

Please make sure to read the enclosed Ninja® instructions prior to using your unit.
Bitte lesen Sie die beiliegende Ninja®-Anleitung, bevor Sie Ihr Gerät benutzen.

NINJA®

AIR FRYER MAX

QUICK START GUIDE

SCHNELL START ANLEITUNG



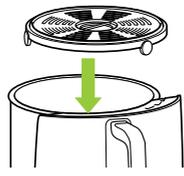
COOKING CHARTS + 20 IRRESISTIBLE RECIPES
KOCHTABELLEN + 20 UNWIDERSTEHICHE REZEPTE

AIR FRY



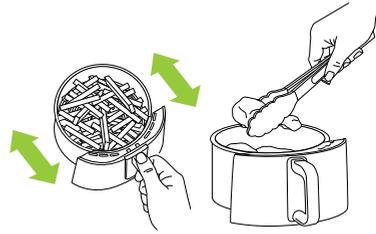
PREHEAT

For best cooking and crisping results, always preheat your Ninja® Air Fryer for 3 minutes.



CRISPER PLATE

The crisper plate promotes overall browning. We recommend using it every time you air fry.



SHAKE OR TOSS

For best results, frequently shake your food or toss it with silicone-tipped tongs to get it as crispy as you'd like.

USING YOUR AIR FRYER'S FUNCTIONS

Pull crispy meals out of thin air.

The Ninja® Air Fryer Max circulates super-hot air around your food to remove moisture from its surface to give it that golden-brown, crispy finish.

PREHEAT RECOMMENDATION: Let the unit preheat for 3 minutes before adding ingredients.

FUNCTION	ACCESSORY REQUIRED	TEMP	TIME
MAX CRISP Add extra crispiness and crunch to your food.	Crisper Plate	There is no temp adjustment available or necessary when using the Max Crisp function	Set time, in minutes and press START/STOP to begin
AIR FRY Crisp without the guilt of deep-fried food.	Crisper Plate	Adjust temp as needed	Set time, in minutes and press START/STOP to begin

FUNCTION	ACCESSORY REQUIRED	TEMP	TIME
ROAST Roast foods traditionally made in an oven without the crisper plate.		Adjust temp as needed	Set time, in minutes and press START/STOP to begin
BAKE Bake your favourite foods traditionally made in an oven.	Crisper Plate	Adjust temp as needed	Set time, in minutes and press START/STOP to begin
REHEAT Perfect for reviving your leftovers.	Crisper Plate	Adjust temp as needed	Set time, in minutes and press START/STOP to begin
DEHYDRATE Gently and slowly remove moisture from foods to create delicious homemade snacks.	Crisper Plate	Adjust temp as needed	Set time, in minutes and press START/STOP to begin

For inspiring recipes and cooking charts, visit ninjakitchen.eu.

AIR FRY TIPS & TRICKS



SHAKE, SHAKE, SHAKE

Check food and shake pan frequently for even browning.



AUTO-STOP AND START

The unit will automatically pause cooking when the pan is removed and will resume cooking when the pan is replaced.



CONVERT OVEN RECIPES

Convert oven recipes by using the Roast or Bake function and reducing the temperature by 10°C. Check food frequently to avoid overcooking.



FREESTYLING RECIPES

If you are cooking less food than the recipe calls for, remember to reduce the cook time. If you're cooking a bit more, increase the cook time. Check food frequently.



AIR FRYING FRESH INGREDIENTS

For best results with fresh vegetables, using at least 1 tablespoon of oil is a good rule of thumb, but you can use more or less to achieve your desired level of crispiness.



DON'T OVERCROWD

Evenly arrange and space ingredients out to ensure consistent browning.



SECURE YOUR FOOD

To keep lightweight foods from being blown around by the fan, secure them with cocktail sticks.



MORE EVEN BROWNING

Use an oil spritzer or cooking spray to evenly coat ingredients for more consistent browning.

DEHYDRATE TIPS & TRICKS



SLICING

Use a mandolin slicer to get consistent, thin fruit and vegetable slices. Fruits and veggies should be sliced as thinly as possible without falling apart.



PREVENT OXIDATION

Fruits like apples and pears quickly oxidise when cut. To delay oxidation, soak them in water with a squeeze of lemon juice for 5 minutes.



DRY BEFORE YOU DEHYDRATE

Pat fruits and vegetables as dry as possible before placing them in the pan.



DON'T OVERLAP

Lay ingredients flat and close together to optimise space. Individual pieces should not overlap or be stacked.



TRIM THE FAT

Before dehydrating beef or poultry, make sure to trim off all fat, as it does not dry out and could turn bad.



PASTEURISING JERKY

Finish off dehydrated meats and fish by using the Roast function at 160°C for 1 minute to fully pasteurise them.



HOW LONG TO DEHYDRATE?

Most fruits and veggies take 6-8 hours, while jerky takes 5-7 hours. The longer you dehydrate ingredients, the crispier they will become.



STORAGE

To maximise shelf-life, store dehydrated foods at room temperature in an airtight container up to 2 weeks.

Air Fry Cooking Chart

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME
VEGETABLES					
Asparagus	2 bunches	Whole, stems trimmed	2 tsp	200°C	11-13 mins
Beetroot	6 small or 4 large (1Kg)	Whole	None	200°C	45-60 mins
Bell peppers (for roasting)	4 peppers	Whole	None	200°C	26-30 mins
Broccoli	1 head	Cut in 2.5cm florets	1 Tbsp	200°C	13-16 mins
Brussel sprouts	900g	Cut in half, stem removed	1 Tbsp	200°C	18-22 mins
Butternut squash	900g	Cut in 2.5cm pieces	1 Tbsp	200°C	23-26 mins
Carrots	900g	Peeled, cut in 1.5cm pieces	1 Tbsp	200°C	20-24 mins
Cauliflower	2 heads	Cut in 2.5cm florets	2 Tbsp	200°C	20-24 mins
Corn on the cob	4	Whole ears, husks removed	1 Tbsp	200°C	12-15 mins
Green beans	700g	Trimmed	1 Tbsp	200°C	12-14 mins
Kale (for chips)	225g	Torn in pieces, stems removed	None	150°C	8-10 mins
Mushrooms	2 punnets (250g each)	Rinsed, cut in quarters	1 Tbsp	200°C	10-12 mins
Potatoes, russet	900g	Cut in 2.5cm wedges	1 Tbsp	200°C	20-25 mins
	450g	Hand-cut fries*, thin	1/2-3 Tbsp vegetable oil	200°C	20-24 mins
	900g	Hand-cut fries*, thick	1/2-3 Tbsp vegetable oil	200°C	23-26 mins
	4 whole 185-250g	Pierced with fork 3 times	None	200°C	30-35 mins
Potatoes, sweet	900g	Cut in 2.5cm chunks	1 Tbsp	200°C	20-24 mins
	185-250g	Pierced with fork 3 times	None	200°C	30-35 mins
Courgette	900g	Cut in quarters lengthwise, then cut in 2.5cm pieces	1 Tbsp	200°C	18-20 mins
POULTRY					
Chicken breasts	2 breasts	Bone in	Brushed with oil	190°C	25-35 mins
	2 breasts	Boneless	Brushed with oil	190°C	18-22 mins
Chicken thighs	4 thighs	Bone in	Brushed with oil	200°C	22-28 mins
	4 thighs	Boneless	Brushed with oil	200°C	18-22 mins
Chicken wings	1.4Kg	Drumettes & flats	1 Tbsp	200°C	22-26 mins
FISH & SEAFOOD					
Fish cakes	2 cakes	None	Brushed with oil	175°C	12-15 mins
Lobster tails	4 tails	Whole	None	190°C	5-8 mins
Salmon fillets	2 fillets	None	Brushed with oil	200°C	10-13 mins
Prawns	16 large	Whole, peeled, tails on	1 Tbsp	200°C	9-11 mins
BEEF					
Burgers	4 quarter-pounders	2.5cm thick	None	190°C	8-10 mins
Steaks	2 steaks (8 oz each)	Whole	None	200°C	10-20 mins

*After cutting potatoes, allow raw fries to soak in cold water for at least 30 minutes to remove unnecessary starch. Pat fries dry.

The drier the fries, the better the results.

For best results, shake or toss often.

We recommend frequently checking your food and shaking or tossing it to ensure desired results.

Use these cook times as a guide, adjusting to your preference.



Shake your food

OR



Toss with silicone-tipped tongs

Air Fry Cooking Chart, continued

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME
PORK					
Bacon	4 strips, cut in half	None	None	175°C	8-10 mins
Pork chops	2 thick-cut, bone-in chops	Bone in	Brushed with oil	190°C	14 mins
	4 boneless chops	Boneless	Brushed with oil	190°C	14-17 mins
Pork tenderloins	2 tenderloins	Whole	Brushed with oil	190°C	25-30 mins
Sausages	6 sausages	Whole	None	200°C	8-10 mins
FROZEN FOODS					
Chicken cutlets	5 cutlets	None	None	200°C	18-21 mins
Chicken nuggets	1kg (approx 50 nuggets)	None	None	200°C	20-22 mins
Fish fillets	1 box (6 fillets)	None	None	200°C	14-16 mins
Fish Fingers	1 box (10 fingers)	None	None	200°C	12-14 mins
Chips	1 Kilo	None	None	190°C	20-22 mins
Chips	500g	None	None	180°C	20-22 mins
Breaded Mushrooms	300g, twelve mushrooms	None	None	170°C	15-18 mins
Stuffing Balls	310g, 12 balls	None	Spray with oil	160°C	18-20 mins
Sausage Rolls	400g, 24 rolls	Brush with egg wash	None	200°C	12-13 mins
Onion Rings	375g	None	None	180°C	12 mins
Sweet potato fries	450g	None	None	190°C	20-22 mins
Hash Browns	900g	None	None	180°C	20 mins

Max Crisp Cooking Chart

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	TOSS IN OIL	COOK TIME
FROZEN FOOD				
Chicken nuggets	350g (approx 15 nuggets)	None	None	9 mins
Popcorn Chicken	850g	None	None	6-8 mins
French fries	900g	None	None	25 mins
French fries	450g	None	None	15 mins
Chicken wings	900g	None	1 Tbsp	25 mins
Mozzarella sticks	700g	None	None	6-8 mins

NOTE There is no temperature adjustment available or necessary when using the Max Crisp function.

For best results, shake or toss often.

We recommend frequently checking your food and shaking or tossing it to ensure desired results.

Use these cook times as a guide, adjusting to your preference.



