

Your Aerofryer **RECIPE BOOK**



 **PRINCESS**[®] for moments that matter

Index **recipes**

LUNCH/BREAKFAST

Toasted sandwich 6

MAIN DISH

Sweet & sour chicken 12

Steak rolls with vegetables 16

Low and slow pulled pork 20

Lasagne with salmon and ricotta 24

Prawns en papillote 28

Salmon with a crispy herb crust 32

Tuna steak with sesame crust 36

Oven risotto with chicken thigh rolls 40

Ratatouille with chicken thighs 44

Whole chicken with herb butter and lemon 48

Baked ricotta with vegetables 52

SIDE DISH

Stuffed bell peppers 58

Chicory gratin 62

Roasted pumpkin with sage and hazelnuts 66

Roast sweet potato with spicy guacamole 70

Potato gratin with a cheese crust 74

Stuffed portobello mushrooms 78

SWEET DISH

Blueberry muffins 84

Mini apple pies 88

Cherry crumble 92

Healthy banana muffins with pecan crumble 96

Lemon-chocolate marble cake 100

Chocolate lava cake with cherry jam 104

Meringue with strawberry cream 108

SNACK

Nachos con carne 114

Calamari rings 118

Chicken croquettes 122

BREAD

Focaccia 128

Flavoured rolls 132



Cooking times



Asparagus (slices)	Asperges (plakjes)	Spargel (Streifen)	800 g	5-9 min	200°C
Broccoli florets	Broccolirosjes	Brokkoliröschen	250 g	5-9 min	200°C
Carrot (slices)	Wortel (plakjes)	Karotten (Streifen)	400 g	11-13 min	190°C
Cauliflower florets	Bloemkoolrosjes	Blumenkohlroschen	250 g	11-13 min	200°C
Corn on the cob	Maïskolf	Maiskolben	500 g	6-8 min	200°C
Eggplant cubes	Aubergineblokjes	Auberginenwürfel	400 g	15-18 min	200°C
Mushrooms	Paddestoelen	Pilze	250 g	3-4 min	180°C
Oyster mushrooms	Oesterpaddestoelen	Austernpilze	250 g	3-4 min	180°C
Parsnips (chunks)	Pastinaak (stukjes)	Pastinaken (Stückchen)	350 g	12-15 min	190°C
Sweet potatoes (chopped)	Zoete aardappelen (gesneden)	Süßkartoffeln (gewürfelt)	600 g	30-35 min	190°C
Potatoes	Aardappelen	Kartoffeln	600 g	30-45 min	200°C
Potatoes (chopped)	Aardappelen (gesneden)	Kartoffeln (gewürfelt)	600 g	15-30 min	190°C
Bell pepper	Paprika	Paprika	300 g	9-11 min	180°C
Courgette (slices)	Courgette (plakjes)	Zucchini (Scheiben)	300 g	8-11 min	200°C
Pumpkin (slices)	Pompoen (plakjes)	Kürbis (Spalten)	500 g	10-12 min	200°C
Cherry tomatoes	Cherrytomaatjes	Kirschtomaten	300 g	3-5 min	200°C
Tomatoes (halved)	Tomaten (gehalveerd)	Tomaten (halbiert)	300 g	9-11 min	180°C



Bacon	Spek	Speck	150 g	5-10 min	200°C
Burgers	Hamburgers	Hamburger	600 g	8-10 min	180°C
Steak	Biefstuk	Steak	400 g	8-14 min	200°C
Rib eye	Rib eye	Rib-Eye	400 g	10-18 min	200°C
Tenderloin	Lende	Rinderfilet	300 g	14-17 min	190°C
Sausages	Worstjes	Würstchen	400 g	14-16 min	190°C
Chicken breast	Kipfilet	Hähnchenbrust	300 g	22-24 min	190°C
Drumsticks	Drumsticks	Hähnchenschenkel	600 g	20-25 min	185°C
Chicken wings	Kippenvleugels	Hähnchenflügel	600 g	12-15 min	200°C



Calamari (225 g)	Calamaris (225 g)	Tintenfisch (225 g)	225 g	4-5 min	200°C
Tuna steak	Tonijnsteak	Thunfischsteak	150 g	7-10 min	200°C
Salmon fillet	Zalmfilet	Lachsfilet	170 g	12-15 min	180°C
Prawns	Garnalen	Garnelen	225 g	5-6 min	200°C
Swordfish steak	Zwaardvis steak	Schwertfischsteak	260 g	10-12 min	200°C
Fish fillet	Visfilet	Fischfilet	240 g	10-12 min	200°C



Espárragos (rodajas)	Asperges (rondelles)	Asparagi (fette)	800 g	5-9 min	200°C
Floretes de brócoli	Flequettes de brocolis	Cime di broccoli	250 g	5-9 min	200°C
Zanahoria (rodajas)	Carottes (rondelles)	Carota (rondelle)	400 g	11-13 min	190°C
Florete de colíflor	Flequettes de chou-fleur	Cimette di cavolfiore	250 g	11-13 min	200°C
Mazorca	Épis de maïs	Pannocchie arrostiti	500 g	6-8 min	200°C
Cubos de berenjena	Aubergines (coupées en dés)	Dadini di melanzane	400 g	15-18 min	200°C
Champiñones	Champignons	Funghi	250 g	3-4 min	180°C
Seta ostra	Pleurotes	Funghi cardoncelli	250 g	3-4 min	180°C
Chirivías (trozos)	Panais (morceaux)	Pastinaca (pezzi)	350 g	12-15 min	190°C
Batatas (picadas)	Patates douces (coupées en dés)	Patate dolci (a pezzetti)	600 g	30-35 min	190°C
Patatas	Pommes de terre	Patate	600 g	30-45 min	200°C
Patatas (picadas)	Pommes de terre (coupées en dés)	Patate (a pezzetti)	600 g	15-30 min	190°C
Pimiento dulce	Poivrons	Peperoni	300 g	9-11 min	180°C
Calabacín (rodajas)	Courgettes (rondelles)	Zucchini (rondelle)	300 g	8-11 min	200°C
Calabaza (rodajas)	Potiron (tranches)	Zucca (fette)	500 g	10-12 min	200°C
Tomate Cherry	Tomates cerises	Pomodorini ciliegini	300 g	3-5 min	200°C
Tomate (reducido a la mitad)	Tomates (coupées en deux)	Pomodori (tagliati a metà)	300 g	9-11 min	180°C



Bacon	Lard	Pancetta	150 g	5-10 min	200°C
Hamburguesas	Hamburgers	Burger	600 g	8-10 min	180°C
Filete	Bifteck	Bistecca	400 g	8-14 min	200°C
Entrecot	Faux-filet	Costata di manzo	400 g	10-18 min	200°C
Filete de lomo	Filet	Filetto di manzo	300 g	14-17 min	190°C
Salchichas	Saucisses	Salsicce	400 g	14-16 min	190°C
Pechuga de pollo	Poitrine de poulet	Petto di pollo	300 g	22-24 min	190°C
Muslos de pollo	Pilons de poulet	Cosce di pollo	600 g	20-25 min	185°C
Alitas de pollo	Ailes de poulet	Alette di pollo	600 g	12-15 min	200°C



Calamares (225 gr)	Calamar (225 g)	Calamari (225 gr)	225 g	4-5 min	200°C
Filete de atún	Darne de thon	Filetto di tonno	150 g	7-10 min	200°C
Filete de salmón	Filet de saumon	Filetto di salmone	170 g	12-15 min	180°C
Gambas	Crevettes	Gamberetti	225 g	5-6 min	200°C
Filete de pez espada	Darne d'espardon	Trancio di pesce spada	260 g	10-12 min	200°C
Filete de pescado	Filet de poisson	Filetto di pesce	240 g	10-12 min	200°C

LUNCH /
BREAKFAST



Best Aerofryer TOASTED SANDWICH



SERVINGS

2



PREP TIME

5



FRY TIME

10



TEMPERATURE

180°C



Best Aerofryer toasted sandwich

Ingredients

- 4 thick slices of fresh white bread
- 4 tbsp mayonnaise
- 75 g cheddar cheese, grated
- 75 g Gruyère cheese, grated
- 4 slices ham
- 2 tbsp coarse mustard
- 4 sprigs curled parsley

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 180°C.
2. Spread one side of each slice generously with mayonnaise. Lay two slices with mayonnaise as 'underside' of sandwich on a cutting board and spread with mustard. Divide a quarter of the cheese, then ham and more cheese over each slice. Reserve a small amount of cheese for the topping. Cover with the two other slices, press lightly together, and sprinkle with reserved cheese.
3. Cook sandwiches separately for 10 minutes in Aerofryer basket. Turn after 5 minutes (bake together if both fit in Aerofryer).
4. Serve, sprinkled with some finely-chopped curled parsley.



Best Aerofryer tosti

Ingrediënten

- 4 dikke plakken wit vloerbrood
- 4 el mayonaise
- 75 g cheddar kaas, geraspt
- 75 g Gruyèrekaas, geraspt
- 4 plakken beenham
- 2 el grove mosterd
- 4 takjes krulpeterselie

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
2. Besmeer de buitenkanten van de plakken brood royaal met de mayonaise. Leg twee plakken brood als 'onderkant' van de tosti met de mayonaise naar onderen op een snijplank en besmeer met de mosterd. Verdeel op elke plak een kwart van de kaas, vervolgens de beenham en meer kaas. Houd een klein beetje kaas apart voor bovenop. Dek af met de andere twee boterhammen, druk iets aan en bestrooi met de achtergehouden kaas.
3. Bak de tosti's één voor één 10 minuten in het mandje van de Aerofryer. Keer halverwege. (Als de twee tosti's tegelijk in de Aerofryer passen, bak ze dan samen)
4. Serveer met wat fijngehakte krulpeterselie.



Best Aerofryer Toast

Zutaten

- 4 dicke Scheiben Weißbrot
- 4 EL Mayonnaise
- 75 g Cheddarkäse, gerieben
- 75 g Gruyèrèkäse, gerieben
- 4 Scheiben Knochenschinken
- 2 EL grober Senf
- 4 Zweige gekräuselte Petersilie

Zubereitung

1. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 180 °C vor.
2. Bestreichen Sie zwei der vier Toastscheiben mit Mayonnaise. Legen Sie die zwei anderen Brotscheiben als "Boden" des Sandwichs auf ein Schneidebrett und bestreichen Sie sie mit dem Senf. Verteilen Sie je ein Viertel des Käses auf jeder Scheibe und legen Sie den Schinken darauf. Bestreuen Sie ihn erneut mit etwas Käse und legen Sie die Mayonnaise bestrichene Toastscheibe darauf. Drücken Sie die obere Toastscheibe etwas an und streuen Sie den restlichen Käse über die beiden Toasts
3. Die Sandwiches nacheinander für 10 Minuten im Korb der Heißluftfritteuse grillen. Bei Bedarf nach 5 Minuten umdrehen. (Wenn die beiden Sandwiches gleichzeitig in den Aerofryer passen, grillen Sie sie zusammen)
4. Servieren Sie die Toasts mit etwas fein gehackter gekräuselter Petersilie.



Mejor sandwich en Aerofreidora

Ingredientes

- 4 rebanadas gruesas de pan blanco tipo molde
- 4 cucharadas de mayonesa
- 75 g de queso cheddar, rallado
- 75 g de queso Gruyer, rallado
- 4 lonchas de jamón serrano
- 2 cucharadas de mostaza
- 4 ramitas de perejil rizado

Preparación

1. Precalienta la Aerofreidora a 180 °C.
2. Mezcla la mayonesa con la mostaza.
3. En la parte interior de las 4 rebanadas de pan extiende generosamente la mezcla de mayonesa y mostaza. Encima de 2 de las rebanadas añade un poco de queso cheddar, a continuación, el jamón y luego más queso cheddar. Cierras el bocadillo con la otra rebanada de pan que ya tenía la mezcla de mayonesa untada.
4. Espolvorea con el queso gruyer la parte superior del bocadillo.
5. Haz los sándwiches uno a uno durante 10 minutos en la cesta de la Aerofreidora. Gíralos cuando lleven la mitad del tiempo. (Si los dos sándwiches caben en la Aerofreidora al mismo tiempo, cocínalos juntos)
6. Si te apetece puedes servir con un poco de perejil rizado picado.



Meilleur croque-monsieur à l'Aerofryer

Ingrédients

- 4 tranches épaisses de pain de mie blanc
- 4 cs de mayonnaise
- 75 g de cheddar râpé
- 75 g de gruyère râpé
- 4 tranches de jambon à l'os
- 2 cs de moutarde
- 4 brins de persil tubéroux

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
2. Répartissez généreusement la mayonnaise et la moutarde sur l'une des faces de chaque tranches de pain. Placez deux tranches de pain sur une planche à découper, moutarde et mayonnaise sur le dessus : ce seront les bases des croque-monsieur. Répartissez un quart du fromage sur ces deux tranches puis ajoutez le jambon et encore du fromage par-dessus. Gardez en peu de côté. Couvrez ensuite avec les deux autres tranches de pain, pressez légèrement et saupoudrez avec le reste du fromage.
3. Faites cuire les sandwichs un par un pendant 10 minutes dans le panier de l'Aerofryer. Retournez-les à mi-cuisson. Si les deux sandwichs rentrent dans l'Aerofryer en même temps, faites-les cuire ensemble.
4. Servir avec un peu de persil haché.



Panino con formaggio grigliato Aerofryer

Ingredienti

- 4 fette spesse di pane bianco
- 4 cucchiari di maionese
- 75 g di formaggio cheddar, grattugiato
- 75 g di groviera, grattugiato
- 4 fette di prosciutto con l'osso
- 2 cucchiari di senape grossolana
- 4 rametti di prezzemolo riccio

Preparazione

1. Preriscaldare l'Aerofryer a 180 °C.
2. Distribuire abbondantemente la maionese sui lati esterni delle fette di pane. Mettere due fette di pane come "fondo" del panino con la maionese adagiate su un tagliere e spalmare con la senape. Dividere un quarto di formaggio su ogni fetta, poi il prosciutto e altro formaggio. Tenere da parte un po' di formaggio per la parte di sopra. Coprire le altre due fette di pane, premere leggermente e spolverare con il formaggio messo da parte.
3. Cuocere i panini uno ad uno per 10 minuti nel cestello dell'Aerofryer. Girarli a metà cottura. (Se i panini entrano entrambi nell'Aerofryer, è possibile cuocerli insieme)
4. Servire con un po' di prezzemolo riccio tritato finemente.

MAIN
DISH



Sweet & Sour CHICKEN



SERVINGS
4



PREP TIME
30



FRY TIME
10



TEMPERATURE
190°C



Sweet & sour chicken

Ingredients

- 300 g white rice
- 50 g flour
- 400 g chicken breast, diced
- 100 ml low-fat yogurt, unsweetened
- 100 g panko bread crumbs
- 150 ml sweet & sour wok sauce
- 1 bunch chives: half finely chopped, half in rings.
- 1 bok choy, in strips
- 2 orange bell peppers, in strips
- Pepper, salt and sunflower oil

Preparation

1. Prepare rice according to directions on packet.
2. Season flour with pepper and salt. Coat chicken breast pieces in flour.
3. Then combine with yogurt. Make sure each piece is fully coated in yogurt.
4. Cover coated chicken pieces one by one in the panko breadcrumbs, so that they are fully covered.
5. Preheat Aerofryer to 190°C.
6. Place chicken pieces out over Aerofryer basket. Cook 10 minutes until crisp and done. Give a good shake halfway through.
7. Meanwhile, heat two tbsp olive oil in a wok. Stir-fry vegetables, except for chive rings, for 5 minutes until softened. Add sweet & sour sauce and cook a little longer. As last, add crispy chicken pieces and combine.
8. Serve the Sweet and Sour Chicken with rice. Sprinkle with chive rings.



Sweet & sour chicken

Ingrediënten

- 300 g witte rijst
- 50 g bloem
- 400 g kipfilet, in blokjes
- 100 ml magere yoghurt, ongezoet
- 100 g panko
- 150 ml zoetzure woksaus
- 1 bosje bosui, de helft in stukken, de helft in fijne ringetjes
- 1 st paksoi, in repen
- 2 oranje paprika's, in repen
- Peper, zout en zonnebloemolie

Bereidingswijze

1. Bereid de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Breng de bloem op smaak met zout en peper. Meng de kipfilet met de bloem.
3. Meng de kipfilet vervolgens met de yoghurt. Zorg dat elk stukje een laagje yoghurt heeft.
4. Druk de kipstukjes met de yoghurt een voor een in de panko, zodat ze rondom goed bedekt zijn.
5. Verwarm de Aerofryer voor op 190°C.
6. Spreid de kipstukjes uit op de roosters. Bak in 10 minuten krokant en gaar.
7. Verhit ondertussen twee eetlepels olijfolie in een wok. Wok de groenten, behalve de ringetjes bosui, al omscheppend in vijf minuten zacht. Voeg de zoetzure saus toe en kook nog even door. Schep als laatste de krokante kipstukjes erdoor.
8. Serveer de Sweet and Sour Chicken met de rijst. Bestrooi met de ringetjes bosui.



Hähnchen süß-sauer

Zutaten

- 300 g weißer Reis
- 50 g Mehl
- 400 g Hähnchenfilet, in Würfeln
- 100 ml Magerjoghurt, ungesüßt
- 100 g Pankomehl
- 150 ml süß-sauer Woksauce
- 1 Bund Frühlingszwiebeln, die Hälfte in Stücken, die andere Hälfte in feinen Ringen
- 1 Stück Pak Choi, in Streifen
- 2 orange Paprika, in Streifen
- Pfeffer, Salz und Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Bereiten Sie den Reis nach der Packungsanleitung zu.
2. Das Mehl mit Salz und Pfeffer würzen. Das Hähnchenfilet mit dem Mehl vermengen.
3. Anschließend die Hähnchenfiletstücke mit Joghurt drehen. Achten Sie darauf das jedes Stück mit Joghurt bedeckt ist.
4. Nun wenden Sie alle Hähnchenfiletwüfel in dem Panko-Paniermehl.
5. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 190 °C vor.
6. Legen Sie die Hähnchenstücke in dem Korb Ihrer Heißluftfritteuse und backen Sie diese für 10 Minuten, bis sie knusprig und gar sind. Für ein besseres Ergebnis wenden Sie die Fleischstücke nach der Hälfte der Zubereitungszeit.
7. In der Zwischenzeit zwei Esslöffel Olivenöl in einem Wok erhitzen und das Gemüse, außer den Frühlingszwiebelringen, 5 Minuten lang unter Rühren anbraten. Die süß-sauer Sauce hinzugeben und weiterkochen. Zum Schluss die knusprigen Hähnchenstücke hinzugeben.
8. Das Hähnchen süß-sauer mit dem Reis servieren und mit den Frühlingszwiebelringen garnieren.



Pollo agridulce

Ingredientes

- 300 g de arroz blanco
- 50 g harina
- 400 g de pechuga de pollo, cortada en dados
- 100 ml de yogur desnatado, sin azúcar
- 100 g de panko (pan rallado japonés)
- 150 ml de salsa agridulce para wok
- 1 manojo de cebolletas, la mitad en trozos y la otra mitad en aros finos
- 1 pieza de pak choy (col asiática), en tiras
- 2 pimientos naranjas, en tiras
- Pimienta, sal y aceite de girasol

Preparación

1. Prepara el arroz según las instrucciones del paquete.
2. Sazona la harina con sal y pimienta. Mezcla la pechuga de pollo con la harina.
3. A continuación, mezcla la pechuga de pollo con el yogur. Asegúrate de que cada pieza tenga una capa de yogur.
4. Presiona los trozos de pollo con el yogur uno a uno en el panko, para que queden bien cubiertos por todas partes.
5. Precalienta la Aerofreidora a 190 °C.
6. Extiende los trozos de pollo en la cesta de la Aerofreidora. Hornea durante 10 minutos hasta que esté crujiente y cocinado. Remuévelos un poco pasada la mitad del tiempo.
7. Mientras tanto, calienta dos cucharadas de aceite de oliva en un wok. Saltea las verduras, excepto los aros de cebolleta, durante cinco minutos sin dejar de remover. Añade la salsa agridulce y deja que se cocine un poco más. Por último, añade con una cuchara los trozos de pollo crujiente.
8. Sirve el pollo agridulce con el arroz. Acompaña con los aros de cebolleta.



Poulet aigre-doux

Ingrédients

- 300 g de riz blanc
- 50 g de farine
- 400 g de blanc de poulet, en morceaux
- 100 ml de yaourt maigre, non sucré
- 100 g de chapelure
- 150 ml de sauce aigre-douce pour wok
- 1 botte de ciboule (la moitié coupée en morceaux, l'autre en fines rondelles)
- 1 bok choy (chou chinois), en lamelles
- 2 poivrons orange, en lamelles
- Poivre, sel et huile d'olive

Préparation

1. Préparez le riz selon les instructions figurant sur l'emballage.
2. Assaisonnez généreusement la farine avec du sel et du poivre. Incorporez le blanc de poulet à la farine.
3. Mélangez-le ensuite avec le yaourt. Assurez-vous que chaque blanc de poulet soit suffisamment recouvert de yaourt.
4. Enrobez ensuite les morceaux de poulet de chapelure.
5. Préchauffez l'Aerofryer à 190 °C.
6. Répartissez les morceaux de poulet dans le panier de l'Aerofryer. Faites cuire pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien cuits et croustillants. Remuez à mi-cuisson.
7. Entre temps, faites chauffer deux cuillères à soupe d'huile d'olive dans un wok. Faites sauter les légumes (à l'exception des rondelles de ciboule) pendant cinq minutes en remuant. Ajoutez la sauce aigre-douce et poursuivez la cuisson. Enfin, ajoutez à la cuillère les morceaux de poulet croustillants.
8. Servez le poulet aigre-doux avec le riz. Saupoudrez le tout de rondelles de ciboule.



Pollo in agrodolce

Ingredienti

- 300 g di riso bianco
- 50 g di farina
- 400 g di filetto di pollo, a cubetti
- 100 ml di yogurt magro, non zuccherato
- 100 g di pangrattato
- 150 ml di salsa wok in agrodolce
- 1 mazzetto di cipollotto, metà a pezzi, metà ad anelli sottili
- 1 pezzo di bok choy, tagliato a strisce
- 2 peperoni, tagliati a julienne
- Pepe, sale e olio di semi di girasole

Preparazione

1. Preparare il riso secondo le indicazioni sulla confezione.
2. Condire la farina con sale e pepe. Mescolare il filetto di pollo con la farina.
3. Mescolare il filetto di pollo infarinato con lo yogurt. Assicurarsi che ogni pezzo sia ricoperto da uno strato di yogurt.
4. Impanare uno ad uno i pezzi di pollo con lo yogurt nel pangrattato, in modo che siano ben coperti tutt'intorno.
5. Preriscaldare l'Aerofryer a 190 °C.
6. Disporre i pezzi di pollo nel cestello dell'Aerofryer. Cuocere per 10 minuti fino a quando saranno croccanti e pronti. Mescolare a metà cottura.
7. Nel frattempo scaldare due cucchiaini di olio d'oliva in un wok. Soffriggere le verdure, a eccezione degli anelli di cipollotto, mescolare delicatamente per 5 minuti. Aggiungere la salsa agrodolce e proseguire la cottura. Infine, aggiungere i pezzi di pollo croccanti.
8. Servire il pollo in agrodolce con il riso. Cospargere con gli anelli di cipollotto.

Steak rolls with **VEGETABLES**



SERVINGS
4



PREP TIME
15



FRY TIME
10



TEMPERATURE
180°C



Steak rolls with **vegetables**

Ingredients

- 6 thin steaks
 - ½ bunch chives, cut in strips
 - 1 large carrot, cut in strips
 - 2 red pepper, sliced in strips
 - 200 g green beans, stringed and halved
 - 4 tbsp Hoi Sin sauce
 - 2 tbsp sesame seeds
 - 1 handful fresh coriander
 - Pepper, salt and sunflower oil
- Extra: 6 skewers

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 180°C.
2. Put steaks between two sheets of cling foil and pound with a meat hammer or frying pan.
3. Season vegetables with pepper and salt and toss with a little olive oil. Divide into six bundles.
4. Roll a steak around each bundle and secure with skewer.
5. Brush Hoi Sin sauce over rolls and sprinkle with pepper, salt and sesame seeds.
6. Put rolls in Aerofryer basket and cook for 10 minutes until pink (medium).
7. Sprinkle with fresh coriander.

Tip: delicious with white rice.



Steak rolletjes met **groenten**

Ingrediënten

- 6 dunne bieflapjes
 - ½ bosje bosui, in reepjes
 - 1 winterwortel, in reepjes
 - 1 rode paprika, in reepjes
 - 200 g sperziebonen, gedopt en in lengte gehalveerd
 - 4 el Hoi Sin saus
 - 2 tl sesamzaadjes
 - 1 handje verse koriander
 - Zout, peper en zonnebloemolie
- Extra nodig: 6 prikkers

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
2. Leg de bieflapjes tussen twee stukjes plasticfolie en sla ze plat met een vleeshamer of koekenpan.
3. Breng de groenten op smaak met peper en zout en hussel om met wat olijfolie. Verdeel in zes bundeltjes.
4. Rol elk bundeltje groenten in een bieflapje en zet vast met een prikker.
5. Kwast de rolletjes in met de Hoi Sin saus en bestrooi met zout, peper en sesamzaadjes.
6. Leg de rolletjes in het mandje van de Aerofryer en bak ze in 10 minuten rosé.
7. Bestrooi met de verse koriander.

Tip: lekker met witte rijst.



Steakrollen mit Gemüse

Zutaten

- 6 dünne Rindersteaks
 - ½ Bund Frühlingzwiebel, in Streifen
 - 1 Möhre, in Streifen
 - 1 rote Paprika, in Streifen
 - 200 g grüne Bohnen, in der Länge halbiert
 - 4 EL Hoi Sin Sauce
 - 2 TL Sesamkörner
 - 1 Handvoll frischer Koriander
 - Salz, Pfeffer und Sonnenblumöl
- Zusätzlich nötig: 6 Spieße

Zubereitung

1. Die Heißluftfritteuse auf 180 °C vorheizen.
2. Legen Sie die Steaks zwischen zwei Stücke Frischhaltefolie und klopfen Sie das Fleisch mit einem Fleischklopfer oder einer Pfanne flach.
3. Das Gemüse mit Pfeffer und Salz würzen, mit etwas Olivenöl beträufeln und in sechs Bündel aufteilen.
4. Jedes Gemüsebündel in eine Steakscheibe einrollen und die Roulade mit einem Spieß verschließen.
5. Die Röllchen mit der Hoi Sin-Sauce bestreichen und mit Salz, Pfeffer und Sesamsamen bestreuen.
6. Die Röllchen in den Korb des Aerofryers legen und diese für 10 Minuten rosa/medium backen.
7. Mit frischem Koriander bestreuen.

Tipp: Schmackhaft mit weißem Reis.



Rollitos de carne con verduras

Ingredientes

- 6 filetes cortados finos
 - ½ manojo de cebolla, cortada en juliana
 - 1 zanahoria, cortada en tiras
 - 1 pimiento rojo, en tiras
 - 200 g de judías verdes sin cáscara y cortadas por la mitad a lo largo
 - 4 cucharadas de salsa Hoisin
 - 1 cucharadita de semillas de sésamo
 - 1 puñado de cilantro fresco
 - Sal, pimienta y aceite de girasol
- Además, necesitas: 6 brochetas

Preparación

1. Precalienta la Aerofreidora a 180 °C.
2. Coloca los filetes entre dos trozos de papel de plástico y aplástalos con un mazo de carne o una sartén.
3. Salpimenta las verduras y remuévelas con un poco de aceite de oliva. Dividir en seis manojos.
4. Enrolla cada manojo de verduras en una rodaja de filete y fíjalo con una brocheta.
5. Unta los rollos con la salsa Hoisin y espolvorea con sal, pimienta y semillas de sésamo.
6. Coloca los panecillos en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 10 minutos.
7. Espolvorea con el cilantro fresco.

Consejo: Receta deliciosa acompañada de arroz blanco.



Rouleaux de bifteck aux légumes

Ingrédients

- 6 steaks fins
 - ½ botte de ciboule, en rondelles
 - 1 carotte, en rondelles
 - 1 poivron rouge, en lamelles
 - 200 g de haricots verts, décortiqués et coupés en deux dans le sens de la longueur
 - 4 cs de sauce hoisin
 - 2 cc de graines de sésame
 - 1 poignée de coriandre fraîche
 - Poivre, sel et huile d'olive
- En supplément : 6 cure-dents

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
2. Placez les steaks entre deux morceaux de film étirable et aplatissez-les à l'aide d'un maillet à viande ou d'une poêle.
3. Salez et poivrez les légumes et ajoutez un soupçon d'huile d'olive. Répartissez-les en six paquets.
4. Enroulez chaque botte de légumes dans une tranche de steak et fixez-la avec un cure-dent ou pique en bois.
5. Badigeonnez les rouleaux de sauce hoisin et saupoudrez de sel, de poivre et de graines de sésame.
6. Placez les petits rouleaux dans le panier de l'Aerofryer et faites-les cuire pendant 10 minutes.
7. Saupoudrez ensuite de coriandre fraîche.

Conseil : servez avec du riz blanc.



Involtini di bistecca con verdure

Ingredienti

- 6 bistecche di manzo sottili
 - ½ mazzo di cipollotti, tagliati a julienne
 - 1 carota, tagliata a julienne
 - 1 peperone rosso, tagliato a julienne
 - 200 g di fagiolini, sgusciati e tagliati a metà
 - 4 cucchiari di salsa Hoi Sin
 - 2 cucchiaini di semi di sesamo
 - 1 manciata di coriandolo fresco
 - Sale, pepe e olio di semi di girasole
- Requisiti extra: 6 spiedini

Preparazione

1. Preriscaldare l'Aerofryer a 180 °C.
2. Posizionare la bistecca tra due pezzi di pellicola trasparente e appiattirla con un batticarne o una padella.
3. Condire le verdure con sale e pepe e un filo d'olio. Dividere in 6 fagottini.
4. Arrotolare ogni fagottino di verdure in una bistecca e fissarla con uno spiedino.
5. Spennellare gli involtini con la salsa Hoi Sin e cospargere di sale, pepe e semi di sesamo.
6. Mettere gli involtini nel cestello dell'Aerofryer e cuocerli per 10 minuti fino a doratura.
7. Cospargere con il coriandolo fresco.

Suggerimento: delizioso con il vino bianco.

Low and slow **PULLED PORK**



SERVINGS
6-8



PREP TIME
15



FRY TIME
180



TEMPERATURE
140°C



Low and slow **pulled pork**

Ingredients

- 750 g pork neck, boned
- 1 tsp garlic powder
- 1 tsp paprika
- 1 tsp cumin powder
- ½ tsp chilli powder
- 1 tsp oregano, dried
- 2 tbsp brown sugar
- 100 ml barbecue sauce
- Pepper and salt

Preparation

1. Let pork neck come to room temperature for an hour.
2. Preheat Aero Fryer to 140°C.
3. Make a rub from spices, dried herbs and brown sugar. Add pepper and salt to taste. Rub herb/spice rub mix over entire surface of pork neck. Take a sheet of aluminium foil, fold it double and fold each side to form raised edges.
4. Put pork neck on aluminium foil in Aero Fryer basket and cook 1 hour until done.
5. Then wrap meat entirely with aluminium foil. Lower Aero Fryer temperature to 120°C and cook another 1.5 hours. Let cool a while in Aero Fryer.
6. Remove aluminium foil from pork neck and shred meat using two forks.
7. Combine shredded meat with barbecue sauce. Spoon into a heat-resistant dish that fits in Aero Fryer and cook another 15 minutes at 120°C.

