
120 мин



Порции
2-3



Съставки:



| | |
|------------------|-------|
| Пилешко филе | 400 г |
| Гъби шампиньон | 100 г |
| Твърдо сирене | 100 г |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |

Начин на приготвяне:

Нарежете гъбите на филийки. Настържете сиренето на едро. Измийте старателно пилешкото филе, подсушете го и го нарежете на две по дължина. Увийте филето във фолио и го начукайте. Посолете и поръсете с черния пипер. Върху месото сложете гъбите, отгоре сиренето и увийте под формата на руло. Направете същото и с останалото месо. Ще получите 4 рула.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с месото във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 65 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 2 часа и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Сьомга су-вид



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
60 мин



Порции
3-4





Съставки:



| | |
|---------------------|-------|
| Сьомга | 600 г |
| Зехтин | 10 г |
| Сол , захар на вкус | |

Начин на приготвяне:

Отстранете кожата и костите от рибата, след това добавете солта, захарта и мариновайте в хладилника за 25 минути. След изтичането на този период сложете рибата във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с рибата във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 58 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Скумрия су-вид

Съставки:

| | |
|------------------|-----------|
| Скумрия | 450-500 г |
| Зехтин | 10 г |
| Лимон | 50 г |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
60 мин







Порции
2-3

Начин на приготвяне:

Нарежете лимона на полукръгчета. Измийте рибата, подсушете я, добавете солта и черния пипер. Направете 3-4 леки разреза от двете страни на рибата. Поставете резенчетата лимон в направените разрези. Сложете рибата във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатаяте торбичката.





Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с рибата във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 55 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER  . Гответе до приключване на програмата.



Пъстърва су-вид

| | | | |
|--|---|---|---|
|  Трудност Средна |  t за приготвяне: 5 мин |  t за готвене: 60 мин |  Порции 2-3 |
|--|---|---|---|



Начин на приготвяне:

Нарежете чесъна с нож и го смесете със зехтина. Измийте рибата, подсушете я, добавете лимоновата кора, черния пипер и солта и я намажете със зехтина и чесъна.

Сложете рибата във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатйте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с рибата във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 58 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Съставки:

| | |
|------------------|------------|
| Пъстърва | 450-500 г |
| Зехтин | 10 г |
| Лимонова кора | 3 г |
| Чесън | 1 скилидка |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |



Риба тон су-вид



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
60 мин



Порции
3-4





Съставки:



| | |
|--------------------------|-------|
| Риба тон | 500 г |
| Зехтин | 10 г |
| Лимонова кора | 3 г |
| Корен от джинджифил | 2-3 г |
| Сусамови семена (печени) | |
| Мед на вкус | |
| Млян черен пипер | |
| Сол | |

Начин на приготвяне:

Коренът от джинджифил се настъргва на ситно и се смесва със зехтина, меда и лимоновата кора. Измийте рибата, подсушете я, добавете черния пипер, солта и я настържете добре с получената смес. Сложете рибата във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с рибата във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 58 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Зеленчуци су-вид

Съставки:

| | |
|----------------|-------|
| Патладжан | 100 г |
| Тиквички | 100 г |
| Жълта чушка | 70 г |
| Зелена чушка | 70 г |
| Червена чушка | 70 г |
| Зехтин | 25 г |
| Сол, подправки | |



Трудност
Средна



t за приготвяне:
50 мин



t за готвене:
60 мин







Порции
2-3

Начин на приготвяне:

Нарежете патладжаните и тиквичките на колелца. Нарежете чушките на кубчета. Сложете зеленчуците в купа, добавете зехтина, солта и подправките и разбъркайте добре. Сложете зеленчуците във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.





Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с зеленчуците във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 85 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.