Shake your food

OR



Toss with silicone-tipped tongs

Dehydrate Chart

INGREDIENTS	PREPARATION	TEMP	DEHYDRATE TIME
FRUITS & VEGETABLES			
Apples	Core removed, cut in 3mm slices, rinsed in lemon water, patted dry	60°C	7-8 hours
Asparagus	Cut in 2.5cm pieces, blanched	60°C	6-8 hours
Bananas	Peeled, cut in 3mm slices	60°C	8-10 hours
Beetroot	Peeled, cut in 3mm slices	60°C	6-8 hours
Aubergine	Peeled, cut in 3mm slices, blanched	60°C	6-8 hours
Fresh herbs	Rinsed, patted dry, stems removed	60°C	4 hours
Ginger root	Cut in 3mm slices	60°C	6 hours
Mangoes	Peeled, cut in 3mm slices, pit removed	60°C	6-8 hours
Mushrooms	Cleaned with soft brush (do not wash)	60°C	6-8 hours
Pineapple	Peeled, cored, cut in 3mm - 1.25cm slices	60°C	6-8 hours
Strawberries	Cut in half or in 1.25cm slices	60°C	6-8 hours
Tomatoes	Cut in 3mm slices or grated; steam if planning to rehydrate	60°C	6-8 hours
MEAT, POULTRY, FISH			
Beef jerky	Cut in 6mm slices, marinated overnight	70°C	5-7 hours
Chicken jerky	Cut in 6mm slices, marinated overnight	70°C	5-7 hours
Turkey jerky	Cut in 6mm slices, marinated overnight	70°C	5-7 hours
Salmon jerky	Cut in 6mm slices, marinated overnight	70°C	3-5 hours

GREEK-STYLE POTATOES

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 18 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

450g red potatoes,
cut in quarters
2 tablespoons olive oil
1 tablespoon salt
2 teaspoons dried oregano
2 teaspoons black pepper
1 teaspoon paprika
60g red onion, diced
120g crumbled feta cheese
1 tomato, diced
30g sliced black olives
2 tablespoons lemon juice
Fresh dill, for serving

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting temperature to 200°C and setting time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 In a large bowl, toss the potatoes with olive oil, salt, oregano, pepper and paprika.
- 3 Place potatoes in the pan; reinsert pan.
- 4 Select AIR FRY, set temperature to 200°C and set time to 18 minutes. Select START/STOP to begin. Shake pan halfway through cooking.
- 5 After 13 minutes, remove pan and add red onion. Shake to incorporate. Reinsert pan to resume cooking.
- 6 When cooking is complete, transfer potatoes to a bowl. Add feta, tomato, olives and lemon juice and toss to combine. Top with fresh dill and serve.

ROASTED CARROTS & PEAS WITH BUTTER, HONEY AND HERBS

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 20 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

8 carrots, cut in half and then
sliced in half moons
1 tablespoon olive oil
Flaked sea salt, to taste
Fresh cracked black pepper,
to taste
200g frozen garden peas
1 tablespoon butter
1 tablespoon honey
1 red chilli, seeds removed
and finely diced
5g parsley, roughly chopped

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, set temperature to 180°C, and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 In a large bowl, toss carrots with oil, salt and pepper.
- 3 Once unit has preheated, remove pan add carrots to crisper plate. Place pan in unit, select AIR FRY, set temperature to 180°C, and set time to 20 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 After 15 minutes, remove pan and add peas, butter and honey. Shake pan well, then place pan back into unit and cook for 5 additional minutes.
- 5 When cooking is complete, sprinkle carrots with parsley. Season as desired and serve.

MIXED MEDITERRANEAN VEGGIES WITH VINAIGRETTE

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 15 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

1 red pepper, cut in 3cm slices
1 yellow pepper, cut in 3cm slices
2 medium courgettes, cut in 2cm slices
1 medium red onion, peeled and petals cut in 5cm pieces
5 garlic cloves, peeled and minced
2 tablespoons olive oil, divided
Flaked sea salt, to taste
Fresh cracked black pepper, to taste
1 teaspoon red wine vinegar
1 tablespoon capers
¼ teaspoon chilli flakes
Fresh torn basil

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, set temperature to 180°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 In a large bowl, combine red pepper, yellow pepper, courgettes, red onion, garlic, 1 tablespoon olive oil, sea salt and black pepper. Mix well.
- 3 Once unit has preheated, remove pan and add vegetables to crisping plate. Place pan back in unit and select AIR FRY. Set temperature to 180°C, set time for 15 minutes and select START/STOP to begin.
- 4 When cooking is complete, remove pan and place cooked vegetables in a large bowl with vinegar, remaining oil, capers, chilli flakes and basil. Mix well to combine, adjusting seasoning as desired.

CHICKEN NUGGETS WITH HONEY MUSTARD DIPPING SAUCE

PREP: 30 MINUTES | **COOK:** 21 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

2 eggs, whisked
2 teaspoons yellow mustard
1 tablespoon hot sauce
Flaked sea salt, to taste
Fresh cracked pepper, to taste
60g plain flour
2 tablespoon BBQ powder
500g chicken breast, cut into 3-4cm bite-sized chunks
200g golden breadcrumbs
Cooking spray

DIPPING SAUCE

50g mayonnaise
50g Greek yogurt
3 tablespoons honey Dijon mustard
Dash of hot sauce

DIRECTIONS

- 1 In a shallow bowl, mix the eggs, mustard, sea salt and pepper to taste and hot sauce. In a separate bowl, mix flour with BBQ powder and season with salt and pepper, as desired. Place breadcrumbs in third shallow bowl.
- 2 Working in batches, place chicken pieces in flour mixture. Tap chicken gently to remove excess flour, then place chicken in egg mixture and evenly coat. Finally, place chicken in breadcrumbs and toss until chicken is evenly coated.
- 3 Repeat step 2 until all nuggets are coated, then spray chicken liberally on all sides with cooking spray.
- 4 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, set temperature to 180°C, and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 5 Once unit has preheated, remove pan and add 1/3 of the chicken nuggets to crisper plate. Reinsert pan, select AIR FRY, set temperature to 180°C, and set time to 21 minutes. Select START/STOP to begin.
- 6 Cook chicken for 7 minutes, shaking occasionally.
- 7 Repeat steps 5 and 6 with remaining chicken.
- 8 While chicken is cooking, combine dipping sauce ingredients. When cooking is complete, serve nuggets with dipping sauce.

TIP For a different crust on the nuggets, substitute golden crumbs for crushed cornflakes in step 1.

CRISPY ASPARAGUS FINGERS

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 8 MINUTES | **MAKES:** 2-4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

60ml all purpose flour
1 1/2 teaspoons sea salt
2 eggs, lightly beaten
120ml seasoned bread crumbs
60ml grated Parmesan cheese
1 bunch jumbo asparagus,
trimmed
Cooking spray

SRI-RANCH-A DIPPING SAUCE

2 tablespoons sriracha
60ml ranch dressing
1 teaspoon lime juice

DIRECTIONS

- 1 Place flour and salt in a shallow bowl or on a plate; stirring to combine. Add eggs to another bowl. Place bread crumbs and Parmesan cheese into a third bowl; stirring to combine.
- 2 Working in small batches, coat asparagus with cooking spray. Toss in flour. Tap off excess flour, then coat asparagus in egg. Transfer asparagus to bread crumb mixture, tossing well to evenly coat. Place the coated asparagus on a tray or plate.
- 3 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting temperature to 200°C and setting time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 Once unit is preheated, place asparagus on the crisper plate in a single layer (if all spears won't fit, set additional ones aside). Spray with cooking spray; reinsert pan.
- 5 Select AIR FRY, set temperature to 200°C and set time to 8 minutes. Select START/STOP to begin.
- 6 After 4 minutes, remove pan and shake asparagus or toss with silicone-tipped tongs. Reinsert pan to resume cooking.
- 7 While asparagus is cooking, stir together all dipping sauce ingredients in a bowl. If there are additional spears, repeat steps 4-6.
- 8 When cooking is complete, serve asparagus immediately with dipping sauce.

CRISPY CHICKEN WINGS

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 24 MINUTES | **MAKES:** 2-4 SERVINGS
PROGRAM: MAX CRISP

INGREDIENTS

1kg uncooked frozen
chicken wings
1 tablespoon vegetable oil
1 tablespoon sea salt
1 teaspoon black pepper

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Preheat unit by selecting MAX CRISP and setting time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 In a bowl, toss wings with oil, salt, and pepper. Once unit is preheated, place wings on crisper plate; reinsert pan.
- 3 Select MAX CRISP and set time to 24 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 After 12 minutes, toss wings with silicone-tipped tongs. Reinsert pan to resume cooking.
- 5 When cooking is complete, toss wings with desired flavorings and serve.

FLAVOURINGS

Dijon Honey Mustard: Whisk together 60ml Dijon mustard, 60ml mayonnaise, and 2 tablespoons honey. Serve with wings after cooking.

Lemon Pepper: Before cooking the wings, toss with 2 tablespoons dried lemon and pepper seasoning along with the oil, salt and pepper. Cook the wings as directed.

Buffalo: Whisk together 60ml hot sauce with 2 tablespoons melted butter. Toss wings in sauce after cooking and serve with blue cheese dressing.

Soy & Sesame Ginger: Whisk together 60ml soy sauce, 60ml rice wine vinegar, 2 tablespoons brown sugar, 2 tablespoons ground ginger, 1 tablespoon toasted sesame seeds and 1 tablespoon cornstarch. Toss wings in sauce after cooking.

Honey, Sriracha & Lime: Whisk together 2 tablespoons Sriracha, 2 tablespoons fresh lime juice, 2 tablespoons honey, 2 tablespoons rice wine vinegar and 1 tablespoon sugar. Toss wings in sauce after cooking.

PRUNES IN BACON

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 13 MINUTES | **MAKES:** 9-10 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

500g pitted prunes (45 pieces)
23 slices bacon (3 mm thick)

DIRECTIONS

- 1 Cut the slices of bacon in half and wrap each prune with the cut slice. Pierce with a toothpick to hold together.
- 2 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Select AIR FRY, set temperature to 200°C, and set time to 13 minutes. Press START/STOP to begin and allow to preheat for 3 minutes.
- 3 After the unit has preheated, place the prunes with bacon on the crisper plate in the pan and reinsert the pan into the main unit.
- 4 Remove pan from unit after 2 minutes and shake prunes or toss them with silicone-tipped tongs. Reinsert pan to resume cooking.
- 5 After 8 minutes, place the prunes on a serving dish to enjoy right away.

TIP You can soak the prunes for 30 minutes in cider before wrapping them with the bacon for added flavour.

