Spis treści

Przystawki

Pierożki empanadas
Panierowany kalafior z curry
Spring Rollsy z kurczakiem
Pierożki samosa z mozzarellą i suszonymi pomidorami
Falafele
Pierożki samosa z warzywami

Dania główne

Nadziewane pomidory
Pieczony kurczak
Nuggetsy z łososia ze szparagami
Faszerowane cukinie
Szaszłyki grzybowe i wegetariańskie sajgonki
Łosoś z brukselką
Żeberka wieprzowe z krążkami cebulowymi
Frytki z Nuggetsami
Grillowane Bakłażany z Pesto
Kotlety Jagnięce z Cytryną
Grillowana Dorada z pomidorami i Oliwkami
Udka z Kurczaka marynowane w jogurcie z rozmarynem
Nowojorskie Hot dogi
Grillowany ser halloumi z Falafelem Karmelizowane Żeberka
Chrupiące tofu z brokułami
Grillowana kiełbasa
Biała ryba w ziołowej panierce z brokułami
Steki z polędwicy z Sosem chimichurri
Pałeczki z kurczaka i łódeczki ziemniaczane
Hamburger Deluxe
Bakłażany z mozzarellą
Skrzydełka z kurczaka
Łosoś glazurowany w sosie teriyaki
Stek z frytkami
Dorsz z kruszonką z chrupiącym koprem włoskim
Piersi z kaczki z frytkami marchewkowymi
Pieczony kalafior z sosem Cytrynowym

Desery

Czekoladowo-bananowe Pierożki samosa
Ciasto Jogurtowe
Kruszonka z Jabłkami i Czerwonymi Jagodami
Jabłka z Bezą
Migdałowe Rurki
Karmelizowany Ananas

PL

Kratka żeliwna

Przekładka

Przewodnik

Liczba osób

Czas przygotowania

Czas marynowania

Czas gotowania

Frytki

Nuggetsy

Pieczony kurczak

Mięso

Ryby

Warzywa

Deser

Grill

Air Fry

PIEROŻKI EMPANADAS

4 | 15 min | 20 min

SKŁADNIKI

6 zielonych cebul
2 łyżki oliwy z oliwek
700 g mielonej wołowiny
2 łyżki papryki
Sól, pieprz
4 płaty kruchego ciasta
2 żółtka jaj
1 łyżka wody

PRZEPIS

1 | Drobno posiekaj cebulę. Na dużej patelni rozgrzej oliwę i podsmaż cebulę przez 3 minuty aż się przyrumieni. Dodaj mięso i smaż przez kolejne 10 minut. Dopraw do smaku, a następnie zdejmij z ognia i poczekaj, aż ostygnie.

2 | Rozwałkuj ciasto i wytnij 8 kółek o średnicy 9 cm, na środku każdego umieść zimne mięso mielone, pozostawiając 1 cm brzegu, a następnie złóż w kształt pierożka.

3 | Wymieszaj żółtka z wodą. Posmaruj tą mieszanką pierożki.

4 | Włóż płytę grillową do pojemnika, a następnie umieść połowę pierożków w pojemniku urządzenia.

5 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, włóż połowę pierożków do koszyka na frytki. Umieść koszyk na środkowym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki.

6 | Wersja cyfrowa: Ustaw wskazany tryb i temperaturę oraz rozgrzewaj urządzenie przez 15 minut. Gotuj przez 10 minut, a następnie powtórz procedurę z drugą partią.

7 | Wersja mechaniczna 2 w 1: Rozgrzej do temperatury 200°C przez 15 minut. Gotuj przez 10 minut, a następnie powtórz procedurę z drugą partią.

TIP

Wołowe nadzienie do pierożków empanadas możesz przyprawić kminkiem, oregano lub posiekanym czosnkiem. Dodaj do nadzienia pomidora lub trochę słodkiej kukurydzy, aby były jeszcze smaczniejsze.

PANIEROWANY KALAFIOR Z CURRY

4 | 10 min | 20 min

SKŁADNIKI

1 kg kalafiora
6 jaj
Sól, pieprz
120 g mąki
200 g bułki tartej
30 g curry w proszku
90 ml oliwy z oliwek

PRZEPIS

1 | Pokrój kalafiora na średniej wielkości różyczki, opłucz i dobrze osusz na czystym ręczniku.

2 | Przygotuj składniki na panierkę z bułki tartej: w misce ubij jaja ze szczyptą soli i pieprzu. Wsyp mąkę do innej miski, a bułkę tartą wymieszaj z curry w trzeciej misce.

3 | Zanurzaj kalafiora w poszczególnych miskach w następującej kolejności: jaja, potem mąka, znów jaja i na koniec bułka tarta. Nad każdą miską strząśnij z kalafiora nadmiar składników, aby uniknąć kapania.

4 | Włóż płytę grillową do naczynia, a następnie umieść na niej połowę panierowanych różyczek kalafiora. Skrop oliwą i ustaw tryb NUGGETSY na 10 minut, a następnie powtórz czynności dla drugiej partii.

5 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść panierowane różyczki kalafiora na obu rusztach. Umieść ruszty na górnej i środkowej półce urządzenia Easy Fry Oven & Grill, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb FRYTKI na 20 minut. Po 10 minutach zamień ruszty miejscami.

TIP

Jeśli zdecydujesz się pokroić kalafior na większe kawałki, gotuj 5 minut dłużej.

SPRING ROLLSY Z KURCZAKIEM

4 | 35 min | 40 min

SKŁADNIKI

100 g makaronu ryżowego typu vermicelli
4 filety z kurczaka
3 łyżki neutralnego oleju
3 ząbki czosnku
400 g warzyw stir-fry
Sól, pieprz
32 arkusze papieru ryżowego

PRZEPIS

1 | Nawodnij makaron ryżowy zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Odsącz dokładnie w rękach. Posiekaj z grubsza nożyczkami i pozostaw do ostygnięcia.

2 | Pokrój kurczaka w kostkę i zrumień przez 5 minut na patelni na rozgrzanym oleju z posiekanym czosnkiem. Dodaj warzywa stir-fry i kontynuuj gotowanie przez kolejne 5 minut. Dodaj makaron i pozostaw do ostygnięcia.

3 | Napełnij miskę ciepłą wodą i połóż na powierzchni roboczej czystą ściereczkę. Stopniowo namaczaj arkusze papieru ryżowego przez kilka minut w wodzie, a następnie odkładaj na ściereczkę. Na spodzie arkusza umieść łyżkę nadzienia. Najpierw zwiń lewy i prawy brzeg, aby przykryć nadzienie, a następnie zwiń cały arkusz. Powtarzaj te czynności, aż wykorzystasz całe nadzienie.

4 | Włóż płytę grillową do pojemnika, umieść połowę sajgonek w pojemniku urządzenia, zostawiając między nimi przestrzeń, aby się nie sklejały.

5 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść połowę sajgonek w koszyku na frytki. Umieść koszyk na środkowym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki.

6 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb Air Fry na 160°C / 20 minut, obracając sajgonki w połowie czasu gotowania, a następnie powtórz czynności dla drugiej partii.

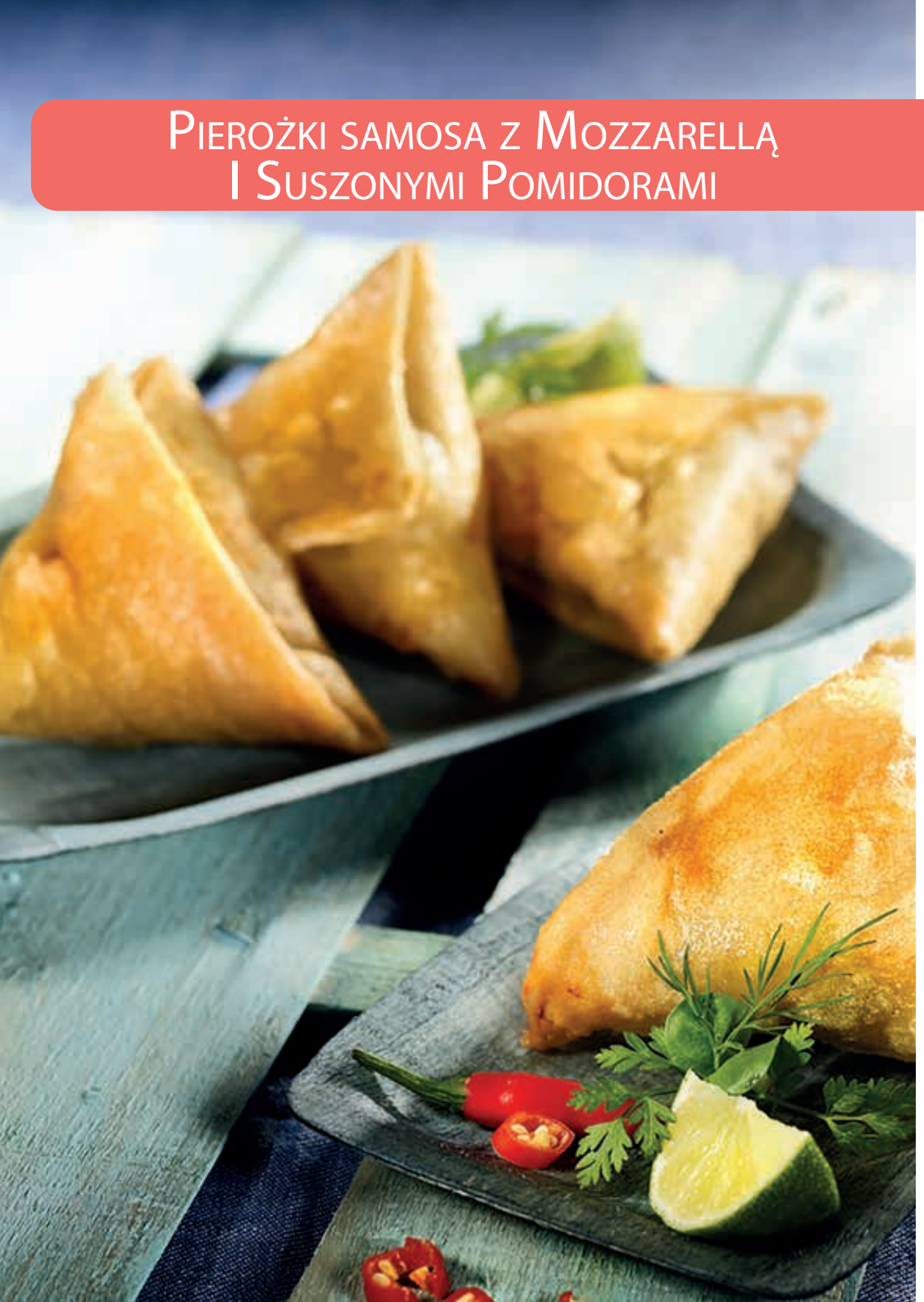
7 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 160°C na 20 minut, obracając sajgonki w połowie czasu gotowania, a następnie powtórz tę czynność dla drugiej partii.