Tip: serve the pulled pork on a roll with coleslaw and extra barbecue sauce.



Low and slow **pulled pork**

Ingrediënten

- 750 g procureur
- 1 tl knoflookpoeder
- 1 tl paprikapoeder
- 1 tl komijnpoeder
- ½ tl chilipoeder
- 1 tl gedroogde oregano
- 2 el bruine suiker
- 100 ml barbecuesaus
- Zout en peper

Bereidingswijze

1. Laat de procureur een uur van tevoren op kamertemperatuur komen.
2. Verwarm de Aero Fryer voor op 140°C.
3. Maak van de specerijen, gedroogde kruiden en de bruine suiker een rub. Breng op smaak met zout en peper. Wrijf de procureur aan alle kanten goed in met de kruidenrub. Vouw een stuk aluminiumfolie dubbel en vouw er opstaande randjes aan.
4. Zet de procureur op de aluminiumfolie in het mandje van de Aero Fryer en gaar 1 uur.
5. Pak vervolgens het vlees helemaal in met Aluminiumfolie. Verlaag de temperatuur van de Aero Fryer naar 120°C en gaar de procureur nog 1,5 uur. Laat eventueel nog iets afkoelen in de Aero Fryer.
6. Neem de procureur uit het aluminiumfolie en pluk het vlees met twee vorken in draadjes uit elkaar.
7. Meng het geplukte vlees met de barbecuesaus. Schep in een hittebestendige schaal die in de Aero Fryer past en gaar nog 15 minuten op 120°C.

Tip: serveer de pulled pork op een kaiserbroodje met koolsla en extra barbecuesaus.



Low & Slow Pulled Pork

Zutaten

- 750 g Schweinenacken
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Kümmelpulver
- 1/2 TL Chilipulver
- 1 TL getrockneter Oregano
- 2 EL brauner Zucker
- 100 ml Barbecuesauce
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Den Schweinenacken eine Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Heizen Sie den Aerofryer auf 140 °C vor.
3. Bereiten Sie aus den Gewürzen, getrockneten Kräutern und dem braunen Zucker eine Gewürzmischung her und reiben Sie den Schweinenacken auf allen Seiten gut mit der Gewürzmischung ein.
4. Legen Sie die Heißluftfritteuse großzügig mit Alufolie aus und legen Sie den Schweinenacken auf Alufolie in den Korb des Aerofryers. Garen Sie das Ganze für eine Stunde.
5. Wickeln Sie das Fleisch nach einer Stunde vollständig in die Alufolie ein. Reduzieren Sie die Temperatur des Aerofryers auf 120 °C und garen Sie den Schweinenacken für weitere 1,5 Stunden. Eventuell noch etwas im Aerofryer ruhen lassen.
6. Den Schweinenacken aus der Alufolie nehmen und das Fleisch mit zwei Gabeln vorsichtig zerteilen.
7. Das zerteilte Fleisch mit der Barbecuesauce vermengen und in eine hitzebeständige Form geben, die in den Aerofryer passt, und weitere 15 Minuten bei 120 °C garen.

Tipp: Das Pulled Pork auf einem Kaiserbrötchen mit Krautsalat und extra Barbecue-Sauce servieren.



Carne de cerdo cocinada a fuego lento

Ingredientes

- 750 g de carne de cerdo desmenuzada
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de pimentón
- 1 cucharadita de comino en polvo
- ½ cucharadita de chile en polvo
- 1 cucharadita de orégano seco
- 2 cucharadas de azúcar moreno
- 100 ml de salsa barbacoa
- Sal y pimienta

Preparación

1. Deja que la carne de cerdo esté a temperatura ambiente durante una hora.
2. Precalienta el Horno Aerofreidora a 140 °C.
3. Haz un aliño con las especias, las hierbas secas y el azúcar moreno. Sazona al gusto con sal y pimienta. Asegúrate de que la carne está bien impregnada con el aliño de hierbas por todos los lados. Dobra un trozo de papel de aluminio por la mitad y levanta los bordes.
4. Coloca la carne sobre el papel de aluminio en la cesta del Horno Aerofreidora y cocínala durante 1 hora.
5. A continuación, envuelve la carne completamente con papel de aluminio. Reduce la temperatura del Horno Aerofreidora a 120 °C y cocina la carne durante 1,5 horas más. Si es necesario, deja que se enfríe ligeramente en el Horno Aerofreidora.
6. Retira la carne del papel de aluminio y desmenuzala en hilos finos con ayuda de dos tenedores.
7. Mezcla la carne con la salsa barbacoa. Colócala en un plato resistente al calor que quepa en el Horno Aerofreidora y cocina durante otros 15 minutos a 120 °C.

Consejo: sirve la carne en un pan de Viena con ensalada de col y un extra de salsa de barbacoa.



Effiloché de porc braisé

Ingrédients

- 750 g d'épaule de porc désossée
- 1 cc d'ail en poudre
- 1 cc de paprika
- 1 cc de cumin
- ½ cc de piment en poudre
- 1 cc d'origan
- 2 cs de cassonade
- 100 ml de sauce barbecue
- Poivre et sel

Préparation

1. Laissez la viande prendre la température ambiante pendant une heure.
2. Préchauffez l'Aerofryer à 140 °C.
3. Préparez un mélange avec les épices, les herbes et la cassonade. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre. Badigeonnez bien la viande avec ce mélange. Pliez une feuille d'aluminium en deux et relevez les bords.
4. Placez l'épaule de porc sur le papier d'aluminium dans le panier de l'Aerofryer et faites cuire pendant 1 heure.
5. Ensuite, enveloppez complètement la viande d'aluminium. Réduisez la température de l'Aerofryer à 120 °C et faites cuire la viande pendant 1h30. Si nécessaire, laissez-la refroidir quelques minutes dans l'Aerofryer.
6. Retirez la feuille d'aluminium et effilochez la viande à l'aide de deux fourchettes.
7. Mélangez la viande effilochée avec la sauce barbecue. Déposez le tout dans un plat résistant adapté pour la cuisson à l'Aerofryer et faites cuire pendant 15 minutes supplémentaires à 120 °C.

Conseil : servez le porc effiloché sur un petit pain avec de la salade de chou et un supplément de sauce barbecue.



Pulled pork low and slow

Ingredienti

- 750 g di collo di maiale
- 1 cucchiaino di aglio in polvere
- 1 cucchiaino di paprika in polvere
- 1 cucchiaino di cumino in polvere
- ½ cucchiaino di peperoncino in polvere
- 1 cucchiaino di origano essiccato
- 2 cucchiari di zucchero di canna
- 100 ml di salsa barbecue
- Sale e pepe

Preparazione

1. Lasciare che il collo di maiale raggiunga la temperatura ambiente un'ora prima.
2. Preriscaldare l'Aerofryer a 140 °C.
3. Mescolare le spezie, le erbe essiccate e lo zucchero di canna. Condire con sale e pepe. Strofinare il collo di maiale su ogni lato con il condimento speziato. Piegare a metà un foglio di alluminio e piegarne i bordi.
4. Posizionare il collo di maiale sul foglio di alluminio nel cestello dell'Aerofryer e cuocere per 1 ora.
5. Quindi avvolgere tutta la carne con un foglio d'alluminio. Abbassare la temperatura dell'Aerofryer a 120 °C e cuocere il collo di maiale per un'altra ora e mezza. Se necessario, lasciarlo raffreddare leggermente nell'Aerofryer.
6. Rimuovere il collo di maiale dal foglio di alluminio e utilizzare due forchette per separare la carne in fili.
7. Mescolare la carne raccolta con la salsa barbecue. Versare in un piatto resistente al calore da inserire nell'Aerofryer e cuocere per altri 15 minuti a 120°C.

Suggerimento: servire il maiale su un panino kaiser con insalata di cavolo e salsa barbecue extra.

Lasagne with salmon **AND RICOTTA**



SERVINGS
2-3



PREP TIME
25



FRY TIME
20



TEMPERATURE
170°C



Lasagne with salmon **and ricotta**

Ingredients

- 1 courgette, chopped
- 1 red onion, chopped
- 400 g canned tomatoes
- 1 handful of fresh basil, chopped
- 1 handful of fresh oregano, chopped
- 100 g lasagne sheets, pre-cooked al dente
- 100 g smoked salmon
- 250 ricotta
- Olive oil, salt and pepper

Preparation

1. Heat one tablespoon of olive oil in a frying pan. Fry courgette and onion for five minutes on medium heat until soft. Add canned tomatoes and bring to the boil. Simmer for five minutes.
2. Season the sauce to taste with salt and pepper and stir in half the basil and oregano.
3. Spoon one third of the sauce into a suitable baking dish. Cover with one third of the lasagne sheets and spread one third of the ricotta on top of this. Top with half the salmon. Repeat and finish with lasagne sheets spread with ricotta.
4. Preheat Aerofryer to 170°C.
5. Place lasagne on a rack at the bottom of the Aerofryer and cook for 5 minutes. Then cover the dish with aluminium foil and cook for another 15 minutes.
6. Before serving, sprinkle the lasagne with the remaining herbs.



Lasagne met zalm **en ricotta**

Ingrediënten

- 1 courgette, in blokjes
- 1 rode ui, gesnipperd
- 400 g tomatenblokjes uit blik
- 1 hand verse basilicum, gehakt
- 1 hand verse oregano, gehakt
- 100 g lasagnevellen, al dente voorgekookt
- 100 g gerookte zalm
- 250 ricotta
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verhit een eetlepel olijfolie in een hapjespan. Bak hierin de courgette en ui in vijf minuten op middelhoog vuur zacht. Voeg de tomatenblokjes toe en breng aan de kook. Laat vijf minuten pruttelen.
2. Breng de saus op smaak met peper en zout en roer de helft van de basilicum en oregano.
3. Schep 1/3e van de saus in een passende ovenschaal. Dek af met 1/3e van de lasagnevellen en verdeel daar 1/3e van de ricotta overheen. Beleg met de helft van de zalm. Herhaal en eindig met lasagnevellen besmeerd met ricotta.
4. Verwarm de Aerofryer voor op 170°C.
5. Zet de lasagne op een rooster onder in de Aerofryer en bak 5 minuten. Dek dan de schaal af met aluminiumfolie en bak nog een kwartier.
6. Bestrooi de lasagne voor het serveren met de rest van de kruiden.



Lasagne mit Lachs und Ricotta

Zutaten

- 1 Zucchini, gewürfelt
- 1 rote Zwiebel, gehackt
- 400 g gehackte Tomaten aus der Dose
- 1 Handvoll frisches Basilikum, gehackt
- 1 Handvoll frischen Oregano, gehackt
- 100 g Lasagneplatten, al dente vorgekocht
- 100 g Räucherlachs
- 250 g Ricotta
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Erhitzen Sie einen Esslöffel Olivenöl in einer Bratpfanne und dünsten Sie die Zwiebel glasig. Fügen Sie die Zucchini hinzu und garen Sie sie 5 Minuten bei mittlerer Hitze weich. Anschließend die gehackten Tomaten hinzugeben und zum Kochen bringen. Das Ganze weitere 5 Minuten köcheln lassen.
2. Die Sauce mit Pfeffer und Salz würzen und die Hälfte des Basilikums und des Oreganos einrühren.
3. Ein Drittel der Sauce in eine passende Auflaufform geben. Mit einem Drittel der Lasagneplatten bedecken und ein Drittel des Ricottas darüber verteilen. Dann mit der Hälfte des Lachses belegen. Diese Schritte wiederholen und mit Lasagneplatten und Ricotta abschließen.
4. Den Aerofryer auf 170 °C vorheizen.
5. Die Lasagne auf einen Rost unten in den Aerofryer legen und 5 Minuten backen. Dann die Form mit Alufolie abdecken und weitere 15 Minuten backen.
6. Die Lasagne vor dem Servieren mit den restlichen Kräutern bestreuen.



Lasaña con salmón y ricotta

Ingredientes

- 1 calabacín, en dados
- 1 cebolla roja picada
- 400 g de tomates de bote picados
- 1 puñado de albahaca fresca picada
- 1 puñado de orégano fresco picado
- 100 g de láminas de lasaña precocidas al dente
- 100 g de salmón ahumado
- 250 g de ricotta
- Aceite de oliva Virgen Extra, sal y pimienta

Preparación

1. Calienta una cucharada de Aceite de oliva Virgen Extra en una sartén. Fríe el calabacín y la cebolla durante cinco minutos a fuego medio-alto. Añade los tomates picados y lleva a ebullición. Deja cocer durante 5 minutos.
2. Salpimenta la salsa y añade la mitad de la albahaca y el orégano.
3. Pon 1/3 de la salsa en un recipiente adecuada para el Horno Aerofreidora. Cubre con 1/3 de las láminas de lasaña y reparte 1/3 de la ricotta por encima. Cubre con la mitad del salmón. Repite y acaba la lasaña con las láminas untadas con ricotta.
4. Precalienta el Horno Aerofreidora a 170°C.
5. Coloca la lasaña en una rejilla en la parte inferior del Horno Aerofreidora y hornea durante 5 minutos. A continuación, cubre la fuente con papel de aluminio y hornea durante otros 15 minutos.
6. Antes de servir, espolvorea la lasaña con las hierbas restantes.



Lasagne au saumon et à la ricotta

Ingrédients

- 1 courgette, coupée en petits cubes
- 1 oignon rouge, émincé
- 400 g de tomates concassées
- 1 poignée de basilic frais, haché
- 1 poignée d'origan frais, haché
- 100 g de feuilles de lasagne, cuites al dente
- 100 g de saumon fumé
- 250 g de ricotta
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Chauffer 1 cuillère à soupe d'huile d'olive dans une poêle à frêre. Faire revenir les courgettes et l'oignon pendant cinq minutes à feu moyen-élevé. Ajouter les tomates en dés et porter à ébullition. Laisser encore mijoter pendant cinq minutes.
2. Assaisonner la sauce avec du sel et du poivre et incorporer la moitié du basilic et de l'origan.
3. Verser 1/3 de la sauce dans un plat de cuisson adapté. Recouvrir avec 1/3 des feuilles de lasagnes et répartir 1/3 de la ricotta par-dessus. Garnir avec la moitié du saumon. Répéter l'opération et terminer avec des feuilles de lasagnes badigeonnées de ricotta.
4. Préchauffer l'Aerofryer à 170 °C.
5. Mettre les lasagnes dans le panier de l'Aerofryer et faire cuire pendant 5 minutes. Couvrir ensuite le plat avec du papier d'aluminium et faire cuire pendant 15 minutes supplémentaires.
6. Avant de servir, saupoudrer les lasagnes avec le reste des herbes.



Lasagne con salmone e ricotta

Ingredienti

- 1 zucchini, a cubetti
- 1 cipolla, tritata
- 400 g di polpa di pomodoro a cubetti in scatola
- 1 manciata di basilico fresco, tritato
- 1 manciata di origano fresco, tritato
- 100 g di sfoglia per lasagne, precotte al dente
- 100 g di salmone affumicato
- 250 g di ricotta
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Scaldare due cucchiai di olio d'oliva in una padella antiaderente. Aggiungere le zucchine e la cipolla e cuocere per 5 minuti a fuoco medio fino a renderle morbide. Aggiungere la polpa di pomodoro a cubetti e portare a ebollizione. Lascia sobbollire per altri 5 minuti.
2. Condire la salsa con sale e pepe e aggiungere metà del basilico e dell'origano.
3. Versare 1/3 della salsa in una pirofila adatta. Coprire con 1/3 della sfoglia per lasagne e spalmarvi sopra 1/3 della ricotta. Farcire con metà del salmone. Ripetere e finire con la sfoglia per lasagne spalmata di ricotta.
4. Preriscaldare l'Aerofryer a 170 °C.
5. Mettere le lasagne su una griglia dell'Aerofryer e cuocere per 5 minuti. Quindi coprire la pirofila con un foglio di alluminio e infornare per altri 15 minuti.
6. Prima di servire cospargere la lasagna con il resto delle erbe aromatiche.

Shrimps en PAPILLOTTE



SERVINGS
2



PREP TIME
20



FRY TIME
10



TEMPERATURE
160°C



Prawns en papillotte

Ingredients

- 200 g quinoa
- 2 sheets baking paper
- 200 g peas, defrosted.
- 1 cone pepper, sliced in strips
- 1 shallot, sliced in rings
- 200 g fresh prawns, peeled with tail left on
- ½ tbsp paprika powder
- 1 pinch saffron
- 200 ml fish stock
- 1 handful parsley
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Prepare quinoa according to directions on packet.
2. Make a bag from the baking paper by laying the two sheets on top of each other, folding them double, then folding the two sides.
3. Place bag upright and open it, spoon in quinoa, spread over with peas, cone pepper and shallots. Mix vegetables a little through quinoa.
4. Spread prawns over.
5. Combine paprika powder and saffron with fish stock and pour into bag. Season with pepper and salt and fold bag opening tightly shut.
6. Preheat Aerofryer to 160°C.
7. Carefully put bag on grill rack in Aerofryer, making sure baking paper does not poke above basket, and steam for 10 minutes. After 10 minutes, check whether prawns have turned pink: if still grey, turn them over and cook a few minutes more.
8. To serve, unfold the bag at the table and sprinkle with parsley.



Garnalen en papillotte

Ingrediënten

- 200 g quinoa
- 2 vellen bakpapier
- 200 g tuinerwtjes, ontdooit
- 1 puntpaprika, in reepjes
- 1 sjalot, in ringetjes
- 200 g garnalen, gepeld met staart
- ½ el paprikapoeder
- 1 mespunt saffraan
- 200 ml visbouillon
- Een handje peterselie
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Bereid de quinoa volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Vouw van het bakpapier een zakje, door de vellen op elkaar te leggen, ze dubbel te vouwen en de twee zijanten om te vouwen.
3. Zet het zakje open neer en schep de quinoa erin, verdeel de tuinerwtjes, puntpaprika en sjalot erover. Schep de groenten een beetje door de quinoa.
4. Verdeel de garnalen erover.
5. Meng de paprikapoeder en de saffraan door de visbouillon en schenk bij het pakketje. Breng op smaak met zout en peper en vouw het bakpapier goed dicht.
6. Verwarm de Aerofryer voor op 160°C.
7. Zet het zakje voorzichtig in op een rooster onder in de Aerofryer, zorg ervoor dat het bakpapier niet tegen de bovenkant aankomt en stoom in 10 minuten gaar. Check na 10 minuten of de garnalen roze zijn, als ze nog grijs zijn, schep ze dan even om en gaar nog een paar minuten door.
8. Vouw het pakketje aan tafel open en bestrooi met de peterselie.



Garnelen en papillote

Zutaten

- 200 g Quinoa
- 2 Blätter Backpapier
- 200 g Gartenerbsen, aufgetaut
- 1 Spitzpaprika, in Streifen
- 1 Schalotte, in Ringen
- 200 g Garnelen, geschält mit Schwanz
- 1/2 EL Paprikapulver
- 1 Messerspitze Safran
- 200 ml Fischbouillon
- Eine Handvoll Petersilie
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Die Quinoa nach den Anweisungen auf der Verpackung zubereiten.
2. Falten Sie zwei Tüten aus den beiden Backpapierblättern, indem Sie jedes einzelne Blatt in der Hälfte falten und die beiden Seiten umklappen, so dass nur eine Seite zum Befüllen offenbleibt.
3. Befüllen Sie jede Tüte gleichmäßig mit Quinoa und verteilen Sie die Gartenerbsen, Spitzpaprika und Schalotte gleichmäßig darauf. Anschließend heben Sie das Gemüse vorsichtig unter die Quinoa.
4. Die Garnelen darüber verteilen.
5. Paprika und Safran mit der Fischbouillon mischen und in das Päckchen geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und das Backpapier fest zusammenfalten.
6. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 160 °C vor.
7. Den Beutel vorsichtig auf den Rost unten in den Aerofryer legen, darauf achten, dass das Backpapier nicht herausragt, und 10 Minuten lang dämpfen, bis er gar ist. Nach 10 Minuten prüfen, ob die Garnelen rosa sind. Wenn sie noch grau sind, dann drehen Sie sie um und lassen sie noch ein paar Minuten weitergaren.
8. Das Päckchen am Tisch auffalten und mit der Petersilie bestreuen.



Gambas en papillote

Ingredientes

- 200 g de quinoa
- 2 hojas de papel para hornear
- 200 g de guisantes, descongelados
- 1 pimiento italiano rojo, en tiras
- 1 chalota, en aros
- 200 g de gambas peladas y sin cola
- ½ cucharadita de pimentón
- 1 pizca de azafrán
- 200 ml de caldo de pescado
- Un puñado de perejil
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparación

1. Prepara la quinoa según las instrucciones del paquete.
2. Coloca el papel para hornear uno encima del otro para que sea más grueso.
3. En la parte central, echa la quinoa con una cuchara, reparte los guisantes, el pimiento y la chalota por encima. Pon las verduras sobre la quinoa.
4. Reparte las gambas por encima.
5. Mezcla el pimentón y el azafrán con el caldo de pescado y añádelo al paquete. Salpimenta y envuelve los alimentos con el papel del horno como si de un regalo se tratara (primero dobla los 2 laterales más largos y después los más anchos hacia el interior, para que quede bien envuelto).
6. Precalienta el Horno Aerofreidora a 160 °C.
7. Coloca el paquete con cuidado en una rejilla en la parte inferior del Horno Aerofreidora asegurándote de que el papel de hornear no toque la parte superior y déjalo durante 10 minutos hasta que esté cocido. Comprueba después de 10 minutos si las gambas están rosadas, si todavía están grises, remuévelas y cóccinalas unos minutos más.
8. Desdobra el paquete con cuidado de no quemarte y espolvorea con el perejil.



Crevettes en papillote

Ingrédients

- 200 g de quinoa
- 200 g de petits pois, décongelés
- 1 poivron pointu, en lamelles
- 1 échalote, en rondelles
- 200 g de crevettes, épluchées avec la queue
- ½ cs de paprika
- 1 pointe de safran
- 200 ml de bouillon de poisson
- 1 poignée de persil
- Huile d'olive, poivre et sel
- 2 feuilles de papier cuisson

Préparation

1. Préparez le quinoa selon les instructions figurant sur l'emballage.
2. Pliez le papier sulfurisé en 2 en plaçant les feuilles l'une sur l'autre, puis repliez les 2 côtés pour former un sac.
3. Posez le sac et déposez-y le quinoa, répartissez-y les petits pois, le poivron pointu et l'échalote. Incorporez et mélangez les légumes dans le quinoa.
4. Ajoutez les crevettes.
5. Mélangez le paprika et le safran avec le bouillon de poisson ajoutez le tout dans la papillote. Assaisonnez de sel et de poivre et pliez le papier sulfurisé en le serrant bien.
6. Préchauffez l'Aerofryer à 160 °C.
7. Placez délicatement le sac dans le panier de l'Aerofryer, en veillant à ce que le papier sulfurisé ne touche pas la partie supérieure de la friteuse, et faites cuire à la vapeur pendant 10 minutes. Après 10 minutes, vérifiez si les crevettes sont roses. Si elles sont encore grises, retournez-les et faites-les cuire quelques minutes de plus.
8. Ouvrez la papillote à table et saupoudrez le tout de persil.



Gamberi in pergamenata

Ingredienti


- 200 g di quinoa
- 2 fogli di carta da forno
- 200 g di piselli, scongelati
- 1 peperone appuntito, tagliato a julienne
- 1 scalogno, tagliato ad anelli
- 200 g di gamberi, sgusciati con la coda
- ½ cucchiaino di paprika in polvere
- 1 pizzico di zafferano
- 200 ml di brodo di pesce
- 1 manciata di prezzemolo
- Olio d'oliva, pepe e sale


Preparazione


1. Preparare la quinoa secondo le indicazioni sulla confezione.
2. Piegare la carta da forno come un sacchetto, posizionando i fogli uno sopra l'altro, piegandoli a metà e piegando i due lati.
3. Aprire il sacchetto e mettere un cucchiaino di quinoa, distribuire i piselli, e mettere sopra il peperone appuntito e lo scalogno. Distribuire le verdure nella quinoa.
4. Disporre sopra i gamberi.
5. Mescolare la paprika e lo zafferano con il brodo di pesce e versarli nel pacchetto. Condire con sale e pepe e piegare bene la carta da forno.
6. Preriscaldare l'Aerofryer a 160 °C.
7. Posizionare con cura la busta su una griglia dell'Aerofryer, assicurarsi che la carta da forno non tocchi la parte superiore e cuocere a vapore fino al termine per 10 minuti. Dopo 10 minuti controllare se i gamberi sono rosa; se sono ancora grigi, girarli e cuocere ancora per qualche minuto.
8. Aprire il pacchetto a tavola e spolverizzare con il prezzemolo.



Salmon with a **CRISPY HERB CRUST**


SERVINGS
4


PREP TIME
15


FRY TIME
15


TEMPERATURE
180°C



Salmon with a **crispy herb crust**

Ingredients

- 4 salmon fillets
- 45 g rye crispbread, broken in pieces
- 1 tsp fennel seed
- ½ organic lemon, juice and zest
- 10 g dill, coarsely chopped
- 2 fennel bulbs, sliced, reserve leaves for later.
- 400 g cherry tomatoes
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 180°C.
2. Grind crispbread with fennel seed, dill, lemon zest and juice in a kitchen machine to form a crumbly herb crust. Add two tablespoons to make it sticky.
3. Pat the salmon fillets dry with kitchen paper and press crust on top side.
4. Spread fennel slices and cherry tomatoes over grill covered with baking paper. Sprinkle with olive oil and season with salt and pepper. Slide vegetables under in Aerofryer.
5. Put salmon fillets on second grill and 5 minutes later, slide in above vegetables. Cook together for 10 minutes.
6. Remove vegetables and salmon fillets from oven and distribute over four plates. Garnish with fennel leaves.

Tip: delicious with mashed potatoes.



Zalm met een **krokante kruidenkorst**

Ingrediënten

- 4 zalmfilets
- 45 g knäckebröd, in stukken gebroken
- 1 tl venkelzaad
- ½ biologische citroen, geraspt en uitgeperst
- 10 g dille, grof gehakt
- 2 venkelknollen, in reepjes, venkelgroen apart.
- 400 g cherrytomaten
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
2. Maal het knäckebröd met het venkelzaad, citroenrasp en sap en de dille in een keukenmachine tot een kruimelige kruidenkorst. Voeg twee eetlepels olijfolie toe om plakkerig te maken.
3. Dep de zalmfilets droog en druk de korst op de bovenkant.
4. Verdeel de venkelreepjes en cherrytomaten over een met bakpapier bekleed rooster. Besprenkel met een eetlepel olijfolie en breng op smaak met zout en peper. Schuif de groenten onder in de Aerofryer.
5. Zet de zalmfilets op een tweede rooster en schuif deze na vijf minuten boven de groenten. Gaar samen voor 10 minuten.
6. Neem de groenten en zalmfilets uit de oven en verdeel over vier borden. Garneer met het venkelgroen.

Tip: lekker met aardappelpuree.



Lachs mit knuspriger Kräuterkruste

Zutaten

- 4 Lachsfilets
- 45 g Knäckebrot, in Stücke gebrochen
- 1 TL Fenchelsamen
- ½ Zitrone, gerieben und ausgepresst
- 10 g Dill, grob gehackt
- 2 Fenchelknollen, in Streifen, Fenchelgrün separat.
- 400 g Kirschtomaten
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie den Aerofryer auf 180 °C vor.
2. Das Knäckebrot mit Fenchelsamen, Zitronenschale und -saft sowie Dill in einer Küchenmaschine zu einer krümeligen Kräuterkruste mahlen. Fügen Sie zwei Esslöffel Olivenöl hinzu, damit die Masse klebrig wird.
3. Tupfen Sie die Lachsfilets trocken und drücken Sie die Kruste oben an.
4. Verteilen Sie die Fenchelstreifen und Kirschtomaten auf einem mit Backpapier ausgelegten Rost. Mit einem Esslöffel Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Schieben Sie das Gemüse in den Aerofryer.
5. Legen Sie die Lachsfilets auf einen zweiten Rost und geben Sie sie nach 5 Minuten über das Gemüse. Garen Sie das Gemüse und den Fisch für 10 Minuten.
6. Nehmen Sie das Gemüse und die Lachsfilets aus dem Ofen. Teilen Sie es auf vier Teller auf und garnieren Sie sie mit dem Fenchelgrün.

Tipp: Reichen Sie dazu Kartoffelpüree.



Salmón con costra crujiente de hierbas

Ingredientes

- 4 filetes de salmón
- 45 g de pan crujiente, cortado en trozos
- 1 cucharadita de semillas de hinojo
- ½ limón ecológico, rallado y exprimido
- 10 g de eneldo, picado grueso
- 2 tubérculos de hinojo, en tiras, hinojo verde separado.
- 400 g de tomates cherry
- Aceite de oliva, pimienta y sal

Preparación

1. Precalienta el Horno Aerofreidora a 180 °C.
2. Tritura el pan crujiente con las semillas de hinojo, la ralladura y el zumo de limón y el eneldo en un procesador de alimentos hasta conseguir una corteza de hierbas desmenuzable. Añade dos cucharadas de aceite de oliva para que se pegue.
3. Seca los filetes de salmón con toquesitos y presiona la corteza hacia la parte superior.
4. Extiende las tiras de hinojo y los tomates cherry en una rejilla forrada con papel de horno. Rocía con una cucharada de aceite de oliva y salpimenta. Introduce las verduras en el fondo del Horno Aerofreidora.
5. Coloca los filetes de salmón en una segunda rejilla y después de cinco minutos, añádelos en la bandeja de las verduras, sobre ellas. Cocínalo todo junto durante 10 minutos.
6. Saca las verduras y los filetes de salmón del horno y repártelos en cuatro platos. Adorna con el hinojo verde.

Consejo: ideal acompañado de puré de patatas.



Saumon en croûte d'herbes

Ingrédients

- 4 filets de saumon
- 45 g de pain croustillant, cassé en morceaux
- 1 cuillère à café de graines de fenouil
- ½ citron, râpé et pressé
- 10 g d'aneth, haché grossièrement
- 2 bulbes de fenouil, coupés en lanières
- 400 g de tomates cerises
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C. Séparez les branches vertes du fenouil de la partie blanche et mettez-les de côté. Coupez la partie en blanche en lanières.
2. Réduisez le pain croustillant en miettes au robot avec les graines de fenouil, le zeste et le jus de citron et l'aneth pour obtenir une croûte d'herbes friable. Ajoutez deux cuillères à soupe d'huile d'olive pour que ça colle.
3. Séchez les filets de saumon et enrobez-les du mélange pain-herbes.
4. Répartissez les lanières de fenouil et les tomates cerises sur une grille recouverte de papier sulfurisé. Arrosez d'une cuillère à soupe d'huile d'olive et assaisonnez de sel et de poivre. Placez les légumes au fond de l'Aerofryer.
5. Placez les filets de saumon sur une deuxième grille et faites-les glisser au-dessus des légumes après cinq minutes. Faites cuire ensemble pendant 10 minutes.
6. Retirez les légumes et les filets de saumon du four et répartissez-les sur quatre assiettes. Garnissez avec le fenouil vert.