SLICED POTATOES & ONIONS

PREP: 15 MINUTES | **SOAK:** 45 MINUTES | **COOK:** 60 MINUTES
MAKES: 6 SERVINGS | **PROGRAM:** AIR FRY

INGREDIENTS

1kg potatoes sliced in rounds
4-5mm thick, divided in half
200g yellow onions peeled
and diced, divided in half
2 tablespoons vegetable oil,
divided
Salt and pepper to taste

DIRECTIONS

- 1 Soak the prepped potatoes in cold water for 45 minutes to remove the starch.
- 2 Insert crisper plate in pan and then place the pan in unit. Select AIR FRY, set temperature to 170°C, and set time to 30 minutes. Press START/STOP to begin and allow to preheat for 3 minutes..
- 3 Dry 500g of fries with a towel until very dry. Place them in a large mixing bowl with ½ tablespoon vegetable oil. Stir to coat all of the fries with oil.
- 4 After unit has preheated, place potatoes and onions on the crisper plate. After 5 minutes, remove pan from unit and shake chips or toss them with silicone-tipped tongs. Reinsert pan to resume cooking.
- 5 After 15 minutes, place the chips in another bowl, and continue with next batch of potatoes and onions from step 3.
- 6 Once all of the potatoes and onions have been air fried, place them all in the same mixing bowl and add a tablespoon vegetable oil. Select AIR FRY, set temperature to 190°C, and set time to 30 minutes. Press START/STOP to begin and allow to preheat for 3 minutes.
- 7 Once the unit has preheated, place all the fries in the pan and resume cooking.
- 8 Remove pan from unit after 5 minutes and shake potatoes and onions. Reinsert pan to resume cooking.
- 9 When cooking is complete, add some salt and pepper before serving immediately.

TIP You can use duck fat instead of vegetable oil and add parsley in the end to recreate Salardaise potatoes.

SWEET POTATO WEDGES

PREP: 15 MINUTES | **SOAK:** 45 MINUTES | **COOK:** 60 MINUTES
MAKES: 6 SERVINGS | **PROGRAM:** AIR FRY

INGREDIENTS

1kg peeled sweet potatoes, cut in 3cm wedges, divided in half
3 tablespoons vegetable oil, divided
2 tablespoons paprika, divided
½ tablespoon fresh thyme
1 teaspoon ground cumin, divided
½ teaspoon salt

DIRECTIONS

- 1 Soak the prepped potatoes in cold water for 45 minutes to remove the starch.
- 2 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Select AIR FRY, set temperature to 150°C, and set time to 43 minutes. Press START/STOP to begin and allow to preheat for 3 minutes.
- 3 Dry 500g of sweet potato wedges with a towel until very dry. Place them in a large mixing bowl with 1 tablespoon vegetable oil and one tablespoon paprika. Stir to coat every wedge evenly.
- 4 Once unit has preheated, place wedges on the crisper plate. After 5 minutes, remove pan from unit and shake chips or toss them with silicone-tipped tongs. Reinsert pan to resume cooking.
- 5 After 20 minutes, place the wedges in another bowl, and continue cooking the next batch of 500g sweet potato wedges from step 3.
- 6 Once all of the wedges have been air fried, place them all in the same mixing bowl and add a tablespoon vegetable oil with the thyme, salt and cumin. Select AIR FRY, set temperature to 200°C, and set time to 20 minutes. Press START/STOP to begin and allow to preheat for 3 minutes.
- 7 After the unit has preheated, place all the wedges in the pan and resume cooking.
- 8 Remove pan from unit after 5 minutes and shake the wedges. Reinsert pan to resume cooking.
- 9 When cooking is complete, serve immediately.

CHEESY QUESADILLAS WITH SALSA

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 20 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

150g cheddar cheese, grated
150g smoked gouda, rind removed and grated
2 spring onions, sliced thinly
40g sliced black olives
5g fresh coriander, roughly chopped
10 (16cm) flour tortillas
1 container (180g) cream cheese
Cooking spray
Ready-made salsa, for serving
Guacamole, for serving
Sour cream, for serving
Hot sauce, for serving

DIRECTIONS

- 1 In a large mixing bowl, combine cheddar, gouda, onions, olives, and coriander and mix well.
- 2 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, set temperature to 180°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 3 While unit is preheating, spread tortillas out on clean work surface. Spray oil on one side of each tortilla, then flip tortillas over. Evenly spread 1 tablespoon cream cheese on each tortilla.
- 4 Evenly place cheese mixture on five tortillas, then cover cheese with remaining 5 tortillas. On top tortilla, cream cheese spread should be facing inwards and oiled surface should be facing outwards.
- 5 Once unit has preheated, remove pan and place one quesadilla on crisper plate. Place pan back in unit and select AIR FRY. Set temperature to 180°C and set time to 20 minutes. Select START/STOP to begin.
- 6 After 2 minutes, remove pan and flip quesadilla using rubber-tipped tongs. Place pan back in unit and cook for 2 additional minutes.
- 7 After 4 total minutes, remove pan from unit and remove quesadilla from crisping plate using rubber-tipped tongs.
- 8 Repeat process with remaining 4 quesadillas.
- 9 When cooking is complete, slice quesadillas into wedges and serve with salsa, guacamole, sour cream and hot sauce.

TIP For an extra spicy kick - replace plain cheddar with spicy chilli cheddar cheese in step 1.

SALMON FILLETS WITH FRESH TOMATO AND CUCUMBER SALSA

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 7-10 MINUTES | **MAKES:** 2 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

4 salmon fillets, center cut
1 tablespoon olive oil
Flaked sea salt, as desired

TOMATO AND CUCUMBER SALSA

150g cherry tomatoes, quartered
1/2 large cucumber, cut in 1cm pieces
1/2 small red onion, finely diced
5g parsley, chopped
5g dill, chopped
1 tablespoon red wine vinegar
2 tablespoons olive oil

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting Air FRY, set temperature to 200°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 While unit is preheating, brush salmon with olive oil and season with flaked sea salt, as desired.
- 3 Once unit has preheated, remove pan and place salmon fillets on crisper plate. Place pan in unit, select AIR FRY, set temperature to 200°C and set time to 10 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 While salmon is cooking, combine all salsa ingredients and mix well.
- 5 After 7 minutes, check the salmon is cooked. If needed, cook for up to an additional 3 minutes until salmon is cooked through.
- 6 When cooking is complete, remove salmon from pan and top each piece with salsa. Serve.

CAJUN PRAWNS WITH POTATO AND CORN

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 20-25 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

500g baby new potatoes
1 tablespoon olive oil
1 pack (250g) 4 corn on the cobs
300g king prawns, shell on
2 teaspoons Cajun spice
1 tablespoon fresh lemon juice
2 tablespoons unsalted butter
2 teaspoons Worcestershire sauce
Fresh cracked pepper, to taste
Flaked sea salt, to taste
Lemon wedges, for serving

OPTIONAL FOR SERVING

2 sprigs fresh thyme, leaves picked from stems and roughly chopped
4 sprigs parsley, chopped

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, set temperature to 180°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 In a bowl, toss potatoes with oil. In a separate bowl, combine corn, prawns, cajun spice, lemon juice, butter, Worcestershire sauce, salt, and pepper. Toss to combine and reserve.
- 3 Once unit has preheated, remove pan and place potatoes on crisper plate. Reinsert pan, select AIR FRY, set temperature to 180°C and set time for 20 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 After 15 minutes, remove pan and add corn and prawn mixture. Shake well to combine, then reinsert pan to resume cooking for an additional 5 minutes.
- 5 After 20 total minutes, remove pan and place food on platter. Serve with lemon wedges and fresh herbs, if desired.

TIP For even more flavour, pour any leftover butter or juices from cooking over the finished dish.

ROASTED BBQ CHICKEN

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 30-35 MINUTES | **MAKES:** 2-4 SERVINGS
PROGRAM: ROAST

INGREDIENTS

1 (1.2kg) whole chicken
1 tablespoon olive oil
Flaked Sea salt, as desired
Fresh cracked blacked pepper,
as desired
75g BBQ sauce

DIRECTIONS

- 1** Tie legs and wings with cooking twine, brush with oil and season with salt and pepper as desired.
- 2** Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting ROAST, set temperature to 170°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 3** Once unit has preheated, remove pan and place chicken on crisper plate breast-side up. Place pan back in unit.
- 4** Select ROAST, set temperature to 170°C and set time for 30 minutes. Select START/STOP to begin.
- 5** After 20 minutes, open pan and begin brushing chicken with BBQ sauce every 5 minutes, until cooking is complete and a thermometer reads 75°C.
- 6** When cooking is complete, remove chicken from pan. Carve chicken and serve.

SAUSAGE WRAPS

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 20 MINUTES | **MAKES:** 6 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

3 Wiener Sausages
300g puff pastry dough
(pre-rolled)
2 tablespoons Dijon mustard
25g melted butter
5 tablespoons poppy seeds

DIRECTIONS

- 1** Cut the sausages in half. Next, cut the puff pastry dough into strips 6 strips 2 cm wide by 20 cm long. Brush strips with mustard.
- 2** Wrap the dough (mustard side up) around the sausage halves. Make sure the dough overlaps on 3 mm all around the sausages. Next, brush the top of the dough with melted butter and add the poppy seeds over.
- 3** Insert crisper plate in pan and pan in unit. Select AIR FRY, set temperature to 190°C, and set time to 23 minutes. Press START/STOP to begin and allow to preheat for 3 minutes.
- 4** After the unit has preheated, place the sausage wraps on the crisper plate in pan and pan in unit.
- 5** Remove pan from unit after 4 minutes and turn the wraps with silicone-tipped tongs. Reinsert pan to resume cooking. Repeat every 4 minutes to obtain a nice golden color on all sides.
- 6** When cooking is complete, place 6 to 8 toothpicks in the wraps spaced in 1.5cm apart. Cut in between before serving.

TIP For a taste of summer, replace mustard with tomato pesto.

WARM ROASTED POTATO AND BACON SALAD

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 20-25 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

750g baby new potatoes,
cut in half if large
1 tablespoon olive oil
1 tablespoon flaked sea salt
fresh cracked pepper, as desired
3 slices smoked bacon, cut into
1 cm pieces
2 celery stalks, cut into
1 cm slices
3 spring onions, sliced thin
40g mayonnaise
50g sour cream
2 teaspoons white vinegar

DIRECTIONS

- 1** Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, set temperature to 180°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2** Toss potatoes with oil, salt and pepper as desired.
- 3** Once unit has preheated, add potatoes to pan. Select AIR FRY, set temperature to 180°C and set time for 25 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4** After 10 minutes, remove pan, add bacon to potatoes and shake pan liberally to mix ingredients. Reinsert pan to resume cooking.
- 5** After 20 minutes, remove pan and check potatoes are cooked. If desired, cook for up to an additional 5 minutes to crisp the potatoes.
- 6** When cooking is complete, remove pan and add potatoes to large bowl with remaining ingredients. Mix well and serve warm.

TIP For extra flavour, add 5g chopped fresh dill and 1/2 teaspoon celery seed to step 6.