TIP

Podawaj z miętą, liśćmi sałaty i sosem sojowym.

Pierożki samosa z Mozzarellą i Suszonymi Pomidorami

4 | 25 min | 10 min



Składniki

4 kawałki suszonych pomidorów w oleju
8 okrągłych arkuszy ciasta brik
3 łyżki oleju
16 kulek mozzarelli (lub 16 małych kostek)

Przepis

1 | Każdy kawałek suszonego pomidora pokrój na ćwiartki. Pokrój ciasto brik na pół (aby powstały dwa półkola). Odetnij brzegi o szerokości 2 cm, aby utworzyć paski o długości 13 cm.

2 | Złóż każdy pasek na pół. Złożony pasek posmaruj lekko olejem. Umieść kulkę mozzarelli i kawałek suszonego pomidora na pasku. Złóż, aby uformować trójkątny pierożek samosa i posmaruj olejem.

3 | Włóż płytę grillową do urządzenia i stopniowo dodawaj pierożki samosa tak, aby nie zachodziły na siebie. Ustaw tryb AIR FRY na 10 minut.

4 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, stopniowo wkładaj pierożki samosa do koszyka na frytki, nie układając ich jeden na drugim, a tackę ociekową włóż na spód. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb FRYTKI na 190°C i czas 20 minut.

FALAFELE

4 | 20 min | 30 min

SKŁADNIKI

750 g gotowanej ciecierzycy
3 gałązki pietruszki
6 gałązek kolendry
2 łyżeczki kminku
Sól, pieprz
2 łyżki tahini (pasta sezamowa)
2 ząbki czosnku
2 białe cebule
2 łyżki oliwy z oliwek

PRZEPIS

1 | Wymieszaj ciecierzycę, liście pietruszki, kolendrę, kminek, szczyptę soli, szczyptę pieprzu i pastę sezamową (tahini), aż uzyskasz gęstą pastę.

2 | Dodaj posiekany czosnek i cebulę, a następnie dobrze wymieszaj ręcznie i uformuj kulki. Włóż płytę grillową do pojemnika, a następnie włóż falafele do pojemnika i skrop oliwą z oliwek.

3 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, włóż falafele do koszyka frytkownicy. Umieść koszyk na środkowym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki.

4 | Wersja cyfrowa: Ustaw wskazany tryb i temperaturę na 15 minut, obracając falafele w połowie czasu gotowania, a następnie powtórz czynności dla drugiej partii.

5 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 170°C na 15 minut, obracając falafele w połowie czasu gotowania, a następnie powtórz tę czynność dla drugiej partii.

TIP

Tahini można kupić w sklepach z żywnością orientalną oraz w większości sklepów z żywnością ekologiczną. Falafele podawaj w gorących chlebkach pitta z listkami mięty, jogurtem i plasterkami pomidora.

PIEROŻKI SAMOSA Z WARZYWAMI

4 | 20 min | 45 min

SKŁADNIKI

500 g kalafiora
300 g mrożonego groszku
200 g sera feta
2 łyżeczki curry w proszku
Sól, pieprz
12 arkuszy ciasta brik
2 żółtka jaj
2 łyżki oliwy z oliwek

PRZEPIS

1 | Pokrój kalafior na średnie różyczki i opłucz. Włóż groszek i różyczki kalafiora do pojemnika urządzenia. Uruchom wskazany tryb na określony czas.

2 | Wyjmij ugotowane warzywa i przełóż do dużej miski. Dodaj pokruszoną fetę, curry w proszku oraz szczyptę soli i pieprzu. Rozgnieć widelcem, aby utworzyć grubą masę.

3 | Płaty ciasta brik pokrój na równe połówki. Złóż je na pół, składając zaokrągloną część w kierunku środka prawej krawędzi. Nałóż łyżkę nadzienia na koniec paska ciasta, a następnie złóż je, aby uformować trójkąt. Kontynuuj składanie, aby zamknąć całe nadzienie w trójkącie, a następnie posmaruj nadmiar ciasta odrobiną żółtka i przyklej je do pierożka.

4 | Powtarzaj te czynności, aż wykorzystasz całe nadzienie. Włóż płytę grillową do pojemnika, a następnie połowę pierożków samosa do pojemnika urządzenia i posmaruj olejem.

5 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, włóż pierożki samosa do koszyka na frytki. Umieść koszyk na środkowym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki.

6 | Wersja cyfrowa: Ustaw wskazany program i czas, obracając pierożki samosa w połowie czasu gotowania. Następnie powtórz te czynności dla drugiej partii.

7 | Wersja mechaniczna 2 w 1: gotuj w temp. 170°C przez 15 minut, obracając pierożki w połowie czasu gotowania. Następnie powtórz te czynności dla drugiej partii.

NADZIEWANE POMIDORY

4 | 20 min | 10 min

SKŁADNIKI

500 g mięsa z kiełbasy
250 g mielonej wołowiny
20 gałązek szczypiorku
12 suszonych pomidorów
Sól, pieprz
8 pomidorów

PRZEPIS

1 | W dużej misce wymieszaj mięso ze szczypiorkiem, drobno posiekanymi suszonymi pomidorami oraz szczyptą soli i pieprzu.

2 | Odkrój wierzchy pomidorów poziomo, mniej więcej na wysokości trzech czwartych. Usuń ze środka miąższ i włóż nadzienie. Ułóż pomidory na tacy i nałóż z powrotem odcięte wierzchy.

3 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść tacę na płycie grillowej i wsuń ją na górną półkę urządzenia, a tacą ociekową na dole. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb GRILL (200°C) na 33 minuty.

4 | Włóż płytę grillową do urządzenia i umieść na niej tacę z pomidorami. Ustaw tryb AIR FRY na 10 minut.

PIECZONY KURCZAK

4 | 5 min | 50 min

SKŁADNIKI

7 ząbków czosnku
Kurczak o wadze 1,6 kg
3 łyżki oliwy z oliwek
Sól, pieprz

PRZEPIS

1 | Czosnek obierz i drobno posiekaj. Posmaruj kurczaka oliwą, a następnie obficie przypraw i dodaj czosnek.

2 | Włóż płytę grillową do pojemnika i umieść kurczaka w pojemniku urządzenia.

3 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb PIECZONY KURCZAK na wskazany czas.

4 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 200°C na 50 minut.

TIP

Dokładna temperatura pieczenia kurczaka zależy od jego wagi. Aby sprawdzić, czy jest upieczony, nakłuj jedną z piersi czubkiem noża; jeśli jest upieczony, wypływające soki będą przezroczyste.

NUGGETSY Z ŁOSOSIA ZE SZPARAGAMI

4 | 15 min | 44 min

SKŁADNIKI

900 g łososia
6 białek jaj
120 g bułki tartej
3 g przyprawy greckiej
2 pęczki szparagów
Oliwa z oliwek
Sól

PRZEPIS

1 | Za pomocą noża do filetowania usuń skórę, a następnie pokrój łososia na kawałki o wielkości 5 cm.

2 | Białka przełóż do miski. Bułkę tartą i przyprawę grecką przełóż na talerz i wymieszaj.

3 | Delikatnie zanurz łososia w białkach i pozwól, aby nadmiar spłynął. Obtocz łososia w mieszance z bułki tartej i strząśnij jej nadmiar.

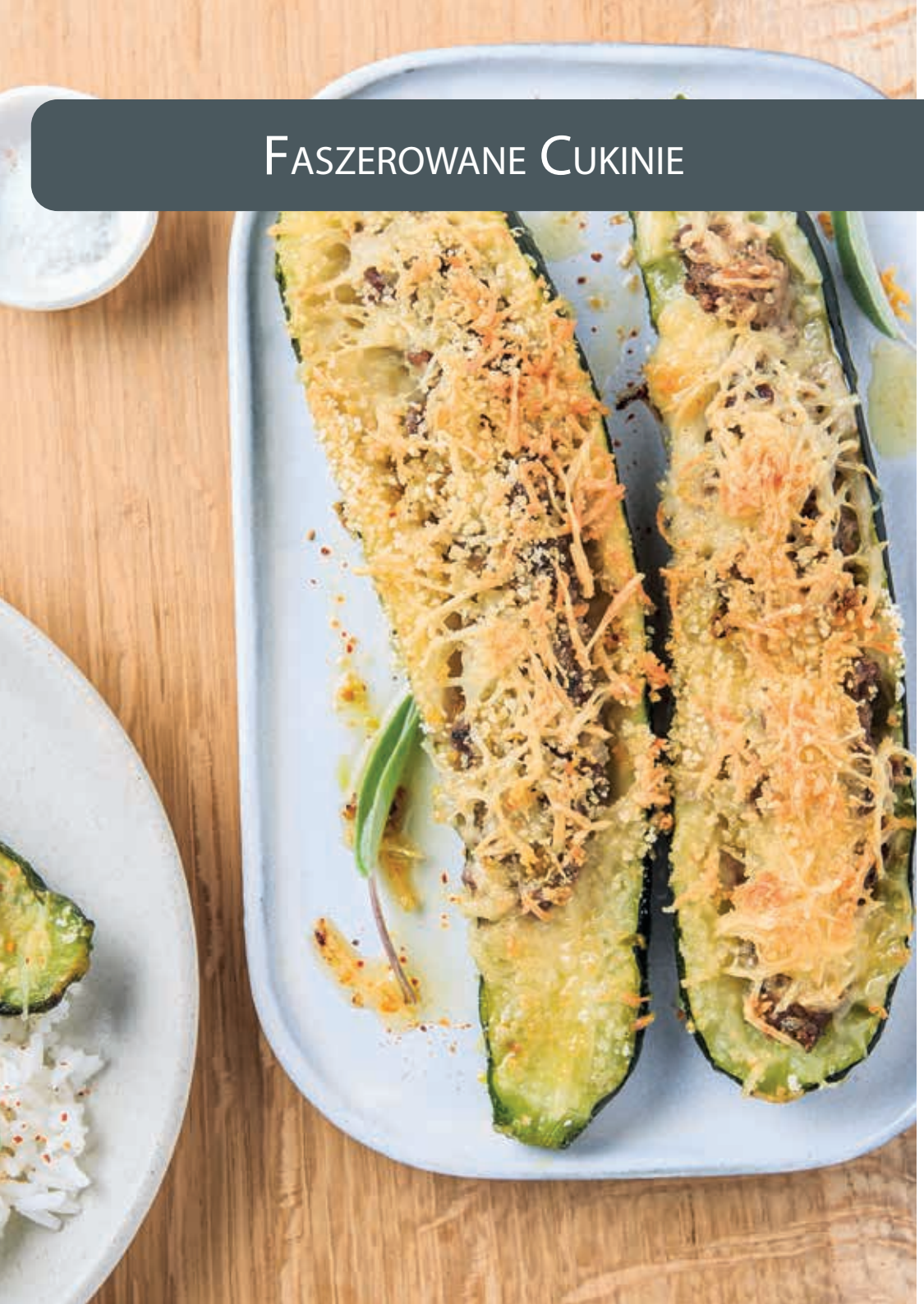
4 | Umyj i pokrój szparagi, zginając je w miejscu, w którym się naturalnie łamią. Skrop obficie oliwą i dopraw solą.