Conseil : c'est délicieux servi avec une purée de pommes de terre.



Salmone con crosta croccante

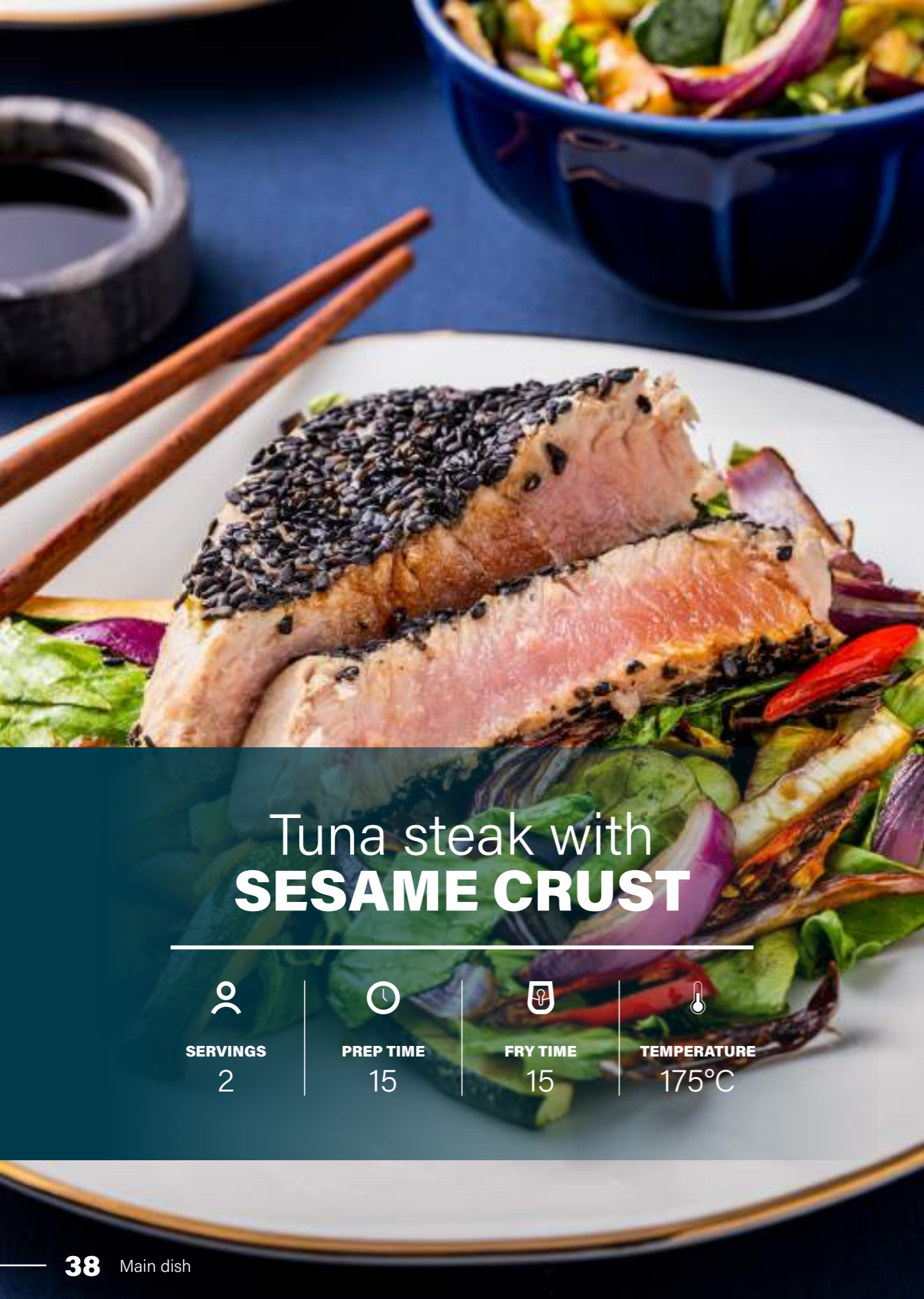
Ingredienti

- 4 filetti di salmone
- 45 g di cracker, sbriciolati
- 1 cucchiaino di semi di finocchio
- ½ limone biologico, scorza e succo
- 10 g di aneto, tagliato grossolanamente
- 2 finocchi selvatici a fettine, e foglie di finocchio a parte
- 400 g pomodori ciliegini
- Olio d'oliva, sale e pepe

Preparazione

1. Riscalda l'Aerofryer a 180 °C.
2. Trita i cracker con i semi di finocchio, la scorza e il succo del limone, l'aneto in un robot da cucina fino a ottenere un'impanatura aromatica. Aggiungi due cucchiaini di olio di oliva per renderla più appiccicosa.
3. Asciuga i filetti di salmone e impana la parte superiore.
4. Cospargi in una griglia ricoperta di carta da forno le fettine di finocchio e i pomodori ciliegini. Condisci tutto con un cucchiaino d'olio d'oliva e un pizzico di sale e pepe a piacere. Disponi le verdure sul fondo dell'Aerofryer.
5. Disponi i filetti di salmone sulla seconda griglia e inseriscili sulle verdure dopo cinque minuti. Fai cuocere per 10 minuti.
6. Estrai le verdure e i filetti di salmone dal forno e trasferiscili su quattro piatti. Condisci con le foglie di finocchio.

Consiglio: ottimo con il puré di patate



Tuna steak with **SESAME CRUST**



SERVINGS

2



PREP TIME

15



FRY TIME

15



TEMPERATURE

175°C



Tuna steak with **sesame crust**

Ingredients

- 250 g tuna steak
- 1 tsp wasabi
- 2 cm ginger, grated
- 2 tbsp black sesame seeds
- 2 heads baby bok choy, sliced
- 1 courgette, sliced
- 1 red onion, sliced
- 1 red pepper, sliced into thin rings
- 2 tbsp soy sauce
- Olive oil, salt and pepper

Preparation

1. Bring tuna steak to room temperature.
2. Mix wasabi with half of the grated ginger and rub into the tuna steak. Press the tuna into the black sesame seeds.
3. Line Aerofryer rack with aluminium foil.
4. Toss vegetables with the soy sauce and the remaining ginger. Season to taste with a little salt and pepper and drizzle with a tablespoon of olive oil. Divide over the foil.
5. Place the tuna steaks on a second rack.
6. Preheat Aerofryer to 175°C.
7. Place vegetables in the bottom of the Aerofryer and cook for 15 minutes. Add the tuna after 10 minutes and cook for a further 5 minutes.
8. Divide tuna into two portions and serve each portion over half the vegetables.

Tip: for a stiffer dish, add 200 g of cooked noodles to the vegetables when they come out of the Aerofryer.



Tonijnsteak met **sesamkorst**

Ingrediënten

- 250 g tonijnsteak
- 1 tl wasabi
- 2 cm gember, geraspt
- 2 el zwart sesamzaad
- 2 st baby paksoi, in reepjes
- 1 st courgette, in reepjes
- 1 rode ui, in reepjes
- 1 rode peper, in dunne ringen
- 2 el sojasaus
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Laat de tonijnsteak op kamertemperatuur komen.
2. Meng de wasabi met de helft van de geraspte gember en wrijf de tonijnsteak hiermee in. Druk de tonijn in het zwarte sesamzaad.
3. Bekleed een rooster van de Aerofryer met aluminiumfolie.
4. Hussel de groenten om met de sojasaus en de rest van de gember. Breng op smaak met wat zout en peper en besprenkel met een eetlepel olijfolie. Verdeel over de folie.
5. Leg de tonijnsteaks op een tweede rooster.
6. Verwarm de Aerofryer voor op 175°C.
7. Schuif de groenten onder in de Aerofryer en bak 15 minuten. Schuif na 10 minuten de tonijn erbij en bak nog 5 minuten mee.
8. Verdeel de tonijn in twee stukken en serveer elk stuk op de helft van de groenten.

Tip: voeg om deze maaltijd steviger te maken 200 g gekookte noodles toe aan de groenten als ze uit de Aerofryer komen.



Thunfischsteak mit **Sesamkruste**

Zutaten

- 250 g Thunfischsteak
- 1 TL Wasabi
- 2 cm Ingwer, gerieben
- 2 EL schwarzer Sesam
- 2 kleine Pak Choi, in Streifen
- 1 Zucchini, in Streifen
- 1 rote Zwiebel, in Streifen
- 1 rote Chilischote, in dünnen Ringen
- 2 EL Sojasauce
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Lassen Sie das Thunfischsteak vor der Zubereitung bei Raumtemperatur ruhen.
2. Vermengen Sie das Wasabi mit der Hälfte des geriebenen Ingwers und reiben Sie das Thunfischsteak damit ein. Anschließend wenden Sie das Thunfischsteak im schwarzen Sesam.
3. Legen Sie den Grillrost des Aerofryers mit Alufolie aus.
4. Das Gemüse in der Sojasauce und dem restlichen Ingwer schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Esslöffel Olivenöl beträufeln. Anschließend auf der Folie verteilen.
5. Das Thunfischsteak auf einen zweiten Rost legen.
6. Den Aerofryer auf 175 °C vorheizen.
7. Das Gemüse auf der unteren Schiene in den Aerofryer schieben und 15 Minuten grillen. Nach 10 Minuten den Thunfisch ebenfalls dazugeben und 5 Minuten mitgrillen.
8. Den Thunfisch in zwei Hälften teilen und je mit einer Hälfte des Gemüses servieren.

Tipp: um dieses Gericht noch gehaltvoller zu machen, können Sie das fertige Gemüse mit 200 g gekochten Nudeln vermengen.



Filete de atún con **capa de sésamo**

Ingredientes

- 250 g de filete de atún
- 1 cucharadita de wasabi
- 2 cm de jengibre rallado
- 2 cucharadas de semillas de sésamo negro
- 2 piezas de baby pak choi, en tiras
- 1 calabacín cortado en tiras
- 1 cebolla roja, en tiras
- 1 pimiento rojo, en aros finos
- 2 cucharadas de salsa de soja
- Aceite de oliva Virgen Extra, sal y pimienta

Preparación

1. Deja que el filete de atún se ponga a temperatura ambiente.
2. Mezcla el wasabi con la mitad del jengibre rallado y reboza el filete de atún con la mezcla. Presiona el atún en las semillas de sésamo negro.
3. Forra una rejilla del Horno Aerofreidora con papel de aluminio.
4. Mezcla las verduras con la salsa de soja y el resto del jengibre. Salpimenta y rocía con una cucharada de Aceite de oliva Virgen Extra. Extiende sobre el papel de aluminio.
5. Coloca los filetes de atún en una segunda rejilla.
6. Precalienta el Horno Aerofreidora a 175°C.
7. Introduce las verduras en el fondo de la Aerofreidora y hornea durante 15 minutos. Después de 10 minutos, añade el atún y cocina durante otros 5 minutos.
8. Divide el atún en dos trozos y sirve cada trozo sobre la mitad de las verduras.

Consejo: para que esta comida sea más completa, añade 200 g de fideos cocidos a las verduras cuando salgan del Horno Aerofreidora.



Steak de thon avec **croûte de sésame**

Ingrédients

- 250 g steak de thon
- 1 cs de wasabi
- 2 cm de gingembre, râpé
- 2 cs de graines de sésame (noir)
- 2 choux chinois, en fines lamelles
- 1 courgette, en lamelles
- 1 oignon rouge, en lamelles
- 1 poivron rouge, en fines rondelles
- 2 cs de sauce soja
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Laissez le steak de thon prendre la température ambiante.
2. Mélangez le wasabi avec la moitié du gingembre râpé et badigeonnez le steak avec ce mélange. Enrobez le thon de graines de sésame noir.
3. Recouvrez une grille de l'Aerofryer de papier d'aluminium.
4. Mélangez les légumes avec la sauce soja et le reste du gingembre. Assaisonnez d'un peu de sel et de poivre et arrosez d'une cuillère à soupe d'huile d'olive. Répartissez les légumes sur la feuille d'aluminium.
5. Placez les steaks de thon sur une deuxième grille.
6. Préchauffez l'Aerofryer à 175 °C.
7. Placez les légumes au fond de l'Aerofryer et faites cuire 15 minutes. Après 10 minutes, ajoutez le thon et laissez cuire 5 minutes.
8. Divisez le thon en deux et servez chaque morceau sur la moitié des légumes.

Conseil : pour rendre ce plat plus consistant, ne pas hésiter à ajouter 200 g de pâtes cuites aux légumes lorsqu'ils sortent de l'Aerofryer.



Tagliata di tonno in **crosta di sesamo**

Ingredienti

- 250 g di tagliata di tonno
- 1 cucchiaino di wasabi
- 2 cm di zenzero, grattugiato
- 2 cucchiari di semi di sesamo nero
- 2 pezzi di baby bok choy, tagliato a listarelle
- 1 zucchini, tagliato a listarelle
- 1 cipolla rossa, tagliata a listarelle
- 1 peperone rosso, a rondelle sottili
- 2 cucchiari di salsa di soia
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Marinare la tagliata di tonno a temperatura ambiente.
2. Mescolare il wasabi con metà dello zenzero grattugiato e strofinare il trancio di tonno. Passare il tonno nei semi di sesamo nero.
3. Ricoprire una griglia dell'Aerofryer con carta stagnola.
4. Condire le verdure con la salsa di soia e il resto dello zenzero. Condire con un po' di sale e pepe e irrorare con un cucchiaino di olio d'oliva. Dividere sulla pellicola.
5. Disporre la tagliata di tonno su una seconda griglia.
6. Riscaldare l'Aerofryer a 175 °C.
7. Disporre le verdure sul fondo dell'Aerofryer e cuocere per 15 minuti. Aggiungere il tonno dopo 10 minuti e cuocere per altri 5 minuti.
8. Dividere il tonno in due pezzi e servire ogni pezzo su metà delle verdure.

Consiglio: per rendere più sostanzioso questo pasto, aggiungere 200 g di spaghetti cotti alle verdure appena estratte dall'Aerofryer.

Oven risotto with **CHICKEN THIGH ROLLS**



SERVINGS

4



PREP TIME

15



FRY TIME

60



TEMPERATURE

175°C



Oven risotto with **chicken thigh rolls**

Ingredients

- 1 medium onion, chopped
- 250 g risotto rice
- 150 ml dry white wine
- 1 courgette, chopped small
- 1 aubergine, chopped small
- 500 ml vegetable stock + extra
- 4 chicken thigh fillets
- 4 sprigs sage + extra
- 8 slices pancetta
- 100 g Parmesan cheese, grated + extra
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 175°C.
2. Heat one tablespoon olive oil in a frying pan and fry onion on medium heat for 5 minutes until transparent.
3. Add rice and fry two minutes, stirring all the time. Deglaze with white wine and let evaporate a little. Season generously with pepper and salt to taste.
4. Spoon risotto into a spacious oven dish that fits on the Aerofryer grill. Lay courgette and aubergine on top and carefully pour over stock. Cover with aluminium foil and put on grill under in Aerofryer.
5. Season chicken thigh fillets to taste with pepper and salt. Fold a sage sprig between each thigh fillet and wrap with two slices of pancetta. Lay on a piece of aluminium foil on an Aerofryer grill.
6. Gently stir risotto after 40 minutes. Recover with aluminium foil and place back in oven. Slide grill with chicken thighs above risotto dish and cook together for the final 20 minutes.
7. After one hour, remove risotto from oven and gently stir in Parmesan cheese. Leave another 10 minutes to warm through.
8. Serve risotto with chicken thighs and some extra olive oil, Parmesan cheese and sage.



Ovenrisotto met **kipdijrolletjes**

Ingrediënten

- 1 middelgrote ui, gesnipperd
- 250 g risottorijst
- 150 ml droge, witte wijn
- 1 courgette, in kleine blokjes
- 1 aubergine, in kleine blokjes
- 500 ml groentebouillon + eventueel wat extra
- 4 kipdijfilets
- 4 takjes salie + extra
- 8 plakken pancetta
- 100 g Parmezaanse kaas, geraspt + extra
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 175°C.
2. Verhit een eetlepel olijfolie in een koekenpan en fruit hierin de ui op middelhoog vuur in vijf minuten glazig.
3. Voeg de risottorijst toe en bak twee minuten al omscheppend mee. Blus af met de witte wijn, laat deze iets verdampen. Breng ruim op smaak met peper en zout.
4. Schep de risotto in een ruime ovenschaal die op het rooster van de Aerofryer past. Schep de courgette en aubergine bovenop en schenk voorzichtig alle bouillon erbij. Dek af met aluminiumfolie en plaats op een rooster onder in de Aerofryer.
5. Breng de kipdijfilets op smaak met peper en zout. Vouw tussen elke dijfilet een takje salie en vouw er twee plakjes pancetta omheen. Leg op een stukje aluminiumfolie op een rooster van de Aerofryer.
6. Roer na 40 minuten de risotto voorzichtig door. Dek opnieuw af met aluminiumfolie en zet terug in de oven. Schuif het rooster met de kipdijfilets boven de schaal met risotto en bak de laatste 20 minuten mee.
7. Neem de risotto na een uur uit de oven en roer voorzichtig de Parmezaanse kaas erdoor. Laat nog 10 minuten nagaren.
8. Serveer de risotto met de kipdijfilets en eventueel wat extra olijfolie, Parmezaanse kaas en salie.



Ofenrisotto mit Hähnchenschenkel-Röllchen

Zutaten

- 1 mittelgroße Zwiebel, gehackt
- 250 g Risotto-Reis
- 150 ml trockener Weißwein
- 1 Zucchini, in kleine Würfel geschnitten
- 1 Aubergine, in kleine Würfel geschnitten
- 500 ml Gemüsebrühe + bei Bedarf etwas mehr
- 4 Hähnchenschenkelfilets
- 4 Zweige Salbei + ein paar extra Blätter
- 8 Scheiben Pancetta
- 100 g Parmesankäse, gerieben + etwas mehr
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie den Aero Fryer auf 175 °C vor.
2. Erhitzen Sie einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne und braten Sie die Zwiebel bei mittlerer Hitze fünf Minuten lang, bis sie glasig ist.
3. Fügen Sie den Risotto-Reis hinzu und dünsten Sie ihn unter ständigem Rühren 2 Minuten mit. Löschen Sie alles mit Weißwein ab. Lassen Sie ihn leicht verdampfen und schmecken Sie es mit Salz und Pfeffer ab.
4. Geben Sie das Risotto in eine große Auflaufform, die auf den Rost des Aero Fryers passt. Platzieren Sie die Zucchini und Aubergine darauf und gießen Sie vorsichtig die gesamte Brühe dazu. Mit Alufolie abdecken und auf einen Rost im Aero Fryer stellen.
5. Würzen Sie die Hähnchenschenkelfilets mit Salz und Pfeffer. Legen Sie je einen Salbeizweig um die Schenkel und wickeln Sie jeden Hühnerschenkel in Pancetta. Legen Sie alles auf einen mit Alufolie bedeckten Rost oder eine niedrige Backform für Heißluftfritteusen.
6. Rühren Sie den Risotto nach 40 Minuten vorsichtig um. Wieder mit Alufolie abdecken und zurück in den Ofen stellen. Den Rost mit den Hähnchenschenkeln über die Schüssel mit dem Risotto schieben und die letzten 20 Minuten mit garen.
7. Nehmen Sie das Risotto nach einer Stunde aus dem Ofen und rühren Sie den Parmesankäse vorsichtig unter. 10 Minuten nachziehen lassen.
8. Servieren Sie das Risotto mit den Hähnchenschenkelfilets und etwas Olivenöl extra, Parmesan und Salbei.



Risotto al horno con pollo

Ingredientes

- 1 cebolla mediana picada
- 250 g de arroz de risotto
- 150 ml de vino blanco seco
- 1 calabacín, en dados pequeños
- 1 berenjena, en dados pequeños
- 500 ml de caldo de verduras + un poco más si es necesario
- 4 filetes de pollo
- 4 ramitas de salvia + extra
- 8 lonchas de panceta
- 100 g de queso parmesano rallado + extra
- Aceite de oliva, pimienta y sal

Preparación

1. Precalienta el Horno Aero Fryer a 175 °C.
2. Calienta una cucharada de aceite de oliva en una sartén y fríe la cebolla a fuego medio-alto durante cinco minutos hasta que esté transparente.
3. Añade el arroz para risotto y fríelo durante dos minutos sin dejar de remover. Añade el vino blanco, deja que se evapore ligeramente. Sazona generosamente con sal y pimienta.
4. Coloca el risotto en un recipiente para horno grande que quepa en la rejilla del Horno Aero Fryer. Pon encima el calabacín y la berenjena y vierte con cuidado todo el caldo. Cubre con papel de aluminio y coloca en una rejilla en la parte inferior del Horno Aero Fryer.
5. Salpimenta los filetes de pollo. Coloca una ramita de salvia entre cada uno de los filetes y dobla dos lonchas de panceta alrededor. Coloca un trozo de papel de aluminio sobre una rejilla del Horno Aero Fryer.
6. Pasados 40 minutos, mueve suavemente el risotto. Cubre de nuevo con papel de aluminio y vuelve a meter en el horno. Pon la bandeja con los filetes de pollo por encima del recipiente con el risotto y cocina durante los últimos 20 minutos.
7. Después de una hora, retira el risotto del horno y añade con cuidado el queso parmesano. Deja hornear otros 10 minutos.
8. Sirve el risotto con los filetes de pollo y un poco de aceite de oliva extra, queso parmesano y salvia.



Risotto avec rouleaux de poulet

Ingrédients

- 1 oignon moyen, haché
- 250 g de riz risotto
- 150 ml de vin blanc sec
- 1 courgette, coupée en petits cubes
- 1 aubergine, coupée en petits cubes
- 500 ml de bouillon de légumes + éventuellement un petit peu à part
- 4 filets de poulet
- 4 brins de sauge un peu en plus
- 8 tranches de pancetta
- 100 g de parmesan râpé + un peu en plus
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aero Fryer à 175 °C.
2. Faites chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive dans une poêle et faites-y revenir l'oignon à feu moyen jusqu'à ce qu'il soit translucide.
3. Ajouter le riz pour risotto et faites-le revenir 2 minutes en remuant. Déglacez avec le vin blanc, laissez-le s'évaporer légèrement. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre.
4. Versez le risotto dans un grand plat qui tient sur la grille de l'Aero Fryer. Déposez la courgette et l'aubergine sur le dessus et versez délicatement tout le bouillon. Recouvrez le tout d'une feuille d'aluminium et placez-le sur une grille en bas de l'Aero Fryer.
5. Assaisonnez le poulet avec du sel et du poivre. Pliez un brin de sauge entre chaque filet et enroulez-les dans deux tranches de pancetta. Mettez du papier aluminium sur une grille de l'Aero Fryer et déposez-y le poulet.
6. Après 40 minutes, remuez doucement le risotto. Recouvrez à nouveau de papier d'aluminium et remettez le plat au four. Faites glisser la grille avec le poulet au-dessus du plat à risotto et faites-le frire pendant 20 minutes supplémentaires.
7. Au bout d'une heure, sortez le risotto et incorporez doucement le parmesan. Laissez reposer 10 minutes.
8. Servez le risotto avec les filets de poulet et éventuellement un peu d'huile d'olive, de parmesan et de sauge.



Risotto al forno con involtini di coscia di pollo

Ingredienti

- 1 cipolla medio-grande, tritata
- 250 g di riso per risotto
- 150 g di vino bianco, secco
- 1 zuccina, a cubetti
- 1 melanzana, a cubetti
- 500 ml brodo di verdure + brodo aggiuntivo
- 4 filetti di coscia di pollo
- 4 rametti di salvia + qualche rametto aggiuntivo
- 8 strisce di pancetta
- 100 g di parmigiano grattugiato

Preparazione

1. Riscalda l'Aero Fryer a 175 °C.
2. Riscalda un cucchiaio di olio d'oliva in una padella e fai glassare cipolla a fiamma media per cinque minuti.
3. Aggiunti il risotto e fai cuocere per 2 minuti mescolando. Fai sfumare con il vino bianco e lascialo evaporare. Condisci con abbondante sale e pepe.
4. Trasferisci il risotto in una teglia ampia adatta alla griglia dell'Aero Fryer. Disponi la zuccina e la melanzana e versa il brodo. Copri con la carta stagnola e disponi la teglia sulla griglia in fondo dell'Aero Fryer.
5. Condisci i filetti di cosce di pollo con sale e pepe a piacere. Inserisci un rametto di salvia in ogni filetto di pollo e disponi due strisce di pancetta tutto attorno. Inserisci la carta stagnola sulla griglia dell'Aero Fryer.
6. Mescola il risotto accuratamente dopo 40 minuti di cottura. Ricopri con la carta stagnola e inforna. Inserisci la griglia con le cosce di pollo sulla teglia del risotto e fai cuocere per gli ultimi 20 minuti.
7. Estrai il risotto dal forno dopo un'ora di cottura e mescolalo bene con il parmigiano. Lascialo mantecare per altri 10 minuti.
8. Servi il risotto con i filetti di cosce di pollo ed eventualmente dell'olio di oliva aggiuntivo, parmigiano e sale.



Ratatouille with **CHICKEN THIGHS**



SERVINGS
3-4



PREP TIME
20



FRY TIME
30



TEMPERATURE
180°C



Ratatouille with **chicken thighs**

Ingredients

- 2 tbsp fresh or dried Provençal herbs
- 1 garlic clove, chopped
- 200 ml tomato frito (tomato sauce with garlic and onion)
- 1 courgette, sliced
- 1 aubergine, sliced
- 4 vine tomatoes, sliced
- 6 chicken thigh fillets
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Mix half Provençal herbs with chopped garlic and tomato frito, season with pepper and salt. Spoon into an oven dish that fits in the Aerofryer.
2. Place slices of courgette, aubergine and tomato alternately and upright in a row in oven dish. Sprinkle with olive oil.
3. Prewarm Aerofryer to 180°C.
4. Season thighs with pepper, salt and rest of Provençal herbs. Roll up and lay on grill.
5. Put oven dish on grill below in Aerofryer. Bake 10 minutes, then slide in grill with chicken thighs above. Cook another 20 minutes until chicken is done and vegetables are tender.



Ratatouille met **kippendij**

Ingrediënten

- 2 el gedroogde of verse Provençaalse kruiden
- 1 teen knoflook, gesnipperd
- 200 ml tomaten frito (tomatensaus met knoflook en ui)
- 1 courgette, in plakken
- 1 aubergine, in plakken
- 4 trostomaten, in plakken
- 6 Kipdijfilets
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Meng de helft van de Provençaalse kruiden met de gesnipperde knoflook en de tomaten frito, breng op smaak met peper en zout. Schep in een ovenschaal die in de Aerofryer past.
2. Zet de plakken courgette, aubergine en tomaat om en om rechtop, op een rijtje in de ovenschaal. Besprenkel met olijfolie.
3. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
4. Kruid de kipdijfilets met zout, peper en de rest van de Provençaalse kruiden. Rol ze op en leg ze op een roostertje.
5. Plaats de ovenschaal op een rooster onder in de Aerofryer. Bak 10 minuten en schuif daarna het rooster met de kipdijfilets erboven. Bak nog 20 minuten, tot de kip gaar is en de groenten zacht.



Ratatouille mit Hähnchenschenkeln

Zutaten

- 2 EL Kräuter der Provence, getrocknet oder frisch
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 200 ml Tomatensauce mit Knoblauch und Zwiebel (Tomate Frito)
- 1 Zucchini, in Scheiben
- 1 Aubergine, in Scheiben
- 4 Rispentomaten, in Scheiben
- 6 Hähnchenschenkel filets
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung

1. Verrühren Sie die Tomatensauce mit der Hälfte der Kräuter der Provence und dem gehackten Knoblauch. Schmecken Sie das Ganze mit Salz und Pfeffer ab. Füllen Sie Sauce in eine Backform, die in den Aerofryer passt.
2. Legen Sie die Zucchini-, Auberginen- und Tomatenscheiben aufrecht, in einer Reihe, in die Auflaufform und beträufeln Sie sie mit Olivenöl.
3. Heizen Sie den Aerofryer auf 180 °C vor.
4. Würzen Sie die Hähnchenschenkel filets mit Salz, Pfeffer und den restlichen Kräutern der Provence. Legen Sie sie auf einen Grillrost.
5. Stellen Sie die Backform in den Aerofryer und garen Sie das Ratatouille für 10 Minuten. Anschließend stellen Sie den Rost mit den Hähnchenschenkeln darüber. Braten Sie alles für weitere 20 Minuten, bis das Hähnchen und das Gemüse gar sind.



Pisto con filete de pollo

Ingredientes

- 2 cucharadas de hierbas provenzales secas o frescas
- 1 diente de ajo picado
- 200 ml de tomate frito (salsa de tomate con ajo y cebolla)
- 1 calabacín, en rodajas
- 1 berenjena, en rodajas
- 4 tomates en rodajas
- 6 filetes de pollo
- Aceite de oliva, pimienta y sal

Preparación

1. Mezcla la mitad de las hierbas provenzales con el ajo picado y el tomate frito, salpimenta. Colócalo en un recipiente para hornear con medidas aptas para el Horno Aerofreidora.
2. Coloca las rodajas de calabacín, berenjena y tomate en posición vertical y en fila en un recipiente para horno. Rocía con aceite de oliva.
3. Precalienta el Horno Aerofreidora a 180 °C.
4. Sazona los filetes de pollo con sal, pimienta y el resto de las hierbas provenzales. Enróllalos y colócalos en una bandeja.
5. Coloca el recipiente para hornear en una rejilla en la parte inferior del Horno Aerofreidora. Hornea durante 10 minutos y luego añade la bandeja con los filetes de pollo. Hornea durante otros 20 minutos, hasta que el pollo esté hecho y las verduras estén blandas.



Ratatouille et cuisses de poulet

Ingrédients

- 2 cs d'herbes provençales séchées ou fraîches
- 1 gousse d'ail hachée
- 200 ml de sauce tomate à l'ail et à l'oignon
- 1 courgette, tranchée
- 1 aubergine, tranchée
- 4 tomates en grappe, tranchées
- 6 cuisses de poulet
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Mélangez la moitié des herbes provençales avec l'ail haché et la sauce tomate, assaisonnez de sel et de poivre. Versez dans un plat qui tient dans l'Aerofryer.
2. Placez les tranches de courgette, d'aubergine et de tomate à la verticale, l'une après l'autre dans le plat de cuisson. Arrosez d'huile d'olive.
3. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
4. Assaisonnez les filets de cuisse de poulet avec du sel, du poivre et le reste des herbes provençales. Enroulez-les et placez-les sur une grille.
5. Placez le plat sur une grille en bas de l'Aerofryer. Cuisez pendant 10 minutes puis faites glisser la grille avec les cuisses de poulet dessus. Cuisez encore 20 minutes, jusqu'à ce que le poulet soit cuit et que les légumes soient tendres.