SAUSAGE AND HASH BROWN OMELETTE

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 25 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS
PROGRAM: BAKE

INGREDIENTS

5 eggs
60ml whole milk
Flaked sea salt, as desired
Fresh cracked black pepper,
as desired
Cooking spray
170g pre-cooked, smoked
sausage, sliced thin
115g grated cheddar cheese
450g frozen hash browns,
roughly chopped
Fresh spring onions, sliced,
for serving

DIRECTIONS

- 1** Remove crisper plate from pan. Preheat unit by selecting BAKE, set temperature to 200°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2** In a bowl, whisk together the eggs, milk, salt and pepper.
- 3** After unit has preheated, remove pan from unit and with cooking spray. Pour the egg mixture into the pan.
- 4** Reinsert pan and cook for 5 minutes. After 5 minutes, remove pan and place sliced sausage evenly on top of eggs, then sprinkle cheese on top. Place frozen chopped hash browns in an even layer on top; reinsert pan.
- 5** Select BAKE, set temperature to 200°C and set time to 20 minutes. Select START/STOP to begin.
- 6** When cooking is complete, let rest for 2 minutes. Top with spring onions and serve.

TIP Substitute any desired cooked sausage in step 3.

ITALIAN PORK LOIN & ROASTED VEGETABLES

PREP: 20 MINUTES | **MARINATE:** 2-4 HOURS | **COOK:** 20 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS
PROGRAM: ROAST

INGREDIENTS

1 uncooked boneless pork tenderloin (675-900g), cut in half widthwise
120ml Italian dressing
1 aubergine, peeled, cut in 2.5cm pieces
2 plum tomatoes, diced
1 courgette, sliced in half moons
1 medium red onion, peeled and cut in 2.5cm pieces
1 red bell pepper, diced
3 cloves garlic, peeled, minced
2 tablespoons extra virgin olive oil
30g fresh basil, torn
2 tablespoons salt, divided

DIRECTIONS

- 1 Place pork loin into a bowl. Coat pork with Italian dressing. Cover and refrigerate for 2 to 4 hours.
- 2 In a large bowl, toss aubergine, tomatoes, courgette, red onion and garlic with oil, basil, and 1 tablespoon salt.
- 3 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Preheat unit by selecting ROAST, setting temperature to 190°C and setting time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 While unit is preheating, remove pork from marinade and season with remaining 1 tablespoon salt.
- 5 Once the unit is preheated, place vegetable mixture on the crisper plate. Place pork on top of vegetables.
- 6 Select ROAST, set temperature to 190°C, and set time to 20 minutes. Select START/STOP to begin.
- 7 After 10 minutes, remove pan. Stir vegetables and flip the pork. Reinsert pan to resume cooking.
- 8 When cooking is complete, let pork rest for 5 minutes before slicing.

STEAK WITH AN OLIVE MARINADE

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 6 MINUTES | **MAKES:** 2 SERVINGS
PROGRAM: MAX CRISP

INGREDIENTS

2 sirloin steaks, 2cm thick
2 teaspoons olive oil
Flaked sea salt, as desired
Fresh cracked black pepper, as desired

MARINADE

1 tablespoon red wine vinegar
2 garlic cloves, finely minced
3 tablespoons extra virgin olive oil
2 sprigs fresh thyme leaves, picked and roughly chopped
1 sprig fresh rosemary leaves, chopped finely
40g Nocellara olives, pitted and roughly chopped
90g rocket, for serving

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in pan and place pan in unit. Preheat unit by selecting MAX CRISP and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 2 While unit is preheating, brush steaks with oil and season with salt and pepper, as desired.
- 3 Once unit has preheated, remove pan and place steaks on crisping plate. Place pan in unit, select MAX CRISP and set time to 6 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 After 3 minutes, remove pan and flip steaks using rubber-tipped tongs. Place pan back in unit to resume cooking.
- 5 When cooking is complete, remove steak from pan and allow to rest for 5 minutes. After resting, pour half of marinade over steak.
- 6 Slice steak and serve with remaining marinade and rocket.

TIP This is a very trendy thing now, putting the marinade on the meat after cooking it.

PROSCIUTTO-STUFFED CHEESY CHICKEN BREASTS

PREP: 20 MINUTES | **COOK:** 26 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS
PROGRAM: AIR FRY

INGREDIENTS

3 uncooked boneless, skinless chicken breasts (170-225g) butterflied
6 slices prosciutto
1 bunch asparagus, trimmed
30g sundried tomatoes in oil
150g grated mozzarella, divided
1 tablespoon salt
1 teaspoon ground black pepper
Cooking spray

DIRECTIONS

- 1 Start by laying out your butterflied chicken breasts on a large work area. With the inside facing up, lay 2 slices prosciutto on each chicken breast. Take a small bundle of asparagus (about 5 standard asparagus or 3 jumbo asparagus) and place on top of the prosciutto, towards one side of the chicken breasts. Place sundried tomatoes on the 3 chicken breasts. Divide mozzarella (75g) between the 3 breasts. Season each with salt and pepper.
- 2 Working one at a time, hold the asparagus in place with your fingers, then roll the chicken over the asparagus and other fillings. Repeat with remaining chicken breasts. Use cocktail sticks to secure the stuffed breasts.
- 3 Insert crisper plate in pan and pan in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting temperature to 200°C and setting time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 4 Once unit is preheated, add stuffed chicken to the crisper plate. Spray each with cooking spray.
- 5 Select AIR FRY, set temperature to 200°C and set time to 26 minutes. Select START/STOP to begin.
- 6 After 12 minutes, remove pan and rotate chicken. Reinsert pan to resume cooking.
- 7 In the last 2 minutes, remove pan and top chicken with remaining mozzarella. Reinsert pan to resume cooking.
- 8 When cooking is complete, allow chicken to rest for 5 minutes before serving.

TIP If you do not know how to butterfly chicken yourself, you can ask your butcher to do it for you.

BANANA CAKE WITH CREAM CHEESE AND MASCARPONE FROSTING

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 30-35 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS
PROGRAM: BAKE

INGREDIENTS

200g self-rising flour
1 teaspoon mixed spices
½ teaspoon salt
2 large, very ripe bananas (320g in peel)
200g light brown sugar
100g vegetable oil
2 large eggs
1 teaspoon vanilla essence
Cooking spray

FROSTING

100g cream cheese
100g mascarpone cheese
75g icing sugar

DIRECTIONS

- 1 In a bowl, mix the flour, spices and salt.
- 2 Peel and mash bananas in a large mixing bowl with a fork until bananas are completely mashed. Add sugar, oil, eggs and essence to bananas, using a whisk to incorporate.
- 3 Slowly add dry ingredients to bananas and whisk continually to combine.
- 4 Remove the crisper plate from pan. Preheat unit by selecting BAKE, set temperature to 160°C and set time to 3 minutes. Select START/STOP to begin.
- 5 Once unit has preheated, remove pan and spray liberally with cooking spray. Place a 20cm circle of paper in bottom of pan, add batter to pan on top of paper and close pan drawer.
- 6 Select BAKE, set temperature to 160°C and set time to 35 minutes.
- 7 After 30 minutes, check cake is cooked. If needed, cook for up to an additional 5 minutes, until center of cake is completely cooked through.
- 8 When cooking is complete, remove pan and place on cooling rack for 5 minutes. After 5 minutes, carefully turn out cake and allow to cool completely.
- 9 In a bowl, mix together frosting ingredients and spread evenly on top of cake. Slice and serve.

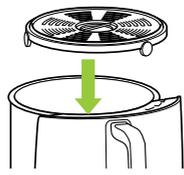
TIP Top with chopped walnuts to decorate.

AIR FRY



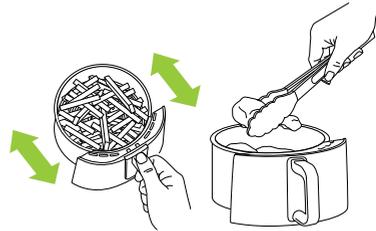
VORHEIZEN

Heizen Sie Ihre Ninja® Air Fryer immer 3 Minuten vor, damit die Gerichte richtig schön knusprig werden.



CRISPER-PLATTE

Die Crisper-Platte sorgt für eine gleichmäßige Bräunung. Wir empfehlen, sie immer dann zu verwenden, wenn Sie mit Luft frittieren.



SCHÜTTELN ODER WENDEN

Damit Ihr Essen möglichst knusprig wird, sollten Sie es regelmäßig schütteln oder mit einer Silikonzange wenden.

ANWENDUNG DER FUNKTIONEN IHRER HEISSLUFTFRITTEUSE

Zaubern Sie knusprige Speisen.

Die Ninja® Air Fryer sorgt dafür, dass extra heiße Luft um Ihr Essen herum zirkuliert, sodass der Oberfläche die Feuchtigkeit entzogen wird und Sie als Resultat goldbraune und knusprige Lebensmittel erhalten.

VORHEIZEMPFEHLUNG: Heizen Sie das Gerät zuerst 3 Minuten vor und fügen Sie anschließend die Zutaten hinzu.

FUNKTION	ERFORDERLICHES ZUBEHÖR	TEMPERATUR	ZEIT
MAX CRISP Für besonders knusprige und knackige Lebensmittel.	Crisper-Platte	Bei der Max-Crisp-Funktion ist die Temperatureinstellung nicht verfügbar und auch nicht erforderlich	Stellen Sie die Zeit in Minuten ein und drücken Sie die START/STOP-Taste
AIR FRY Knusprig ohne Schuldgefühle bei frittiertem Essen.	Crisper-Platte	Passen Sie die Temperatur nach Bedarf an	Stellen Sie die Zeit in Minuten ein und drücken Sie die START/STOP-Taste

FUNKTION	ERFORDERLICHES ZUBEHÖR	TEMPERATUR	ZEIT
RÖSTEN Rösten Sie traditionell im Backofen zubereitete Speisen ohne die Crisper-Platte.		Passen Sie die Temperatur nach Bedarf an	Stellen Sie die Zeit in Minuten ein und drücken Sie die START/STOP-Taste
BACKEN Backen Sie Ihre Lieblingsgerichte, die traditionell im Backofen zubereitet werden.	Crisper-Platte	Passen Sie die Temperatur nach Bedarf an	Stellen Sie die Zeit in Minuten ein und drücken Sie die START/STOP-Taste
AUFWÄRMEN Hervorragend geeignet zum Aufwärmen von Speisen vom Vortag.	Crisper-Platte	Passen Sie die Temperatur nach Bedarf an	Stellen Sie die Zeit in Minuten ein und drücken Sie die START/STOP-Taste
DEHYDRIEREN Entziehen Sie Lebensmittel sanft und langsam die Feuchtigkeit, um köstliche hausgemachte Snacks herzustellen.	Crisper-Platte	Passen Sie die Temperatur nach Bedarf an	Stellen Sie die Zeit in Minuten ein und drücken Sie die START/STOP-Taste

Weitere interessante Rezepte zum Nachkochen und Kochtabellen finden Sie auf ninjakitchen.eu.

TIPPS & TRICKS ZUM LUFT-FRITTIEREN



SCHÜTTELN, SCHÜTTELN, SCHÜTTELN

Schauen Sie häufig nach Ihrem Essen und schütteln Sie die Pfanne, um eine gleichmäßige Bräunung zu erzielen.