5 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Kliknij przycisk Synchronizacja i wybierz tryb NUGGETSY dla P1. Dla P2 wybierz tryb WARZYWA. Ułóż połowę nuggetsów z łososia po jednej stronie przekładki i rozpocznij gotowanie. Gdy zabrzmi minutnik, dodaj połowę szparagów na drugą stronę i wznów gotowanie. 10 minut przed końcem gotowania obróć szparagi i kawałki łososia.

6 | Po ugotowaniu powtórz proces z drugą partią.

TIP

Danie to możesz podać z domowym sosem tzatziki. W tym celu połącz: 370 g jogurtu greckiego, 60 g startego ogórka, 2 łyżeczki czosnku w proszku, 1 łyżeczkę soli i 2 łyżeczki koperku. Podawaj sos na zimno.



FASZEROWANE CUKINIE

4 | 15 min | 20 min

SKŁADNIKI

8 cukinii przekrojonych na pół w poprzek i wzdłuż
Sól, pieprz
1 kg farszu
200 g startego sera
12 g bułki tartej

PRZEPIS

1 | Przypraw i nafaszeruj cukinie.

2 | Włóż płytę grillową do urządzenia. Umieść nadziewane cukinie w pojemniku. Ustaw program RYBY na 10 minut. Po ugotowaniu powtórz proces z pozostałymi cukiniami.

3 | Po zakończeniu programu cukinie obtocz serem i bułką tartą.

4 | Ustaw program AIR FRY na 200°C na 10 minut. Po ugotowaniu powtórz proces z pozostałymi cukiniami.

SZASZŁYKI GRZYBOWE I WEGETARIAŃSKIE SAJGONKI

4 | 30 min | 40 min

SKŁADNIKI

2 łyżeczki oleju sezamowego
1 łyżka startego imbiru
2 posiekane ząbki czosnku
350 g poszatkowanej kapusty
50 g startej marchwi
2 pokrojone dymki
1 łyżeczka sosu sojowego
Sól, pieprz
12 arkusze papieru ryżowego
40 ml oliwy z oliwek
250 g grzybów
8 małych szpikulców

PRZEPIS

1 | Umieść patelnię na średnim ogniu na kilka minut. Dodaj olej sezamowy, imbir, 1 ząbek czosnku, kapustę i startą marchewkę. Gotuj, aż kapusta zwiędnie.

2 | Dodaj dymkę, sos sojowy, sól i pieprz. Wymieszaj i zdejmij z ognia.

3 | Napełnij miskę ciepłą wodą i połóż na powierzchni roboczej czystą ściereczkę. Namaczaj arkusze papieru ryżowego na bieżąco, pozostawiając je na kilka minut w wodzie, a następnie umieszczając na ściereczce. Na arkusz nałóż około 2 łyżki nadzienia. Najpierw zwiń lewy i prawy brzeg, aby przykryć nadzienie, a następnie zwiń cały arkusz. Powtarzaj te czynności, aż wykorzystasz całe nadzienie. Za pomocą pędzelka pokryj sajgonki oliwą z oliwek.

4 | W misce wymieszaj pozostały posiekany czosnek, sól, sok z limonki i 20 ml oliwy z oliwek. Grzyby włóż do miski i wymieszaj, aby dokładnie obtoczyć je w marynacie.

5 | Przykryj miskę i odstaw do lodówki na 2 godziny, podrzucając grzyby co jakiś czas, aby były obtoczone. Nabij marynowane grzyby na szpikulce.

6 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Kliknij przycisk Synchronizacja i wybierz tryb WARZYWA dla P1. Dla P2 wybierz tryb RYBY. Najpierw ułóż połowę sajgonek po jednej stronie przekładki i rozpocznij gotowanie. Gdy zabrzmi minutnik, wyjmij je i umieść 4 szaszłyki z grzybami po drugiej stronie przekładki. Wznów gotowanie. 5 minut przed końcem obróć szpikulce i wznów gotowanie.

7 | Po ugotowaniu powtórz proces z drugą partią.

TIP

Aby podać szaszłyki z sosem cytrynowo-maślanym, wymieszaj w rondelku na małym ogniu: 220 g roztopionego niesolonego masła, 2 łyżeczki sosu Worcestershire, 2 łyżki soku z cytryny, 0,5 łyżeczki sosu Tabasco i 1 posiekany ząbek czosnku.

ŁOSOŚ Z BRUKSELKĄ

4 | 10 min | 40 min

SKŁADNIKI

4 duże filety z łososia, świeże lub rozmrożone
500 g świeżej brukselki
30 ml oliwy z oliwek
30 ml soku z cytryny
3 ząbki czosnku
1 łyżka musztardy Dijon
Sól, pieprz
1 łyżeczka neutralnego oleju

PRZEPIS

1 | Przygotuj filety z łososia: oczyść je i usuń ości.

2 | Oczyść i odetnij końcówki brukselki.

3 | Do miski wlej oliwę z oliwek i sok z cytryny, dodaj czosnek, musztardę, sól i pieprz, a następnie wszystko wymieszaj, aż na wierzchu pojawi się cienka warstwa pianki.

4 | Dodaj połowę sosu do brukselki i wymieszaj dużą łyżką. Posmaruj łososia resztą sosu.

5 | Ustaw urządzenie w trybie SYNCHRONIZACJA, wybierz tryb RYBY dla P1 oraz tryb WARZYWA dla P2.

6 | Włóż płytę grillową do urządzenia i połóż na grillu arkusz papieru do pieczenia. Posmaruj olejem. Włóż przekładkę. Po jednej stronie dodaj połowę brukselki. Uruchom program.

7 | Gdy zabrzmi minutnik, dodaj łososia i wznów gotowanie.

8 | Po zakończeniu programu przełóż łososia i brukselkę na talerz oraz powtórz proces z drugą partią.

Żeberka Wieprzowe z Krążkami Cebulowymi

4 | 20 min | 70 min

Składniki

16 żeberek wieprzowych
220 g brązowego cukru
9 g papryki
3 g czosnku w proszku
3 g cebuli w proszku
3 g nasion gorczycy
2 łyżeczki szałwii w proszku
Sól, pieprz
260 g mąki
500 ml maślanki
4 jaja
480 g bułki tartej
120 ml oliwy z oliwek
4 duże żółte cebule
560 g sosu barbecue

Przepis

1 | Żeberka wieprzowe opłucz pod zimną wodą i osusz papierowym ręcznikiem. W misce wymieszaj cukier, 6 g papryki, czosnek, cebulę, musztardę, szałwię, sól i pieprz, aż wszystkie składniki całkowicie się połączą.

2 | Nałóż obfitą ilość mieszanki przyprawowej na każdą stronę.

3 | Weź 4 płytkie miseczki (lub głębokie talerze). W pierwszej wymieszaj ze sobą mąkę, 3 g papryki i szczyptę soli. W drugiej połącz maślankę i jaja, a następnie dodaj 30 g mieszanki mąki z pierwszej miseczki. W trzeciej wymieszaj widelcem bułkę tartą, szczyptę soli i oliwę z oliwek, aż oliwa będzie równomiernie rozprowadzona. Połowę bułki tartej wsyp do czwartej miseczki.

4 | Obierz i posiekaj cebulę na krążki o grubości 1–2 cm. Osusz krążki cebulowe ręcznikiem papierowym, aby usunąć nadmiar wilgoci. Za pomocą widelca umieść krążki cebulowe w mące, następnie w mieszance maślanki, a na koniec w bułce tartej. Delikatnie posmaruj je oliwą z oliwek.

5 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Kliknij przycisk Synchronizacja i wybierz tryb PIECZONY KURCZAK dla P1. Dla P2 wybierz tryb RYBY. Najpierw dodaj połowę żeberek wieprzowych po jednej stronie przekładki. W razie potrzeby pokrój je na części, aby zmieściły się w urządzeniu. Umieść je stroną z mięsem do dołu. Gdy zabrzmi minutnik, odwróć żeberka i dodaj krążki cebuli na drugą stronę przekładki. Wznów gotowanie. Po 10 minutach gotowania obficie nałóż sos barbecue na żeberka wieprzowe i obróć krążki cebulowe. Wznów gotowanie.

6 | Po ugotowaniu powtórz proces z drugą partią.

Frytki z Nuggetsami

4 | 30 min | 70 min

Składniki

1,6 kg ziemniaków
4 łyżki papryki
Sól
4 łyżki oleju
6 filety z kurczaka
Sól, pieprz
4 jaja
80 g mąki
130 g bułki tartej
3 łyżki oliwy z oliwek

Przepis

1 | Obierz ziemniaki i pokrój je na duże frytki o grubości 2 cm. Umieść na ściereczce, aby jak najbardziej wyschły, a następnie przełóż do miski. Dodaj paprykę i sól i wymieszaj tak, aby frytki były równomiernie pokryte. Dodaj olej i dobrze wymieszaj.

2 | Usuń ścięgna i kawałki tłuszczu z filetów z kurczaka. Pokrój na kawałki o długości 4–5 cm oraz dopraw je solą i pieprzem.

3 | Przygotuj składniki na panierkę z bułki tartej: w misce ubij jaja ze szczyptą soli i pieprzu. W innej misce umieścić mąkę, a w trzeciej bułkę tartą.

4 | Nuggetsy obtocz w mące, następnie w jajku, a na koniec w bułce tartej. Aby uzyskać jeszcze bogatszą panierkę, powtórz kroki z jajkiem i bułką tartą. Umieść je w lodówce na 25 minut.

5 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Naciśnij przycisk Synchronizacja i wybierz program FRYTKI dla P1 i NUGGETSY dla P2. Przełóż frytki na jedną stronę płyty grillowej i rozpocznij gotowanie. W trakcie gotowania wymieszaj raz lub dwa razy.

6 | Gdy zabrzmi minutnik, na drugą stronę płyty dodaj nuggetsy skropione odrobiną oliwy z oliwek. Wznów program.