Ratatouille e cosce di pollo

Ingredienti

- 2 cucchiari di erbe di Provenza fresche
- 1 spicchio d'aglio, tritato
- 200 ml di salsa di pomodoro (condita con aglio e cipolla)
- 1 zucchini a fette
- 1 melanzana a fette
- 4 pomodori a grappolo a fette
- 6 filetti di coscia di pollo
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Mescola la metà delle erbe di Provenza con l'aglio tritato e la salsa di pomodoro, condisci con sale e pepe a piacere. Trasferisci in una teglia adatta all'Aerofryer.
2. Disponi la zucchini, la melanzana e il pomodoro alternandoli in fila nella teglia. Condisci con un filo di olio d'oliva.
3. Riscalda l'Aerofryer a 180 °C.
4. Condisci le cosce di pollo con sale, pepe e il resto delle erbe di Provenza. Arrotolale e disponile su una griglia.
5. Disponi la teglia sulla griglia sul fondo dell'Aerofryer. Fai cuocere per 10 minuti, quindi sposta i filetti di coscia di pollo sopra. Fai cuocere ancora per 20 minuti, fino a quando il pollo sarà cotto e le verdure si saranno ammorbidite.

Whole chicken with **HERB BUTTER AND LEMON**



SERVINGS

4



PREP TIME

15



FRY TIME

30



TEMPERATURE

180°C



Whole chicken with **herb butter and lemon**

Ingredients

- 1 whole chicken of 1.2 kg
- 4 tbsp herb butter
- 1 organic lemon, cut in pieces
- 3 sprigs thyme
- 8 thin slices of bacon
- 400 g baby potatoes
- salt, pepper and olive oil

Preparation

1. Let chicken come to room temperature for an hour.
2. Preheat Aerofryer to 180°C.
3. Carefully separate skin from breast, but don't remove it. Rub herb butter over the breast under the skin. Put lemon and thyme in cavity. Rub chicken with salt and pepper, add some to cavity as well. Lay bacon slices over breast and tuck them into cavity.
4. Cover an Aerofryer grill with aluminium foil and spread potatoes on it. Put chicken amongst them and slide under in Aerofryer. Roast chicken for 30 minutes until done.
5. Remove from Aerofryer and let rest for a while. The bacon serves to prevent the chicken breast drying out. The bacon will get very dark and rather dry, so it doesn't necessarily have to be eaten, but is still tasty combined with the chicken.
6. Serve chicken with potatoes.



Hele kip met **kruidenboter en citroen**

Ingrediënten

- 1 hele kip van 1,2 kilo
- 4 el kruidenboter
- 1 biologische citroen, in stukken
- 3 takken tijm
- 8 plakjes dungsneseden ontbijtspek
- 400 g krieltjes
- Zout, peper en olijfolie

Bereidingswijze

1. Laat de kip een uur op kamertemperatuur komen.
2. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
3. Haal het vel voorzichtig los van de borst, maar haal het er niet af. Wrijf de kruidenboter uit over de kippenborst, onder het vel. Vul de holte van de kip met de citroenen en de tijm. Wrijf de kip goed in met zout en peper, strooi ook wat in de holte. Leg de plakken ontbijtspek over de borst van de kip en stop ze in de holte.
4. Bekleed een rooster van de Aerofryer met aluminiumfolie en spreid de krieltjes erop uit. Leg de kip ertussen en schuif onder in de Aerofryer. Bak de kip in 30 minuten gaar.
5. Neem de kip uit de Aerofryer en laat even rusten. Het spek in dit recept dient om de borst van de kip te beschermen tegen uitdrogen. De spek zal erg donker gebakken en wat droog zijn, dus hoeft niet per se gegeten te worden, maar is nog steeds erg lekker als je hem eet met de kip.
6. Serveer de kip met de aardappeltjes.



Ganzes Hähnchen mit **Kräuterbutter und Zitrone**

Zutaten

- 1 ganzes Hähnchen (1,2 kg)
- 4 EL Kräuterbutter
- 1 Bio-Zitrone, in Stücken
- 3 Zweige Thymian
- 8 Scheiben dünn geschnittener Speck
- 400 g Frühkartoffeln
- Salz, Pfeffer und Olivenöl

Zubereitung

1. Lassen Sie das Hähnchen eine Stunde lang auf Raumtemperatur erwärmen.
2. Heizen Sie den Aerofryer auf 180 °C vor.
3. Ziehen Sie die Haut vorsichtig von der Brust ab, entfernen Sie sie jedoch nicht und reiben Sie die Hähnchenbrust unter der Haut mit der Kräuterbutter ein. Füllen Sie den Bauchraum des Hähnchens mit den Zitronen und dem Thymian. Reiben Sie das Hähnchen rundum gut mit Salz und Pfeffer ein, streuen Sie auch etwas in den Bauch. Legen Sie die Speckscheiben über die Hähnchenbrust und geben Sie auch ein paar Scheiben in das Innere des Hähnchens.
4. Legen Sie einen Rost des Aerofryers mit Alufolie aus und legen Sie das ganze Hähnchen darauf. Verteilen Sie die Kartoffeln um das Huhn. Braten Sie das Hähnchen 30 Minuten lang.
5. Nehmen Sie das Hähnchen aus dem Aerofryer und lassen Sie es eine Weile ruhen. Der Speck in diesem Rezept dient dazu, die Hähnchenbrust vor dem Austrocknen zu schützen und wird dadurch beim Braten sehr dunkel und trocken. Sie können ihn vor dem Servieren entweder entfernen oder gemeinsam mit dem Hähnchen servieren. Der krosse Speck bietet eine leckere Ergänzung zum zarten und saftigen Hähnchen.
6. Servieren Sie das Hähnchen mit den Kartoffeln und ein paar Zitronenspalten.



Pollo entero con mantequilla de **hierbas y limón**

Ingredientes

- 1 pollo entero de 1,2 kg
- 4 cucharadas de mantequilla de hierbas
- 1 limón, troceado
- 3 ramas de tomillo
- 8 lonchas de tocino o beicon
- 400 g de patatas pequeñas
- Sal, pimienta y aceite de oliva

Preparación

1. Deja que el pollo esté a temperatura ambiente durante una hora.
2. Precalienta el Horno Aerofreidora a 180 °C.
3. Levanta con cuidado la piel de la pechuga, pero no la quites del todo. Unta la pechuga de pollo con la mantequilla de hierbas, por debajo de la piel. Rellena la cavidad del pollo con los limones y el tomillo. Frota el pollo con sal y pimienta (por fuera de la piel) y espolvorea un poco en la cavidad también. Envuelve el pollo con las lonchas de tocino o beicon.
4. Forra una rejilla de la Aerofryer con papel de aluminio y extiende las patatas sobre ella. Coloca el pollo en medio e introdúcelo al fondo del Horno Aerofreidora. Hornea durante 30 minutos.
5. Saca el pollo del Horno Aerofreidora y déjalo reposar un rato. El tocino o beicon en esta receta sirve para proteger la pechuga del pollo para que no se reseque. El tocino o beicon estará muy frito y un poco seco, por lo que no necesariamente se come, pero sigue siendo muy sabroso cuando se acompaña con el pollo.
6. Sirve el pollo con las patatas.



Poulet entier au beurre aux **fines herbes et au citron**

Ingrédients

- 1 poulet entier de 1,2 kg
- 4 cuillères à soupe de beurre aux herbes
- 1 citron, coupé en morceaux
- 3 branches de thym
- 8 tranches de lard fines
- 400 g de pommes de terre
- Sel, poivre et huile d'olive

Préparation

1. Laissez le poulet prendre la température ambiante pendant une heure.
2. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
3. Décollez soigneusement la peau, mais ne l'enlevez pas. Soulevez la peau du poulet et badigeonnez le poulet de beurre aux fines herbes. Remplissez la cavité du poulet avec les citrons et le thym, ajoutez du sel et du poivre. Ajoutez aussi du sel et du poivre sur le poulet. Placez les tranches de lard sur le poulet et dans la cavité.
4. Recouvrez une grille de l'Aerofryer avec du papier aluminium et posez les pommes de terre dessus. Placez le poulet entre les deux et glissez-le dans le fond de l'Aerofryer. Faites cuire le poulet 30 minutes.
5. Sortez le poulet de l'Aerofryer et laissez-le reposer un moment. Le lard sert à éviter que le poulet ne sèche.
6. Servez le poulet avec les pommes de terre.



Pollo intero con burro **alle erbe e limone**

Ingredienti

- 1 pollo intero di 1,2 chili
- 4 cucchiari di burro alle erbe
- 1 limone biologico, a fette
- 3 rametti di timo
- 8 fettine sottili di speck
- 400 g di patate novelle
- Sale, pepe e olio d'oliva

Preparazione

1. Fai stemperare il pollo a temperatura ambiente.
2. Riscalda l'Aerofryer a 180 °C.
3. Togli la pelle dal petto facendo attenzione a non staccarla. Strofina il burro alle erbe sul petto di pollo, sotto la pelle. Riempi il collo del pollo con il limone e il timo. Condisci bene con sale e pepe anche sul collo. Metti le strisce di speck sul petto di pollo e inseriscile nel collo.
4. Ricopri con carta stagnola, fai cuocere nell'Aerofryer e disponi le patate novelle tutto intorno. Metti il pollo al centro e inseriscilo sul fondo dell'Aerofryer. Fai cuocere per 30 minuti.
5. Togli il pollo dall'Aerofryer e lascialo riposare. Lo speck di questa ricetta deve essere usato per non far asciugare troppo il petto del pollo. Lo speck risulterà imbrunito e secco, quindi non dovrà essere necessariamente mangiato, ma come gusto si accosta bene al pollo.
6. Servi il pollo con le patate novelle.

Baked ricotta WITH VEGETABLES



SERVINGS

4



PREP TIME

10



FRY TIME

20



TEMPERATURE

180°C



Baked ricotta **with vegetables**

Ingredients

- 1 pot ricotta (250 g)
- 1 red onion, halved and sliced
- 1 courgette and/or aubergine
- 2 yellow, roasted bell peppers, sliced in rings
- 250 g cherry tomatoes on vine
- 1 orange (for juice and zest)
- 2 sprigs of thyme, leaves
- 6 sage leaves
- 1 ciabatta bread
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 180°C.
2. Put the ricotta in the middle of an oven dish and distribute vegetables around it.
3. Grate orange over and sprinkle with some juice. Season with pepper and salt and sprinkle with herbs.
4. Put oven dish on grill in middle of Aerofryer and cook 20 minutes until done. Turn vegetables halfway through.
5. Serve baked ricotta with vegetables and ciabatta bread.



Gebakken Ricotta **met groenten**

Ingrediënten

- 1 bakje ricotta (250 g)
- 1 rode ui, in reepjes
- 1 courgette en/of aubergine
- 2 gele, geroosterde paprika's uit pot, in ringen
- 250 g cherrytomaatjes aan de tak
- 1 sinaasappel (voor sap en rasp)
- 2 takjes tijm, gerist
- 6 blaadjes salie
- 1 ciabatta
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
2. Zet de ricotta in het midden van een ovenschaaltje en verdeel de groenten rondom.
3. Rasp de sinaasappel erboven en besprenkel met wat sap. Breng op smaak met peper en zout en bestrooi met de kruiden.
4. Zet de ovenschaal op een rooster in het midden van de Aerofryer en bak in 20 minuten gaar. Schep halverwege om.
5. Serveer de gebakken ricotta met de groenten en het ciabattabrood.



Gebackener Ricotta **mit Gemüse**

Zutaten

- 1 Becher Ricotta (250 g)
- 1 rote Zwiebel, in Streifen
- 1 Zucchini und/oder Aubergine
- 2 gelbe, geröstete Paprikaschoten aus dem Glas, in Ringen
- 250 g Kirschtomaten am Zweig
- 1 Orange (Saft und zum Raspeln)
- 2 Zweige Thymian
- 6 Salbeiblätter
- 1 Ciabatta
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie den Aerofryer auf 180 °C vor.
2. Legen Sie den Ricotta in die Mitte einer Auflaufform und verteilen Sie das Gemüse drumherum.
3. Reiben Sie die Orange darüber und beträufeln Sie das Ganze mit etwas Saft der Orange. Würzen Sie alles mit etwas Salz und Pfeffer und bestreuen Sie es mit den Kräutern.
4. Die Auflaufform auf einen Rost in der Mitte des Aerofryers stellen und 20 Minuten lang backen, bis alles gar ist. Nach der Hälfte der Zeit umschichten.
5. Servieren Sie den gebackenen Ricotta mit dem Gemüse und dem Ciabatta-Brot.



Queso ricotta al horno **con verduras**

Ingredientes

- 1 tarrina de queso ricotta (250 g)
- 1 cebolla roja, en juliana
- 1 calabacín y/o berenjena
- 2 pimientos amarillos asados de bote, en aros
- 250 g de tomates cherry en rama
- 1 naranja (necesitaremos su zumo y la ralladura de la piel)
- 2 ramitas de tomillo maduro
- 6 hojas de salvia
- 1 pan de chapata
- Aceite de oliva, pimienta y sal

Preparación

1. Precalienta el Horno Aerofreidora a 180°C.
2. Coloca la ricotta en el centro de un recipiente para horno y reparte las verduras alrededor.
3. Ralla la naranja por encima y rocía con un poco de zumo. Salpimenta y espolvorea con las hierbas.
4. Coloca el recipiente en una rejilla en el centro del Horno Aerofreidora y hornea durante 20 minutos hasta que esté hecho. Retíralo.
5. Sirve la ricotta al horno con las verduras y el pan de chapata.



Ricotta rôtie **aux légumes**

Ingrédients

- 250 g de ricotta
- 1 oignon rouge, coupé en lanières
- 1 courgette et/ou aubergine
- 2 poivrons jaunes torréfiés, en rondelles
- 250 g de tomates cerises en branche
- 1 orange (pour le jus et le zeste)
- 2 branches de thym
- 6 feuilles de sauge
- 1 ciabatta
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
2. Placez la ricotta au centre d'un plat destiné au four et répartissez les légumes tout autour.
3. Râpez l'orange par-dessus et arrosez de jus. Assaisonnez de sel et de poivre et saupoudrez d'herbes.
4. Placez le plat sur une grille au milieu de l'Aerofryer et faites cuire pendant 20 minutes. Remuez au bout de 10 minutes.
5. Servez la ricotta cuite avec les légumes et le pain ciabatta.



Ricotta al forno **con verdure**

Ingredienti

- 1 vasetto di ricotta (250 g)
- 1 cipolla rossa, tagliata a listarelle
- 1 zucchini e/o melanzana
- 2 peperoni gialli arrostiti confezionati, ad anelli
- 250 g di pomodori ciliegini dal ramo
- 1 arancia (succo e scorza)
- 3 rametti di timo, foglie
- 6 foglie di salvia
- 1 ciabatta
- Olio d'oliva, sale e pepe

Preparazione

1. Riscalda l'Aerofryer a 180 °C.
2. Metti la ricotta al centro di una teglia e disponi le verdure tutto intorno.
3. Grattugia la scorza d'arancia e versa un po' di succo. Condisci con sale e pepe a piacere e cospargi con le erbe aromatiche.
4. Metti la teglia su una griglia al centro dell'Aerofryer e fai cuocere per 20 minuti. Mescola a metà cottura.
5. Servi la ricotta al forno con verdure e la ciabatta.

SIDE
DISH

Stuffed bell PEPPERS



SERVINGS

4



PREP TIME

10



FRY TIME

30



TEMPERATURE

175°C



Stuffed bell peppers

Ingredients

- 200 g bulgur
- 300 ml boiling water
- 300 g minced beef
- 1 tbsp Ras el hanout spice mix
- 1 onion, chopped
- 1 aubergine, diced
- 10 g flat-leaved parsley, finely chopped
- 3 bell peppers, top and seed membrane removed
- 75 g feta cheese
- 50 g pomegranate seeds
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Put bulgur in boiling water, turn off heat, and cover.
2. Preheat Aerofryer to 175°C.
3. Mix mince with Ras el hanout spice mix, onion, aubergine and flat-leaved parsley. Season with pepper and salt, then stir in bulgur.
4. Spoon mince mixture into bell peppers and press down.
5. Put bell peppers in Aerofryer basket and cook for 30 minutes, until filling is done. Check halfway: are they too dark on top? Then cover with sheets of aluminium foil.
6. Carefully remove bell peppers from basket. Put on serving plate and sprinkle with feta and pomegranate seeds before serving.



Gevulde paprika's

Ingrediënten

- 200 g bulgur
- 300 ml kokend water
- 300 g rundergehakt
- 1 el Ras en Hanout
- 1 witte ui, gesnipperd
- 1 aubergine, in blokjes
- 10 g platte peterselie, fijngehakt
- 4 paprika's, bovenkant en zaadlijsten verwijderd
- 75 g feta
- 50 g granaatappelpitjes
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Wel de bulgur afgedekt in het kokende water.
2. Verwarm de Aerofryer voor op 175°C.
3. Meng het gehakt met de Ras el Hanout, ui, aubergine en platte peterselie. Breng op smaak met zout en peper en schep als laatste de bulgur erdoor.
4. Schep het gehaktmengsel in de uitgeholde paprika's en druk stevig aan.
5. Zet de paprika's in het mandje van de Aerofryer en bak ze in 30 minuten, tot de vulling gaar is. Check halverwege; wordt de bovenkant te donker? Dek dan af met stukjes aluminiumfolie.
6. Neem de paprika's voorzichtig uit het mandje. Zet op een bord en bestrooi voor het serveren met de feta en granaatappelpitjes.



Gefüllte Paprika

Zutaten

- 200 g Bulgur
- 300 ml kochendes Wasser
- 300 g Rinderhackfleisch
- 1 EL Ras el Hanout
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 Aubergine, in Würfeln
- 10 g glatte Petersilie, fein gehackt
- 4 Paprika, Oberseite und Kerne entfernt
- 75 g Feta
- 50 g Granatapfelkerne
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Kochen Sie den Bulgur in einem Topf mit 225 ml Wasser und decken Sie ihn ab.
2. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 175 °C vor.
3. Das Hackfleisch mit dem Ras el Hanout, der Zwiebel, der Aubergine und der glatten Petersilie vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und den Bulgur unterheben.
4. Das Hackfleischgemisch in die ausgehöhlten Paprika geben und andrücken.
5. Die Paprikaschoten in den Korb des Aerofryers stellen und 30 Minuten lang backen, bis die Füllung gar ist. Überprüfen Sie nach der Hälfte der Zeit, ob die Oberseite zu dunkel wird. Wenn das der Fall ist, decken Sie Paprika mit etwas Aluminiumfolie ab.
6. Die Paprika vorsichtig aus dem Korb nehmen. Auf einem Teller anrichten und vor dem Servieren mit dem Feta und den Granatapfelkernen garnieren.



Pimientos relenos

Ingredientes

- 200 g de bulgur
- 300 ml de agua hirviendo
- 300 g de carne de picada de vacuno
- 1 cucharada de especias árabes
- 1 cebolla blanca, picada
- 1 berenjena, en dados pequeños
- 10 g de perejil, finamente picado
- 4 pimientos, sin la parte superior ni las semillas
- 75 g de queso feta
- 50 g de pepitas de granada
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparación

1. Cubre el bulgur y ponlo en el agua hirviendo.
2. Precalienta la Aerofreidora a 175 °C.
3. Mezcla la carne picada con las especias morunas, la cebolla, la berenjena y el perejil picado. Salpimienta y, por último, añade el bulgur con una cuchara.
4. Coloca la mezcla de carne en el interior de los pimientos y presiona con firmeza.
5. Coloca los pimientos en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 30 minutos, hasta que el relleno esté tierno. Comprueba cuando lleves algo de tiempo: ¿se está tostando demasiado la parte superior? En ese caso, cubre con papel de aluminio.
6. Saca con cuidado los pimientos de la cesta. Coloca en un plato y espolvorea con el queso feta y los granos de granada antes de servir.



Poivrons farcis

Ingrédients

- 200 g de boulgour
- 300 ml d'eau bouillante
- 300 g de haché de boeuf
- 1 cs de Ras el Hanout
- 1 oignon, émincé
- 1 aubergine, coupée en petits cubes
- 10 g de persil plat, finement haché
- 4 poivrons, sans le chapeau et les graines
- 75 g de feta
- 50 g de graines de grenade
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Couvrez le boulgour et mettez-le dans l'eau bouillante.
2. Préchauffez l'Aerofryer à 175 °C.
3. Mélangez la viande hachée avec le Ras el Hanout, l'oignon, l'aubergine et le persil plat. Assaisonnez avec du sel et du poivre et ajoutez enfin le boulgour cuit à la cuillère.
4. Déposez le mélange dans les poivrons évidés et tassez fermement.
5. Placez les poivrons dans le panier de l'Aerofryer et faites-les cuire pendant 30 minutes, jusqu'à ce que la garniture soit tendre. Vérifiez à mi-cuisson : si le dessus devient trop foncé, recouvrez de papier d'aluminium.
6. Retirez délicatement les poivrons du panier, placez-les sur une assiette et avant de servir, parsemez-les de feta et de graines de grenade.



Peperoni ripieni

Ingredienti

- 200 g di bulgur (grano spezzato)
- 300 ml di acqua bollente
- 300 g di carne macinata
- 1 cucchiaino di Ras el Hanout
- 1 cipolla bianca, tritata
- 1 melanzana, a cubetti
- 10 g di prezzemolo piatto, tritato finemente
- 4 peperoni, la parte superiore e i semi rimossi
- 75 g di feta
- 50 g di semi di melograno
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Immergere il bulgur nell'acqua bollente.
2. Preriscaldare l'Aerofryer a 175 °C.
3. Mescolare la carne macinata con il Ras el Hanout, la cipolla, le melanzane e il prezzemolo piatto. Condire con sale e pepe e aggiungere per ultimo il bulgur.
4. Versare il composto di carne macinata nei peperoni svuotati e premere in modo deciso.
5. Mettere i peperoni nel cestello dell'Aerofryer e cuocerli per 30 minuti, fino a quando il ripieno è cotto. Controllare a metà cottura: la parte superiore è troppo scura? Coprire con un foglio di alluminio.
6. Rimuovere con attenzione i peperoni dal cestello. Disporre in un piatto e servire con la feta e i semi di melograno.



Chicory GRATIN



SERVINGS

4



PREP TIME

15



FRY TIME

15



TEMPERATURE

170°C



Chicory gratin

Ingredients

- 4 chicories, stems removed
- 100 g mascarpone
- 50 g Parma ham, sliced
- 25 g Parmesan cheese, grated
- 1 sprig of thyme, leaves removed
- 1 tsp oregano leaves
- 1 handful hazelnuts, coarsely chopped
- Salt, pepper and olive oil

Preparation

1. Bring chicory to the boil in a pan of salted water and cook for 10 minutes. Drain well.
2. Preheat Aerofryer to 170°C.
3. Stir mascarpone to make it smooth, and add pepper and salt to taste.
5. Put chicory in a suitable oven dish. Spread with mascarpone, then Parma ham and sprinkle with Parmesan cheese, thyme, oregano and hazelnuts.
6. Put oven dish in Aerofryer basket and cook 15 minutes until cheese is melted and golden-brown.

Tip: serve as side dish, for example with meat and roasted potatoes.



Gegratineerde witlof

Ingrediënten

- 4 stronken witlof, kontjes verwijderd
- 100 g mascarpone
- 50 g Parmaham, in plakken
- 25 g Parmezaanse kaas, geraspt
- 1 tl tijm, gerist
- 1 tl oregano, gerist
- 1 handje hazelnoten, grof gehakt
- Zout, peper en olijfolie

Bereidingswijze

1. Breng de witlof met gezouten water aan de kook en kook voor 10 minuten. Laat goed uitlekken.
2. Verwarm de Aerofryer voor op 170°C.
3. Roer de mascarpone los en breng op smaak met peper en zout.
4. Leg de witlofstronken in een passende ovenschaal. Besmeer met de mascarpone, verdeel de Parmaham erover en bestrooi met de Parmezaanse kaas, tijm, oregano en hazelnoten.
5. Zet de ovenschaal in het mandje van de Aerofryer en bak 15 minuten tot de kaas goudbruin en gesmolten is.

Tip: serveer als bijgerecht, bijvoorbeeld samen met geroosterde aardappeltjes bij een stukje vlees.



Chicorée Gratin

Zutaten

- 4 Chicorée, ohne Strunk
- 100 g Mascarpone
- 50 g Parmaschinken, in Scheiben
- 25 g Parmesan, gerieben
- 1 TL Thymian
- 1 TL Oregano
- 1 Hand voll Haselnüsse, grob gehackt
- Salz, Pfeffer und Olivenöl

Zubereitung

1. Kochen Sie den Chicorée in Salzwasser für 10 Minuten und lassen Sie ihn anschließend gut abtropfen.
2. Die Heißluftfritteuse auf 170 °C vorheizen.
3. Rühren Sie den Mascarpone gut durch und schmecken Sie ihn mit Salz und Pfeffer ab.
4. Legen Sie die Chicorée in eine geeignete Auflaufform und bestreichen Sie diese mit dem Mascarpone. Verteilen Sie anschließend den Parmaschinken darauf und bestreuen Sie alles mit Parmesan, Thymian, Oregano und Haselnüssen.
5. Stellen Sie die Auflaufform in den Korb der Heißluftfritteuse und backen Sie den Chicorée für 15 Minuten, bis der Käse goldbraun und geschmolzen ist.

Tipp: Servieren Sie diese Beilage, zum Beispiel mit Bratkartoffeln zu einem Stück Fleisch, Fish oder gebratenem Tofu.



Endivias gratinadas

Ingredientes

- 4 tallos de endivia, sin cabeza
- 100 g de mascarpone
- 50 g de jamón de Parma, en lonchas
- 25 g de queso parmesano rallado
- 1 cucharadita de tomillo fresco
- 1 cucharadita de orégano, picado
- 1 puñado de avellanas, picadas gruesas
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparación

1. Pon a hervir la endivia con agua salada y cuécela durante 10 minutos. Escurre bien.
2. Precalienta la Aerofreidora a 170 °C.
3. Remueve el mascarpone y sazona con sal y pimienta.
4. Coloca las endivias en un recipiente de horno adecuado para la Aerofreidora. Unta con el mascarpone, reparte el jamón de Parma por encima y espolvorea con el queso parmesano, el tomillo, el orégano y las avellanas.
5. Coloca el recipiente en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 15 minutos hasta que el queso esté dorado y fundido.

Consejo: sirve como guarnición, por ejemplo, con patatas asadas para acompañar un trozo de carne.



Gratin d'endives

Ingrédients

- 4 endives sans les coeurs
- 100 g de mascarpone
- 50 g de jambon de Parme, en tranches
- 25 g de parmesan râpé
- 1 cc de thym, ciselé
- 1 cc d'origan, ciselé
- 1 poignée de noisettes, hachées grossièrement
- Sel, poivre et huile d'olive

Préparation

1. Portez les endives à ébullition dans de l'eau salée et faites-les cuire pendant 10 minutes. Egouttez bien.
2. Préchauffez l'Aerofryer à 170 °C.
3. Incorporez le mascarpone et assaisonnez de sel et de poivre.
4. Placez les endives dans un plat passant au four, adapté à la taille du panier de l'Aerofryer. Tartinez de mascarpone, répartissez le jambon de Parme sur le dessus et saupoudrez de parmesan, de thym, d'origan et de noisettes.
5. Posez le plat dans le panier de l'Aerofryer et faites cuire pendant 15 minutes jusqu'à ce que le fromage soit bien doré et ait fondu.



Cicoria gratinata

Ingredienti

- 4 cespi di cicoria, privati delle estremità
- 100 g di mascarpone
- 50 g di prosciutto di Parma, a fette
- 25 g di parmigiano, grattugiato
- 1 cucchiaino di timo, foglie
- 1 cucchiaino di origano, foglie
- 1 manciata di nocciole, tritate grossolanamente
- Sale, pepe e olio d'oliva

Preparazione

1. Portare a ebollizione la cicoria in acqua salata e cuocere per 10 minuti. Scolare bene.
2. Preriscaldare l'Aerofryer a 170 °C.
3. Mescolare con il mascarpone e condire con sale e pepe.
4. Disporre i cespi di cicoria in una pirofila adatta. Spalmare con il mascarpone, disporre sopra il prosciutto di Parma e spolverare con il parmigiano, il timo, l'origano e le nocciole.
5. Posizionare la pirofila nel cestello dell'Aerofryer e cuocere per 15 minuti fino a quando il formaggio non sarà dorato e sciolto.

Suggerimento: servire come contorno, ad esempio con patate arrosto e carne.



Roasted pumpkin with **SAGE AND HAZELNUTS**



SERVINGS

4



PREP TIME

10



FRY TIME

30



TEMPERATURE

170°C



Roasted pumpkin with **sage and hazelnuts**

Ingredients

- 1 orange pumpkin, peeled and cut in portions
- 1 tsp cinnamon powder
- 1 tsp anise seed
- 1 bunch sage, half finely chopped
- 25 ml agave syrup
- 50 g hazelnuts, coarsely chopped
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 170°C.
2. Mix pumpkin portions with 2 tbsp olive oil, cinnamon, anise, chopped sage and half the agave syrup. Add pepper and salt to taste.
3. Put the pumpkin portions in Aerofryer basket, spreading evenly. Roast 20 minutes, turning portions a few times
4. After 20 minutes, sprinkle with hazelnuts and roast another 10 minutes.
5. Place portions on a serving dish, sprinkle with sage leaves and pour over rest of the agave syrup.



Geroosterde pompoen met **salie en hazelnoten**

Ingrediënten

- 1 oranje pompoen, in parten gesneden
- 1 tl gemalen kaneel
- 1 tl anijszaad
- 1 bosje salie, de helft fijngehakt
- 25 ml agavesiroop
- 50 g hazelnoten, grof gehakt
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 170°C.
2. Meng de pompoenparten met twee eetlepels olijfolie, de kaneel, het anijszaad, de gehakte salie en de helft van de agavesiroop. Breng op smaak met peper en zout.
3. Doe de parten pompoen losjes in het mandje van de Aerofryer. Bak ze 20 minuten, schep af en toe om.
4. Bestrooi na 20 minuten met de hazelnoten en rooster deze nog 10 minuten mee.
5. Leg de parten op een schaal, bestrooi ze met extra takjes salie en schenk de rest van de agavesiroop erover.



Gerösteter Kürbis mit **Salbei und Haselnüssen**

Zutaten

- 1 oranger Kürbis, in Stücke geschnitten
- 1 TL gemahlener Zimt
- 1 TL Anis
- 1 Bund Salbei, die Hälfte fein gehackt
- 25 ml Agavensirup
- 50 g Haselnüsse, grob gehackt
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 170 °C vor.
2. Die Kürbisstücke mit zwei Esslöffeln Olivenöl, dem Zimt, dem Anis, dem gehackten Salbei und der Hälfte des Agavensirups vermengen und mit Pfeffer und Salz würzen.
3. Die Kürbisstücke locker in den Korb des Aerofryers legen. 20 Minuten backen, dabei gelegentlich umrühren oder durchschütteln.
4. Nach 20 Minuten mit den Haselnüssen bestreuen und diese noch 10 Minuten mitrösten.
5. Die Stücke auf eine Servierplatte legen, mit den übrigen Salbeizweigen garnieren und den restlichen Agavensirup darübergießen.