UMWANDELN VON OFENREZEPTEN

Wandeln Sie Ofenrezepte um, indem Sie die Funktion ROAST (RÖSTEN) oder BAKE (BACKEN) verwenden und die Temperatur um 10 °C reduzieren. Behalten Sie Ihr Essen im Auge, um ein Verkochen zu vermeiden.



HEISSLUFT-FRITTIEREN MIT FRISCHEN ZUTATEN

Erfahrungsgemäß benötigen Sie für beste Ergebnisse bei frischem Gemüse mindestens 1 Esslöffel Öl, aber Sie können mehr oder weniger verwenden, um die von Ihnen gewünschte Knusprigkeit zu erreichen.



SICHERN SIE IHRE SPEISEN

Um zu verhindern, dass der Ventilator leichte Lebensmittel in der Fritteuse herumwirbelt, fixieren Sie diese mit einem Cocktailspieß.



AUTO-STOP UND START

Wird die Pfanne entnommen, unterbricht das Gerät den Garvorgang automatisch und setzt ihn fort, wenn die Pfanne wieder eingesetzt wird.



REZEPTE IMPROVISIEREN

Wenn Sie weniger Lebensmittel zubereiten, als im Rezept angegeben, denken Sie daran, die Garzeit zu reduzieren. Wenn Sie etwas mehr kochen, verlängern Sie die Garzeit. Behalten Sie Ihr Essen im Auge.



ÜBERFÜLLEN VERMEIDEN

Achten Sie auf eine gleichmäßige Anordnung und Verteilung der Zutaten, um eine einheitliche Bräunung zu erzielen.



GLEICHMÄSSIGERE BRÄUNUNG

Verwenden Sie einen Ölerstäuber oder ein Kochspray, um die Zutaten gleichmäßig zu überziehen und eine einheitliche Bräunung zu erreichen.

TIPPS & TRICKS ZUM DEHYDRIEREN



SCHNEIDEN

Verwenden Sie einen Küchenhobel, um Obst und Gemüse in gleichmäßig dünne Scheiben zu schneiden. Die Obst- und Gemüsescheiben sollten möglichst dünn sein, ohne jedoch auseinanderzubrechen.



TROCKNEN SIE VOR DEM DEHYDRIEREN

Bevor Obst und Gemüse in die Pfanne gegeben wird, sollte es so trocken wie möglich getupft werden.



FETT ABSCHNEIDEN

Bevor Sie Rindfleisch oder Geflügel dehydrieren, achten Sie darauf, alles Fett abzuschneiden, da es nicht trocknet und verderben könnte.



WIE LANGE DEHYDRIEREN?

Die meisten Obst- und Gemüsesorten benötigen 6-8 Stunden, Trockenfleisch braucht 5-7 Stunden. Je länger Sie die Zutaten dehydrieren, desto knuspriger werden sie.



OXIDATION VERHINDERN

Früchte, wie Äpfel und Birnen, oxidieren schnell, wenn sie geschnitten werden. Um die Oxidation zu verzögern, sollten sie 5 Minuten lang in Wasser mit einem Schuss Zitronensaft eingelegt werden.



NICHT ÜBEREINANDERLEGEN

Die Lebensmittel sollten flach und, um Platz zu sparen, nah nebeneinander angeordnet werden. Einzelne Stücke sollten nicht überlappen oder übereinander gelegt werden.



TROCKENFLEISCH PASTEURISIEREN

Schließen Sie die Dehydrierung von Fleisch und Fisch ab, indem Sie für 1 Minute die Funktion ROAST (RÖSTEN) bei 160 °C einschalten, um eine vollständige Pasteurisierung zu erreichen.



LAGERUNG

Für eine maximale Haltbarkeit von bis zu 2 Wochen, sollten Sie dehydrierte Lebensmittel bei Raumtemperatur in einem luftdichten Behälter aufbewahren.

Kochtabelle für Air Fry

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	TEMPERATUR	GARZEIT
GEMÜSE					
Spargel	2 Bund	Ganz, Enden der Stangen abgeschnitten	2 TL	200 °C	11-13 Minuten
Rote Bete	6 kleine oder 4 große (1 kg)	Ganz	Kein Öl	200 °C	45-60 Minuten
Paprika (zum Rösten)	4 Paprikaschoten	Ganz	Kein Öl	200 °C	26-30 Minuten
Brokkoli	1 Kopf	In 2,5 cm große Röschen geschnitten	1 EL	200 °C	13-16 Minuten
Rosenkohl	900 g	Halbiert, Strunk entfernt	1 EL	200 °C	18-22 Minuten
Butternusskürbis	900 g	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	23-26 Minuten
Möhren	900 g	Geschält und in 1,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	20-24 Minuten
Blumenkohl	2 Köpfe	In 2,5 cm große Röschen geschnitten	2 EL	200 °C	20-24 Minuten
Maiskolben	4	Ganze Kolben ohne Hülsen	1 EL	200 °C	12-15 Minuten
Grüne Bohnen	700 g	Zurechtgeschnitten	1 EL	200 °C	12-14 Minuten
Grünkohl (für Chips)	225 g	In Stücke geteilt, Strünke entfernt	Kein Öl	150 °C	8-10 Minuten
Pilze	2 Schalen (je 250 g)	Gewaschen, geviertelt	1 EL	200 °C	10-12 Minuten
	900 g	In 2,5 cm große Spalten geschnitten	1 EL	200 °C	20-25 Minuten
	450 g	Selbstgemachte Pommes frites*, dünn	1/2-3 EL Pflanzenöl	200 °C	20-24 Minuten
	900 g	Selbstgemachte Pommes frites*, dick	1/2-3 EL Pflanzenöl	200 °C	23-26 Minuten
Kartoffeln, Russet	4 ganze 185-250 g	3 x mit der Gabel eingestochen	Kein Öl	200 °C	30-35 Minuten
	900 g	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	20-24 Minuten
	185-250 g	3 x mit der Gabel eingestochen	Kein Öl	200 °C	30-35 Minuten
Süßkartoffeln	900 g	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	20-24 Minuten
Zucchini	900 g	Der Länge nach geviertelt, dann in 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	18-20 Minuten
GEFLÜGEL					
Hähnchenbrust	2 Brüste	Mit Knochen	Mit Öl bestrichen	190 °C	25-35 Minuten
	2 Brüste	Entbeint	Mit Öl bestrichen	190 °C	18-22 Minuten
Hähnchenschenkel	4 Schenkel	Mit Knochen	Mit Öl bestrichen	200 °C	22-28 Minuten
	4 Schenkel	Entbeint	Mit Öl bestrichen	200 °C	18-22 Minuten
Hähnchenflügel	1,4 kg	Ober- und Unterflügelknochen	1 EL	200 °C	22-26 Minuten
FISCH UND MEERESFRÜCHTE					
Fischfrikadellen	2 Frikadellen	Kein Öl	Mit Öl bestrichen	175 °C	12-15 Minuten
Hummerschwänze	4 Schwänze	Ganz	Kein Öl	190 °C	5-8 Minuten
Lachsfilets	2 Filets	Kein Öl	Mit Öl bestrichen	200 °C	10-13 Minuten
Garnelen	16 große	Ganz, geschält, mit Schwanz	1 EL	200 °C	9-11 Minuten
RIND					
Burger	4 Quarter Pounder	2,5 cm dick	Kein Öl	190 °C	8-10 Minuten
Steaks	2 Steaks (jeweils 225 g)	Ganz	Kein Öl	200 °C	10-20 Minuten

Für optimale Ergebnisse häufig schwenken oder wenden.

Wir empfehlen, häufig nach Ihrem Essen zu sehen und es zu schwenken oder zu wenden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

Verwenden Sie diese Garzeiten als Orientierungshilfe und passen Sie sie nach Wunsch an.



Schwenken Sie Ihr Essen

ODER



wenden Sie es mit einer Silikonzange

*Nach dem Schneiden der Kartoffeln die rohen Pommes frites mindestens 30 Minuten lang in kaltem Wasser einweichen lassen, um unnötige Stärke zu entfernen. Pommes frites trocken tupfen.

Je trockener die Pommes frites, desto besser sind die Ergebnisse.

Kochtabelle für Air Fry Fortsetzung

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	TEMPERATUR	GARZEIT
SCHWEINEFLEISCH					
Bacon (Speck)	4 Streifen, halbiert	Kein Öl	Kein Öl	175 °C	8-10 Minuten
Schweinekoteletts	2 dick geschnittene Koteletts mit Knochen	Mit Knochen	Mit Öl bestrichen	190 °C	14 Minuten
	4 entbeinte Koteletts	Entbeint	Mit Öl bestrichen	190 °C	14-17 Minuten
Schweinefilet	2 Filets	Ganz	Mit Öl bestrichen	190 °C	25-30 Minuten
Wurst	6 Würste	Ganz	Kein Öl	200 °C	8-10 Minuten
TIEFGEFRORENE LEBENSMITTEL					
Hähnchenschnitzel	5 Schnitzel	Kein Öl	Kein Öl	200 °C	18-21 Minuten
Hähnchennuggets	1 kg (etwa 50 Nuggets)	Kein Öl	Kein Öl	200 °C	20-22 Minuten
Fischfilets	1 Packung (6 Filets)	Kein Öl	Kein Öl	200 °C	14-16 Minuten
Fischstäbchen	1 Packung (10 Stäbchen)	Kein Öl	Kein Öl	200 °C	12-14 Minuten
Pommes frites	1 kg	Kein Öl	Kein Öl	190 °C	20-22 Minuten
Pommes frites	500 g	Kein Öl	Kein Öl	180 °C	20-22 Minuten
Panierte Champignons	300 g, 12 Champignons	Kein Öl	Kein Öl	170 °C	15-18 Minuten
Gefüllte Bällchen	310 g, 12 Bällchen	Kein Öl	Mit Öl einsprühen	160 °C	18-20 Minuten
Würstchen im Teigmantel	400 g, 24 Stück	Mit verrührtem Ei bestreichen	Kein Öl	200 °C	12-13 Minuten
Zwiebelringe	375 g	Kein Öl	Kein Öl	180 °C	12 Minuten
Pommes frites aus Süßkartoffeln	450 g	Kein Öl	Kein Öl	190 °C	20-22 Minuten
Kartoffelpuffer	900 g	Kein Öl	Kein Öl	180 °C	20 Minuten

Kochtabelle für Max Crisp

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	GARZEIT
TIEFGEFRORENE LEBENSMITTEL				
Hähnchennuggets	350 g (etwa 15 Nuggets)	Kein Öl	Kein Öl	9 Minuten
Popcorn Chicken	850 g	Kein Öl	Kein Öl	6-8 Minuten
Pommes frites	900 g	Kein Öl	Kein Öl	25 Minuten
Pommes frites	450 g	Kein Öl	Kein Öl	15 Minuten
Hähnchenflügel	900 g	Kein Öl	1 EL	25 Minuten
Mozzarella-Sticks	700 g	Kein Öl	Kein Öl	6-8 Minuten

HINWEIS Bei der Max-Crisp-Funktion ist die Temperatureinstellung nicht verfügbar und auch nicht erforderlich.