7 | Po zakończeniu przygotuj drugą partię.

Grillowane Bakłażany z Pesto

4 | 10 min | 27 min

Składniki

4 bakłażany
150 ml oliwy z oliwek
Sól, pieprz
200 g pesto

Przepis

1 | Bakłażany opłucz i pokrój w plastry o grubości ok. 5 mm.

2 | Posmaruj oliwą, a następnie dopraw solą i pieprzem.

3 | Włóż płytę grillową do pojemnika, a bakłażany do pojemnika urządzenia w jednej warstwie.

4 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb AIR FRY na 170°C na 20 minut, obracając bakłażany w połowie czasu gotowania. Posmaruj je pesto i ustaw ponownie tryb AIR FRY na 2 minuty.

5 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 170°C na 20 minut, obróć bakłażany w połowie gotowania, następnie posmaruj je pesto i gotuj przez kolejne 2 minuty.

6 | Posmaruj bakłażany pesto i ustaw tryb GRILL na 5 minut (wersja cyfrowa) lub 200°C na 5 minut (wersja mechaniczna 2 w 1).

KOTLETY JAGNIĘCE Z CYTRYNĄ

4 | 10 min | 15 min

SKŁADNIKI

1,5 organicznej cytryny
6 ząbki czosnku
16 małych kotletów jagnięcych

PRZEPIS

1 | Usuń skórkę z cytryny. Obierz czosnek i drobno zmiel za pomocą tłuczka i moździerza. Dodaj skórkę z cytryny i 2 łyżki oliwy z oliwek.

2 | Włóż kotlety do mieszanki i marynuj w lodówce przez 4 godziny.

3 | Włóż płytę grillową do pojemnika i umieść kotlety w pojemniku urządzenia.

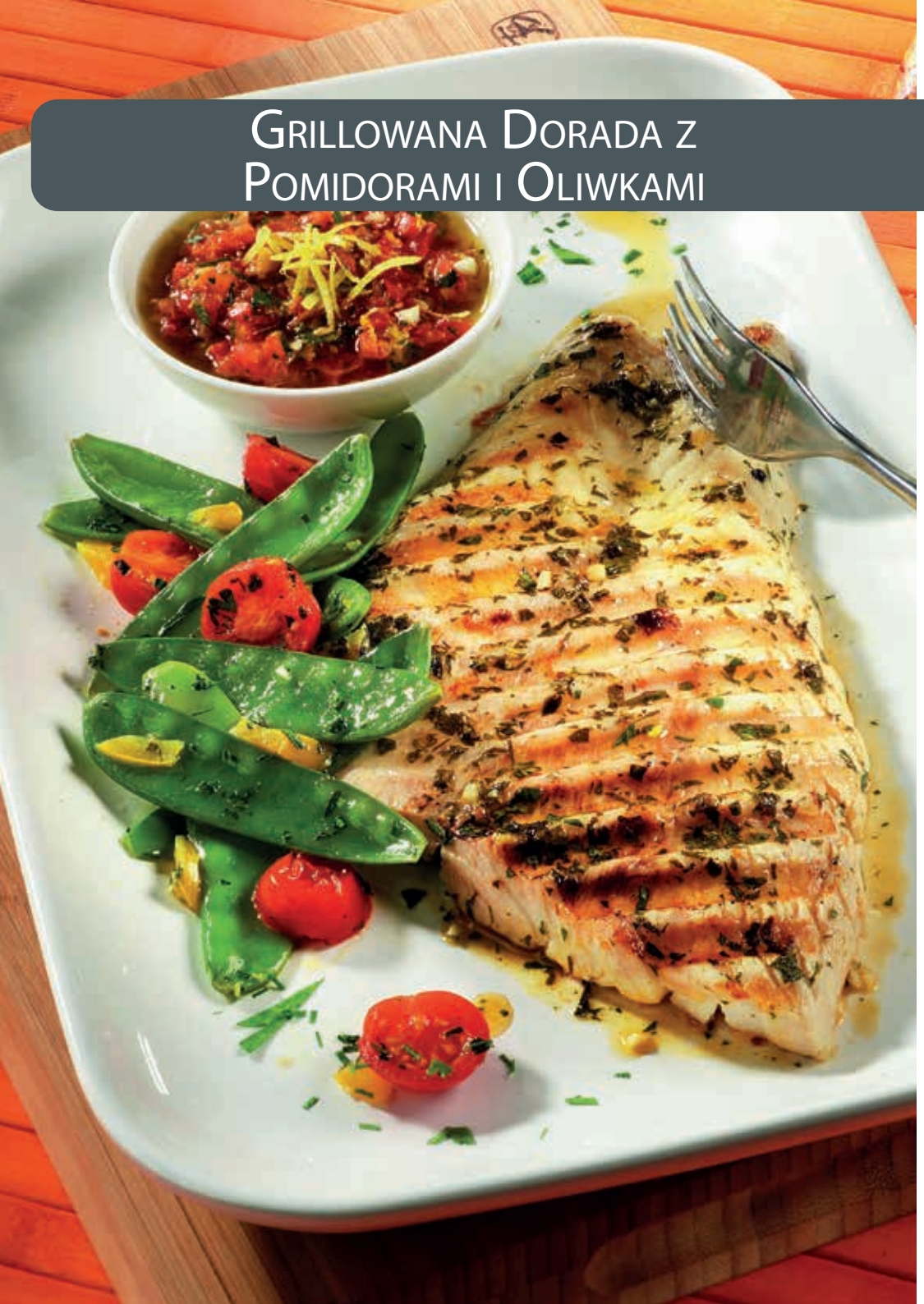
4 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven&Grill 9 w 1, ułóż kotlety na płycie grillowej. Umieść płytę grillową na górnym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki.

5 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb GRILL na 200°C i nagrzej urządzenie przez 15 minut. Gotuj przez 10 minut, obracając kotlety w połowie czasu gotowania.

6 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 200°C i nagrzej urządzenie przez 15 minut. Gotuj przez 10 minut, obracając kotlety w połowie czasu gotowania.

TIP

Podczas marynowania mięsa dodaj świeże zioła: tymianek, dziki tymianek, oregano.



Grillowana Dorada z Pomidorami i Oliwkami

4 | 20 min | 18 min

Składniki

1 cytryna
8 gałązki pietruszki
2 ząbki czosnku
4 pomidory
100 g oliwek bez pestek
120 ml oliwy z oliwek
8 filetów z dorady
Sól, pieprz

Przepis

1 | Zetrzyj skórkę z cytryny, a następnie wyciśnij cytryny. Posiekaj pietruszkę i czosnek, następnie pokrój pomidory w kostkę i pokrój oliwki. Wymieszaj wszystko, dodaj oliwę z oliwek i odłóż na bok.

2 | Posmaruj filety z dorady oliwą, a następnie dopraw solą i pieprzem.

3 | Umieść płytę grillową w urządzeniu.

4 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven&Grill 9 w 1, umieść płytę grillową na górnym poziomie. Zamknij drzwiczki.

5 | Wersja cyfrowa: Wersja cyfrowa: ustaw tryb GRILL na 200°C i rozgrzej urządzenie przez 15 minut, następnie włóż filety i kontynuuj gotowanie przez 5 minut.

6 | Wersja mechaniczna 2 w 1: umieść filety w pojemniku, ustaw temp. 200°C i podgrzej urządzenie przez 15 minut. Gotuj przez 7 minut.

7 | Podawaj z sosem.

TIP

Podawaj filety z dorady z wybranymi warzywami i ryżem.

Udka z Kurczaka marynowane w Jogurcie z Rozmarynem

4 | 20 min | 35 min

Składniki

8 udek z kurczaka
500 g jogurtu greckiego
90 ml musztardy Dijon
8 ząbki czosnku
2 gałązki świeżego rozmarynu
Sól, pieprz

Przepis

1 | Usuń skórę z udek kurczaka, a następnie umieść je w dużym naczyniu.

2 | Wymieszaj ze sobą jogurt, musztardę, posiekany czosnek, szczyptę soli i pieprzu oraz posiekane listki rozmarynu. Rozsmaruj mieszankę na kurczaku i włóż naczynie do lodówki. Pozostaw do zamarynowania na 4 godziny.

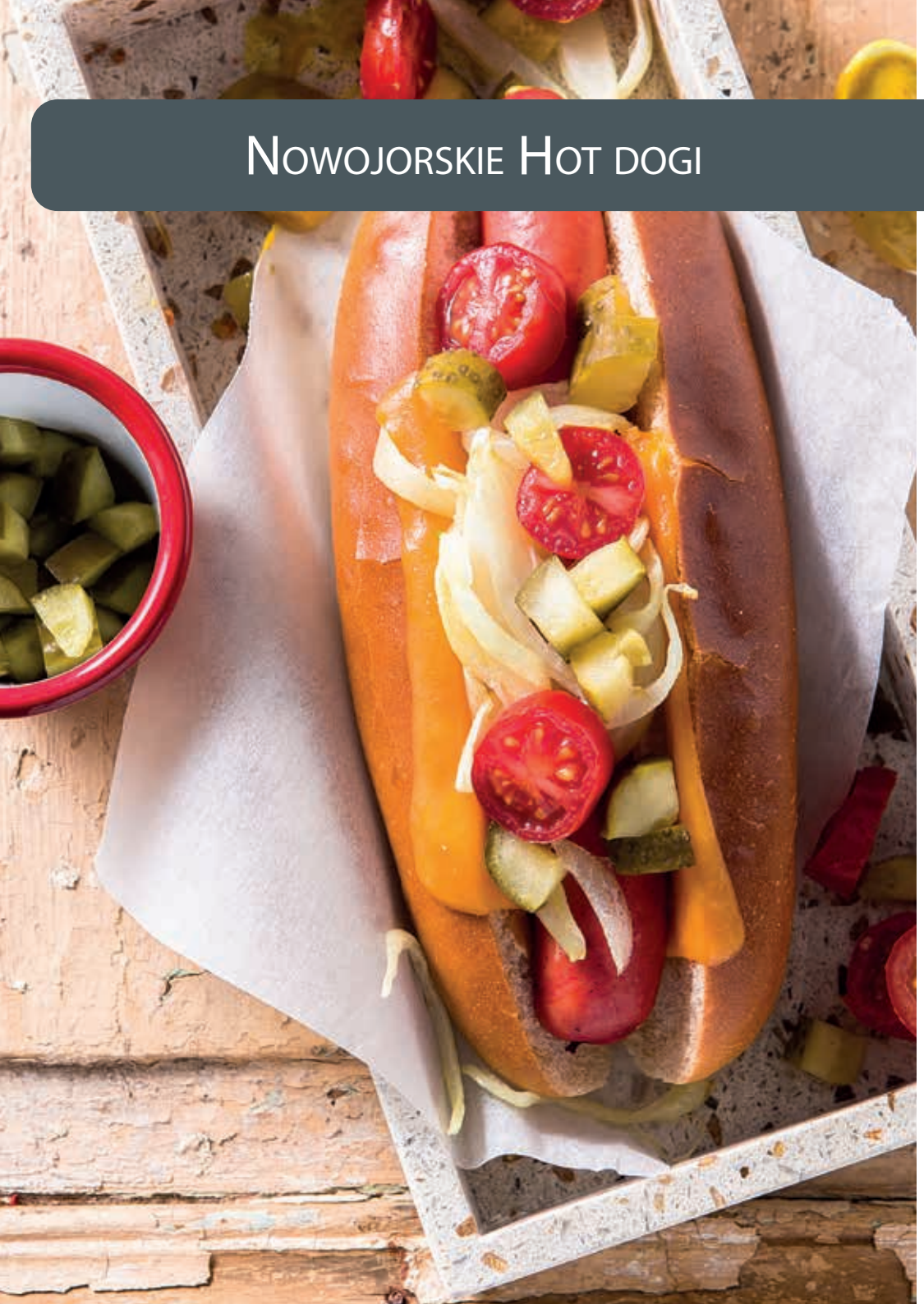
3 | Umieść płytę grillową w urządzeniu.