Calabaza asada con **salvia y avellanas**

Ingredientes

- 1 calabaza, cortada en trozos
- 1 cucharadita de canela molida
- 1 cucharadita de anís
- 1 manojo de salvia, la mitad picada
- 25 ml de sirope de agave
- 50 g de avellanas picadas gruesas
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparación

1. Precalienta la Aerofreidora a 170 °C.
2. Mezcla los gajos de calabaza con dos cucharadas de aceite de oliva, la canela, el anís, la salvia picada y la mitad del sirope de agave. Salpimenta a tu gusto.
3. Pon las rodajas de calabaza sin apretar demasiado en la cesta de la Aerofreidora. Hornea durante 20 minutos, removiendo de vez en cuando.
4. Después de 20 minutos, espolvorea con las avellanas y asa durante otros 10 minutos.
5. Coloca todas las piezas en una bandeja, espolvorea con más ramitas de salvia y vierte el resto del sirope de agave.



Potiron rôti à la **sauge et aux noisettes**

Ingrédients

- 1 potiron, en tranches
- 1 cc de canelle moulue
- 1 cc d'anis
- 1 botte de sauge, la moitié finement hachée
- 25 ml de sirop d'agave
- 50 g de noisettes, hachées grossièrement
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 170 °C.
2. Mélangez les tranches de potiron avec deux cuillères à soupe d'huile d'olive, la cannelle, l'anis, la sauge hachée et la moitié du sirop d'agave. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre.
3. Placez les tranches de potiron sans les serrer dans le panier de l'Aerofryer. Faites cuire au four pendant 20 minutes, en remuant de temps en temps.
4. Après 20 minutes, parsemez de noisettes et faites rôtir pendant 10 minutes supplémentaires.
5. Placez les quartiers sur un plateau, parsemez de brins de sauge supplémentaires et versez le reste du sirop d'agave.



Zucca arrosto con **salvia e nocciole**

Ingredienti

- 1 zucca, tagliata a spicchi
- 1 cucchiaino di cannella in polvere
- 1 cucchiaino di semi di anice
- 1 mazzetto di salvia, metà tritata finemente
- 25 ml di sciroppo di agave
- 50 g di nocciole, tritate grossolanamente
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Preriscaldare l'Aerofryer a 170 °C.
2. Condire gli spicchi di zucca con due cucchiari di olio d'oliva, la cannella, l'anice, la salvia tritata e metà dello sciroppo d'agave. Condire con pepe e sale.
3. Sistemare gli spicchi di zucca senza sovrapporli nel cestello dell'Aerofryer. Cuocere per 20 minuti, girando di tanto in tanto.
4. Dopo 20 minuti cospargere con le nocciole e cuocere per altri 10 minuti.
5. Disporre gli spicchi su un piatto, cospargere con altri rametti di salvia e versare sopra il resto dello sciroppo d'agave.



Roast sweet potato with **SPICY GUACAMOLE**



SERVINGS

4



PREP TIME

10



FRY TIME

45



TEMPERATURE

200°C



Roast sweet potato with **spicy guacamole**

Ingredients

- 4 sweet potatoes
- 1 avocado, mashed
- 1 tsp cumin seeds
- 1 tsp smoked paprika powder
- 1 garlic clove, finely chopped
- 1 small red onion, finely chopped
- 100 g cherry tomatoes, in wedges
- 1 tsp chilli flakes
- ½ bunch coriander, shredded
- Pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 200°C.
2. Prick sweet potatoes all over with a fork and wrap in aluminium foil.
3. Put in the Aerofryer basket and cook for 45 minutes until soft.
4. Meanwhile, mix together the avocado, cumin, paprika, garlic, onion and cherry tomatoes. Add pepper and salt to taste.
5. Halve the potatoes, sprinkle with salt, and spoon guacamole on top.
6. Sprinkle with chilli and coriander.

Tip: also great with sour cream and grated cheese for non-vegans.



Gepofte zoete aardappel met **pittige guacamole**

Ingrediënten

- 4 zoete aardappelen
- 1 avocado, geprakt
- 1 tl komijnzaad
- 1 tl gerookt paprikapoeder
- 1 teen knoflook, fijngehakt
- 1 kleine rode ui, gesnipperd
- 100 g cherrytomaatjes, in stukjes
- 1 tl chilivlokken
- ½ bosje koriander
- Peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 200°C.
2. Prik de zoete aardappelen rondom in met een vork en pak in met aluminiumfolie.
3. Leg de aardappelen in het mandje van de Aerofryer en bak ze in 45 minuten zacht en gaar.
4. Meng ondertussen de avocado met het komijnzaad, de paprikapoeder, de knoflook, de ui en cherrytomaatjes. Breng op smaak met zout en peper.
5. Halveer de aardappelen, bestrooi met wat zout en schep de guacamole erop.
6. Bestrooi met de chilivlokken en de koriander.

Tip: ook lekker met zure room en kaas indien niet vegan.



Süßkartoffel in der Folie mit **pikanter Guacamole**

Zutaten

- 4 Süßkartoffeln
- 1 Avocado, zerstampft
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 kleine rote Zwiebel, gehackt
- 100 g Cherrytomaten, in Stücken
- 1 TL Chiliflocken
- 1/2 Zweig Koriander
- Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie der Heißluftfritteuse auf 200 °C vor.
2. Die Süßkartoffeln rundherum mit einer Gabel einstechen und mit Alufolie umwickeln.
3. Die Kartoffeln in den Korb des Aerofryers legen und in 45 Minuten weich und garkochen.
4. Die Avocado in der Zwischenzeit mit Kreuzkümmel, Paprika, Knoblauch, Zwiebel und Kirschtomaten vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Die Süßkartoffeln halbieren, mit etwas Salz bestreuen und die Guacamole darauf verteilen.
6. Mit den Chiliflocken und dem Koriander bestreuen.

Tipp: Auch lecker mit saurer Sahne und Käse.



Boniatos con **guacamole picante**

Ingredientes

- 4 boniatos
- 1 aguacate machacado
- 1 cucharadita de semillas de comino
- 1 cucharadita de pimentón
- 1 diente de ajo picado
- 1 cebolla roja pequeña picada
- 100 g de tomates cherry, en daditos
- 1 cucharadita de copos de guindilla
- ½ manojo de cilantro
- Sal y pimienta

Preparación

1. Precalienta la Aerofreidora a 200 °C.
2. Pincha los boniatos con un tenedor y envuélvelos con papel de aluminio.
3. Coloca los boniatos en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 45 minutos hasta que estén blandos y cocidos.
4. Mientras tanto, mezcla el aguacate con las semillas de comino, el pimentón, el ajo, la cebolla y los tomates cherry. Sazona al gusto con sal y pimienta.
5. Una vez transcurridos los 45 minutos, saca los boniatos y córtalos por la mitad, añádeles sal y pon el guacamole por encima.
6. Espolvorea con los copos de chile y el cilantro.

Consejo: también está delicioso con crema agria y queso (si no eres vegano/a).



Patates douces cuites au four et **guacamole épicé**

Ingrédients

- 4 patates douces
- 1 avocat, dénoyauté
- 1 cc de cumin
- 1 cc de paprika
- 1 gousse d'ail, finement hachée
- 1 petit oignon rouge, émincé
- 100 g de tomates cerises, en morceaux
- 1 cc de flocons de piment
- ½ botte de coriandre
- Poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 200 °C.
2. Piquez les patates douces avec une fourchette et enveloppez-les dans du papier d'aluminium.
3. Mettez-les dans le panier de l'Aerofryer et rôtissez-les pendant 45 minutes.
4. Pendant ce temps, écrasez l'avocat et mélangez-le avec les graines de cumin, le paprika, l'ail, l'oignon et les tomates cerises. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre.
5. Coupez les patates douces en deux, saupoudrez-les de sel et recouvrez-les de guacamole.
6. Saupoudrez les flocons de piment et de coriandre.

Conseil : c'est également délicieux servi avec de la crème sure et du fromage si vous n'êtes pas végétalien.



Patate dolci al forno con **guacamole piccante**

Ingredienti

- 4 patate dolci
- 1 avocado, schiacciato
- 1 cucchiaino di semi di cumino
- 1 cucchiaino di paprika affumicata in polvere
- 1 spicchio d'aglio, tritato finemente
- 1 cipolla rossa piccola, tritata
- 100 g di pomodori, tagliati a pezzi
- 1 cucchiaino di peperoncino in scaglie
- ½ mazzetto di coriandolo
- Pepe e sale

Preparazione

1. Preriscaldare l'Aerofryer a 200 °C.
2. Bucherellare con una forchetta le patate sull'intera superficie e avvolgerle con un foglio di alluminio.
3. Mettere le patate nel cestello dell'Aerofryer e cuocerle per 45 minuti.
4. Nel frattempo mescolare l'avocado con i semi di cumino, la paprika, l'aglio, la cipolla e i pomodori. Condire con sale e pepe.
5. Tagliare le patate a metà, cospargere con un po' di sale e versare sopra il guacamole.
6. Cospargere con scaglie di peperoncino e coriandolo.

Suggerimento: delizioso anche con panna acida e formaggio se non si è vegani.



Potato gratin with **A CHEESE CRUST**



SERVINGS

4



PREP TIME

10



FRY TIME

45



TEMPERATURE

160°C



Potato gratin with **a cheese crust**

Ingredients

- 800 g floury potatoes with skin, in thin slices
- 3 sprigs rosemary, finely chopped leaves
- 3 sprigs thyme, finely chopped leaves
- 3 garlic cloves, finely chopped
- 250 ml single cream
- 100 g Comté cheese, grated
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 160°C.
2. In a bowl, mix together potatoes, rosemary, thyme, garlic and single cream. Add pepper and salt to taste.
3. Spoon potato slices into suitable oven dish and push down firmly. Cover dish with aluminium foil and put in Aerofryer basket.
4. Bake potato gratin 30 minutes at 160°C, then remove from Aerofryer and raise temperature to 175°C.
5. Spread with Comté and put back in basket. Bake the potato gratin 15 minutes until golden-brown.



Aardappelgratin met **een kaaskorstje**

Ingrediënten

- 800 g kruimige aardappelen met schil, in dunne plakken
- 3 takjes rozemarijn, gerist en fijngehakt
- 3 takjes tijm, gerist en fijngehakt
- 3 tenen knoflook, fijngehakt
- 250 ml slagroom
- 100 g Comté kaas, geraspt
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 160°C
2. Meng in een kom de aardappelen met de rozemarijn, tijm, knoflook en slagroom. Breng op smaak met peper en zout.
3. Schep de aardappelschijfjes in een passende ovenschaal en druk stevig aan. Dek de schaal af met aluminiumfolie en zet in het mandje van de Aerofryer.
4. Gaar de aardappelgratin 30 minuten op 160°C, neem dan uit de Aerofryer en verhoog de temperatuur naar 175°C.
5. Bestrooi met de Comté en zet terug in het mandje. Bak de aardappelgratin in 15 minuten goudbruin.



Kartoffelgratin mit Käsekruste

Zutaten

- 800 g mehlig Kartoffeln mit Schale, in dünne Scheiben geschnitten
- 3 Zweige Rosmarin, fein gehackt
- 3 Zweige Thymian, fein gehackt
- 3 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 250 ml Schlagsahne
- 100 g Comté-Käse, gerieben
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Die Heißluftfritteuse auf 160 °C vorheizen.
2. Vermischen Sie vorsichtig die rohen Kartoffelscheiben mit dem Rosmarin, Thymian, Knoblauch und der Sahne in einer Schüssel und würzen Sie das Ganze mit Salz und Pfeffer.
3. Die Kartoffelscheiben in eine geeignete Auflaufform geben und fest andrücken. Die Auflaufform mit Aluminiumfolie abdecken und in den Korb der Heißluftfritteuse stellen.
4. Das Kartoffelgratin 30 Minute bei 160 °C garen, die Auflaufform dann aus dem Aerofryer nehmen und die Temperatur auf 175 °C erhöhen.
5. Mit dem Comté bestreuen und wieder in den Korb stellen. Das Kartoffelgratin 15 Minuten goldbraun backen.



Patatas gratinadas

Ingredientes

- 800 g patatas harinosas con piel, en rodajas finas
- 3 ramitas de romero, finamente picadas
- 3 ramitas de tomillo, finamente picadas
- 3 dientes de ajo, finamente picados
- 250 ml de nata
- 100 g de queso Comté rallado
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparacin

1. Precalienta la Aerofreidora a 160 °C.
2. En un bol, mezcla las patatas con el romero, el tomillo, el ajo y la nata. Salpimienta a tu gusto.
3. Coloca las rodajas de patata en un recipiente de horno apto para la Aerofreidora y jntalas bien. Cubre el recipiente con papel de aluminio y colócala en la cesta de la Aerofreidora.
4. Cocina las patatas durante 30 minutos a 160 °C, luego retralas de la Aerofreidora y aumenta la temperatura a 175 °C.
5. Cubre las patatas con el queso Comté y colócalas de nuevo en la cesta. Hornea las patatas durante 15 minutos o hasta que se doren.



Pommes de terre gratines au fromage

Ingrédients

- 800 g pommes de terre farineuses avec la peau, en fines tranches
- 3 brins de romarin, finement hachís
- 3 brins de thym, finement hachís
- 3 gousses d'ail, finement hachées
- 250 ml de crème fraîche
- 100 g de Comté, râpé
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer  160 °C.
2. Dans un bol, mélangez les pommes de terre avec le romarin, le thym, l'ail et la crème. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre.
3. Déposez les tranches de pommes de terre dans un plat à four adapté et appuyez fermement. Recouvrez le tout d'une feuille d'aluminium et placez le plat dans le panier de l'Aerofryer.
4. Faites cuire le gratin de pommes de terre 30 minutes à 160 °C, puis retirez-le de l'Aerofryer et augmentez la température à 175 °C.
5. Saupoudrez de Comté et remettez le plat dans le panier. Faites cuire le gratin de pommes de terre 15 minutes jusqu'à ce qu'il soit bien doré.



Gratin di patate con crosta di formaggio

Ingredienti

- 800 g di patate farinose con la buccia, tagliate a fette sottili
- 3 rametti di rosmarino, staccato dal gambo e tritato finemente
- 3 rametti di timo, staccato dal gambo e tritato finemente
- 3 spicchi d'aglio, tritati finemente
- 250 ml di panna
- 100 g di formaggio Comt, grattugiato
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Preriscaldare l'Aerofryer a 160 °C
2. In una ciotola mescolare le patate con il rosmarino, il timo, l'aglio e la panna. Condire con pepe e sale.
3. Disporre le patate a fette in una pirofila adatta e premere bene. Coprire la teglia con un foglio di alluminio e metterla sulla griglia dell'Aerofryer.
4. Cuocere le patate gratinate a 160 °C per 30 minuti, quindi toglierle dall'Aerofryer e aumentare la temperatura a 175 °C.
5. Spalmare il Comt e rimetterle sulla griglia. Cuocere le patate gratinate per 15 minuti fino a doratura.



Filled **PORTOBELLO MUSHROOMS**



SERVINGS

4



PREP TIME

15



FRY TIME

15



TEMPERATURE

170°C



Stuffed **portobello mushrooms**

Ingredients

- 4 portobello mushrooms
- 100 g green asparagus, in 3 cm pieces
- 1 shallot, sliced in rings
- 150 g Camembert cheese, in slices
- 4 tbsp honey
- 50 g hazelnuts, coarsely chopped
- 4 sprigs oregano, leaves
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 170°C.
2. Fill mushrooms with asparagus and shallot. Sprinkle with olive oil and season with salt and pepper.
3. Put mushrooms on grill and cook 10 minutes in middle of Aerofryer. After 10 minutes, lay Camembert on top and drizzle honey over. Sprinkle with hazelnuts and oregano and cook another 5 minutes to melt.



Gevulde **portobellos**

Ingrediënten

- 4 portobellos
- 100 g groene asperges, in stukjes van 3 cm
- 1 sjalot, in ringen
- 150 g camembert, in plakken
- 4 el honing
- 50 g hazelnoten, grof gehakt
- 4 takjes oregano, gerist
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 170°C.
2. Vul de portobellos met de asperges en sjalot. Besprenkel met olijfolie en breng op smaak met peper en zout.
3. Zet de portobellos op een roostertje en bak ze 10 minuten in het midden van de Aerofryer. Leg na 10 minuten de camembert erop en druipe de honing erover. Bestrooi met de hazelnoten en oregano en laat nog vijf minuten gratineren.



Gefüllte Portobello-Pilze

Zutaten

- 4 Portobello-Pilze
- 100 g grüner Spargel, in 3 cm großen Stücken
- 1 Schalotte, in Ringen
- 150 g Camembert, in Scheiben
- 4 EL Honig
- 50 g Haselnüsse, grob gehackt
- 4 Zweige Oregano, am Zweig
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie den Aerofryer auf 170 °C vor.
2. Füllen Sie die Portobellos mit dem Spargel und der Schalotte. Mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Legen Sie die Portobellos auf einen Rost und braten Sie sie 10 Minuten lang in der Mitte des Aerofryers. Nach 10 Minuten den Camembert darüberlegen und den Honig draufträufeln. Mit den Haselnüssen und dem Oregano bestreuen und weitere 5 Minuten gratinieren lassen.



Champiñones Portobello rellenos

Ingredientes

- 4 champiñones Portobello
- 100 g de espárragos verdes, en trozos de 3 cm
- 1 chalota, cortada en aros
- 150 g de queso camembert, en rodajas
- 4 cucharadas de miel
- 50 g de avellanas picadas gruesas
- 4 ramitas de orégano, picadas
- Aceite de oliva, pimienta y sal

Preparación

1. Precalienta el Horno Aerofreidora a 170 °C.
2. Rellena los champiñones Portobello con los espárragos y la chalota. Rocía con un poco de aceite de oliva y sazónala con sal y pimienta.
3. Coloca los portobellos sobre una parrilla y hornéalos durante 10 minutos en el centro del Horno Aerofreidora. Pasados 10 minutos, coloca el camembert y la miel por encima. Espolvorea con las avellanas y el orégano y deja gratinar otros cinco minutos más.



Portobellos farcis

Ingrédients

- 4 portobellos
- 100 g d'asperges vertes coupées en morceaux de 3 cm
- 1 échalote, en rondelles
- 150 g de camembert en tranches
- 4 cs de miel
- 50 g de noisettes hachées grossièrement
- 4 brins d'origan, retranchés
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 170 °C.
2. Remplissez les portobellos avec les asperges et l'échalote. Saupoudrez d'huile d'olive et assaisonnez de sel et de poivre.
3. Placez les portobellos sur une grille et faites cuire 10 minutes au centre de l'Aerofryer. Au bout de 10 minutes, déposez-y le camembert et versez du miel par-dessus. Saupoudrez de noisettes et d'origan et laissez gratiner pendant 5 minutes.



Portobello ripieni

Ingredienti

- 4 funghi Portobello
- 100 g di asparagi verdi tagliati a fette di 3 cm
- 1 scalogno tagliato ad anelli
- 150 g di camembert a fette
- 4 cucchiari di miele
- 50 g di nocciole, tritate grossolanamente
- 4 rametti di origano, foglie
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Riscalda l'Aerofryer a 170 °C.
2. Riempi i funghi Portobello con gli asparagi e lo scalogno. Condiscili con un filo d'olio d'oliva e un pizzico di sale e pepe a piacere.
3. Disponi i funghi su una griglia e falli cuocere 10 minuti al centro dell'Aerofryer. Trascorsi i 10 minuti ricoprili con il camembert e versa il miele. Spolvera con le nocciole e l'origano tritato e fai gratinare per altri cinque minuti.

SWEET
DISH

Blueberry MUFFINS



SERVINGS
12



PREP TIME
15



FRY TIME
13-15



TEMPERATURE
160°C



Blueberry muffins

Ingredients

- 100 ml single cream
- 50 sunflower oil
- 1 egg
- 50 g sugar
- 125 g flour
- ½ tsp baking powder
- 75 blueberries
- 1 tsp lemon zest
- 6 muffin cups

Preparation

1. Whip the cream with a hand mixer until light but not completely stiff.
2. Beat oil, eggs and sugar together until smooth.
3. Combine flour with baking powder and beat into the egg mixture on a low speed.
4. Fold the whipped cream quickly and lightly through the batter in two lots.
5. Add blueberries and lemon zest and fold through.
6. Preheat Aerofryer to 160°C.
7. Divide batter between 4 muffin cups.
8. Place muffins in the Aerofryer basket and bake for 13 to 15 minutes until golden brown and cooked through.



Blauwe bessen muffins

Ingrediënten

- 100 ml slagroom
- 50 zonnebloemolie
- 1 eieren
- 50 g suiker
- 125 g bloem
- ½ tl bakpoeder
- 75 blauwe bessen
- 1 tl citroenrasp
- 6 muffinvormpjes

Bereidingswijze

1. Klop de slagroom met een handmixer luchtig, maar niet helemaal stijf.
2. Klop vervolgens de olie, eieren en suiker samen tot een egale massa.
3. Meng de bloem met het bakpoeder en klop op een lage stand door het eimengsel.
4. Spatel de slagroom in twee delen snel en luchtig door het beslag.
5. Voeg de blauwe bessen en de citroenrasp toe en vouw erdoor.
6. Verwarm de Aerofryer voor op 160°C.
7. Verdeel het beslag over 6 muffinvormpjes.
8. Zet de muffins in het mandje van de Aerofryer en bak in 13 tot 15 minuten goudbruin en gaar.



Blaubeer- muffins

Zutaten

- 100 ml Schlagsahne
- 50 ml Sonnenblumenöl
- 1 Ei
- 50 g Zucker
- 125 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- 75 g Blaubeeren
- 1 TL Zitronenabrieb
- 6 Muffinförmchen

Zubereitung

1. Die Schlagsahne mit einem Handmixer luftig aufschlagen, aber nicht ganz steif.
2. Anschließend Öl, Ei und Zucker zu einer glatten Masse rühren.
3. Mehl und Backpulver vermengen und auf niedriger Stufe in die Masse einrühren.
4. Die Schlagsahne in zwei Teilen schnell und luftig unter den Teig heben.
5. Die Blaubeeren und den Zitronenabrieb unterheben.
6. Die Heißluftfritteuse auf 160 °C vorheizen.
7. Verteilen Sie den Teig auf die 6 Muffinförmchen.
8. Die Muffins in den Korb der Heißluftfritteuse geben und 13-15 Minuten goldbraun backen.



Muffins de arándanos

Ingredientes

- 100 ml de nata
- 50 ml de aceite de girasol
- 1 huevo
- 50 g de azúcar
- 125 g de harina
- ½ cucharadita de levadura
- 75 g de arándanos
- 1 cucharadita de ralladura de limón
- 6 moldes para muffins

Preparación

1. Monta la nata con una batidora de mano hasta que esté ligera y esponjosa, pero no completamente firme.
2. A continuación, en un recipiente diferente, bate el aceite, los huevos y el azúcar hasta que estén uniformes.
3. Mezcla la harina con la levadura en polvo y bate a velocidad baja con la mezcla de huevos, aceite y azúcar.
4. Incorpora rápida y ligeramente la nata montada en dos partes.
5. Añade los arándanos y la ralladura de limón e incorpóralos.
6. Precalienta la Aerofreidora a 160°C.
7. Divide la masa entre 6 moldes para magdalenas.
8. Coloca los muffins en la cesta de la Aerofreidora y hornea de 13 a 15 minutos hasta que estén dorados y cocidos.



Muffins aux myrtilles

Ingrédients

- 100 ml de crème fraîche
- 50 ml d'huile de tournesol
- 1 œuf
- 50 g de sucre
- 125 g de farine
- ½ cc de bicarbonate de soude
- 75 myrtilles
- 1 cc de zeste de citron
- 6 moules à muffin

Préparation

1. Fouettez la crème avec un batteur à main jusqu'à ce qu'elle soit légère et mousseuse mais pas trop ferme.
2. Ensuite, mélangez au fouet l'huile, les œufs et le sucre jusqu'à obtention d'un mélange homogène.
3. Mélangez la farine avec la levure chimique et incorporez à la pâte en fouettant doucement.
4. Incorporez rapidement et légèrement la crème fouettée en deux fois à la pâte en deux fois.
5. Ajoutez les myrtilles et le zeste du citron puis mélangez le tout délicatement.
6. Préchauffez l'Aerofryer à 160 °C.
7. Répartissez la pâte dans les moules.
8. Posez les muffins dans le panier de l'Aerofryer et faites cuire 13 à 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés et bien cuits.



Muffin ai mirtilli

Ingredienti

- 100 ml di panna
- 50 olio di girasole
- 1 uovo
- 50 g di zucchero
- 125 g di farina
- ½ cucchiaino di lievito per dolci
- 75 g di mirtilli
- 1 cucchiaino di succo di limone
- 6 stampi per muffin

Preparazione

1. Montare la panna con uno sbattitore a mano fino a renderla leggera, ma non completamente compatta.
2. Quindi sbattere l'olio, le uova e lo zucchero insieme fino ad ottenere un impasto liscio.
3. Mescolare la farina con il lievito e sbattere il composto di uova a un'impostazione bassa.
4. Aggiungere la panna montata all'impasto in due volte, velocemente e delicatamente.
5. Aggiungere i mirtilli e la scorza di limone e mescolare.
6. Preriscaldare l'Aerofryer a 160 °C.
7. Dividere l'impasto in 6 stampi per muffin.
8. Mettere i muffin nel cestello dell'Aerofryer e cuocere per 15 minuti fino a doratura.

Mini APPLE PIES



SERVINGS
6



PREP TIME
15



FRY TIME
15



TEMPERATURE
175°C



Mini apple pies

Ingredients

- 2 firm, fresh apples, diced small
- 1 tsp cinnamon powder
- 1 tsp ginger powder
- 2 tbsp sugar
- 1 roll puff pastry, chilled; or 6 squares
- 50 g pistachio nuts, coarsely chopped
- ½ egg, slightly beaten
- 1 sheet baking paper
- 200 ml whipping cream
- ½ vanilla pod
- 2 tbsp honey

Preparation

1. Mix together apple, cinnamon, ginger and sugar.
2. Cut pastry into 6 squares. On either side of the pastry, slice into thin strips, leaving one whole strip in the middle.
3. Spoon apple in a strip over the middle, spread some pistachio nuts over and fold the strips alternately over the apple.
4. Preheat Aerofryer to 175°C.
5. Brush pastry with beaten egg and sprinkle over rest of pistachio nuts.
6. Cut out a piece of baking paper to fit for each parcel. Lay three or four puff pastry parcels together in Aerofryer basket. Bake 15 minutes until golden-brown and done.
7. Meanwhile, whisk cream with vanilla seeds and honey until firm.
8. Serve the apple pies with whipped cream.



Mini apple pies

Ingrediënten

- 2 stevige, frisse appels, in kleine blokjes
- 1 tl kaneelpoeder
- 1 tl gemberpoeder
- 2 el suiker
- 1 rol bladerdeeg, koelvers, of 6 plakjes
- 50 g pistachenootjes, grof gehakt
- ½ losgeklopt ei
- 1 vel bakpapier
- 200 ml slagroom
- ½ vanillestokje
- 2 el honing

Bereidingswijze

1. Meng de appel met de kaneel, de gember en de suiker.
2. Snijd het koelverse bladerdeeg in zes vierkanten, snijd aan twee zijanten strookjes van het deeg, maar laat een strook in het midden heel.
3. Schep de appel in een strook over het midden, verdeel er wat pistachenootjes over en vouw de strookjes deeg om en om over de appel heen.
4. Verwarm de Aerofryer voor op 175°C.
5. Bestrijk het bladerdeeg met het losgeklopte ei en bestrooi met de rest van de pistachenootjes.
6. Knip voor elk pakketje een passend stukje stukje bakpapier. Leg de bladerdeegpakketjes met drie of vier stuks tegelijk in het mandje van de Aerofryer. Bak in 15 minuten goudbruin en gaar.
7. Klop ondertussen de slagroom met het vanillemerg en de honing stijf.
8. Serveer de apple pies met de slagroom.



Mini Apfeltaschen

Zutaten

- 2 feste, frische Äpfel, in kleine Würfel geschnitten
- 1 TL Zimt
- 1 TL Ingwerpulver
- 2 EL Zucker
- 1 Rolle Blätterteig, gekühlt, oder 6 Scheiben
- 50 g Pistazien, grob gehackt
- 1/2 gequirktes Ei
- 1 Blatt Backpapier
- 200 ml Schlagsahne
- 1/2 Vanilleschote
- 2 EL Honig

Zubereitung

1. Mischen Sie den Apfel mit Zimt, Ingwer und Zucker.
2. Schneiden Sie den gekühlten Blätterteig in sechs Quadrate, schneiden Sie an zwei Seiten Streifen in den Teig, lassen Sie jedoch in der Mitte Platz um die Apfelstücke zu platzieren.
3. Die Apfelwürfel auf dem mittleren Streifen verteilen, einige Pistazien darüber verteilen und die seitlichen Teigstreifen über die Apfelstückchen flechten.
4. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 175 °C vor.
5. Den Blätterteig mit dem verquirlten Ei bestreichen und mit den restlichen Pistazien bestreuen.
6. Schneiden Sie für jede Apfeltasche ein passendes Stück Backpapier aus. Legen Sie drei oder vier der Blätterteigpakete auf einmal in den Korb der Heißluftfritteuse und backen Sie diese 15 Minuten, bis sie goldbraun sind.
7. In der Zwischenzeit die Sahne mit dem Vanillemark und dem Honig steif schlagen.
8. Servieren Sie die Apfeltaschen mit der Schlagsahne.



Tartaletas de manzana

Ingredientes

- 2 manzanas, en dados pequeños
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1 cucharadita de jengibre en polvo
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 rollo de hojaldre frío, o en su lugar 6 placas
- 50 g de pistachos, picados gruesos
- ½ huevo, batido
- 1 hoja de papel para hornear
- 200 ml de nata
- ½ vaina de vainilla
- 2 cucharadas de miel

Preparación

1. Mezcla la manzana con la canela, el jengibre y el azúcar.
2. Corta el hojaldre en seis trozos redondos (que sobresalgan un poco más del molde). Corta el hojaldre sobrante en tiras de la medida de los moldes (para ponerlos por encima más adelante).
3. Coloca estos trozos redondos en el fondo de los moldes y rellénalos con la mezcla de la manzana y reparte algunos pistachos por encima.
4. Precalienta la Aerofreidora a 175 °C.
5. Pon las tiras del hojaldre por encima para decorarlo como si fuera una rejilla.
6. Pincela el hojaldre con el huevo batido y espolvorea el resto de los pistachos.
7. Coloca los moldes en la cesta la Aerofreidora y déjalos durante 15 minutos hasta que estén dorados y hechos.
8. Mientras tanto, monta la nata con la vaina de vainilla y la miel hasta que esté dura.
9. Sirve las tartaletas de manzana con la nata montada.