Für optimale Ergebnisse häufig schwenken oder wenden.

Wir empfehlen, häufig nach Ihrem Essen zu sehen und es zu schwenken oder zu wenden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

Verwenden Sie diese Garzeiten als Orientierungshilfe und passen Sie sie nach Wunsch an.



Schwenken Sie Ihr Essen

ODER



wenden Sie es mit einer Silikonzange

Dehydrierungstabelle

ZUTATEN	VORBEREITUNG	TEMPERATUR	DEHYDRIERUNGSZEIT
OBST UND GEMÜSE			
Äpfel	Kerngehäuse entfernt, in 3 mm große Spalten geschnitten, in Zitronensaft getaucht, trocken getupft	60 °C	7-8 Stunden
Spargel	In 2,5 cm große Stücke geschnitten, blanchiert	60 °C	6-8 Stunden
Bananen	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	8-10 Stunden
Rote Bete	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6-8 Stunden
Aubergine	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten, blanchiert	60 °C	6-8 Stunden
Frische Kräuter	Gewaschen, trocken getupft, Stiele entfernt	60 °C	4 Stunden
Ingwerwurzel	In 3 mm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6 Stunden
Mango	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten, Kern entfernt	60 °C	6-8 Stunden
Pilze	Mit weicher Bürste gereinigt (nicht waschen)	60 °C	6-8 Stunden
Ananas	Geschält, entkernt, in 3 mm-1,25 cm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6-8 Stunden
Erdbeeren	Halbiert oder in 1,25 cm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6-8 Stunden
Tomaten	In 3 mm dicke Scheiben geschnitten oder gerieben; dämpfen, wenn Sie sie rehydrieren wollen	60 °C	6-8 Stunden
FLEISCH, GEFLÜGEL, FISCH			
Beef Jerky (Rind-Trockenfleisch)	In 6 mm dicke Scheiben geschnitten, über Nacht mariniert	70 °C	5-7 Stunden
Chicken Jerky (Hähnchen-Trockenfleisch)	In 6 mm dicke Scheiben geschnitten, über Nacht mariniert	70 °C	5-7 Stunden
Turkey Jerky (Puten-Trockenfleisch)	In 6 mm dicke Scheiben geschnitten, über Nacht mariniert	70 °C	5-7 Stunden
Salmon Jerky (Lachs-Trockenfleisch)	In 6 mm dicke Scheiben geschnitten, über Nacht mariniert	70 °C	3-5 Stunden

KARTOFFELN NACH GRIECHISCHER ART

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 18 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

450 g rote Kartoffeln, geviertelt
2 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel Salz
2 Teelöffel getrockneter Oregano
2 Teelöffel schwarzer Pfeffer
1 Teelöffel Paprika
60 g rote Zwiebel, gewürfelt
120 g zerkleinerter Feta-Käse
1 Tomate, gewürfelt
30 g schwarze Oliven, in
Scheiben geschnitten
2 Esslöffel Zitronensaft
Frischer Dill zum Servieren

ANLEITUNG

- 1** Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2** Die Kartoffeln in einer großen Schüssel mit Olivenöl, Salz, Oregano, Pfeffer und Paprika vermengen.
- 3** Die Kartoffeln in die Pfanne geben; die Pfanne wieder in das Gerät schieben.
- 4** AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 18 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen. Nach der halben Garzeit Pfanne schütteln.
- 5** Nach 13 Minuten Pfanne entnehmen und rote Zwiebeln hinzufügen. Schütteln, um die Zwiebeln mit den übrigen Zutaten zu vermengen. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 6** Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Kartoffeln in eine Schüssel geben. Feta-Käse, Tomaten, Oliven und Zitronensaft hinzufügen und alles gut vermengen. Zum Servieren mit frischem Dill bestreuen.

GERÖSTETE KAROTTEN UND ERBSEN MIT BUTTER, HONIG UND KRÄUTERN

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 20 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

8 Karotten, längs halbiert
und in halbmondförmige
Scheiben geschnitten
1 Esslöffel Olivenöl
Flockiges Meersalz
nach Geschmack
frisch gemahlener schwarzer
Pfeffer nach Geschmack
200 g tiefgekühlte Zuckererbsen
1 Esslöffel Butter
1 Esslöffel Honig
1 rote Chili ohne Kerne und
fein geschnitten
5 g Petersilie, grob gehackt

ANLEITUNG

- 1** Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2** Die Karotten in einer großen Schüssel mit Öl, Salz und Pfeffer vermengen.
- 3** Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne aus dem Gerät nehmen und die Karotten auf die Crisper-Platte geben. Pfanne in das Gerät einsetzen, AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4** Nach 15 Minuten Pfanne entnehmen und Erbsen, Butter und Honig hinzufügen. Pfanne gut schütteln, dann Pfanne wieder in das Gerät einsetzen und weitere 5 Minuten garen.
- 5** Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Karotten mit Petersilie bestreuen. Nach Wunsch würzen und servieren.

GEMISCHTES MEDITERRANES GEMÜSE MIT VINAIGRETTE

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 15 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

1 rote Paprika, in 3 cm große Stücke geschnitten
1 gelbe Paprika, in 3 cm große Stücke geschnitten
2 mittelgroße Zucchini, in 2 cm große Stücke geschnitten
1 mittelgroße rote Zwiebel, geschält und in 5 cm große Stücke geschnitten
5 Knoblauchzehen, geschält und gehackt
2 Esslöffel Olivenöl, aufgeteilt
Flockiges Meersalz nach Geschmack
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer nach Geschmack
1 Teelöffel Rotweinessig
1 Esslöffel Kapern
1/4 Teelöffel Chiliflocken
Frisch gezupftes Basilikum

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 Roten und gelben Paprika, Zucchini, rote Zwiebeln, Knoblauch, 1 Esslöffel Olivenöl, Meersalz und schwarzen Pfeffer in eine große Schüssel geben. Gut mischen.
- 3 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne aus dem Gerät nehmen und Gemüse auf die Crisper-Platte geben. Pfanne wieder in das Gerät einsetzen und AIR FRY wählen. Temperatur auf 180 °C und Zeit auf 15 Minuten einstellen und START/STOP wählen, um zu beginnen.
- 4 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Pfanne entnehmen und Gemüse zusammen mit dem Essig, dem restlichen Öl, Kapern, Chiliflocken und Basilikum in eine große Schüssel geben. Gut vermengen und nach Bedarf nachwürzen.

HÄHNCHENNUGGETS MIT HONIG-SENF-DIP- SAUCE

VORBEREITUNG: 30 MINUTEN | **GAREN:** 21 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

2 Eier, verquirlt
2 Teelöffel gelber Senf
1 Esslöffel scharfe Sauce
Flockiges Meersalz nach Geschmack
Frisch gemahlener Pfeffer nach Geschmack
60 g Mehl
2 Esslöffel BBQ-Gewürz
500 g Hähnchenbrust, in 3-4 cm große, mundgerechte Stücke geschnitten
200 g Paniermehl
Kochspray

DIP-SAUCE

50 g Mayonnaise
50 g griechischer Joghurt
3 Esslöffel Honig-Dijon-Senf
Spritzer scharfe Sauce

ANLEITUNG

- 1 In einer flachen Schüssel Eier, Senf, Meersalz, Pfeffer nach Geschmack und scharfe Sauce vermischen. In einer weiteren Schüssel Mehl und BBQ-Gewürz vermischen und nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen. Paniermehl in eine dritte flache Schüssel geben.
- 2 Hähnchenstücke nacheinander in der Mehlmischung wenden. Überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen, danach Hähnchenstücke in die Eimischung einlegen und gleichmäßig damit überziehen. Zum Schluss Hähnchenstücke in Paniermehl wenden und sanft andrücken, bis alles gleichmäßig bedeckt ist.
- 3 Schritt 2 wiederholen, bis alle Nuggets paniert sind, dann die Hähnchenstücke großzügig von allen Seiten mit Kochspray einsprühen.
- 4 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 5 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne aus dem Gerät nehmen und 1/3 der Hähnchennuggets auf die Crisper-Platte geben. Pfanne wieder einsetzen, AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 21 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 6 Hähnchenstücke 7 Minuten garen, dabei gelegentlich schütteln.
- 7 Die Schritte 5 und 6 mit den übrigen Hähnchenstücken wiederholen.
- 8 Während die Hähnchennuggets garen, Zutaten der Dip-Sauce miteinander verrühren. Die fertig gegarten Nuggets mit der Dip-Sauce servieren.

TIPP Für eine Variation der Kruste auf den Nuggets ersetzen Sie in Schritt 1 die Semmelbrösel durch zerkleinerte Cornflakes.

KNUSPRIGE SPARGELSTANGEN

VORBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GAREN:** 8 MINUTEN | **FÜR:** 2-4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

60 ml Allzweckmehl
1 1/2 Teelöffel Meersalz
2 Eier, leicht geschlagen
120 ml gewürztes Paniermehl
60 ml geriebener Parmesankäse
1 Bund Jumbo-Spargel, geputzt
Kochspray

SRI-RANCH-A DIP-SAUCE

2 Esslöffel Sriracha-Sauce
60 ml Ranch-Dressing
1 Teelöffel Limettensaft

ANLEITUNG

- 1 Mehl und Salz in einer flachen Schüssel oder auf einem Teller vermischen. Eier in eine weitere Schüssel geben. In einer dritten Schüssel Paniermehl und Parmesankäse miteinander vermischen.
- 2 Spargelstangen nacheinander mit Kochspray einsprühen. In Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen, dann Spargel mit Ei überziehen. Spargel in der Paniermehlmischung wälzen, sodass er gleichmäßig umhüllt wird. Den panierten Spargel auf ein Tablett oder einen Teller legen.
- 3 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Wenn das Vorheizen beendet ist, Spargel nebeneinander auf der Crisper-Platte anordnen (falls nicht alle Spargelstangen Platz haben, die restlichen Stangen beiseitelegen). Mit Kochspray einsprühen, Pfanne wieder einsetzen.
- 5 AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 8 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 6 Die Pfanne nach 4 Minuten aus dem Gerät nehmen und den Spargel schütteln bzw. mit einer Silikonzange wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 7 Während der Spargel gegart wird, die Zutaten für die Dip-Sauce in einer Schüssel miteinander verrühren. Wenn noch Spargelstangen übrig sind, Schritte 4-6 wiederholen.
- 8 Die Spargelstangen umgehend nach dem Garen mit der Dip-Sauce servieren.