4 | Wersja cyfrowa: ustaw tryb PIECZONY KURCZAK na 200°C i rozgrzej urządzenie przez 15 minut, a następnie umieść udka z kurczaka w pojemniku urządzenia. Gotuj przez 35 minut, obracając kotlety w połowie czasu gotowania.

5 | Wersja mechaniczna 2 w 1: umieść udka z kurczaka w pojemniku urządzenia i ustaw temperaturę 200°C na 30 minut. Odwróć w połowie czasu gotowania.

TIP

Grillowane udka z kurczaka podawaj z surówką i plasterkami grillowanego ziemniaka.



Nowojorskie Hot dogi

4 | 0 min | 30 min

Składniki

8 kiełbasek
1,5 czerwonej cebuli
2 łyżki oleju
10 pomidorków koktajlowych
8 pikli w stylu rosyjskim
8 bułek do hot dogów
8 łyżek ketchupu
8 plasterków sera cheddar

Przepis

1 | Przygotuj kiełbaski, zanurzając je w rondlu z wrzącą wodą na czas podany na opakowaniu.

2 | Posiekaj cebulę i podsmaż ją na rozgrzanym oleju na patelni przez 5 minut na średnim ogniu, aż się przyrumieni. Wymieszaj z pokrojonymi w ćwiartki pomidorami i pokrojonymi w kostkę ogórkami.

3 | Przekrój bułki do hot dogów na pół, posmaruj ketchupem i wypełnij mieszanką warzyw, kiełbaskami i plasterkami sera cheddar.

4 | Włóż płytę grillową do pojemnika i umieść hot dogi w pojemniku urządzenia.

5 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven&Grill 9 w 1, umieść hot dogi na ruszcie i wsuń na środkowy poziom urządzenia.

6 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb PIZZA na 170°C na 5 minut.

7 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 170°C na 5 minut.

TIP

Pobaw się, rysując ketchupem lub musztardą tak jak to robią w USA.

Grillowany ser Halloumi z Falafelem

4 | 25 min | 80 min

Składniki

350 g surowej ciecierzycy
3 gałązki pietruszki
6 gałązek kolendry
2 łyżeczki kminku
Sól, pieprz
2 łyżki tahini (pasta sezamowa)
2 ząbki czosnku
2 białe cebule
2 łyżki oliwy z oliwek
230 g sera halloumi
1 łyżka oliwy z oliwek

Przepis

1 | Namaczaj surową ciecierzycę w litrze wody przez co najmniej 12 godzin. Wymieszaj namoczoną ciecierzycę, liście pietruszki, kolendrę, kminek, szczyptę soli, szczyptę pieprzu i pastę sezamową (tahini), aż uzyskasz gęstą pastę.

2 | Dodaj posiekany czosnek i cebulę, a następnie dobrze wymieszaj ręcznie i uformuj kulki wielkości orzecha włoskiego.

3 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Naciśnij przycisk Synchronizacja i wybierz program FRYTKI dla P1. Dla P2 wybierz program MIĘSO.

4 | Umieść falafel po jednej stronie pojemnika i skrop oliwą z oliwek. Rozpocznij gotowanie. Obróć dwa lub trzy razy podczas gotowania.

5 | W tym czasie przygotuj halloumi. Pokrój ser na 8 równych części. Posmaruj je oliwą.

6 | Gdy zabrzmi minutnik, umieść halloumi po drugiej stronie przekładki i kontynuuj gotowanie. Obróć ser w połowie czasu gotowania.

7 | Po ugotowaniu powtórz proces z drugą partią.

KARMELIZOWANE ŻEBERKA

4 | 15 min | 65 min

SKŁADNIKI

2,3 kg żeberek wieprzowych
4 łyżki mieszanki przypraw do grilla
150 ml sosu barbecue

PRZEPIS

1 | Usuń cienką białą skórę wzdłuż kości, a następnie całkowicie pokryj żeberka mieszanką przypraw. Włóż do lodówki, najlepiej na noc.

2 | Włóż płytę grillową do urządzenia. Połóż żeberka na ruszcie, upewniając się, że kości dotykają rusztu, a mięso jest na wierzchu. Przykryj folią, zabezpieczając ją mocno wokół mięsa, aby nie przemieszczała się podczas gotowania. Ustaw tryb AIR FRY na 180°C na 60 minut. Po upływie tego czasu uruchom ponownie ten sam tryb w temp. 180°C na kolejne 60 minut.

3 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść żeberka na ruszcie, upewniając się, że kości dotykają rusztu, a mięso jest na wierzchu. Przykryj folią, zabezpieczając ją mocno wokół mięsa, aby nie przemieszczała się podczas gotowania. Umieść płytę grillową na środkowym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb MIĘSO na 60 minut. Po upływie tego czasu ponownie uruchom ten sam program na kolejne 60 minut.

4 | Sprawdź, czy kości łatwo odchodzą od mięsa, a następnie zdejmij folię aluminiową i posmaruj sosem do grillowania. Uruchom ponownie tryb AIR FRY na 5 minut. Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, sprawdź, czy kości łatwo odchodzą od mięsa, następnie zdejmij folię aluminiową i posmaruj sosem barbecue. Uruchom ponownie tryb MIĘSO na 5 minut.

Chrupiące Tofu z Brokułami

4 | 10 min | 44 min

Składniki

450 g brokułów
2 łyżeczki czosnku w proszku
1 łyżeczka cebuli w proszku
Sól
50 ml oliwy z oliwek
450 g twardego tofu
100 g bułki tartej

Przepis

1 | Brokuły pokrój na średniej wielkości różyczki.

2 | W dużej misce wymieszaj 30 ml wody z 1 łyżeczką czosnku w proszku, cebuli w proszku i soli. Dodaj różyczki brokułów do mieszanki, dodaj 30 ml oliwy z oliwek i wymieszaj, aż różyczki zostaną całkowicie pokryte.

3 | W dużej misce wymieszaj bułkę tartą, pozostały czosnek w proszku i sól.

4 | Pokrój tofu na prostokątne kawałki o grubości około 1 cm. Prostokąty tofu wkładaj do bułki tartej pojedynczo, aby je dokładnie obtoczyć.

5 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Kliknij przycisk Synchronizacja i wybierz tryb NUGGETSY dla P1. Dla P2 wybierz tryb WARZYWA. Najpierw dodaj tofu i posmaruj oliwą z oliwek. Gdy zabrzmi minutnik, dodaj brokuły i wznów gotowanie. Podczas gotowania zamieszaj kilka razy.

6 | Po zakończeniu programu powtórz proces z pozostałymi składnikami.

Grillowana Kiełbasa

4 | 10 min | 10 min

Składniki

6 g miodu
2 łyżki musztardy Dijon
2 łyżki musztardy ziarnistej
4 gałązki tymianku
Sól, pieprz
1,4 kg kiełbasy tuluskiej w jednym kawałku

Przepis

1 | Wymieszaj miód, musztardę, tymianek, szczyptę soli i pieprzu.

2 | Skręć kiełbasę końcami do siebie, a następnie włóż dwa szpikulce wzdłuż, aby utrzymać ją na miejscu.

3 | Posmaruj mieszanką musztardy.

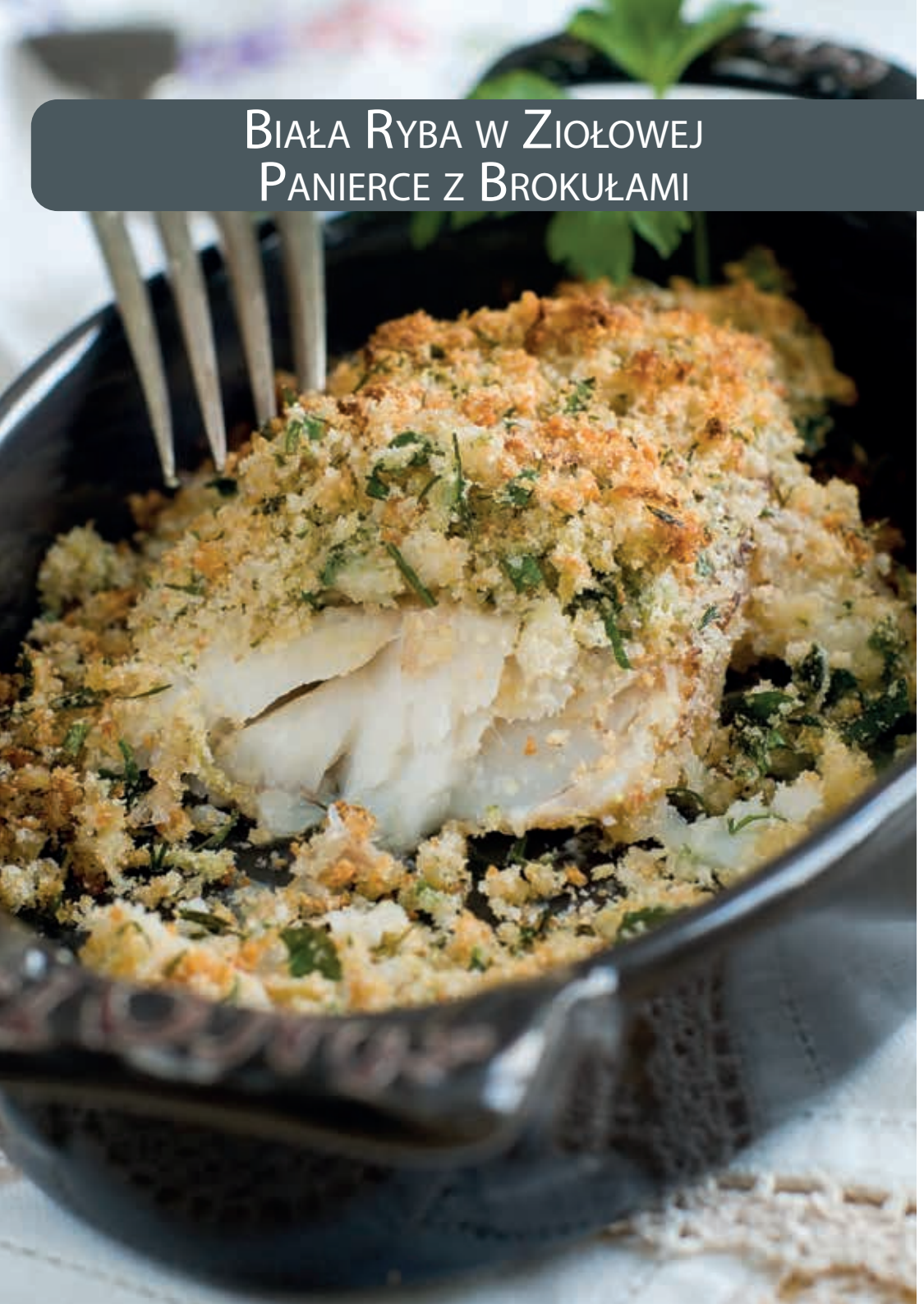
4 | Umieść płytę grillową w urządzeniu.