Зеленчуци су-вид

| | | | |
|--|---|--|---|
|  Трудност Средна |  t за приготвяне: 5 мин |  t за готвене: 180 мин |  Порции 2-3 |
|--|---|--|---|



Съставки:



| | |
|---------|-------|
| Картофи | 150 г |
| Моркови | 100 г |
| Цвекло | 150 г |
| Зехтин | 25 г |
| Сол | |

Начин на приготвяне:

Препоръчваме Ви да вземете еднакъв грамаж картофи и цвекло. Измийте и обелете картофите, цвеклото и морковите. Сложете зеленчуците в купа, добавете зехтина и солта и разбъркайте добре. Сложете зеленчуците във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатйте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с зеленчуците във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 85 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Гъби шампион су-вид

Съставки:

| | |
|----------------|-------|
| Гъби шампиньон | 300 г |
| Млян бял пипер | 0,5 г |
| Сух чесън | 0,5 г |
| Сол, подправки | |



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
60 мин







Порции
2

Начин на приготвяне:

Препоръчваме Ви да използвате гъби с еднакъв размер. Сложете гъбите в купа, добавете черния пипер, сушения чесън, солта и подправките и разбъркайте леко. Сложете гъбите във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с гъбите във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 83 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.



Скариди су-вид



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
30 мин



Порции
1





Съставки:



| | |
|------------------|-------|
| Скариди | 300 г |
| Сок от лайм | 0,5 г |
| Зехтин | 0,5 г |
| Сол, | |
| 1 скилидка чесън | |

Начин на приготвяне:





Обелете скаридите, без да отстранявате опашките им. Нарезете чесъна на ситно с нож. Сложете скаридите в купа, добавете чесъна, сока от лайм, зехтина и солта и разбъркайте. Сложете скаридите във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатйте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с скаридите във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 55 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 30 минути и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.


Октопод су-вид



| | | | |
|--|---|--|---|
|  Трудност Средна |  t за приготвяне: 5 мин |  t за готвене: 240 мин |  Порции 2 |
|--|---|--|---|

Начин на приготвяне:

Препоръчваме Ви да вземете октоподи с еднакъв размер. Сложете октопода в купа, добавете лимоновия сок, черния пипер, зехтина, сушения чесън и солта и разбъркайте. Сложете октопода във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатйте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджерата до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с октопода във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 80 градуса.





След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 4 часа и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Съставки:

| | |
|-------------|-------|
| Октопод | 200 г |
| Лимон | 40 г |
| Бял пипер | 0,5 г |
| Зехтин | 25 г |
| Сушен чесън | 0,5 г |
| Сол | |



Медени ябълки су-вид

| | | | |
|--|---|---|---|
|  Трудност Средна |  t за приготвяне: 5 мин |  t за готвене: 60 мин |  Порции 2-3 |
|--|---|---|---|




Съставки:



| | |
|----------------|-------|
| Ябълки | 300 г |
| Мед | 50 г |
| Ядки (счукани) | 30 г |

Начин на приготвяне:

Препоръчваме Ви да използвате ябълки с еднаква големина. Отстранете семките от ябълките, сложете меда и ядките вътре и поставете ябълките във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатйте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с ябълките във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 80 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

Круши с мед и канела су-вид



Трудност
Средна



t за приготвяне:
5 мин



t за готвене:
60 мин



Порции
2-3



Съставки:



| | |
|--------|-------|
| Круша | 400 г |
| Канела | 1 г |
| Захар | 30 г |

Начин на приготвяне:

Препоръчваме Ви да използвате круши с еднакъв размер. Отстранете семките от крушите, сложете вътре захар, поръсете крушите с канела и ги поставете във вакуумна торбичка. С помощта на вакуумен уплътнител отстранете въздуха и запечатайте торбичката.

Налейте вода с температура 45-50 градуса в тенджера до ниво, което не превишава обозначението MAX, потопете торбичката с крушите във водата, поставете устройството су-вид на стената на тенджерата, като го закрепите с вградената щипка.

Задръжте бутона POWER  за 3 секунди, след това натиснете бутона SETTINGS  и използвайте бутоните "+/-", за да настроите температурата на 80 градуса.

След това натиснете бутона SETTINGS , използвайте бутоните "+/-", за да настроите времето за готвене на 1 час и натиснете бутона POWER . Гответе до приключване на програмата.