Feuilletés aux pommes

Ingrédients

- 2 pommes fraîches et fermes, coupées en petits morceaux
- 1 cc cannelle en poudre
- 1 cc gingembre en poudre
- 2 cs de sucre
- 1 rouleau de pâte feuilletée ou 6 feuilles
- 50 g de pistaches, hachées grossièrement
- ½ oeuf, battu
- 1 feuille de papier cuisson
- 200 ml de crème fraîche
- ½ gousse de vanille
- 2 cc de miel

Préparation

1. Mélangez la pomme avec la cannelle, le gingembre et le sucre.
2. Coupez la pâte feuilletée en six carrés, et coupez de fines bandes sur les côtés en laissant une bande intacte au milieu, de façon à réaliser une sorte de tresse plus tard.
3. Déposez la pomme en lamelles au milieu, répartissez quelques pistaches par-dessus et repliez les bandes de pâte sur la pomme.
4. Préchauffez l'Aerofryer à 175 °C.
5. Badigeonnez la pâte feuilletée avec l'oeuf battu et saupoudrez avec le reste des pistaches.
6. Placez les feuilletés dans le panier de l'Aerofryer par 3 ou 4. Faites cuire au four pendant 15 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées et cuites.
7. Pendant ce temps, égrainez la gousse de vanille et ajoutez les grains avec le miel à la crème. Fouettez jusqu'à obtention d'un mélange ferme.
8. Servez les tartes aux pommes avec la crème fouettée.



Mini torte di mele

Ingredienti

- 2 mele, sode e fresche, tagliate a cubetti
- 1 cucchiaino di cannella in polvere
- 1 cucchiaino di zenzero in polvere
- 2 cucchiari di zucchero
- 1 rotolo di pasta sfoglia, fredda, o 6 fette
- 50 g di pistacchi, tagliati grossolanamente
- ½ uovo sbattuto
- 1 foglio di carta da forno
- 200 ml di panna
- ½ baccello di vaniglia
- 2 cucchiari di miele

Preparazione

1. Mescolare la mela con la cannella, lo zenzero e lo zucchero.
2. Tagliare la pasta sfoglia fredda in 6 quadrati, tagliare delle strisce di pasta su due lati, lasciando una striscia al centro.
3. Disporre la mela nella striscia al centro, distribuire dei pistacchi e piegare le strisce sopra e intorno alla mela.
4. Preriscaldare l'Aerofryer a 175 °C.
5. Spennellare la pasta sfoglia con l'uovo sbattuto e zpolverare con il resto dei pistacchi.
6. Tagliare un pezzo di pasta sfoglia adatto a ogni contenitore. Mettere i contenitori con la pasta sfoglia 3 o 4 alla volta nel cestello dell'Aerofryer. Cuocerli per 15 minuti fino a doratura e cottura.
7. Nel frattempo sbattere la panna montata con il baccello di vaniglia e il miele a neve ferma.
8. Servire le torte di mele con la panna montata.



Cherry CRUMBLE



SERVINGS
6



PREP TIME
20



FRY TIME
15



TEMPERATURE
160°C



Cherry crumble

Ingredients

- 350 g pitted cherries, deep-frozen
- 75 ml Kirsch
- 50 g sugar
- 75 g oat flakes
- 50 g flour
- 50 g butter at room temperature
- 50 g pecan nuts, coarsely chopped
- 6 scoops vanilla ice cream

Preparation

1. Mix cherries with Kirsch and half the sugar in an oven dish.
2. Preheat Aerofryer to 160°C. Warm dish with cherries in basket.
3. Mix together oat flakes, flour and rest of sugar. Rub butter into the mix with fingers until crumbly. Break up pecan nuts and mix through.
4. Remove oven dish from Aerofryer basket and spread crumble over. Press in slightly.
5. Bake crumble 15 minutes in Aerofryer. Serve warm, preferably with a scoop of vanilla ice cream.



Kersen crumble

Ingrediënten

- 350 g ontpitte kersen, uit de vriezer
- 75 ml Kirsch
- 50 g suiker
- 100 g havermoutvlokken
- 50 g bloem
- 50 g boter, op kamertemperatuur
- 50 g pecannoten, grof gehakt
- 6 bolletjes vanille-ijs

Bereidingswijze

1. Meng de kersen in een ovenschaaltje met de kirsch en de helft van de suiker.
2. Verwarm de Aerofryer voor op 160°C. Verwarm de schaal met kersen alvast mee in het mandje.
3. Meng de havervlokken, bloem en de rest van de suiker. Kneed de koude boter er met je vingertoppen doorheen tot er een kruimelig deeg ontstaat. Breek de pecannoten en schep erdoor.
4. Neem de ovenschaal met kersen uit het mandje van de Aerofryer en verdeel de kruimels erover. Druk iets aan.
5. Gaar de crumble 15 minuten in de Aerofryer. Serveer warm, het liefste met een bol vanille-ijs.



Kirsch-Crumble

Zutaten

- 350 g entsteinte Kirschen, aus der Tiefkühltruhe
- 50 ml Kirschwasser
- 50 g Zucker
- 100 g Haferflocken
- 50 g Mehl
- 50 g weiche Butter
- 50 g Pekannüsse, grob gehackt
- 6 Kugeln Vanilleeis

Zubereitung

1. Die Kirschen in einer Auflaufform mit dem Kirschwasser und der Hälfte des Zuckers verrühren.
2. Die Heißluftfritteuse auf 160 °C vorheizen und die Form mit den Kirschen mit erhitzen.
3. Die Haferflocken, das Mehl und den restlichen Zucker vermengen. Die Butter mit den Fingerspitzen einkneten, bis ein krümeliger Teig entsteht. Die Pekannüsse hacken und unterheben.
4. Die Auflaufform mit den Kirschen aus dem Korb der Heißluftfritteuse nehmen und die Krümel darauf verteilen. Etwas andrücken.
5. Den Crumble 15 Minuten im Aerofryer backen. Warm servieren, am besten mit einer Kugel Vanilleeis.



Crumble de cerezas

Ingredientes

- 350 g de cerezas sin hueso congeladas
- 75 ml de licor de cereza (opcional)
- 50 g de azúcar
- 100 g de copos de avena
- 50 g de harina
- 50 g de mantequilla, a temperatura ambiente
- 50 g de nueces pecanas, picadas gruesas
- 6 bolas de helado de vainilla

Preparación

1. En una fuente de horno, mezcla las cerezas con el licor de cerezas y la mitad del azúcar.
2. Precalienta la Aerofreidora a 160 °C. Calienta el bol de cerezas en la cesta.
3. Mezcla los copos de avena, la harina y el resto del azúcar. Con la punta de los dedos, amasa la mantequilla fría hasta que se forme una masa desmenuzable. Parte las nueces y añádelas con ayuda de una cuchara.
4. Saca el bol de la Aerofreidora y extiende las migas por encima. Presiona ligeramente.
5. Cocina el crumble durante 15 minutos en la Aerofreidora. Sirve caliente, preferiblemente con una bola de helado de vainilla.



Crumble aux cerises

Ingrédients

- 350 g de cerises dénoyautées
- 75 ml de Kirsch
- 50 g de sucre
- 100 g de flocons d'avoine
- 50 g de farine
- 50 g de beurre, à température ambiante
- 50 g de noix de pécan, hachées grossièrement
- 6 boules de glace vanille

Préparation

1. Dans un plat à four, mélangez les cerises avec le kirsch et la moitié du sucre.
2. Préchauffez l'Aerofryer à 160 °C. Faites chauffer le bol de cerises dans le panier.
3. Mélangez les flocons d'avoine, la farine et le reste du sucre. Du bout des doigts, incorporez le beurre froid jusqu'à l'obtention d'une pâte friable. Cassez les noix de pécan et ajoutez-les à la cuillère.
4. Sortez le plat de cuisson avec les cerises du panier de l'Aerofryer et répartissez les miettes sur le dessus. Appuyez légèrement pour aplatir le tout.
5. Faites cuire le crumble 15 minutes dans l'Aerofryer. Servir chaud, de préférence avec une boule de glace à la vanille.



Crumble alla ciliegia

Ingredienti

- 350 g di ciliegie snocciolate, dal congelatore
- 75 ml di Kirsch
- 50 g di zucchero
- 100 g di fiocchi d'avena
- 50 g di farina
- 50 g di burro, a temperatura ambiente
- 50 g di noci pecan, tritate grossolanamente
- 6 palline di gelato alla vaniglia

Preparazione

1. In una pirofila mescolare le ciliegie con il kirsch e metà dello zucchero.
2. Preriscaldare l'Aerofryer a 160 °C. Preriscaldare la ciotola con le ciliegie nel cestello.
3. Mescolare i fiocchi d'avena, la farina e il resto dello zucchero. Impastare il burro freddo con la punta delle dita fino a formare un impasto friabile. Rompere le noci pecan e assemblare.
4. Prendere la pirofila con le ciliegie dal cestello dell'Aerofryer e spargere sopra le briciole. Fare una pressione.
5. Cuocere il crumble nell'Aerofryer per 15 minuti. Servire caldo, preferibilmente con una pallina di gelato alla vaniglia.



Healthy Banana muffins WITH PECAN CRUMBLE



SERVINGS

6



PREP TIME

15



FRY TIME

15



TEMPERATURE

160°C



Healthy Banana muffins **with** pecan crumble

Ingredients

- 100 g wholemeal flour
- ½ tsp baking powder
- 1 pinch of salt
- 1 small banana
- 1 egg
- 75 g yogurt
- 40 g coconut oil, melted
- 50 g honey
- 50 g pecan nuts, coarsely chopped
- 6 muffin cases

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 160°C.
2. Mix together flour, baking powder and salt.
3. Mash banana finely in a bowl. Add egg, yogurt, coconut oil, half the honey, and combine well.
4. Fold flour mixture into wet mixture and stir to form a batter. Spoon batter into muffin cases.
5. Mix rest of honey with pecan nuts and divide over muffins.
6. Put muffin cases on rack and place in Aerofryer. Bake 13-15 minutes until golden brown and done. Allow to cool slightly on a rack.



Healthy Bananen- muffins **met** pecan crumble

Ingrediënten

- 100 g volkorenbloem
- ½ tl bakpoeder
- 1 mespunt zout
- 1 kleine banaan
- 1 ei
- 75 g yoghurt
- 40 g kokosolie, gesmolten
- 50 g honing
- 50 g pecannoten, grof gehakt
- 6 muffinvormpjes

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 160°C.
2. Meng de bloem, bakpoeder en het zout door elkaar.
3. Prak de banaan fijn in een kom. Meng met het ei, de yoghurt, de kokosolie en de helft van de honing.
4. Spatel het bloemmengsel door het natte mengsel en roer tot een beslag. Schep het beslag in de muffinvormpjes.
5. Meng de rest van de honing met de pecan noten en verdeel over de muffins.
6. Zet de muffinvormpjes in het mandje van de Aerofryer. Bak de muffins in 13 tot 15 minuten goudbruin en gaar. Laat iets afkoelen op een rooster.



Gesunde Bananen- muffins **mit** **Pekan-Crumble**

Zutaten

- 100 g Vollkornmehl
- 1/2 TL Backpulver
- 1 Messerspitze Salz
- 1 kleine Banane
- 1 Ei
- 75 g Joghurt
- 40 g Kokosöl, geschmolzen
- 50 g Honig
- 50 g Pekannüsse, grob gehackt
- 6 Muffinförmchen

Zubereitung

1. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 160 °C vor.
2. Mischen Sie das Mehl, Backpulver und Salz miteinander.
3. Zerdrücken Sie die Banane in einer Schüssel und verrühren Sie es mit dem Ei, dem Joghurt, dem Kokosöl und der Hälfte des Honigs.
4. Heben Sie die Mehlmischung unter die Bananen-Mischung und verrühren Sie alles zu einem Teig, welchen Sie gleichmäßig auf die Muffinformen verteilen.
5. Vermengen Sie den Rest des Honigs mit den Pekannüssen und verteilen Sie diese über die Muffins.
6. Die Muffinformen in den Korb der Heißluftfritteuse stellen und für 13 bis 15 Minuten goldbraun backen. Auf einem Rost etwas abkühlen lassen und genießen.



Muffins saludables **con nueces**

Ingredientes

- 100 g de harina integral
- ½ cucharadita de levadura
- 1 pizca de sal
- 1 plátano pequeño
- 1 huevo
- 75 g de yogur
- 40 g de aceite de coco, derretido
- 50 g de miel
- 50 g de nueces pecanas, picadas gruesas
- 6 moldes para muffins

Preparación

1. Precalienta la Aerofreidora a 160 °C.
2. Mezcla la harina, la levadura en polvo y la sal.
3. Tritura el plátano en un bol. Mezcla con el huevo, el yogur, el aceite de coco y la mitad de la miel.
4. Incorpora la mezcla de harina a la mezcla de huevo y yogur y remueve hasta conseguir una masa. Añade la mezcla a los moldes para muffins.
5. Mezcla el resto de la miel con las nueces pecanas y repártelo entre los muffins.
6. Coloca los moldes para muffins en la cesta de la Aerofreidora. Hornea los muffins de 13 a 15 minutos hasta que estén dorados y cocidos. Deja enfriar ligeramente sobre una rejilla.



Muffins légers à la banane **et** **crumble de noix** **de pécan**

Ingrédients

- 100 g de farine complète
- ½ cc de bicarbonate de soude ou de levure
- 1 pincée de sel
- 1 petite banane
- 1 œuf
- 75 g de yaourt
- 40 g d'huile de coco, fondue
- 50 g de miel
- 50 g de noix de pécan, hachées grossièrement
- 6 moules à muffins

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 160 °C.
2. Mélangez la farine, la levure et le sel.
3. Écrasez la banane dans un bol. Mélangez avec l'œuf, le yaourt, l'huile de noix de coco et la moitié du miel.
4. Incorporez le mélange de farine au mélange et remuez pour obtenir une pâte. Versez la pâte dans les moules à muffins.
5. Mélangez le reste du miel avec les noix de pécan et répartissez l'ensemble sur les muffins.
6. Placez les muffins dans le panier de l'Aerofryer. Faites cuire pendant 13 à 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Laissez refroidir quelques minutes.



Muffin magro alla banana **con** **crumble di** **noci pecan**

Ingredienti

- 100 g di farina integrale
- ½ cucchiaino di lievito per dolci
- 1 pizzico di sale
- 1 banana piccola
- 1 uovo
- 75 g di yogurt
- 40 g di olio di cocco, sciolto
- 50 g di miele
- 50 g di noci pecan, tritate grossolanamente
- 6 stampini per muffin

Preparazione

1. Preriscaldare l'Aerofryer a 160 °C.
2. Mescolare la farina, il lievito e il sale.
3. Schiacciare la banana in una ciotola. Mescolare con l'uovo, lo yogurt, l'olio di cocco e metà del miele.
4. Unire il composto di farina a quello umido e mescolare fino ad ottenere una pastella. Versare la pastella negli stampini per muffin.
5. Mescolare il resto del miele con le noci pecan e distribuire sui muffin.
6. Posizionare gli stampini per muffin nel cestello dell'Aerofryer. Cuocerli per 13 - 15 minuti finché non saranno dorati e cotti. Lasciare raffreddare leggermente su una gratella.

Lemon-chocolate MARBLE CAKE



SERVINGS
8-10



PREP TIME
20



FRY TIME
50



TEMPERATURE
150°C



Lemon-chocolate marble cake

Ingredients

- 125 g sugar
- 125 g butter
- 3 eggs
- 125 g flour
- ¾ tsp baking powder
- 1½ tbsp cacao powder
- 50 g pure chocolate, finely chopped
- Juice and zest of small organic lemon

Preparation

1. Beat butter and sugar with mixer until light and fluffy.
2. Add eggs one by one. Beat each egg in well before adding next one.
3. Beat in flour and baking powder.
4. Divide mixture into two parts. Mix cocoa powder with two tbsp water and fold with chocolate pieces through one half. Fold lemon juice and zest through other half.
5. Preheat Aerofryer to 150°C.
6. Line a 18 cm baking tin with baking paper and grease the edges.
7. Spoon in the mixtures in two separate layers. Then stir with a skewer to create a marbled pattern.
8. Put baking tin in Aerofryer basket and bake cake for 50 minutes to one hour. Test with a skewer; cake is done when removed skewer is clean and dry.



Citroen-chocolade marmercake

Ingrediënten

- 200 g suiker
- 200 g roomboter
- 4 eieren
- 200 g bloem
- 1 tl bakpoeder
- 2 el cacao
- 75 g pure chocolade, fijngehakt
- Sap en rasp van een biologische citroen

Bereidingswijze

1. Klop de boter met de suiker zacht en luchtig met een mixer.
2. Voeg de eieren één voor één toe. Voeg het volgende ei pas toe als de vorige helemaal in het beslag is opgenomen.
3. Klop de bloem en het bakpoeder erdoor.
4. Verdeel het beslag in twee delen. Meng de cacaopoeder met twee eetlepels water en spatel met de chocoladestukjes door de ene helft. Spatel de citroensap en -rasp door de andere helft van het beslag.
5. Verwarm de Aerofryer voor op 150°C.
6. Bekleed een springvorm van 18 cm doorsnee met bakpapier en vet de randen in.
7. Schep het beslag om en om in de springvorm, zodat er laagjes ontstaan. Roer er met een satéprikker doorheen, zodat er een marmerepatroon ontstaat.
8. Zet de springvorm in het mandje van de Aerofryer en bak de cake in 50 minuten tot één uur gaar. Test de cake met een satéprikker; als deze er schoon en droog uitkomt is de cake gaar.



Zitronen-Schokolade-Marmorkuchen

Zutaten

- 200 g Zucker
- 200 g Rahmbutter
- 4 Eier
- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 2 EL Kakao
- 75 g dunkle Schokolade, fein gehackt
- Saft und Raspel von einer Bio-Zitrone

Zubereitung

1. Rühren Sie die weiche Butter mit dem Zucker mit einem Mixer schaumig.
2. Die Eier nacheinander zugeben. Das nächste Ei erst hinzugeben, wenn das vorherige Ei vollständig in den Teig eingearbeitet ist.
3. Das Mehl und das Backpulver einrühren.
4. Teilen Sie den Teig in zwei Teile. Für die eine Hälfte mischen Sie zuerst das Kakaopulver mit zwei Esslöffeln Wasser und mit den Schokoladenstücken und heben Sie es unter. Heben Sie den Zitronensaft und die Schale unter die andere Hälfte des Teigs.
5. Den Aerofryer auf 150 °C vorheizen.
6. Eine Springform mit 18 cm Durchmesser mit Backpapier auslegen und den Rand einfetten.
7. Den Teig schichtweise abwechselnd in die Springform geben. Mit einem Spieß durchrühren, damit ein Marmormuster entsteht.
8. Die Springform in den Korb des Aerofryers stellen und den Kuchen für ca. 50 Minuten bis einer Stunde backen. Den Kuchen mit einem Spieß testen; wenn der Spieß sauber und trocken bleibt, ist der Kuchen fertig.



Tarta de chocolate y limón

Ingredientes

- 200 g de azúcar
- 200 g de mantequilla
- 4 huevos
- 200 g de harina
- 1 cucharadita de levadura
- 2 g de cacao
- 75 g de chocolate puro, troceado fino
- Zumo y ralladura de un limón

Preparación

1. Bate la mantequilla con el azúcar hasta obtener una mezcla suave y esponjosa con ayuda de una batidora.
2. Añade los huevos uno a uno. No añadas el siguiente huevo hasta que el anterior esté completamente incorporado a la masa.
3. Añade la harina y la levadura poco a poco.
4. Divide la masa en dos partes. Mezcla el cacao en polvo con dos cucharadas de agua y mezcla una de las mitades de la masa junto a los trozos de chocolate. Incorpora el zumo y la ralladura de limón a la otra mitad de la masa.
5. Precalienta el Horno Aerofreidora a 150 °C.
6. Forra un molde desmontable de 18 cm de diámetro con papel de horno y engrasa los bordes.
7. Vierte la masa en el molde desmontable, alternando las capas. Remueve con una brocheta para crear un patrón de mármol.
8. Coloca el molde en una rejilla en el centro del Horno Aerofreidora y hornea el pastel entre 50 minutos y una hora. Prueba el pastel con una brocheta; si sale limpia y seca, el pastel está hecho.



Gâteau marbré citron-chocolat

Ingrédients

- 200 g de sucre
- 200 g de beurre
- 4 oeufs
- 200 g de farine
- 1 cc de bicarbonate de soude
- 2 cs de cacao
- 75 g de chocolat noir, finement haché
- Jus et zeste d'un citron biologique

Préparation

1. Battez le beurre avec le sucre jusqu'à ce qu'il soit mou et mousseux avec un batteur.
2. Ajoutez les oeufs un par un. N'ajoutez pas l'oeuf suivant avant que le précédent ne soit complètement incorporé à la pâte.
3. Incorporez la farine et la levure tout en fouettant.
4. Divisez la pâte en deux. Mélangez la poudre de cacao avec deux cuillères à soupe d'eau et utilisez une spatule pour mélanger les morceaux de chocolat dans une moitié. Incorporez le jus et le zeste de citron dans l'autre moitié de la pâte.
5. Préchauffez l'Aerofryer à 150 °C.
6. Recouvrez un moule à charnière de 18 cm de diamètre de papier sulfurisé et graissez les bords.
7. Déposez la pâte dans le moule à charnière, en alternant les couches. Remuez avec une brochette pour créer un motif marbré.
8. Placez le moule à charnière sur la grille du milieu à l'intérieur de l'Aerofryer et faites cuire le gâteau pendant 50 minutes à une heure. Testez le gâteau à l'aide d'une brochette ; si elle ressort propre et sèche, le gâteau est cuit.



Torta bicolore al limone e cioccolato

Ingredienti

- 200 g di zucchero
- 200 g di burro
- 4 uova
- 200 g di farina
- 1 cucchiaino di lievito per dolci
- 2 cucchiaini di cacao
- 75 g di cioccolato fondente, tritato finemente
- Succo e scorza di un piccolo limone biologico

Preparazione

1. Sbattere il burro con lo zucchero fino a renderlo morbido e spumoso con un mixer.
2. Aggiungere le uova una ad una. Non aggiungere l'uovo successivo fino a quando il precedente non è stato completamente incorporato nella pastella.
3. Aggiungere la farina e il lievito.
4. Dividere la pastella in due parti. Mescolare il cacao in polvere con due cucchiaini d'acqua e incorporare in metà composto con il cioccolato tritato. Incorporare il succo di limone e la scorza nell'altra metà della pastella.
5. Preriscaldare l'Aerofryer a 150 °C.
6. Rivestire uno stampo a cerniera da 18 cm con carta da forno e ungere i bordi.
7. Versare in maniera alternata nello stampo a cerniera per creare più strati. Mescolare con un bastoncino per creare un effetto marmorizzato.
8. Mettere lo stampo a cerniera nel cestello dell'Aerofryer e cuocere la torta da 50 minuti ad un'ora. Controllare la torta con uno stuzzicadenti; se esce pulito e asciutto, la torta è pronta.



Chocolate lava cake **WITH CHERRY JAM**



SERVINGS

4



PREP TIME

15



FRY TIME

10



TEMPERATURE

150°C



Chocolate lava cake **with cherry jam**

Ingredients

- 100 g pure chocolate, finely chopped
- 80 g unsalted butter + extra for greasing ramekins
- 3 small eggs
- 65 g sugar
- 40 g flour
- 4 tbsp cherry jam
- 4 scoops ice cream to taste (e.g., vanilla or cherry)
- 4 small ramekins (about 6 cm diam.)

Preparation

1. Melt chocolate and butter in bain-marie. That means heating the mix in a heat-resistant bowl set in a saucepan containing a low level of boiling water.
2. Preheat Aerofryer to 150°C.
3. Beat eggs with sugar with a hand mixer until frothy.
4. Fold chocolate mixture through, then flour.
5. Grease ramekins with extra butter. Divide cake mix among ramekins and spoon cherry jam on top.
6. Put ramekins in Aerofryer basket and bake 10 minutes, until outside is done, but centre is still soft and runny.
7. Carefully remove from Aerofryer basket using oven gloves. Serve warm with a scoop of cherry or vanilla ice cream.



Chocolade Lavacake **met kersenjam**

Ingrediënten

- 100 g pure chocolade, fijngehakt
- 80 g ongezoeten roomboter + extra voor invetten
- 3 kleine eieren
- 65 g suiker
- 40 g bloem
- 4 el kersenjam
- 4 bolletjes ijs naar smaak (bijvoorbeeld vanille of kersen)
- 4 kleine ramekins (ongeveer 6 cm doorsnee)

Bereidingswijze

1. Smelt de chocolade en de boter au bain-marie. Dat doe je door een hittebestendige kom op een pannetje met een laagje kokend water te zetten en daarin de chocolade en boter te verwarmen.
2. Verwarm de Aerofryer voor op 150°C.
3. Klop de eieren met de suiker schuimig met een handmixer.
4. Spatel het chocolademengsel erdoor, gevolgd door de bloem.
5. Vet de ramekins in met de extra roomboter. Verdeel het beslag erover en schep er de kersenjam op in het midden.
6. Zet de ramekins in het mandje van de Aerofryer en bak ze 10 minuten, tot ze gaar zijn van buiten, maar nog zacht en lopend in het midden.
7. Neem voorzichtig met een ovenhandschoen uit het mandje. Serveer warm met bijvoorbeeld een bolletje kersenijis.



Schokoladen-Lavakuchen **mit Kirschmarmelade**

Zutaten

- 100 g dunkle Schokolade, fein gehackt
- 80 g ungesalzene Butter + extra zum Einfetten
- 3 kleine Eier
- 65 g Zucker
- 40 g Mehl
- 4 EL Kirschmarmelade
- 4 Kugeln Eis nach Geschmack (z. B. Vanille oder Kirsche)
- 4 kleine Auflaufförmchen (ca. 6 cm Durchmesser)

Zubereitung

1. Schmelzen Sie die Schokolade und die Butter im Wasserbad. Verwenden Sie dazu eine hitzebeständige Schüssel die Sie auf einen Topf mit kochendem Wasser setzen.
2. Heizen Sie die Heißluftfritteuse auf 150 °C vor.
3. Rühren Sie in einer anderen Schüssel die Eier mit dem Zucker schaumig.
4. Heben Sie die Schokoladenmischung unter das Ei-Zuckergemisch. Sieben Sie anschließend das Mehl ein und heben es unter.
5. Fetten Sie die Förmchen mit etwa Butter ein und verteilen Sie den Teig gleichmäßig in ihnen. Setzen Sie ein Löffelchen Kirschmarmelade in der Mitte.
6. Stellen Sie die Auflaufformen in den Korb der Heißluftfritteuse und backen Sie den Lavacake für 10 Minuten, bis er außen gar ist, aber in der Mitte noch weich und flüssig.
7. Nehmen Sie die Auflaufformen vorsichtig mit einem Ofenhandschuh aus dem Korb nehmen und servieren Sie diese noch warm, z. B. mit einer Kugel Eis und Schlagsahne.



Pastel de chocolate con lava de **mermelada de cereza**

Ingredientes

- 100 g de chocolate puro, troceado fino
- 80 g de mantequilla sin sal + algo más para engrasar
- 3 huevos pequeños
- 65 g de azúcar
- 40 g de harina
- 4 cucharadas de mermelada de cereza
- 4 bolas de helado al gusto (por ejemplo, de vainilla o de cereza)
- 4 moldes pequeños (de unos 6 cm de diámetro)

Preparación

1. Derrite el chocolate y la mantequilla al baño maría. Para hacerlo, coloca un recipiente resistente al calor sobre una cacerola con una capa de agua hirviendo y caliente en él el chocolate y la mantequilla.
2. Precalienta la Aerofreidora a 150 °C.
3. Bate los huevos con el azúcar hasta que estén espumosos con una batidora de mano.
4. Incorpora en la mezcla de huevos con azúcar la mezcla de chocolate y luego la harina. Remueve hasta que se convierta en una masa.
5. Engrasa los moldes con la mantequilla extra. Rellena los moldes con la mezcla hasta la mitad, añade la mermelada en el centro y termina de llenarlos con la mezcla de chocolate.
6. Coloca los moldes en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 10 minutos, hasta que estén cocidos por fuera pero todavía blandos por dentro.
7. Saca con cuidado de la cesta con un guante de horno. Sirve caliente con, por ejemplo, una bola de helado de cereza.



Mi-cuit au chocolat **à la confiture de cerises**

Ingrédients

- 100 g de chocolat noir, finement haché
- 80 g de beurre doux + un petit peu pour le moule
- 3 oeufs de petite taille
- 65 g de sucre
- 40 g de farine
- 4 cs de confiture de cerises
- 4 boules de glace selon vos goûts (vanille ou cerise, par exemple)
- 4 petits ramequins (d'environ 6 cm de diamètre)

Préparation

1. Faites fondre le chocolat et le beurre au bain-marie.
2. Préchauffez l'Aerofryer à 150 °C.
3. Battez les œufs avec le sucre jusqu'à obtention d'un mélange mousseux.
4. Incorporez le mélange chocolat/beurre, puis la farine.
5. Graissez les ramequins avec ce qui reste de beurre. Répartissez ensuite une couche de pâte, une cuillère à soupe de confiture, puis de nouveau une couche de pâte dans chaque ramequin.
6. Placez les ramequins dans le panier de l'Aerofryer et faites-les cuire pendant 10 minutes environ. Il faut qu'ils soient cuits à l'extérieur mais encore mous, presque liquides, au milieu.
7. Servez immédiatement après la cuisson avec une boule de glace.



Tortino al cioccolato **con marmellata di ciliegie**

Ingredienti

- 100 g di cioccolato fondente, tritato finemente
- 80 g di burro non salato + q.b. per ungere
- 3 uova piccole
- 65 g di di zucchero
- 40 g di farina
- 4 cucchiari di marmellata di ciliegie
- 4 palline di gelato a piacere (es. vaniglia o ciliegie)
- 4 piccoli stampini (circa 6 cm di diametro)

Preparazione

1. Sciogliere il cioccolato e il burro a bagnomaria. Si può realizzare mettendo una ciotola resistente al calore in una padella con uno strato di acqua bollente e riscaldare il cioccolato con il burro.
2. Preriscaldare l'Aerofryer a 150 °C.
3. Sbattere le uova con lo zucchero fino a renderle spumose con uno sbattitore a mano.
4. Incorporare il composto al cioccolato, seguito dalla farina.
5. Ungere gli stampini con il burro in eccesso. Distribuire la pastella e al centro versare la marmellata di ciliegie.
6. Mettere gli stampini nel cestello dell'Aerofryer e cuocere per 10 minuti, fino a quando saranno pronti all'esterno, ma ancora morbidi al centro.
7. Rimuovere con cautela dal cestello con un guanto da forno. Servire caldo con, ad esempio, una pallina di gelato di ciliegia.