5 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb GRILL na 200°C i nagrzej urządzenie przez 15 minut. Włóż kiełbasę do pojemnika i gotuj przez 10 minut, obracając ją w połowie czasu gotowania.

6 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temperaturę na 200°C i rozgrzej urządzenie przez 15 minut, a następnie włóż kiełbasę do pojemnika. Gotuj przez 10 minut, obracając kotlety w połowie czasu gotowania.

TIP

Podawaj z domowymi puree ziemniaczanym z musztardą: Obierz i ugotuj 1 kg ziemniaków. Odcedź je i rozgnieć z 25 g masła, 2 łyżkami musztardy, 150 ml mleka, solą i pieprzem.



Biała Ryba w Ziołowej Panierce z Brokułami

4 | 20 min | 25 min

Składniki

2 duże główki brokułów
60 g masła
120 g bułki tartej
6 łyżek posiekanej natki pietruszki
Sól, pieprz
8 filetów z dorsza lub mintaja (8 × 120 g)
8 g musztardy

Przepis

1 | Umyj brokuły i pokrój na małe różyczki.

2 | Włóż płytę grillową do urządzenia i umieść różyczki brokułów w pojemniku.

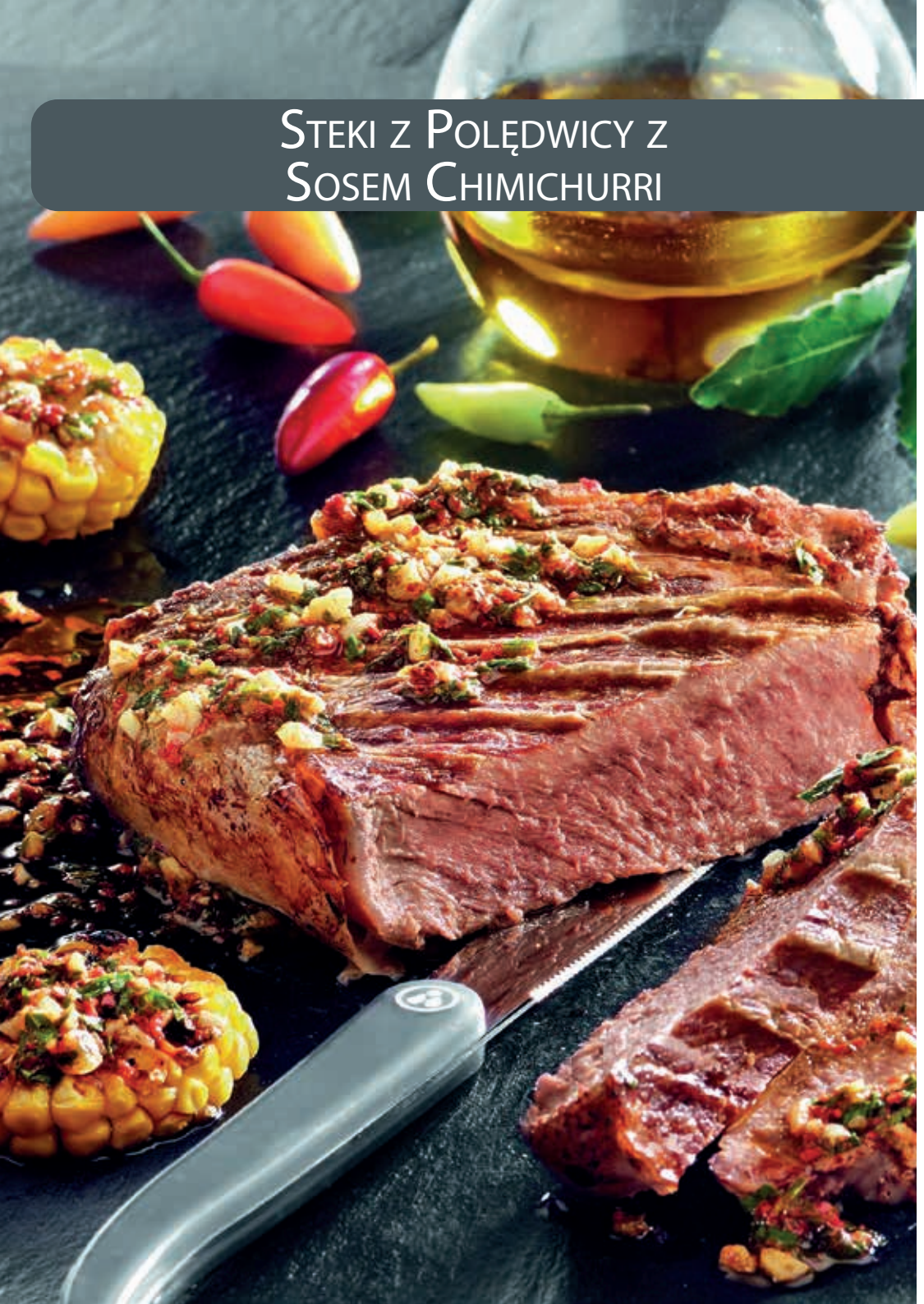
3 | Jeśli masz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, włóż je do koszyka na frytki i wsuń na środkową półkę urządzenia. Umieść tackę ociekową napełnioną wodą na spodzie.

4 | Ustaw gotowanie w trybie RĘCZNYM na 150°C przez 15 minut, obracając brokuły w połowie czasu gotowania.

5 | W międzyczasie rozpuść masło, wymieszaj z bułką tartą, pietruszką, solą i pieprzem. Posmaruj górną część filetów rybnych musztardą, dodaj ziołową bułkę tartą i dobrze dociśnij, aby się przykleiła.

6 | Gdy zabrzmi minutnik, połóż filety rybne na brokułach i ustaw gotowanie w trybie RYBY na 170°C przez 10 minut.

Steki z Polędwicy z Sosem Chimichurri



4 | 15 min | 17 min

Składniki

8 steków z polędwicy wołowej, każdy ok. 200 g
60 ml octu z czerwonego wina
1 cytryna
8 ząbki czosnku
12 gałązki pietruszki
120 ml oliwy z oliwek
Sól, pieprz
1 łyżeczka płatków chili

Przepis

1 | Wyjmij mięso z lodówki i pozostaw je w temperaturze pokojowej przez co najmniej 30 minut przed gotowaniem.

2 | W tym czasie przygotuj sos chimichurri. W misce wymieszaj sok z cytryny, posiekany czosnek, posiekaną natkę i oliwę. Dodaj szczyptę soli i pieprzu oraz chili.

3 | Umieść płytę grillową w urządzeniu.

4 | Wersja cyfrowa: Ustaw tryb GRILL na 200°C i nagrzej urządzenie przez 15 minut. Przypraw steki solą i pieprzem, a następnie włóż je do pojemnika i gotuj przez 2 minuty z każdej strony.

5 | Wersja mechaniczna 2 w 1: rozgrzej urządzenie do 200°C, a następnie dopraw steki solą i pieprzem oraz włóż je do pojemnika urządzenia. Gotuj przez 2 minut z każdej strony.

TIP

Dostosuj czas gotowania do tego, czy wolisz stek dobrze wysmażony czy krwisty.

Pałeczki z Kurczaka i Łódeczki Ziemniaczane

4 | 10 min | 80 min

Składniki

8 podudzi z kurczaka
5 g papryki
2 łyżeczki ziół prowansalskich
2 łyżeczki brązowego cukru
Sól, pieprz
100 ml oliwy z oliwek
8 ziemniaków
2 łyżeczki suszonej natki pietruszki
2 łyżeczki chili w proszku

Przepis

1 | Poklep podudzia z kurczaka ręcznikiem papierowym, aby je osuszyć. Włóż je do dużej miski.

2 | W małej misce wymieszaj ze sobą 3 g papryki, zioła prowansalskie, brązowy cukier, sól i pieprz. Dodaj 40 ml oliwy z oliwek do miski z kurczakiem i posyp przyprawą, mieszając, aż kurczak zostanie nią całkowicie pokryty.

3 | Umyj ziemniaki i pokrój je na łódeczki. Włóż je do dużej miski. Dodaj 60 ml oliwy z oliwek, 2 łyżeczki papryki, natkę pietruszki, chili, sól i pieprz i dobrze wymieszaj, aby pokryć ziemniaki przyprawami.

4 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Kliknij przycisk Synchronizuj i wybierz tryb FRYTKI dla P1. Dla P2 wybierz tryb PIECZONY KURCZAK. Najpierw dodaj połowę łódeczek ziemniaczanych. Gdy zabrzmi minutnik, przełóż 4 podudzia kurczaka na drugą stronę przekładki i wznów gotowanie. Po 10 minutach obróć kurczaka, a następnie kontynuuj gotowanie. Po ugotowaniu powtórz proces z drugą partią.

HAMBURGER DELUXE

4 | 10 min | 12 min

SKŁADNIKI

800 g mielonej wołowiny
2 ząbki czosnku
4 łyżeczki sosu sojowego
3 łyżki oliwy z oliwek
Sól
6 bułek do burgerów
8 liści sałaty
3 pomidorów

PRZEPIS

1 | Wymieszaj mielone mięso wołowe, wyciśnięty czosnek, sos sojowy i oliwę z oliwek. Dopraw solą. Uformuj burgery rękami.