KNUSPRIGE HÄHNCHENFLÜGEL

VORBEREITUNG: 5 MINUTEN | **GAREN:** 24 MINUTEN | **FÜR:** 2-4 PORTIONEN
PROGRAMM: MAX CRISP

ZUTATEN

1 kg rohe tiefgefrorene
Hähnchenflügel
1 Esslöffel Pflanzenöl
1 Esslöffel Meersalz
1 Teelöffel schwarzer Pfeffer

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie MAX CRISP wählen und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 Hähnchenflügel in einer Schüssel in Öl, Salz und Pfeffer wälzen. Sobald das Gerät vorgeheizt ist, die Hähnchenflügel auf die Crisper-Platte legen und die Pfanne wieder einsetzen.
- 3 MAX CRISP wählen und die Zeit auf 24 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Nach 12 Minuten Hähnchenflügel mit einer Silikonzange wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 5 Im Anschluss an den Garvorgang Hähnchenflügel in der gewünschten Würzmischung wenden und servieren.

WÜRZMISCHUNGEN

Dijon-Honig-Senf: 60 ml Dijon Senf, 60 ml Mayonnaise und 2 Esslöffel Honig verquirlen. Mit den gegarten Hähnchenflügeln servieren.

Zitronenpfeffer: Zu der Mischung aus Öl, Salz und Pfeffer, in der die Hähnchenflügel vor dem Garen gewälzt werden, 2 Esslöffel Zitronenpfeffergewürz hinzufügen. Flügel nach Anleitung zubereiten.

Buffalo: 60 ml scharfe Sauce und 2 Esslöffel zerlassene Butter verquirlen. Hähnchenflügel nach dem Garen in der Sauce wälzen und mit Blauschimmelkäse-Dressing servieren.

Soja und Sesam-Ingwer: 60 ml Sojasauce, 60 ml Reisweinessig, 2 Esslöffel brauner Zucker, 2 Esslöffel gemahlener Ingwer, 1 Esslöffel geröstete Sesamkerne und 1 Esslöffel Maisstärke verrühren. Hähnchenflügel nach dem Garen in der Sauce wenden.

Honig, Sriracha-Sauce und Limette: 2 Esslöffel Sriracha-Sauce, 2 Esslöffel frischer Limettensaft, 2 Esslöffel Honig, 2 Esslöffel Reisweinessig und 1 Esslöffel Zucker verrühren. Hähnchenflügel nach dem Garen in der Sauce wenden.

PFLAUMEN IM SPECK

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 13 MINUTEN | **FÜR:** 9-10 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

500 g entsteinte Pflaumen
(ca. 45 Stück)
23 Scheiben Speck (3 mm dick)

ANLEITUNG

- 1 Schneiden Sie die Speckscheiben in zwei Hälften und wickeln Sie jede Pflaume mit der geschnittenen Scheibe ein. Mit Zahnstocher fixieren.
- 2 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Wählen Sie AIR FRY, stellen Sie die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 13 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um zu beginnen, und lassen Sie das Gerät 3 Minuten lang vorheizen.
- 3 Nachdem das Gerät vorgeheizt ist, legen Sie die Pflaumen mit dem Speck auf die Crisper-Platte in der Pfanne und setzen die Pfanne wieder in die Haupteinheit ein.
- 4 Die Pfanne nach 2 Minuten aus dem Gerät nehmen und die Pflaumen schütteln bzw. mit einer Silikonzange wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 5 Nach 8 Minuten die Pflaumen auf eine Servierplatte legen und sofort verzehren.

TIPP Für zusätzlichen Geschmack können Sie die Pflaumen 30 Minuten in Apfelwein einweichen, bevor Sie sie mit dem Speck einwickeln.

TIPP Wenn Sie die Pflaumen schütteln, achten Sie darauf, dass die Pflaumen von unten nach oben kommt, um ein homogenes Ergebnis zu erzielen.

KARTOFFEL- UND ZWIEBELSPALTEN

VORBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GAREN:** 60 MINUTEN | **FÜR:** 6 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY | **EINWEICHEN:** 45 MINUTEN

ZUTATEN

1 kg Kartoffeln in 4 bis 5 mm dicke Scheiben schneiden, halbiert
200 g gelbe Zwiebeln, geschält und gewürfelt, halbiert
2 Esslöffel Pflanzenöl, aufgeteilt
Salz und Pfeffer je nach Geschmack

ANLEITUNG

- 1 Die geschnittenen Kartoffeln 45 Minuten lang in kaltem Wasser einweichen lassen, um unnötige Stärke zu entfernen.
- 2 Crisper-Platte in die Pfanne legen und die Pfanne anschließend in das Gerät schieben. Wählen Sie AIR FRY, stellen Sie die Temperatur auf 170 °C und die Zeit auf 30 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um zu beginnen, und lassen Sie das Gerät 3 Minuten lang vorheizen.
- 3 Trocknen Sie die 500 g Spalten mit einem Tuch, bis sie sehr trocken sind. Legen Sie sie in eine große Rührschüssel mit ½ Esslöffel Pflanzenöl. Rühren Sie um, damit alle Kartoffeln mit Öl überzogen sind.
- 4 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Kartoffel- und Zwiebelspalten auf der Crisper-Platte verteilen. Die Pfanne nach 5 Minuten aus dem Gerät nehmen und die Spalten schütteln bzw. mit einer Silikonzange wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 5 Geben Sie die Spalten nach 15 Minuten in eine andere Schüssel und beginnen Sie erneut, gemäß Schritt 3, mit der nächsten Portion Kartoffeln und Zwiebeln.
- 6 Sobald alle Kartoffeln und Zwiebeln heißluftfrittiert sind, legen Sie sie alle in dieselbe Rührschüssel und fügen Sie einen Esslöffel Pflanzenöl hinzu. Wählen Sie AIR FRY, stellen Sie die Temperatur auf 190 °C und die Zeit auf 30 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um zu beginnen, und lassen Sie das Gerät 3 Minuten lang vorheizen.
- 7 Nachdem das Gerät vorgeheizt ist, legen Sie alle Spalten in die Pfanne und setzen das Kochen fort.
- 8 Nehmen Sie die Pfanne nach 5 Minuten aus dem Gerät und schütteln Sie die Kartoffeln und Zwiebeln. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 9 Geben Sie nach dem Kochen kurz vor dem Servieren Salz und Pfeffer hinzu.

TIPP Sie können Entenfett anstelle von Pflanzenöl verwenden und Petersilie zum Garnieren nutzen, um Sarladaise-Kartoffeln zuzubereiten.

SÜSSKARTOFFEL- WEDGES

VORBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GAREN:** 60 MINUTEN | **FÜR:** 6 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

- 1 kg geschälte Süßkartoffeln, in 3 cm lange Wedges schneiden, in zwei Hälften aufgeteilt
- 3 Esslöffel Pflanzenöl, aufgeteilt
- 2 Esslöffel Paprika, aufgeteilt
- ½ Esslöffel frischer Thymian
- 1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel, aufgeteilt
- ½ Teelöffel Salz

ANWEISUNG

- 1** Die geschnittenen Kartoffeln 45 Minuten lang in kaltem Wasser einweichen lassen, um unnötige Stärke zu entfernen.
- 2** Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Wählen Sie AIR FRY, stellen Sie die Temperatur auf 150 °C und die Zeit auf 43 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um zu beginnen, und lassen Sie das Gerät 3 Minuten lang vorheizen.
- 3** Die 500 g Süßkartoffel-Wedges mit einem Tuch trocknen, bis sie sehr trocken sind. Legen Sie sie in eine große Rührschüssel mit 1 Esslöffel Pflanzenöl und 1 Esslöffel Paprika. Rühren Sie sie um, damit alle Wedges gleichmäßig überzogen sind.
- 4** Sobald das Gerät vorgeheizt ist, legen Sie die Wedges auf die Crisper-Platte. Die Pfanne nach 5 Minuten aus dem Gerät nehmen und die Spalten schütteln bzw. mit einer Silikonzange wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 5** Legen Sie die Wedges nach 20 Minuten in eine andere Schüssel und beginnen Sie erneut, gemäß Schritt 3, mit einer weiteren 500 g-Portion Süßkartoffel-Wedges.
- 6** Wenn der erste Kochschritt aller Wedges beendet ist, legen Sie sie alle in dieselbe Rührschüssel und fügen Sie einen Esslöffel Pflanzenöl mit Thymian, Salz und Kreuzkümmel hinzu. Wählen Sie AIR FRY, stellen Sie die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 20 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um zu beginnen, und lassen Sie das Gerät 3 Minuten lang vorheizen.
- 7** Nachdem das Gerät vorgeheizt ist, legen Sie alle Wedges in die Pfanne und setzen Sie das Kochen fort.
- 8** Nehmen Sie die Pfanne nach 5 Minuten aus dem Gerät und schütteln Sie die Süßkartoffeln. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 9** Nach dem Garen sofort servieren.

KÄSE-QUESADILLAS MIT SALSA

VORBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GAREN:** 20 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

- 150 g Cheddar-Käse, gerieben
- 150 g geräucherter Gouda, ohne Rinde und gerieben
- 2 Frühlingszwiebeln, dünn geschnitten
- 40 g in Scheiben geschnittene schwarze Oliven
- 5 g frischer Koriander, grob gehackt
- 10 (16 cm) Mehl tortillas
- 1 Becher (180 g) Frischkäse Kochspray
- Fertig-Salsa zum Servieren
- Guacamole zum Servieren
- Sauerrahm zum Servieren
- Scharfe Sauce zum Servieren

ANLEITUNG

- 1** In einer großen Rührschüssel Cheddar, Gouda, Zwiebeln, Oliven und Koriander gut miteinander vermischen.
- 2** Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 3** Während des Vorheizens Tortillas auf einer sauberen Arbeitsfläche auslegen. Tortillas auf einer Seite mit Öl einsprühen, danach wenden. Jede Tortilla mit 1 Esslöffel Frischkäse gleichmäßig bestreichen.
- 4** Käsemischung gleichmäßig auf fünf Tortillas verteilen, dann mit den restlichen 5 Tortillas bedecken. Bei den oberen Tortillas sollte die mit Frischkäse bestrichene Seite nach innen und die mit Öl besprühte Seite nach außen zeigen.
- 5** Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne entnehmen und eine Quesadilla auf die Crisper-Platte legen. Pfanne wieder in das Gerät einsetzen und AIR FRY wählen. Die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 6** Nach 2 Minuten Pfanne entnehmen und Quesadilla mit einer Silikonzange wenden. Pfanne wieder in das Gerät einsetzen und Garvorgang für weitere 2 Minuten fortsetzen.
- 7** Nach insgesamt 4 Minuten Pfanne aus dem Gerät nehmen und Quesadilla mit einer Silikonzange von der Crisper-Platte heben.
- 8** Vorgang mit den verbleibenden 4 Quesadillas wiederholen.
- 9** Wenn der Garvorgang beendet ist, Quesadillas in keilförmige Stücke schneiden und mit Salsa, Guacamole, Sauerrahm und scharfer Sauce servieren.