Meringue with **STRAWBERRY CREAM**



SERVINGS

10



PREP TIME

20



FRY TIME

150



TEMPERATURE

80°C



Meringue with **strawberry cream**

Ingredients

- 100 g egg whites
 - 100 g castor sugar
 - 1 tsp lemon juice
 - 1 tsp rose water
 - ½ tbsp cornflour
 - 100g icing sugar
 - 100 g sliced strawberries
 - 200 ml whipping cream
 - 1 handful mint
- Extra: piping bag with serrated nozzle

Preparation

1. Beat egg whites with sugar, lemon juice and rose water until stiff. Egg whites must form stiff peaks when spooned out.
2. Sift icing sugar and cornflour over the egg whites in bowl. Fold through quickly and lightly with spoon.
3. Spoon egg white mixture into piping bag with its serrated nozzle. Cover two grills with baking paper. Preheat Aerofryer to 80°C.
4. Pipe five 'nests' onto each grill. Form by piping a solid coiled base with an open circle/wall on top.
5. Dry meringue nests 2.5 hours in Aerofryer, then let cool.
6. Puree 50 g of strawberries.
7. Beat cream until stiff and fold in strawberry puree.
8. Spoon strawberry cream into nests and garnish with sliced strawberries and mint.



Meringue met **aardbeienroom**

Ingrediënten

- 100 g eiwitten
 - 100 g fijne kristalsuiker
 - 1 tl citroensap
 - 1 tl rozenwater
 - ½ el maizena
 - 100 g poedersuiker
 - 100 g aardbeien, in plakjes
 - 200 ml slagroom
 - Een handje munt
- Extra nodig: een spuitzak met kartelspuitmondje

Bereidingswijze

1. Klop de eiwitten tot stijve pieken met de suiker, 1 tl citroensap en het rozenwater. Het eiwit moet in pieken omhoog blijven staan als je er met een lepel wat uit schept.
2. Zeef de poedersuiker en maizena boven de kom bij de eiwitten. Spatel er snel en luchtig door.
3. Schep het eiwitmengsel in een spuitzak met een kartelmondje. Bekleed twee roostertjes met bakpapier. Verwarm de Aerofryer voor op 80°C.
4. Spuit met het eiwitstroom vijf bakjes op elk rooster. Dit doe je door eerst een dichte cirkel te spuiten en daarop een open cirkel.
5. Droog de eiwitbakjes 2,5 uur in de Aerofryer en laat ze daarin afkoelen.
6. Pureer 50 gram van de aardbeien.
7. Klop de slagroom stijf en spatel de gepureerde aardbei erdoor.
8. Schep de aardbeienroom in de bakjes en garneer met de plakjes aardbeien en de munt.



Meringue mit Erdbeersahne

Zutaten

- 100 g Eiweiß
 - 100 g Kristallzucker
 - 1 TL Zitronensaft
 - 1 TL Rosenwasser
 - ½ TL Speisestärke
 - 100 g Puderzucker
 - 100 g Erdbeeren, in Scheiben geschnitten
 - 200 ml Schlagsahne
 - Eine Handvoll Minze
- Wird auch gebraucht: Spritzbeutel mit gezackter Tülle

Zubereitung

1. Schlagen Sie das Eiweiß mit dem Zucker, 1 Teelöffel Zitronensaft und dem Rosenwasser steif. Das Eiweiß sollte nach oben stehen, wenn Sie etwas mit einem Löffel herausnehmen.
2. Sieben Sie den Puderzucker und die Speisestärke in die Schüssel zu Eischnee. Schnell und luftig unterheben.
3. Füllen Sie die Eiweißmasse in einen Spritzbeutel mit gezackter Tülle. Legen Sie zwei Roste mit Backpapier aus. Heizen Sie den Aerofryer auf 80 °C vor.
4. Spritzen Sie mit der Eiweißmasse 5 runde Schälchen auf einen Rost.
5. Trocknen Sie die Eiweißmasse 2,5 Stunden lang im Aerofryer und lassen Sie sie dort auch abkühlen.
6. Pürieren Sie 50 g der Erdbeeren.
7. Schlagen Sie die Sahne steif und heben Sie die pürierten Erdbeeren unter.
8. Geben Sie die Erdbeercreme in die Meringue-Schalen und garnieren Sie sie mit den Erdbeerscheiben und der Minze.



Merengues con crema de fresa

Ingredientes

- 100 g de claras de huevo
 - 100 g de azúcar
 - 1 cucharadita de zumo de limón
 - 1 cucharadita de agua de rosas
 - ½ cucharadita de maicena
 - 100 g de azúcar en polvo
 - 50 g de fresas enteras
 - 50 g de fresas cortadas en rodajas
 - 200 ml de nata para montar
 - Un puñado de menta
- Utensilios adicionales necesarios: manga pastelera con boquilla dentada

Preparación

1. Bate las claras a punto de nieve con el azúcar, 1 cucharadita de zumo de limón y el agua de rosas. Para saber si está bien el punto de nieve, la clara de huevo debe formar picos cuando se saca un poco con una cuchara.
2. Tamiza el azúcar en polvo y la maicena sobre el bol con las claras a punto de nieve. Mezcla rápido y ligeramente.
3. Introduce toda la mezcla en una manga pastelera con boquilla dentada. Forra dos rejillas con papel de hornear. Precalienta el Horno Aerofreidora a 80 °C.
4. Con la masa ya preparada en la manga pastelera, crea 5 merengues sobre cada rejilla.
5. Deja los merengues en el Horno Aerofreidora durante 2,5 horas. Sacar del Horno Aerofreidora y dejar enfriar.
6. Tritura 50 gramos de fresas con la batidora.
7. Monta la nata a punto de nieve e incorpórale el puré de fresas. Mezcla bien.
8. Cubre los merengues con un poco de esta mezcla de fresa y nata y decora con las rodajas de fresa y la menta.



Meringue à la crème de fraise

Ingrédients

- 100 g de blancs d'œufs
 - 100 g de sucre en poudre fin
 - 1 cc de jus de citron
 - 1 cc d'eau de rose
 - ½ cs de maïzena
 - 100 g de sucre glace
 - 100 g de fraises, tranchées
 - 200 ml de Chantilly
 - Une poignée de menthe
 - une poche à douille avec un embout dentelé
- Nécessaire en plus: une poche à douille avec un embout dentelé

Préparation

1. Batte les blancs d'œufs en neige avec le sucre, le jus de citron et l'eau de rose jusqu'à l'obtention de pics fermes. Le blanc d'œufs devrait rester en pointe lorsque vous le récupérez avec une cuillère.
2. Ajoutez le sucre glace et la maïzena tamisés aux blancs en neige. Incorporez rapidement et légèrement.
3. Versez l'appareil à meringue dans la poche à douille. Recouvrez deux grilles de papier sulfurisé. Préchauffez l'Aerofryer à 80 °C.
4. Créez 5 meringues sur chaque grille avec les œufs montés en neige.
5. Faites sécher les meringues dans l'Aerofryer pendant 2,5 heures et laissez-les refroidir.
6. Réduisez en purée 50 grammes de fraises.
7. Battez la crème fouettée jusqu'à ce qu'elle soit ferme et incorporez la purée de fraise.
8. Mettez les meringues dans de petites verrines par exemple et versez la crème à la fraise. Garnissez de fraises et de tranches de menthe.



Meringhe con panna alle fragole

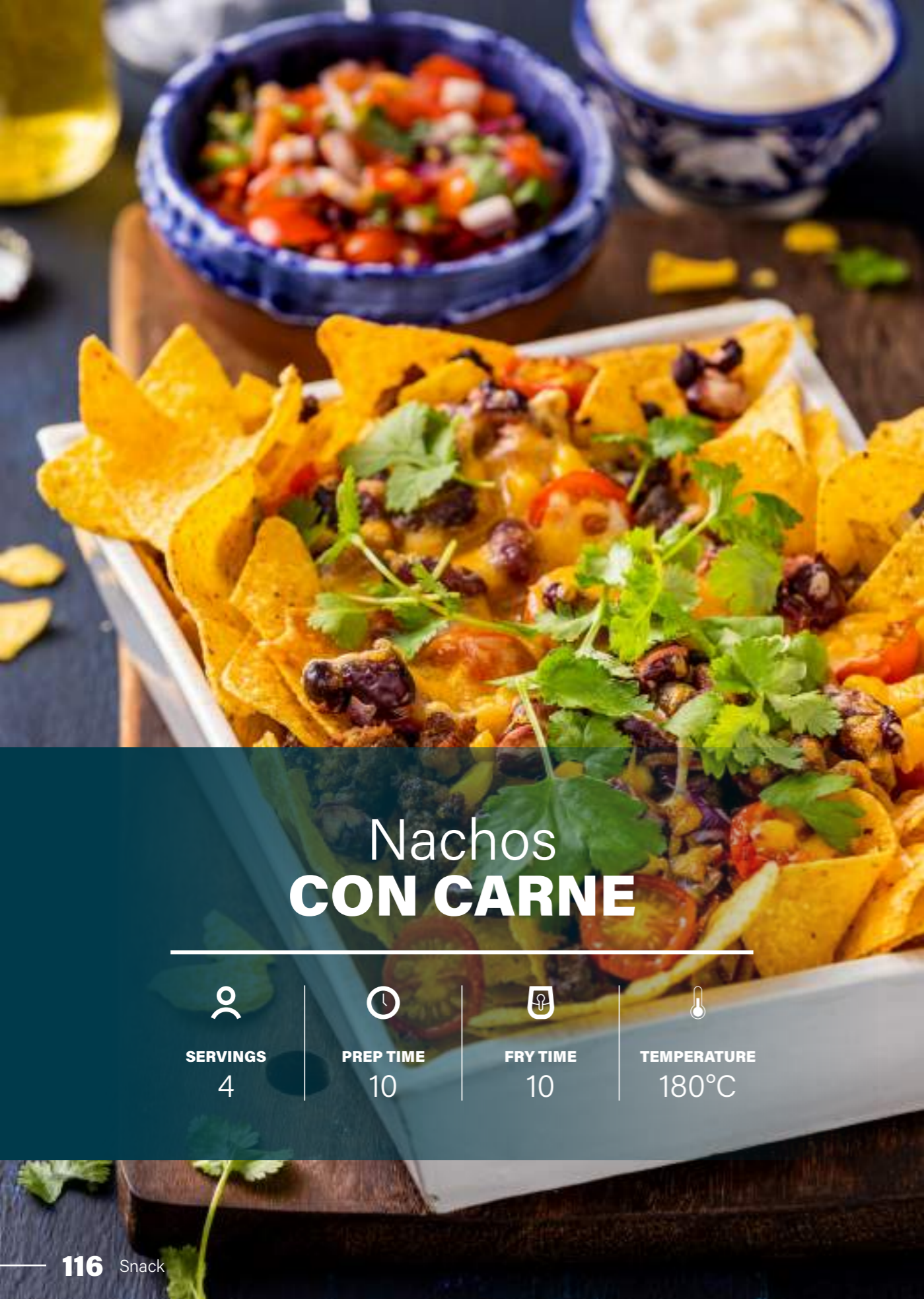
Ingredienti

- 100 g di albumi
 - 100 g di zucchero semolato fine
 - 1 cucchiaino di succo di limone
 - 1 cucchiaino di acqua di rose
 - ½ cucchiaino di maizena
 - 100 g di zucchero a velo
 - 100 g di fragole a fette
 - 200 ml di panna
 - Una manciata di menta
- Accessorio extra: sac-à-poche con beccuccio a stella

Preparazione

1. Monta l'albume con lo zucchero, 1 cucchiaino di succo di limone e l'acqua di rose, fino a quando non si sarà rassodato. Quando fai la prova del cucchiaino, l'albume deve formare delle punte che rimangono sode verso l'alto.
2. Cospargi con lo zucchero a velo e la maizena sulla ciotola con l'albume. Mescola velocemente e delicatamente con una spatola.
3. Trasferisci il composto nella sac-à-poche con il beccuccio a croce. Ricopri due griglie con della carta da forno. Riscalda l'Aerofryer a 80°C.
4. Con il composto di albumi forma cinque dolcetti su ciascuna griglia. Crea prima un cerchio e quindi altro cerchio sopra.
5. Lascia seccare le meringhe nell'Aerofryer per 2 ore e mezzo, quindi lasciale raffreddare.
6. Frulla 50 grammi di fragole.
7. Monta la panna e inserisci le fragole frullate al suo interno, mescolando con una spatola.
8. Disponi la panna alle fragole sulle tartine e guarnisci con le fragole a fettine e la menta.

SNACK



Nachos CON CARNE



SERVINGS
4



PREP TIME
10



FRY TIME
10



TEMPERATURE
180°C



Nachos con carne

Ingredients

- 200 g minced beef
- 1 tbsp Mexican spice mix
- 100 g nacho chips, natural
- 100 g tinned sweetcorn
- 100 g kidney beans, canned
- 200 g cherry tomatoes, one half halved, one half finely sliced
- 1 small red onion, finely chopped
- 75 g grated cheddar cheese
- 1 handful fresh coriander, coarsely chopped
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Preheat Aerofryer to 180°C.
2. Mix mince and Mexican spice mix together and season with pepper and salt. Spoon loosely into a heat-resistant bowl that fits in Aerofryer basket and cook 5 minutes. Loosen with fork.
3. Put nacho chips in a heat-resistant dish that fits in Aerofryer basket and spread with mince, corn, kidney beans, halved tomatoes and half the red onion. Sprinkle with cheddar cheese.
4. Put oven dish in Aerofryer basket and bake 10 minutes at 180°C, until cheese is melted.
5. Mix finely-sliced tomatoes with rest of chopped onion, half the coriander, one tbsp olive oil and salt. Serve as salsa with the nachos con carne.

Tip: also good with sour cream dip.



Nacho's con carne

Ingrediënten

- 200 g rundergehakt
- 1 el Mexicaanse kruidenmix
- 100 g nacho chips naturel
- 100 g maïs uit blik
- 100 g kidneybonen uit blik
- 200 g cherrytomaten, de helft gehalveerd, de helft fijngesneden
- 1 kleine rode ui, gesnipperd
- 75 g geraspte cheddar kaas
- 1 handje verse koriander, grof gehakt.
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
2. Schep het rundergehakt om met de Mexicaanse kruidenmix en breng op smaak met peper en zout. Schep losjes in een hittebestendige schaal die in het mandje van de Aerofryer past en bak het gehakt in vijf minuten rul. Maak het los met een vork.
3. Doe de nacho chips in een hittebestendige schaal die in het mandje van de Aerofryer past en verdeel het gehakt, de maïs, de kidneybonen, de gehalveerde tomaatjes en de helft van de rode ui erover. Bestrooi met de cheddar kaas.
4. Zet de ovenschaal in het mandje van de Aerofryer en bak 10 minuten op 180°C, totdat de kaas is gesmolten.
5. Meng de fijngesneden tomaten met de rest van de gesnipperde ui, de helft van de koriander, een eetlepel olijfolie en wat zout. Serveer als salsa bij de nacho's con carne.

Tip: ook lekker met zure room erbij.



Nachos con carne

Zutaten

- 200 g Rindergehacktes
- 1 EL mexikanische Kräutermischung
- 100 g Nacho Chips naturell
- 100 g Mais aus der Dose
- 100 g Kidneybohnen aus der Dose
- 200 g Kirschtomaten, zur Hälfte halbiert, zur Hälfte in Stücke geschnitten
- 1 kleine rote Zwiebel, gehackt
- 75 g geriebener Cheddar-Käse
- 1 Handvoll frischer Koriander, grob gehackt.
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Heizen Sie der Heißluftfritteuse auf 180 °C vor.
2. Das Rinderhackfleisch mit der mexikanischen Gewürzmischung verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Hackfleisch locker in eine hitzebeständige Form geben, die in den Korb des Aerofryers passt, und in fünf Minuten locker garen.
3. Die Nacho-Chips in eine hitzebeständige Form geben, die in den Korb des Aerofryers passt, und das Hackfleisch, den Mais, die Kidneybohnen, die halbierten Tomaten und die Hälfte der roten Zwiebel darüber verteilen. Mit dem Cheddar-Käse bestreuen.
4. Die Auflaufform in den Korb der Heißluftfritteuse stellen und 10 Minuten bei 180 °C, backen, bis der Käse geschmolzen ist.
5. Die gehackten Tomaten mit dem Rest der gehackten Zwiebel, der Hälfte des Korianders, einem Esslöffel Olivenöl und etwas Salz mischen und als Salsa zu den Nachos con carne servieren.

Tipp: Auch köstlich mit Sauerrahm.



Nachos con carne

Ingredientes

- 200 g de carne de picada de vacuno
- 1 cucharada de mezcla de especias mexicanas
- 100 g de nachos al natural
- 100 g de maíz de bote
- 100 g de alubias rojas en lata
- 200 g de tomates cherry, la mitad cortados por la mitad, la mitad picados
- 1 cebolla roja pequeña picada
- 75 g de queso cheddar, rallado
- 1 puñado de cilantro fresco, picado grueso
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparación

1. Precalienta la Aerofreidora a 180°C.
2. Revuelve la carne picada con la mezcla de especias mexicanas y sazona con sal y pimienta. Pon la carne picada sin apretar en un recipiente resistente al calor que se ajuste a la cesta de la Aerofreidora y cocínala hasta que quede suelta durante unos cinco minutos. Desmenúzala con ayuda de un tenedor.
3. Pon los nachos en un recipiente apto para horno que quepa en la cesta de la Aerofreidora y reparte sobre ellos la carne picada, el maíz, las alubias, los tomates cortados por la mitad y la mitad de la cebolla roja. Espolvorea con el queso cheddar.
4. Coloca el recipiente en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 10 minutos a 180 °C, hasta que el queso esté fundido.
5. Mezcla los tomates picados con el resto de la cebolla picada, la mitad del cilantro, una cucharada de aceite de oliva y un poco de sal. Sirve como salsa con los nachos con carne.

Consejo: también está delicioso con crema agria.



Chips tortilla façon « chili con carne »

Ingrédients

- 200 g de bœuf haché
- 1 cs de mélange d'épices mexicaines
- 100 g de biscuits apéritifs chips tortilla nature
- 100 g de maïs précuit
- 100 g d'haricots rouges précuit
- 200 g de tomates cerises, une moitié coupée en deux et l'autre finement hachée
- 1 petit oignon rouge, émincé
- 75 g de cheddar râpé
- 1 poignée de coriandre fraîche, hachée grossièrement
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
2. Mélangez le bœuf haché avec le mélange d'épices mexicaines et assaisonnez de sel et de poivre. Déposez la viande dans un plat à four qui s'insère dans le panier de l'Aerofryer et faites cuire 5 minutes environ, jusqu'à ce qu'elle soit lâche. Mélangez à l'aide d'une fourchette.
3. Mettez les biscuits apéritifs dans un plat résistant à la chaleur adapté au panier de l'Aerofryer et répartissez-y la viande hachée, le maïs, les haricots rouges, les tomates coupées en deux et la moitié de l'oignon rouge. Saupoudrez de cheddar.
4. Placez le plat de cuisson dans le panier de l'Aerofryer et faites cuire pendant 10 minutes à 180 °C, jusqu'à ce que le fromage soit fondu.
5. Mélangez les tomates hachées avec le reste de l'oignon haché, la moitié de la coriandre, une cuillère à soupe d'huile d'olive et du sel. Servez comme une sauce avec les chips de tortilla.

Conseil : ce plat peut être servi avec de la crème fraîche.



Nacho con carne

Ingredienti

- 200 g di carne macinata
- 1 cucchiaino di mix di spezie messicane
- 100 g di nacho chips al naturale
- 100 g di mais in scatola
- 100 g di fagioli borlotti in scatola
- 200 g di pomodori, metà tagliati a metà, metà tritati
- 1 cipolla rossa piccola, tritata
- 75 g di formaggio cheddar, grattugiato
- 1 manciata di coriandolo fresco, tritato grossolanamente
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Preiscaldare l'Aerofryer a 180 °C.
2. Mescolare la carne macinata con il mix di spezie messicane e condire con sale e pepe. Disporre comodamente in un piatto resistente al calore da inserire nel cestello dell'Aerofryer e friggere la carne macinata per 5 minuti. Allargare con una forchetta.
3. Mettere i nacho chips in un piatto resistente al calore da inserire nel cestello dell'Aerofryer e metterci sopra la carne macinata, il mais, i fagioli, i pomodori tagliati a metà e metà della cipolla rossa. Cospargere con il formaggio cheddar.
4. Posizionare la pirofila nel cestello dell'Aerofryer e cuocere per 10 minuti a 180 °C, fino a quando il formaggio non sarà sciolto.
5. Mescolare i pomodori a pezzetti con il resto della cipolla tritata, metà del coriandolo, un cucchiaino di olio d'oliva e un po' di sale. Servire come salsa con i nachos con carne.

Suggerimento: delizioso anche con panna acida.



Calamari RINGS



SERVINGS

6



PREP TIME

25



FRY TIME

8



TEMPERATURE

180°C



Calamari Rings

Ingredients

- 400 g squid tubes, in thick rings
- 100 g flour
- 1 tsp garlic powder
- 1 tsp smoked paprika (not the spicy type)
- 100 ml sparkling water
- 100 g panko breadcrumbs
- Aioli to your liking
- 1 lemon, in wedges
- Olive oil, salt and pepper

Preparation

1. Mix 40 grams of the flour with the garlic powder and paprika. Add salt and pepper to taste.
2. Coat all calamari thoroughly with flour.
3. Beat remaining flour to a batter with the sparkling water. Season to taste with a little salt.
4. Dip each calamari ring into the batter and then press into the panko crumbs.
5. Preheat Aerofryer to 180°C.
6. Drizzle calamari with some olive oil.
7. Divide calamari over the base. Don't stack them: fry in two batches. Bake for 7 minutes or until crisp and cooked. Give a good shake halfway through.
8. Serve with lemon wedges and a sauce of your choice, such as aioli.



Inktvis ringen

Ingrediënten

- 400 g pijlinktvis tubes, in dikke ringen
- 100 g bloem
- 1 tl knoflookpoeder
- 1 tl gerookt paprikapoeder (niet de pittige)
- 100 ml bruisend water
- 100 g panko
- Aioli naar wens
- 1 citroen, in partjes
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Meng 40 gram van de bloem met de knoflookpoeder en het paprikapoeder. Breng op smaak met zout en peper.
2. Haal alle inktvisringen goed door de bloem.
3. Klop een beslag van de rest van de bloem met het bruisende water. Breng ook op smaak met wat zout.
4. Dip alle inktvisringen in het beslag en druk vervolgens in de panko.
5. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
6. Besprenkel de inktvisringen met wat olijfolie.
7. Verdeel de inktvisringen over de bodem, stapel ze niet op, maar bak liever in twee keer. Bak ze in 7 minuten krokant en gaar. Schud halverwege om.
8. Serveer met partjes citroen en een saus naar keuze, bijvoorbeeld aioli.



Tintenfisch- ringe

Zutaten

- 400 g Tintenfischtuben, in dicken Ringen
- 100 g Mehl
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver (nicht scharf)
- 100 ml Sprudelwasser
- 100 g Pankomehl
- Aioli nach Wunsch
- 1 Zitrone, in Spalten
- Olivenöl, Pfeffer und Salz

Zubereitung

1. Vermengen Sie 40 g Mehl mit Salz, Pfeffer, Knoblauch- und Paprikapulver.
2. Die Tintenfischringe gründlich mit dem gewürztem Mehl bestäuben.
3. Aus dem restlichen Mehl und dem Sprudelwasser einen Teig anrühren.
4. Die Tintenfischringe durch den Teig ziehen und anschließend im Pankomehl wenden.
5. Heißluftfritteuse auf 180 °C vorheizen.
6. Die Tintenfischringe mit etwas Olivenöl beträufeln.
7. Die Tintenfischringe auf dem Boden des Frittierkorbes verteilen. Achten Sie dabei darauf, dass Sie die Tintenfischringe nicht stapeln, sondern genug Platz haben und Sie lieber in zwei Backgängen durchführen. Backen Sie die Ringe für 7 Minuten, bis sie knusprig und gar sind. Für ein besseres Ergebnis drehen Sie die Ringe nach der Hälfte der Zeit um.
8. Servieren Sie die gebackenen Tintenfischringe mit Zitronenspalten und einer Sauce nach Wahl, wie zum Beispiel mit Aioli.



Aros de calamar

Ingredientes

- 400 g de calamar, en aros gruesos
- 100 g de harina
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de pimentón ahumado dulce
- 100 ml de agua con gas
- 100 g de panko (pan rallado japonés)
- Alioli al gusto
- 1 limón troceado
- Aceite de oliva Virgen Extra, sal y pimienta

Preparación

1. Mezclar 40 gramos de la harina con el ajo en polvo y el pimentón en polvo. Sazona al gusto con sal y pimienta.
2. Reboza todos los aros de calamar con esta harina.
3. Mezcla el resto de la harina con el agua con gas y haz una masa con ello. Añade sal al gusto.
4. Sumerge todos los aros de calamar en la masa y luego reboza en el panko.
5. Precalienta la Aerofreidora a 180°C.
6. Rocía con un poco de aceite de oliva.
7. Distribuye los aros de calamar en el fondo, no los amontones, fríelos en dos tandas. Hornea durante 7 minutos hasta que estén crujientes y cocinados. Dale la vuelta cuando haya pasado la mitad del tiempo.
8. Sirve con pedazos de limón y una salsa que te guste (por ejemplo, alioli).



Beignets de calamars frits

Ingrédients

- 400 g de calamars en anneaux épais
- 100 g de farine
- 1 cc d'ail en poudre
- 1 cc de paprika fumé
- 100 ml d'eau gazeuse
- 100 g de chapelure
- Aioli (selon vos goûts)
- 1 citron, en quartiers
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Mélangez 40 grammes de farine avec l'ail en poudre et le paprika en poudre. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre.
2. Enrobez soigneusement tous les anneaux de farine.
3. Fouettez ensemble le reste de farine et l'eau gazeuse pour réaliser une pâte à frire. Assaisonnez de sel et de poivre.
4. Plongez tous les calamars dans la pâte à frire, puis dans la chapelure.
5. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
6. Arrosez les calamars d'un peu d'huile d'olive.
7. Répartissez les anneaux de calamar sur le fond, sans les empiler, et faites frire en deux fois. Faites revenir pendant 7 minutes pour qu'ils soient bien cuits et croquants. Remuez à mi-cuisson.
8. Servir avec des quartiers de citron et la sauce de votre choix, par exemple un aioli.



Anelli di calamari

Ingredienti

- 400 g di calamari, ad anelli spessi
- 100 g di farina
- 1 cucchiaino di aglio in polvere
- 1 cucchiaino di paprika affumicata (non piccante)
- 100 ml di acqua frizzante
- 100 g di pan grattato
- Salsa Aioli a piacimento
- 1 limone, a spicchi
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Mescolare 40 grammi di farina con l'aglio in polvere e la paprika. Condire con sale e pepe.
2. Infarinare bene tutti gli anelli di calamaro.
3. Fare una pastella con la restante farina e acqua frizzante. Condire con sale. brioche
4. Immergere tutti gli anelli di calamaro nella pastella e quindi passarli nel pangrattato.
5. Preriscaldare l'Aerofryer a 180 °C.
6. Condire i calamari con un filo d'olio d'oliva.
7. Dividere gli anelli di calamaro sul fondo, senza sovrapporli, friggendoli in due volte. Cuocere per 7 minuti fino a quando saranno croccanti e pronti. Mescolare a metà cottura.
8. Servire con spicchi di limone e una salsa a scelta, come l'aioli.

Chicken CROQUETTES



SERVINGS

4



PREP TIME

45 + 720



FRY TIME

10



TEMPERATURE

200°C



Chicken croquettes

Ingredients

- 25 g butter
- 250 g chicken breast, finely diced
- 2 garlic cloves, finely chopped
- 1 tsp smoked paprika powder
- 2 tbsp flat-leaf parsley, finely chopped
- 25 g flour
- 500 ml chicken stock
- 75 g flour
- 2 eggs, slightly beaten
- 150 g breadcrumbs
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Melt butter in sauté pan. Sauté chicken filet for 5 minutes until brown. Add garlic and paprika powder and sauté two minutes more.
2. Add parsley and flour. Combine chicken mixture with wooden spoon and cook for three minutes on low heat to cook the flour.
3. Pour in stock and stir well with wooden spoon, scraping pan bottom all the while. Bring to the boil and cook sauce 5 minutes on medium heat until a thick sauce is formed. Add pepper and salt to taste.
4. Spoon filling into a low dish and cover with cling foil. Cool to room temperature and place in refrigerator overnight.
5. Next day, put eggs and bread crumbs in separate dishes.
6. Divide filling into 12 portions in its dish. With wet hands, take each portion of cold filling and roll into a croquette, cover in flour, then in egg, and finally in breadcrumbs. Repeat until all filling has been used.
7. If time allows, it's a good idea to set them in the freezer for one hour so that they stay firmer while cooking.
8. Preheat Aerofryer to 200°C. Drizzle croquettes with olive oil and place in Aerofryer basket. Cook 8-10 minutes until crisp. Don't overcook to avoid them bursting open.



Chicken croquettes

Ingrediënten

- 25 g boter
- 250 g kipfilet, in kleine stukjes gehakt
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 1 tl gerookt paprikapoeder
- 2 el peterselie, fijngehakt
- 25 g bloem
- 500 ml kippenbouillon
- 75 g bloem
- 2 eieren, losgeklopt
- 150 g paneermeel
- Olijfolie, zout en peper

Bereidingswijze

1. Verhit de boter in een hapjespan. Bak de kipfilet in vijf minuten bruin. Voeg de knoflook en het paprikapoeder toe en bak twee minuten mee.
2. Voeg de peterselie en de bloem toe. Meng met een houten spatel door het kipmengsel en laat de bloem drie minuten op laag vuur mee garen.
3. Schenk de bouillon erbij en roer goed met de houten spatel, blijf ook goed over de bodem schrappen. Breng het geheel aan de kook en laat de saus in 5 minuten op middelhoog vuur indikken tot een ragout. Breng op smaak met zout en peper.
4. Schep de ragout in een platte schaal en dek af met plasticfolie. Laat afkoelen tot kamertemperatuur en zet een nacht in de koelkast.
5. Doe de volgende dag de bloem, de eieren en het paneermeel elk in een apart diep bord.
6. Verdeel de ragout in de schaal in 12 delen. Schep met natte handen steeds een deel van de koude ragout uit de bak en rol tot een kroketje, haal achtereenvolgens door de bloem, en dan het ei en vervolgens nog een keer door de bloem en het ei, eindig met een laag paneermeel. Herhaal dit tot de ragout op is.
7. Als je de tijd hebt, is het slim om de kroketjes even een uurtje in de vriezer te leggen, zo blijven ze steviger tijdens het bakken.
8. Verwarm de Aerofryer voor op 200°C. Besprenkel de kroketjes met wat olijfolie en leg ze in het mandje. Bak ze in 8-10 minuten krokant. Bak ze niet te lang, want dan barsten ze open.