2 | Włóż płytę grillową do pojemnika i umieść bułki z burgerami w pojemniku urządzenia.

3 | Wersja cyfrowa: ustaw tryb PIZZA na 4 minuty.

4 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 180°C na 4 minut.

5 | Wyjmij bułki i utrzymaj ich ciepło, przykrywając kawałkiem folii aluminiowej, a następnie umieść burgery na patelni.

6 | Wersja cyfrowa: ustaw gotowanie w trybie GRILL na 8 minut, zwiększając lub zmniejszając czas gotowania o 2 minuty w zależności od pożądanego rezultatu.

7 | Wersja mechaniczna 2 w 1: Ustaw temp. 200°C na 8 minut, zwiększając lub zmniejszając czas gotowania o 2 minuty w zależności od pożądanego efektu. Udekoruj bułki liśćmi sałaty, plasterkami pomidora i grillowanymi burgerami, a następnie podaj.

TIP

Przygotuj sos, mieszając następujące składniki: 1 łyżkę musztardy pełnoziarnistej, 2 łyżki musztardy ostrej, 1 żółtko i 1 łyżkę oleju przed dodaniem 1 łyżki gęstego crème fraîche.

Bakłażany z Mozzarellą

4 | 15 min | 23 min

Składniki

2 bakłażany
Sól, pieprz
4 kulki mozzarelli
100 g gotowego sosu pomidorowego
12 g startego parmezanu

Przepis

1 | Bakłażany opłucz i pokrój na plastry o grubości 5 mm. Dopraw solą i pieprzem.

2 | 3 w 1: napełnij zbiornik wodą. Włóż płytę grillową do urządzenia. Umieść plastry bakłażana w pojemniku. Ustaw wskazany program na 15 minut. Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść plastry bakłażana i płytę grillową na środkowej półce urządzenia, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb GRILL na 200°C na 15 minut.

3 | W międzyczasie odsącz kulki mozzarelli i pokrój w grube plastry. Poczekaj, aż ugotowane bakłażany ostygną, a następnie pokryj je sosem pomidorowym.

4 | W małym naczyniu ułóż warstwowo plastry bakłażana i mozzarelli. Posyp parmezanem i umieść w pojemniku. Uruchom ponownie wskazany program na 8 minut. Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść wszystko na płycie grillowej i ponownie uruchom program na 8 minut.

SKRZYDEŁKA Z KURCZAKA

4 | 5 min | 34 min

SKŁADNIKI

1,6 kg skrzydełek z kurczaka
5 łyżek ketchupu
3 łyżki musztardy
3 łyżki papryki
3 łyżki słodkiego sosu sojowego
Sól, pieprz
2 łyżki oliwy z oliwek

PRZEPIS

1 | Pokrój skrzydełka kurczaka na pół, rozdzielając je w miejscu stawu.

2 | Umieść wszystkie składniki w dużej misce i dodaj skrzydełka z kurczaka. Dobrze wymieszaj, aby upewnić się, że są całkowicie pokryte. Przykryj folią kuchenną i pozostaw do zamarynowania przez co najmniej 12 godzin.

3 | Włóż płytę grillową do pojemnika urządzenia i umieść w nim połowę skrzydełek.

4 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść połowę skrzydełek w koszyku na frytki. Umieść koszyk na środkowym poziomie, a tackę ociekową na dole. Zamknij drzwiczki.

5 | Wersja cyfrowa: ustaw tryb PIECZONY KURCZAK na 17 minut, obracając skrzydełka po 12 minutach, a następnie powtórz czynności dla drugiej partii.

6 | Wersja mechaniczna 2 w 1: 2 w 1: ustawić temp. 170°C na 17 minut, obracając skrzydełka po 12 minutach, a następnie powtórz czynności dla drugiej partii.

TIP

Wybierz preferowaną marynatę: sos barbecue, ostry, chilli, czosnkowy itp.

Łosoś Glazurowany w sosie Teriyaki

4 | 5 min | 23 min

Składniki

1 kg filetów z łososia
260 ml sosu teriyaki
2 łyżki nasion sezamu

Przepis

1 | Marynuj filety z łososia przez 30 minut w sosie teriyaki.

2 | Umieść płytę grillową w urządzeniu.

3 | Wersja cyfrowa: rozgrzej urządzenie w trybie GRILL do 200°C przez 15 minut, a następnie umieść filety rybne na płycie grillowej w pojemniku i piecz przez 10 minut.

4 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temperaturę na 200°C i poczekaj, aż urządzenie się rozgrzeje, a następnie umieść filety z łososia na płycie grillowej w pojemniku i piecz przez 10 minut.

5 | Posyp ziarnami sezamu i podawaj z ryżem.

Stek z Frytkami

4 | 15 min | 60 min

Składniki

1,6 kg ziemniaków
6 g papryki
Sól
60 ml oleju
8 steków z polędwicy, ok. 200 g każdy
Pieprz

Przepis

1 | Obierz ziemniaki i pokrój je na duże frytki o grubości 2 cm. Umieść na ściereczce, aby jak najbardziej wyschły, a następnie przełóż do miski. Dodaj paprykę i sól i wymieszaj tak, aby frytki były równomiernie pokryte. Dodaj olej i dobrze wymieszaj.

2 | Włóż płytę grillową. Przełóż połowę frytek na jedną stronę płyty grillowej. Włóż ją do urządzenia. Ustaw tryb FRYTKI na 200°C na 25 minut i rozpocznij gotowanie. Wymieszaj frytki raz lub dwa razy podczas przyrządzania.

3 | Po upieczeniu przesyp frytki do miski i odłóż na bok. Połóż dwa steki na gorącej płycie grillowej i włóż pojemnik do gotowania do urządzenia. Ustaw program GRILL na 200°C na 4–6 minut w zależności od pożądanego stopnia wysmażenia. Uruchom program i obróć steki w połowie czasu programu.

4 | Po zakończeniu programu powtórz proces z pozostałymi stekami.

Dorsz z Kruszonką z Chrupiącym Koprem Włoskim

4 | 25 min | 13 min

Składniki

9 g startego parmezanu
20 g masła
6 g bułki tartej
2 łyżeczki ziół prowansalskich
100 g chorizo
4 główki kopru włoskiego
Sól, pieprz
60 ml oliwy z oliwek
8 filetów z dorsza

Przepis

1 | W misie miksera umieść parmezan, masło, bułkę tartą i zioła prowansalskie. Zdejmij skórę z chorizo, pokrój na małe kawałki i dodaj do misy miksera. Mieszaj, aż powstanie kruche ciasto.

2 | Włóż płytę grillową do urządzenia. Opłucz i posiekaj koper włoski. Umieść w misce do gotowania, a następnie dopraw solą i pieprzem oraz skrop oliwą z oliwek. Ustaw program PARA na 5 minut.

3 | Jeśli masz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść opłukany, pokrojony koper włoski na ruszcie, dopraw solą i pieprzem oraz skrop oliwą z oliwek. Umieść reszt na środkowej półce, a na dole tackę ociekową napełnioną wodą. Ustaw tryb RYBY na 10 minut.

4 | Włóż filety z dorsza pokryte chorizo do miski do gotowania. Ustaw program AIR FRY na 8 minut. Jeśli masz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, dodaj filety z dorsza pokryte kruszonką z chorizo. Ustaw program FRYTKI na 10 minut.

PIERSI Z KACZKI Z FRYTKAMI MARCHEWKOWYMI

4 | 20 min | 80 min

SKŁADNIKI

500 g marchwi
2 łyżki oleju z pestek winogron
1 łyżka syropu klonowego
1 łyżeczka tymianku
Sól, pieprz
2 piersi z kaczki
1 łyżeczka suszonej natki pietruszki

PRZEPIS

1 | Obierz marchewki. Poćwiartuj je wzdłuż, a następnie pokrój na kawałki o długości 5 cm. Umieść je w misce i wymieszaj z olejem, syropem klonowym, tymiankiem, solą i pieprzem.

2 | Skórę piersi natnij w kratkę, nie przecinając mięsa. Przypraw solą, pieprzem i pietruszką. Na rozgrzanej patelni podsmaż piersi przez 1 minutę z każdej strony, następnie usuń nadmiar tłuszczu.

3 | Włóż płytę grillową i przekładkę do urządzenia. Kliknij przycisk Synchronizuj i wybierz tryb FRYTKI dla P1. Dla P2 wybierz tryb MIĘSO. Najpierw włóż frytki marchewkowe.

4 | Gdy zabrzmi minutnik, zamieszaj frytki i umieść jedną pierś z kaczki po drugiej stronie przekładki. Wznów gotowanie. Po 7 minutach obróć pierś, a następnie kontynuuj gotowanie.

5 | Po zakończeniu programu powtórz proces z drugą partią.

PIECZONY KALAFIOR Z SOSEM CYTRYNOWYM

4 | 15 min | 15 min

SKŁADNIKI

2 małe kalafiory
60 ml oliwy z oliwek
60 g tahini
200 ml oliwy z oliwek
100 ml soku z cytryny
Sól, pieprz

PRZEPIS

1 | Usuń liście kalafiora, następnie pokrój kalafior na ćwiartki i wyjmij środkową łodygę. Pokrój każdy segment na różyczki i umieść w dużej misce.

2 | Dodaj łyżki oliwy z oliwek, sól i pieprz oraz dobrze wymieszaj.

3 | Włóż płytę grillową do pojemnika i umieść składniki w pojemniku urządzenia (w razie potrzeby przyrządzaj w dwóch partiach).

4 | Wersja cyfrowa: ustaw tryb FRYTKI na 15 minut, mieszając w połowie czasu gotowania.

5 | Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 180°C na 15 minut, mieszając w połowie czasu gotowania.

6 | W tym czasie przygotuj sos do podania z kalafiorem, mieszając ze sobą tahini, oliwę i sok z cytryny.

Czekoladowo-bananowe Pierożki samosa

4 | 15 min | 10 min

Składniki

8 arkuszy ciasta brik
Neutralny olej
50 g zmielonego kakao
4 banany pokrojone na plasterki o grubości 1 cm
200 ml mleka
200 g czekolady
2 żółtka jaj

Przepis

1 | Płaty ciasta brik pokrój na 4 części wzdłuż. Posmaruj ciasto olejem. Pośrodku każdego płata umieść kakao w proszku i kawałek banana. Złóż płat ciasta.

2 | W rondelku podgrzej mleko i zmieszaj z nim czekoladę. Ubijaj do uzyskania gładkiego sosu.

3 | Posmaruj pierożki żółtkiem.

4 | Włóż standardową płytę do pojemnika i umieść na nim pierożki samosy. Ustaw tryb AIR FRY na 180°C na 10 minut. Następnie powtórz te czynności dla drugiej partii.

5 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść tackę ociekową na dole urządzenia. Stopniowo wkładaj pierożki samosa do koszyka na frytki, nie nakładając ich na siebie, i ustaw tryb FRYTKI na 180°C na 10 minut. Następnie powtórz te czynności dla drugiej partii.

CIASTO JOGURTOWE

4 | 15 min | 50 min

SKŁADNIKI

2 białka jaj
150 g cukru
Natłuść formę do ciasta
i posyp mąką
2 żółtka jaj
125 g przecedzonego jogurtu
85 g miękkiego, lekko osolonego masła
150 g przesianej mąki
0,5 saszetki proszku do pieczenia

PRZEPIS

1 | Ubij białka na sztywno. Dodaj połowę cukru i uformuj bezę. Odłóż na bok. Natłuść formę do ciasta i posyp mąką.

2 | Wymieszaj ze sobą resztę cukru, żółtka, jogurt i masło. Dodaj mąkę i drożdże, a następnie ubitą pianę z białek. Przelej do formy.

3 | Włóż płytę grillową do urządzenia. Umieść formę w pojemniku do gotowania. Ustaw tryb DESER na 160°C na 50 minut.

4 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść formę na ruszcie na środkowej półce urządzenia. Zamknij drzwiczki. Ustaw tryb DESER na 160°C na 50 minut.

KRUSZONKA Z JABŁKAMI I CZERWONYMI JAGODAMI

4 | 20 min | 30 min

SKŁADNIKI

8 jabłek Golden Delicious
500 g zmieszanych czerwonych jagód
60 g brązowego cukru
30 g mąki kukurydzianej
240 g masła
300 g mąki
200 g cukru
100 g płatków owsianych

PRZEPIS

1 | Obierz jabłka, usuń nasiona i pokrój w kostkę o grubości 2 cm. W dużej misce wymieszaj ze sobą jabłka, czerwone jagody, brązowy cukier i mąkę kukurydzianą. Wlej wszystko do naczynia do pieczenia.

2 | Włóż płytę grillową do urządzenia i umieść potrawę w pojemniku. Ustaw tryb DESER na 15 minut w temp. 190°C.

3 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść potrawę na płycie grillowej i wsuń ją na środkową półkę urządzenia. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb DESER na 15 minut w temp. 190°C.

4 | W międzyczasie w dużej misce wymieszaj ze sobą zmiękczone masło pokrojone w kostkę, mąkę, cukier i płatki owsiane. Wyrabiaj ciasto ręką, aż uzyskasz kruchą konsystencję.

5 | Rozłóż kruszonkę na owocach i ponownie uruchom tryb DESER w temp. 190°C na dodatkowe 15 minut.

Jabłka z Bezą

4 | 25 min | 20 min

Składniki

8 jabłek | 4 białka z jaj
80 g cukru
60 g orzechów laskowych
60 g wiórków czekoladowych

Przepis

1 | Odkrój wierzchołki jabłek poziomo, mniej więcej na wysokości trzech czwartych. Usuń miąższ bez przebijania skóry. Umieść jabłka i ich wierzchołki w naczyniu.

2 | 3 w 1: napełnij zbiornik wodą. Włóż płytę grillową do urządzenia. Umieść naczynie w misce i ustaw wskazany tryb na 10 minut.

3 | Jeśli posiadasz urządzenie Easy Fry Oven & Grill 9 w 1, umieść potrawę na płycie grillowej i ustaw ją na środkowej półce urządzenia. Zamknij drzwiczki i ustaw tryb DESER na 10 minut.

4 | W międzyczasie przełóż białka do miski i ubij elektryczną trzepaczką. Po ubiciu białek na sztywno zrób bezę, dodając stopniowo cukier, cały czas ubijając. Po dodaniu cukru ubijaj przez kolejne 2 minuty.

5 | Za pomocą szpatułki delikatnie włóż posiekane orzechy laskowe i wiórki czekoladowe. Napełnij jabłka bezą i ponownie uruchom wskazany tryb na 10 minut.

MIGDAŁOWE RURKI

4 | 30 min | 11 min

SKŁADNIKI

240 g miodu
380 g mielonych migdałów
60 g masła
60 ml aromatu z kwiatów pomarańczy
12 arkuszy ciasta brik
2 jaja

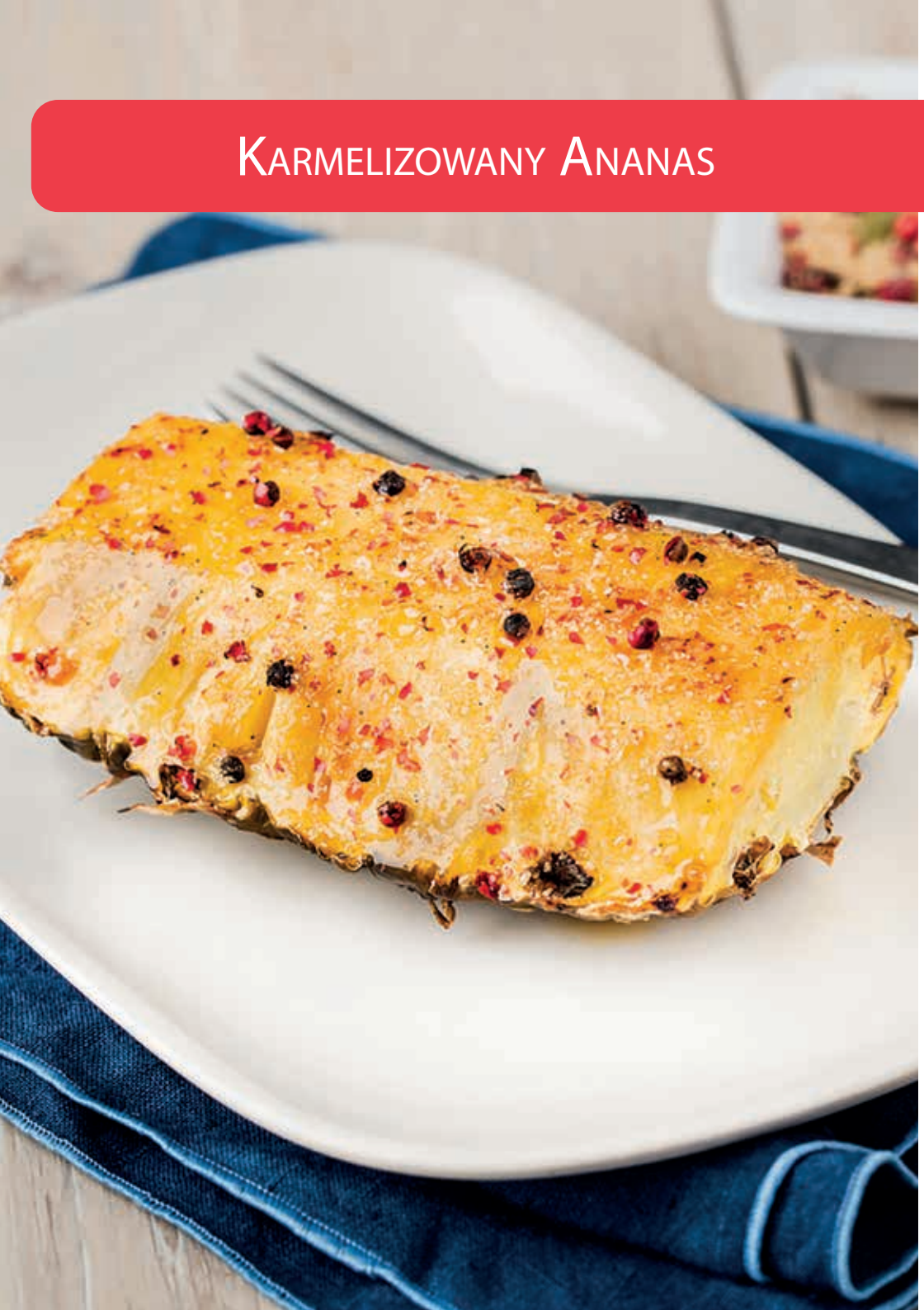
PRZEPIS

1 | Odstaw 3 łyżki miodu. W dużej misce wymieszaj ze sobą mielone migdały, roztopione masło, aromat z kwiatu pomarańczy i miód. Uformuj z masy kiełbaskę, a następnie pokrój na kawałki o długości 7 cm.

2 | Przekrój ciasto brik na pół, a następnie umieść na nim wałek masy. Posmaruj wszystko roztrzepanym jajkiem, a następnie zacznij zwijać, składając brzegi, aż zwiniesz ciasto w kształt cygara. Powtarzaj czynność, aż zwiniesz wszystkie kawałki.

3 | Włóż płytę grillową do pojemnika i umieść arkusz papieru do pieczenia wewnątrz urządzenia, a następnie umieść rurki w pojemniku.

4 | Wersja cyfrowa: ustaw tryb DESER w temp. 180°C na 8 minut, a następnie dodaj miód i kontynuuj pieczenie przez kolejne 3 minuty. Wersja mechaniczna 2 w 1: ustaw temp. 180°C na 8 minut, a następnie dodaj miód i kontynuuj pieczenie przez kolejne 3 minuty.



KARMELIZOWANY ANANAS

4 | 10 min | 6 min

SKŁADNIKI

2 obrane ananasy
120 ml syropu klonowego
2 szczypty mielonego cynamonu (opcjonalnie)
Kilka świeżych liści mięty

PRZEPIS

1 | Włóż płytę grillową do urządzenia. Ustaw program GRILL na 15 minut.

2 | 9 w 1: Umieść ruszty na środkowe i górnej półce urządzenia Easy Fry Oven & Grill, a tackę ociekową na dole, po czym zamknij drzwiczki. Ustaw tryb GRILL na 15 minut.

3 | Ananasa pokrój na ćwiartki wzdłuż. Usuń rdzeń, aby kawałki były płaskie. Wymieszaj ananasa z syropem klonowym i dodaj trochę mielonego cynamonu, jeśli chcesz.

4 | Po rozgrzaniu urządzenia umieścić w nim ćwiartki ananasa. Gotuj przez 6 minut. Następnie powtórz te czynności dla drugiej partii.

5 | Gdy ćwiartki będą ugrillowane, wyjmij je z urządzenia. Pozostaw na chwilę do ostygnięcia, a następnie udekoruj świeżymi listkami mięty.

TIP

Możesz zastąpić syrop klonowy cukrem cynamonowym. Ananasy możesz podawać z domowymi lodami waniliowymi.