Hähnchen- kroketten

Zutaten

- 25 g Butter
- 250 g Hähnchenfilet, in kleine Stücke gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 2 EL Petersilie, fein gehackt
- 25 g Mehl
- 500 ml Hühnerbouillon
- 75 g Mehl
- 2 Eier, gequirlt
- 150 Paniermehl
- Olivenöl, Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Erhitzen Sie die Butter in einer Bratpfanne und braten Sie Hähnchenfilet in 5 Minuten braun. Den Knoblauch und das Paprikapulver zugeben und zwei Minuten mitbraten.
2. Die Petersilie und das Mehl zugeben, alles gut umrühren und weitere 3 Minuten bei niedriger Hitze mitbraten lassen.
3. Mit Brühe aufgießen und mit dem Holzspatel gut umrühren. Achten Sie darauf das sich nichts am Boden des Topfes anlegt. Bringen Sie alles zum Kochen und die Sauce in 5 Minuten bei mittlerer Hitze zu einem Ragout eindicken lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Das Ragout in eine flache Schale geben und mit Frischhaltefolie abdecken. Auf Raumtemperatur abkühlen lassen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
5. Am nächsten Tag das Mehl, die Eier und die Semmelbrösel jeweils in einen separaten tiefen Teller geben.
6. Das Ragout in der Schale in 12 Teile teilen. Eine Portion des kalten Ragouts mit nassen Händen ausstechen und zu einer Krokette rollen, nacheinander durch das Mehl, dann durch das Ei, dann wieder durch das Mehl und das Ei ziehen und mit einer Schicht Paniermehl abschließen. Den Vorgang wiederholen, bis das Ragout aufgebraucht ist.
7. Wenn Sie die Zeit haben, sollten Sie die Kroketten eine Stunde lang in den Gefrierschrank legen, so bleiben sie beim Backen fester.
8. Die Heißluftfritteuse auf 200 °C vorheizen. Die Kroketten mit etwas Olivenöl beträufeln und in den Korb legen. In 8-10 Minuten knusprig backen. Achten Sie darauf die Kroketten nicht zu lange zu backen, da sie dann aufplatzen können.



Croquetas de pollo

Ingredientes

- 25 g de mantequilla
- 250 g de pechuga de pollo cortada en dados muy pequeños
- 2 dientes de ajo, finamente picados
- 1 cucharadita de pimentón (opcional)
- 2 cucharadas de perejil, finamente picado
- 25 g de harina
- 500 ml de caldo de pollo
- 75 g de harina
- 2 huevos, batidos
- 150 g de pan rallado
- Aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta

Preparación

1. Calienta la mantequilla en una sartén. Una vez derretida, añade la pechuga de pollo y fríela durante cinco minutos hasta que se dore. Añade el ajo y el pimentón y sofríe durante dos minutos más.
2. Añade el perejil y los 25 g de harina. Mezcla con una espátula de madera la mezcla de pollo y deja que la harina se cocine durante tres minutos a fuego lento.
3. Vierte el caldo y remueve bien con la espátula de madera, con cuidado que no se pegue en el fondo. Lleva a ebullición hasta que la mezcla espese durante unos 5 minutos a fuego medio. Sazona al gusto con sal y pimienta.
4. Coloca la mezcla en una fuente plana y cúbrelo con papel film. Deja enfriar a temperatura ambiente y refrigera toda la noche.
5. Al día siguiente, pon los 75 g de harina, los huevos y el pan rallado en diferentes platos hondos.
6. Divide la masa en el mismo recipiente en 12 partes. Con las manos mojadas, saca una porción de la masa y dale forma de croqueta, pásala sucesivamente por la harina, luego por el huevo, y de nuevo por la harina y el huevo, terminando con una capa de pan rallado. Repite la operación hasta terminar con la masa.
7. Si tienes tiempo, es buena idea meter las croquetas en el congelador durante una hora, así se mantendrán más firmes durante el horneado.
8. Precalienta la Aerofridora a 200 °C. Rocía las croquetas con un poco de aceite de oliva y colócalas en la cesta. Hornea durante 8-10 minutos hasta que esté crujiente. No las frías demasiado tiempo, o se abrirán.



Croquettes au poulet

Ingrédients

- 25 g de beurre
- 250 g de blanc de poulet, coupé en petits morceaux
- 2 gousses d'ail, finement hachées
- 1 cc de paprika
- 2 cs de persil, finement haché
- 25 g de farine
- 500 ml de bouillon de poulet
- 75 g de farine
- 2 œufs, battus
- 150 g de chapelure
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Faites fondre le beurre dans une poêle. Faites cuire les blancs de poulet pendant cinq minutes. Ajoutez l'ail et le paprika et laissez frire pendant deux minutes.
2. Ajoutez le persil et la farine. Mélangez à l'aide d'une spatule en bois à la préparation de poulet et faites cuire la farine pendant trois minutes à feu doux.
3. Versez le bouillon et remuez bien avec la spatule, en raclant bien le fond. Portez à ébullition et laissez la sauce s'épaissir en un ragoût pendant 5 minutes à feu moyen. Assaisonnez généreusement avec du sel et du poivre.
4. Déposez le ragoût dans un plat et couvrez-le de film étirable. Laissez refroidir à température ambiante et laissez-le reposer au réfrigérateur toute la nuit.
5. Le lendemain, mettez la farine, les œufs et la chapelure dans des plats profonds.
6. Divisez le ragoût en 12 portions. Roulez chaque portion en forme de boulette avec vos mains mouillées et passez chacune d'entre elles dans la farine, puis dans l'œuf, puis à nouveau dans la farine et dans l'œuf. Terminez par les enrober d'une couche de chapelure.
7. Si vous avez le temps, placez les croquettes au congélateur pendant une heure, de façon à ce qu'elles restent fermes pendant la cuisson.
8. Préchauffez l'Aerofryer à 200 °C. Arrosez les croquettes d'un peu d'huile d'olive et placez-les dans le panier. Faites-les revenir pendant 8 à 10 minutes pour qu'elles soient bien cuites et croquantes. Ne les faites pas frire trop longtemps, ou elles deviendront sèches et friables.



Crocchette di pollo

Ingredienti

- 25 g di burro
- 250 g di filetto di pollo, tagliato a pezzetti
- 2 spicchi d'aglio, tritati finemente
- 1 cucchiaino di paprika affumicata in polvere
- 2 cucchiari di prezzemolo, tritato finemente
- 25 g di farina
- 500 ml di brodo di pollo
- 75 g di farina
- 2 uova, sbattute
- 150 g di pangrattato
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Riscaldare il burro in una padella antiaderente. Rosolare il petto di pollo per 5 minuti. Aggiungere l'aglio e la paprika e soffriggere per 2 minuti.
2. Aggiungere il prezzemolo e la farina. Mescolare con una spatola di legno il composto di pollo e lasciare cuocere la farina per 3 minuti a fuoco lento.
3. Versare il brodo e mescolare bene con la spatola di legno, continuando a grattare bene anche il fondo. Portare a ebollizione e lasciare addensare la salsa a fuoco medio per 5 minuti fino a ottenere una salsa densa. Condire con sale e pepe.
4. Versare la salsa in una pirofila e coprire con la pellicola trasparente. Lasciar raffreddare a temperatura ambiente e riporre in frigorifero per una notte.
5. Il giorno successivo mettere la farina, le uova e il pangrattato ciascuno in un piatto fondo separato.
6. Dividere la salsa nella ciotola in 12 parti. Con le mani sempre bagnate togliere una parte della salsa dal contenitore e impanarci una crocchetta, passarla successivamente nella farina, poi nell'uovo e poi di nuovo nella farina e nell'uovo, terminare con uno strato di pangrattato. Ripetere fino a quando la salsa sarà finita.
7. Se si ha tempo, è meglio mettere le crocchette nel congelatore per un'ora, in modo che rimangano più sode durante la cottura.
8. Preriscaldare l'Aerofryer a 200 °C. Condire le crocchette con un filo d'olio e adagiarle nel cestello. Cuocere per 8-10 minuti fino a quando saranno croccanti. Non cuocerle troppo o scoppieranno.

BREAD

FOCCACCIA



SERVINGS
4-6



PREP TIME
80 - 140



FRY TIME
15



TEMPERATURE
200°C



Focaccia

Ingredients

- 250 g flour + extra
- 5 g dried yeast
- 2 tsp sugar
- 150 ml water
- 25 ml olive oil
- ½ tsp sea salt
- 1 sprig rosemary
- 50 g sun-dried tomatoes, in wedges
- 1 sheet baking paper
- 50 g black olives, sliced in rings
- 50 g grated mozzarella

Preparation

1. Put flour, yeast and sugar in bowl and pour in water and olive oil. Mix with a mixer with dough hook, or by hand, until the dough comes together.
2. Knead for 10 minutes until supple. Is the dough too wet? Then just add some extra flour. Is the dough too dry? Then just add some extra water.
3. After ten minutes, knead in salt, rosemary and sun-dried tomatoes.
4. Form dough into ball, put in bowl and cover with cling film. Let dough rise for 45 minutes to one hour. The dough should double in volume.
5. Punch air out of dough and knead it. Roll out dough to one piece 3 cm thick. Make sure it's smaller than the Aero Fryer basket.
6. Cut piece of baking paper to size of dough and lay dough on top. Press holes in dough with thumb. Spread with olives and grated mozzarella and drizzle olive oil over.
7. Cover with oiled cling film and let rise for a half hour.
8. Preheat Aero Fryer to 200°C.
9. Carefully lay dough in Aero Fryer basket and bake 7 minutes. Lower temperature to 175°C and bake another 7 minutes until bread is brown and sounds hollow when tapped on underside.

Tip: delicious with sea salt and olive oil.



Focaccia

Ingrediënten

- 250 g bloem + wat extra
- 5 g gedroogde gist
- 1 tl suiker
- 150 ml water
- 25 ml olijfolie
- ½ tl zeezout
- 1 tak rozemarijn
- 50 g zongedroogde tomaatjes, in stukjes
- 1 vel bakpapier
- 50 g zwarte olijven, in ringen
- 50 g geraspte mozzarella

Bereidingswijze

1. Doe de bloem, gist en de suiker samen in een kom en giet het water en de olijfolie erbij. Meng met een mixer met deeghaken, of je handen, tot een samenhangend deeg.
2. Knead het deeg in 10 minuten soepel. Voelt het deeg te nat? Voeg dan wat extra bloem toe, voelt het deeg te droog? Voeg dan wat extra water toe.
3. Knead na de tien minuten het zout, de rozemarijn en de zongedroogde tomaatjes erdoor.
4. Vorm een bol van het deeg en leg in een kom, dek af met plasticfolie. Laat het deeg 45 minuten tot één uur rijzen. Het deeg moet verdubbeld zijn in volume.
5. Druk de lucht uit het deeg en knead het door. Rol het deeg uit tot een lap van 3 cm dik. Zorg ervoor dat de lap kleiner is dan het mandje van de Aero Fryer.
6. Knip een stuk bakpapier op maat van de deegplak en leg het deeg erop. Druk met een duim gaatjes in het deeg. Verdeel de olijven en de geraspte mozzarella erover, besprenkel met nog wat olijfolie.
7. Dek het deeg af met plasticfolie en laat nogmaals een half uur rijzen.
8. Verwarm de Aero Fryer voor op 200°C.
9. Leg het deeg voorzichtig in het mandje van de Aero Fryer en bak 7 minuten. verlaag dan de temperatuur naar 175°C en bak nog 7 minuten, tot het brood bruin is en hol klinkt als je op de onderkant tikt.

Tip: lekker met zeezout en olijfolie.



Focaccia

Zutaten

- 250 g Mehl + etwas mehr
- 5 g Trockenhefe
- 1 TL Zucker
- 150 ml Wasser
- 25 ml Olivenöl
- 1/2 TL Meersalz
- 1 Zweig Rosmarin
- 50 g sonnengetrocknete Tomaten, in Stücken
- 1 Blatt Backpapier
- 50 g schwarze Oliven, in Ringen
- 50 g geriebener Mozzarella

Zubereitung

1. Geben Sie das Mehl, die Hefe und den Zucker zusammen in eine Schüssel und gießen Sie das Wasser und das Olivenöl hinein. Mit einem Mixer mit Knethaken oder Ihren Händen kneten, bis Sie einen homogenen Teig erhalten.
2. Kneten Sie den weichen Teig 10 Minuten lang durch. Fühlt er sich zu feucht an? Fügen Sie dann etwas zusätzliches Mehl hinzu. Fühlt sich der Teig zu trocken an? Fügen Sie dann noch etwas Wasser hinzu.
3. Nach den 10 Minuten das Salz, den Rosmarin und die getrockneten Tomaten unterkneten.
4. Formen Sie eine Kugel aus dem Teig und geben Sie diese in eine Schüssel, die Sie mit Frischhaltefolie abdecken. Lassen Sie den Teig 45 Minuten bis eine Stunde lang gehen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.
5. Drücken Sie die Luft aus dem Teig heraus und kneten Sie ihn noch einmal durch. Rollen Sie den Teig auf eine dicke von 3 cm aus.
6. Legen Sie das Backblech für die Heißluftfritteuse mit Backpapier aus und platzieren Sie den Teig darauf. Drücken Sie mit einem Daumen Löcher in den Teig und verteilen Sie die Oliven und den geriebenen Mozzarella darauf. Beträufeln Sie das Ganze mit etwas Olivenöl.
7. Decken Sie den Teig erneut ab und lassen Sie ihn eine weitere halbe Stunde gehen.
8. Den Aerofryer auf 200 °C vorheizen.
9. Die Focaccia vorsichtig in den Korb der Heißluftfritteuse legen und 7 Minuten backen. Die Temperatur dann auf 175 °C reduzieren und noch 7 Minuten backen, bis das Brot braun ist und beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt.

Tipp: Lecker mit Meersalz und Olivenöl.



Focaccia

Ingredientes

- 250 g de harina + una pizca extra
- 5 g de levadura seca
- 1 cucharadita de azúcar
- 150 ml de agua
- 25 ml de aceite de oliva virgen extra
- ½ cucharadita de sal marina
- 1 ramita de romero
- 50 g de tomates secos, troceados
- 1 hoja de papel para hornear
- 50 g de aceitunas negras, cortadas en rodajas
- 50 g de mozzarella rallada

Preparación

1. Pon la harina, la levadura y el azúcar en un bol y vierte el agua y el aceite de oliva. Mezcla con ayuda de una batidora con ganchos de amasar (o con las manos) hasta obtener una masa uniforme.
2. Amasa durante 10 minutos. ¿La masa está demasiado húmeda? En ese caso, añade un poco más de harina. ¿La masa está demasiado seca? Entonces añade algo más de agua.
3. Una vez transcurridos los diez minutos, añade la sal, el romero y los tomates secos a la masa.
4. Forma una bola de masa y colócala en un bol. Cubre con papel film. Deja que la masa repose entre 45 minutos y una hora. La masa debe haber doblado su volumen.
5. Aprieta la masa para quitar el aire. Extiende la masa hasta obtener una lámina de 3 cm de grosor. Asegúrate de que la lámina de masa es más pequeña que la cesta de la Aerofreidora.
6. Corta un trozo de papel de hornear del tamaño de la masa y colócala sobre él. Con ayuda del pulgar haz algunos agujeros en la masa. Reparte las aceitunas y la mozzarella rallada por encima, rocía con un poco más de aceite de oliva.
7. Cubre la masa con papel film y déjala reposar otra media hora.
8. Precalienta la Aerofreidora a 200 °C.
9. Coloca la masa con cuidado en la cesta de la Aerofreidora y hornea durante 7 minutos. A continuación, reduce la temperatura a 175 °C y hornea durante otros 7 minutos, hasta que el pan esté dorado.

Consejo: receta deliciosa con sal marina y aceite de oliva.



Focaccia

Ingrédients

- 250 g de farine + un petit peu en plus
- 5 g de levure sèche
- 1 cc de sucre
- 150 ml d'eau
- 25 ml d'huile d'olive
- ½ cc de sel
- 1 brin de romarin
- 50 g de tomates séchées, émincées
- 1 feuille de papier cuisson
- 50 g d'olives noires, en rondelles
- 50 g de mozzarella râpée

Préparation

1. Mettez la farine, la levure et le sucre dans un bol et versez l'eau et l'huile d'olive. Mélangez avec un mixeur à crochets pétrisseurs ou manuellement afin d'obtenir une pâte homogène.
2. Pétrissez la pâte en douceur pendant 10 minutes. Si la pâte est trop humide, ajoutez un peu de farine. Si elle est trop sèche, ajoutez un peu d'eau.
3. Au bout de dix minutes, incorporez le sel, le romarin et les tomates séchées.
4. Formez une boule de pâte et placez-la dans un bol, couvrez-la ensuite d'un film étirable. Laissez la pâte lever 45 minutes à une heure. Elle doit doubler de volume.
5. Dégazez la pâte et continuez à la pétrir. Utilisez un rouleau à pâtisserie pour l'aplatir jusqu'à obtention d'un rectangle de 3 cm d'épaisseur. Assurez-vous que ce rectangle soit plus petit que le panier de l'Aerofryer.
6. Découpez un morceau de papier sulfurisé de la taille du rectangle de pâte et placez la pâte dessus. Faites des trous dans la pâte avec votre pouce. Répartissez les olives et la mozzarella râpée dans ces trous puis arrosez d'un peu plus d'huile d'olive.
7. Recouvrez le tout d'un film étirable et laissez lever encore une demi-heure.
8. Préchauffez l'Aerofryer à 200 °C.
9. Placez délicatement la pâte dans le panier de l'Aerofryer et faites cuire pendant 7 minutes. Réduisez ensuite la température à 175 °C et faites cuire pendant 7 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que le pain soit brun et qu'il sonne creux lorsque vous en tapotez le fond.

Conseil : c'est délicieux avec une pointe de sel et d'huile d'olive.



Focaccia

Ingredienti

- 250 g di farina + q.b.
- 5 g di lievito secco
- 1 cucchiaino di zucchero
- 150 ml di acqua
- 25 ml di olio d'oliva
- ½ cucchiaino di sale marino
- 1 rametto di rosmarino
- 50 g di pomodori secchi, tagliati a pezzi
- 1 foglio di carta da forno
- 50 g di olive nere, a rondelle
- 50 g di mozzarella grattugiata

Preparazione

1. Mettere la farina, il lievito e lo zucchero in una ciotola e versare l'acqua e l'olio d'oliva. Con una planetaria con il gancio, oppure a mano, mescolare fino a ottenere un composto compatto.
2. Lavorare l'impasto per 10 minuti per dargli elasticità. L'impasto è troppo bagnato? Aggiungere un po' di farina. L'impasto è troppo asciutto? Aggiungere un po' d'acqua.
3. Trascorsi 10 minuti, aggiungere all'impasto sale, rosmarino e pomodori secchi.
4. Formare una palla con l'impasto e metterla in una ciotola, coprire con pellicola trasparente. Lasciare lievitare l'impasto da 45 minuti a un'ora. L'impasto dovrà raddoppiare di volume.
5. Far uscire l'aria dall'impasto e continuare a impastare. Stendere la pasta in una sfoglia di 3 cm di spessore. Assicurarsi che la sfoglia sia più piccola del cestello dell'Aerofryer.
6. Tagliare un pezzo di carta da forno delle dimensioni della sfoglia di pasta e disporci sopra l'impasto. Fare dei buchi nell'impasto con il pollice. Disporre sopra le olive e la mozzarella grattugiata, irrorare con l'olio d'oliva.
7. Ricoprire l'impasto con la pellicola trasparente e lasciare lievitare per un'altra mezz'ora.
8. Preriscaldare l'Aerofryer a 200 °C.
9. Posizionare l'impasto con cura nel cestello dell'Aerofryer e cuocere per 7 minuti. Quindi ridurre la temperatura a 175 °C e cuocere per altri 7 minuti, finché il pane non diventa dorato e suona a vuoto quando si tocca il fondo.

Suggerimento: delizioso con sale marino e olio d'oliva.

Flavoured ROLLS



SERVINGS
4



PREP TIME
20-120



FRY TIME
20



TEMPERATURE
180°C



Flavoured rolls

Ingredients

- 275 g flour
- 4 g dried yeast
- 150 ml lukewarm water
- 1 tsp Italian dried herbs
- 30 g Parmesan cheese, grated
- 8 dried dates, chopped in small pieces
- 50 g mixed nuts, unsalted, finely chopped
- Olive oil, pepper and salt

Preparation

1. Put flour, yeast and sugar in a bowl. Add water and mix with a mixer with dough hook, or by hand, until dough comes together. Knead for 10 minutes until supple. Is the dough too wet? Then just add some extra flour. Is the dough too dry? Then just add some extra water.
2. After 10 minutes, knead salt into dough. Divide dough in two: in one half, knead in Italian herbs and half the Parmesan. In other half, knead in dates and nuts.
3. Form the two doughs into balls and place in bowls. Seal with cling-foil and let rise 45 minutes to 1 hour in a warm, draft-free place. The dough should double in volume.
4. Punch air out of dough and knead it. Divide each flavour into six rolls. Cover Aerofryer grill with a sheet of baking paper and put rolls on it, alternating flavours. Sprinkle Parmesan rolls with rest of cheese. Cover with oiled cling-film and let rise for a half hour.
5. Prewarm Aerofryer to 180°C.
6. Bake rolls in the middle of Aerofryer for 20 minutes until brown and done.

Tip: serve with a cheese or tapas platter.



Gevuld breekbrood

Ingrediënten

- 275 g bloem
- 4 g gedroogde gist
- 150 ml lauwarm water
- 1 tl Italiaanse gedroogde kruiden
- 30 g Parmezaanse kaas, geraspt
- 8 gedroogde dadels, in kleine stukjes
- 50 g notenmix ongezoeten, fijngehakt
- Olijfolie, peper en zout

Bereidingswijze

1. Doe de bloem, de gist en de suiker samen in een kom. Giet het water erbij en meng met een mixer met deeghaken, of je handen, tot een samenhangend deeg. Kneed het deeg in 10 minuten soepel. Voelt het deeg te nat? Voeg dan wat extra bloem toe, voelt het deeg te droog? Voeg dan wat extra water toe.
2. Kneed na de tien minuten het zout erdoor. Verdeel het deeg in twee delen, kneed door de ene helft de Italiaanse kruiden en de helft van de Parmezaan. Kneed door de andere helft de gedroogde dadels en de notenmix.
3. Vorm twee bollen van het deeg en doe ze elk in een kom. Dek af met plasticfolie en laat op een warme, tochtvrije plek 45 minuten tot 1 uur rijzen. Het deeg moet verdubbelen in volume.
4. Druk de lucht uit het deeg en kneed het door. Verdeel elke smaak deeg in zes bolletjes. Bekleed het rooster van de Aerofryer met een vel bakpapier en leg de bolletjes er om-en-om op. Bestrooi de Parmezaan bolletjes met de rest van de geraspte kaas. Dek af met wat ingevet plasticfolie en laat nog een half uur rijzen.
5. Verwarm de Aerofryer voor op 180°C.
6. Bak het breekbrood in het midden van de Aerofryer in 20 minuten bruin en gaar.

Tip: serveer bijvoorbeeld bij een kaasplankje of bij een tapasplank.



Gefüllte Brötchen in der Auflaufform

Zutaten

- 275 g Mehl
- 4 g Trockenhefe
- 150 ml lauwarmes Wasser
- 1 TL italienische Kräuter, getrocknet
- 30 g Parmesan, gerieben
- 8 getrocknete Datteln, in kleinen Stücken
- 50 g ungesalzene Nussmischung, fein gehackt
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung

1. Geben Sie das Mehl, die Hefe und den Zucker zusammen in eine Schüssel. Gießen Sie das Wasser hinzu und mischen Sie es mit einem Mixer mit Knethaken oder Ihren Händen, bis Sie einen homogenen Teig erhalten. Kneten Sie den Teig 10 Minuten lang weich. Fühlt sich der Teig zu feucht an? Dann fügen Sie etwas zusätzliches Mehl hinzu. Fühlt sich der Teig zu trocken an? Dann fügen Sie noch etwas Wasser hinzu.
2. Kneten Sie nach 10 Minuten das Salz ein. Teilen Sie den Teig in zwei Teile. Kneten Sie in die eine Hälfte die italienischen Kräuter und eine Hälfte des Parmesan ein. In die andere Hälfte kneten Sie die getrockneten Datteln und die Nussmischung ein.
3. Formen Sie zwei Teigkugeln und legen Sie beide in eine Schüssel. Decken Sie diese mit Frischhaltefolie ab und lassen Sie ihn an einem warmen, zugfreien Ort 45 Minuten bis 1 Stunde gehen, bis der Teig sein Volumen verdoppelt hat.
4. Drücken Sie die Luft aus dem Teig heraus und kneten Sie ihn durch. Unterteilen Sie jede Teigvariante in sechs Kugeln und legen Sie den Rost des Aerofryers mit einem Blatt Backpapier aus. Legen Sie anschließend die Teigkugeln abwechselnd auf den Rost oder das Blech. Bestreuen Sie die italienischen Teigkugeln mit dem restlichen Parmesan. Decken Sie die Teigkugeln erneut ab und lassen Sie diese noch einmal eine weitere halbe Stunde gehen lassen.
5. Heizen Sie den Aerofryer auf 180 °C vor.
6. Backen Sie das Brot für 20 Minuten, bis es braun und gar ist.

Tipp: Servieren Sie dazu eine Käseplatte, Tapas, Butter oder Dips.



Pan de queso y hierbas italianas

Ingredientes

- 275 g de harina
- 4 g de levadura seca
- 150 ml de agua tibia
- 1 cucharadita de hierbas secas italianas
- 30 g de queso parmesano rallado
- 8 dátiles secos, en trozos pequeños
- 50 g de mezcla de frutos secos sin sal, finamente picados
- Aceite de oliva, pimienta y sal

Preparación

1. Pon en un bol la harina, la levadura y el azúcar. Vierte el agua y mezcla con una batidora con ganchos de amasar o con las manos, hasta obtener una masa uniforme. Amasa durante 10 minutos. ¿La masa está demasiado húmeda? En ese caso, añade un poco más de harina. ¿La masa está demasiado seca? Entonces añade algo más de agua.
2. Pasados diez minutos, añade la sal a la masa. Divide la masa en dos partes, y amasa una con las hierbas italianas y la mitad del parmesano. Amasa la otra mitad con la mezcla de dátiles secos y nueces.
3. Forma dos bolas de masa y coloca cada una en un bol. Cubre con papel film y deja que repose en un lugar cálido y sin corrientes de aire de 45 minutos a 1 hora. La masa debe doblar su volumen.
4. Presiona para quitar el aire de la masa y amásala. Divide cada sabor de masa en seis bolas. Forra la rejilla del Horno Aerofreidora con una hoja de papel de horno y coloca las bolas en ella de forma alternada. Espolvorea las bolas de parmesano con el resto del queso rallado. Cubre con un poco de papel film engrasado y deja que suba durante otra media hora.
5. Precalienta el Horno Aerofreidora a 180 °C. Hornea el pan en el centro del Horno Aerofreidora durante 20 minutos hasta que esté dorado y hecho.

Sugerencia: sirve con una tabla de quesos o con unas tapas.



Pain fourré

Ingrédients

- 275 g de farine
- 4 g de levure sèche
- 150 ml d'eau tiède
- 1 cuillère à café d'herbes séchées italiennes
- 30 g de parmesan râpé
- 8 dattes séchées, en petits morceaux
- 50 g de mélange de noix non salées, hachées finement
- Huile d'olive, poivre et sel

Préparation

1. Mettez la farine, la levure et le sucre dans un bol. Versez l'eau et mélangez avec un mixeur à crochets pétrisseurs ou à la main afin d'obtenir une pâte homogène. Pétrissez la pâte en douceur pendant 10 minutes. Si la pâte est trop humide, ajoutez un peu de farine. Si elle est trop sèche, ajoutez ensuite un peu d'eau.
2. Ajoutez le sel après dix minutes. Divisez la pâte en deux parties, pétrissez une moitié en ajoutant des herbes italiennes et en ajoutant du parmesan à l'autre moitié. Pétrissez l'autre moitié en ajoutant les dattes séchées et le mélange de noix.
3. Formez deux boules avec la pâte et mettez-les dans un bol différent. Recouvrez-les d'un film plastique et laissez lever dans un endroit chaud et à l'abri des courants d'air pendant 45 minutes à 1 heure. Le volume de la pâte doit doubler.
4. Faites sortir l'air de la pâte et continuez à la pétrir. Divisez chaque pâte aromatisée en six boules. Placez une feuille de papier de cuisson sur la grille de l'Aerofryer et placez-y les boules en alternance. Saupoudrez les boules de parmesan avec le reste de fromage râpé. Recouvrez le tout d'un film plastique graissé et laissez lever encore une demi-heure.
5. Préchauffez l'Aerofryer à 180 °C.
6. Cuisez le pain fourré au centre de l'Aerofryer pendant 20 minutes jusqu'à ce qu'il soit brun et cuit.

Conseil : servez-le, par exemple, avec un plateau de fromages ou de tapas.



Brioche ripiene

Ingredienti

- 275 g di farina
- 4 g di lievito secco
- 150 ml di acqua tiepida
- 1 cucchiaino di erbe aromatiche
- 30 g di parmigiano grattugiato
- 8 datteri disidratati a pezzetti
- 50 g di frutta secca non salata tritata
- Olio d'oliva, pepe e sale

Preparazione

1. Versa la farina, il lievito e lo zucchero in una ciotola. Versa l'acqua e mescola con una planetaria con il gancio oppure a mano fino a ottenere un composto compatto. Lavora l'impasto per 10 minuti per dargli elasticità. L'impasto è troppo bagnato? Aggiungi un po' di farina. L'impasto è troppo asciutto? Aggiungi un po' d'acqua.
2. Trascorsi i 10 minuti, aggiungi il sale e distribuiscilo nell'impasto. Dividi l'impasto in due parti, in una metà impasta le erbe aromatiche e nell'altra del parmigiano. Impasta i datteri e la frutta secca tritata nell'altra parte.
3. Forma due palline e trasferiscile in una ciotola. Coprile con la pellicola trasparente e lasciale lievitare in un luogo caldo, al riparo da correnti da 45 minuti a un'ora. L'impasto dovrà raddoppiare di volume.
4. Fai uscire l'aria dall'impasto e continua a impastare. Suddividi l'impasto per gusti in 6 palline. Ricopri la griglia dell'Aerofryer con carta da forno e inserisci le palline una sopra l'altra. Spolvera il formaggio rimanente sulle palline al parmigiano. Ricopri con della pellicola precedentemente oliata e lasciale lievitare.
5. Riscalda l'Aerofryer a 180 °C.
6. Fai cuocere le brioche al centro dell'Aerofryer per 20 minuti fino a quando saranno cotte e ben dorate.

Consiglio: servile con un tagliere di formaggi o con delle tapas.



Extra information

Cleaning the Aerofryer

The Aerofryer and its parts are not dishwasher proof unless mentioned in the instruction manual. Use a soft, damp cloth to wipe the base and lid of the Aerofryer after every use. You can use a small brush or cotton swab if necessary, but never pour any liquids in the base of the Aerofryer. Wash the removable parts (for example the baking pan and the aero plate) in warm, soapy water with a soft cloth or sponge. Dry each piece thoroughly.

Accessories

Some Aerofryers & Aerofryer Ovens come with accessories such as a baking tin, a baking grid or an aero plate. To enjoy the device even more, it is also possible to purchase special Aerofryer accessories from Princess. To get an overview of all our the accessories, have a look on our website <https://www.princesshome.eu>.

Our advice is not to use any other accessories other than Princess accessories, because Princess cannot guarantee the quality of third-party items and accessories.



COOKWITHPRINCESS.COM