TIPP Besonders würzig werden die Quesadillas, wenn Sie in Schritt 1 den einfachen Cheddar durch scharfen Chili-Cheddar ersetzen.

LACHSFILETS MIT FRISCHER TOMATEN- GURKEN-SALSA

VORBEREITUNG: 5 MINUTEN | **GAREN:** 7-10 MINUTEN | **FÜR:** 2 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

4 Lachsfilets, Mittelstück
1 Esslöffel Olivenöl
Flockiges Meersalz
nach Geschmack

TOMATEN-GURKEN-SALSA

150 g Cherry-Tomaten, geviertelt
½ große Gurke, in 1 cm große
Stücke geschnitten
½ kleine rote Zwiebel, in kleine
Würfel geschnitten
5 g Petersilie, gehackt
5 g Dill, gehackt
1 Esslöffel Rotweinessig
2 Esslöffel Olivenöl

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 Während das Gerät vorheizt, Lachs mit Olivenöl einpinseln und nach Geschmack mit flockigem Meersalz würzen.
- 3 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne entnehmen und Lachsfilets auf die Crisper-Platte legen. Pfanne in das Gerät einsetzen, AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 10 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Während die Lachsfilets garen, alle Salsa-Zutaten gut miteinander vermischen.
- 5 Nach 7 Minuten prüfen, ob der Lachs fertig gegart ist. Gegebenenfalls weitere 3 Minuten garen, bis der Lachs durch ist.
- 6 Wenn der Garvorgang beendet ist, Lachs aus der Pfanne nehmen und über jedes Filetstück Salsa geben. Servieren.

CAJUN-GARNELEN MIT KARTOFFELN UND MAIS

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 20-25 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

500 g kleine neue Kartoffeln
1 Esslöffel Olivenöl
1 Packung (250 g) 4 Maiskolben
300 g Riesengarnelen, mit Schale
2 Teelöffel Cajun-Gewürz
1 Esslöffel frischer Zitronensaft
2 Esslöffel ungesalzene Butter
2 Teelöffel Worcestershiresauce
Frisch gemahlener Pfeffer
nach Geschmack
Flockiges Meersalz
nach Geschmack
Zitronenspalten zum Servieren

OPTIONAL ZUM SERVIEREN

2 Zweige frischer Thymian,
Blätter vom Stiel abgezupft und
grob gehackt
4 Zweige Petersilie, gehackt

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 Kartoffeln in einer Schüssel in dem Öl schwenken. Mais, Garnelen, Cajun-Gewürz, Zitronensaft, Butter, Worcestershiresauce, Salz und Pfeffer in eine separate Schüssel geben. Gut vermengen und beiseitestellen.
- 3 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne entnehmen und Kartoffeln auf der Crisper-Platte verteilen. Pfanne wieder einsetzen, AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Nach 15 Minuten Pfanne entnehmen und Mischung aus Mais und Garnelen hinzugeben. Durch Schütteln gut miteinander vermengen, Pfanne wieder einsetzen und weitere 5 Minuten garen.
- 5 Nach insgesamt 20 Minuten Pfanne entnehmen und das fertige Gericht in eine Schüssel füllen. Nach Geschmack mit Zitronenspalten und frischen Kräutern servieren.

TIPP Für einen intensiveren Geschmack das fertige Gericht mit der Butter und den Säften beträufeln, die vom Garen übrig sind.

GERÖSTETES BBQ-HÄHNCHEN

VORBEREITUNG: 5 MINUTEN | **GAREN:** 30-35 MINUTEN | **FÜR:** 2-4 PORTIONEN
PROGRAMM: RÖSTEN

ZUTATEN

1 (1,2 kg) ganzes Hähnchen
1 Esslöffel Olivenöl
Flockiges Meersalz
nach Geschmack
Frisch gemahlener schwarzer
Pfeffer nach Geschmack
75 g BBQ-Sauce

ANLEITUNG

- 1 Schenkel und Flügel mit Küchengarn zusammenbinden, mit Öl einpinseln und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie ROAST (RÖSTEN) wählen, die Temperatur auf 170 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 3 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne entnehmen und Hähnchen mit der Brustseite nach oben auf die Crisper-Platte legen. Pfanne wieder in das Gerät einsetzen.
- 4 ROAST (RÖSTEN) wählen, die Temperatur auf 170 °C und die Zeit auf 30 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 5 Nach 20 Minuten Pfanne öffnen und damit beginnen, das Hähnchen alle 5 Minuten mit BBQ-Sauce zu bepinseln, bis der Garvorgang beendet ist und das Thermometer 75 °C anzeigt.
- 6 Das Hähnchen nach dem Garen aus der Pfanne nehmen. Hähnchen zerschneiden und servieren.

WURST-WRAPPS

VORBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GAREN:** 20 MINUTEN | **FÜR:** 6 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

3 Wiener Würstchen
300 g Blätterteig, ausgerollt
2 Esslöffel Dijon-Senf
25 g zerlassene Butter
5 Esslöffel Mohn

ANLEITUNG

- 1 Schneiden Sie die Würste in zwei Hälften. Anschließend den Blätterteig in sechs 2 cm breite und 20 cm lange Streifen schneiden. Bestreichen Sie die Streifen mit Senf.
- 2 Wickeln Sie den Teig (Senfseite oben) um die Wursthälften. Stellen Sie sicher, dass der Teig rund um die Würste 3 mm überlappt. Anschließend den Teig mit zerlassener Butter bestreichen und den Mohn darüber streuen.
- 3 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Wählen Sie AIR FRY, stellen Sie die Temperatur auf 190 °C und die Zeit auf 23 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um zu beginnen, und lassen Sie das Gerät 3 Minuten lang vorheizen.
- 4 Nachdem das Gerät vorgeheizt ist, legen Sie die Wurst-Wraps auf die Crisper-Platte in der Pfanne und die Pfanne in das Gerät.
- 5 Die Pfanne nach 4 Minuten aus dem Gerät nehmen und die Wurst-Wraps mit einer Silikonzange wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen. Wiederholen Sie diesen Vorgang alle 4 Minuten, um auf allen Seiten eine schöne goldene Farbe zu erhalten.
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, stecken Sie 6 bis 8 Zahnstocher in einem Abstand von 1,5 cm in die Wraps. Vor dem Servieren zwischen den Abständen schneiden.

TIPP Verwenden Sie Tomatenpesto als Senfersatz für einen sommerlichen Geschmack.

WARMER SALAT AUS GERÖSTETEN KARTOFFELN UND SPECK

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 20-25 MINUTEN | **FÜR:** 4 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

750 g neue kleine Kartoffeln, wenn groß, halbieren
1 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel flockiges Meersalz
Frisch gemahlener Pfeffer nach Geschmack
3 Scheiben geräucherter Speck, in 1 cm große Stücke geschnitten
2 Selleriestangen, in 1 cm breite Scheiben geschnitten
3 Frühlingszwiebeln, in dünne Scheiben geschnitten
40 g Mayonnaise
50 g Sauerrahm
2 Teelöffel weißer Essig

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 Kartoffeln und nach Geschmack in Öl, Salz und Pfeffer wälzen.
- 3 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Kartoffeln in die Pfanne geben. AIR FRY wählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 25 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Nach 10 Minuten Pfanne entnehmen, den Speck zu den Kartoffeln geben und die Pfanne gut schütteln, um die Zutaten zu vermengen. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 5 Nach 20 Minuten Pfanne entnehmen und prüfen, ob die Kartoffeln gar sind. Je nach Geschmack weitere 5 Minuten garen, damit die Kartoffeln knusprig werden.
- 6 Wenn der Garvorgang beendet ist, Pfanne entnehmen und Kartoffeln in einer großen Schüssel mit den übrigen Zutaten vermengen. Gut mischen und warm servieren.

TIPP Eine besondere Geschmacksrichtung entsteht durch Zugabe von 5 g gehacktem frischem Dill und 1/2 Teelöffel Selleriesamen in Schritt 6.

OMELETTE MIT WURST UND KARTOFFELRÖSTI

VORBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GAREN:** 25 MINUTEN | **FÜR:** 4-6 PORTIONEN
PROGRAMM: BACKEN

ZUTATEN

5 Eier
60 ml Vollmilch
Flockiges Meersalz nach Geschmack
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer nach Geschmack
Kochspray
170 g geräucherte Kochwurst, in dünne Scheiben geschnitten
115 g geriebener Cheddar-Käse
450 g Tiefkühl-Kartoffelrösti, grob zerkleinert
Frische Frühlingszwiebeln, in Scheiben geschnitten, zum Servieren

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte aus der Pfanne nehmen. Gerät vorheizen, indem Sie BAKE (BACKEN) wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 In einer Schüssel Eier, Milch, Salz und Pfeffer verrühren.
- 3 Wenn das Vorheizen beendet ist, Pfanne entnehmen und mit Kochspray einsprühen. Eimischung in die Pfanne gießen.
- 4 Pfanne wieder einsetzen und 5 Minuten garen. Nach 5 Minuten Pfanne entnehmen und geschnittene Wurst gleichmäßig auf den Eiern verteilen, Käse darüberstreuen. Die gefrorenen zerkleinerten Kartoffelrösti in einer gleichmäßigen Schicht darübergerben, Pfanne wieder einsetzen.
- 5 BAKE (Backen) wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 6 Nach dem Garen für 2 Minuten ruhen lassen. Frühlingszwiebeln darübergerben und servieren.

TIPP Wurst in Schritt 3 durch beliebige gewünschte Kochwurst ersetzen.

ITALIENISCHE SCHWEINELENDE MIT GERÖSTETEM GEMÜSE

VORBEREITUNG: 20 MINUTEN | **MARINIEREN:** 2-4 STUNDEN | **GAREN:** 20 MINUTEN
FÜR: 4-6 PORTIONEN | **PROGRAMM:** RÖSTEN

ZUTATEN

1 rohes Schweinefilet ohne Knochen (675-900 g), der Breite nach halbiert
120 ml italienisches Dressing
1 Aubergine, geschält, in 2,5 cm große Stücke geschnitten
2 Flaschentomaten, in Scheiben geschnitten
1 Zucchini, in halbmondförmige Scheiben geschnitten
1 mittelgroße rote Zwiebel, geschält und in 2,5 cm große Stücke geschnitten
1 rote Paprikaschote, in Scheiben geschnitten
3 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
2 Esslöffel natives Olivenöl
30 g frisches Basilikum, zerrissen
2 Esslöffel Salz, getrennt

ANLEITUNG

- 1 Schweinelende in eine Schüssel geben. Schweinelende mit dem italienischen Dressing überziehen. Abdecken und 2-4 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- 2 In einer großen Schüssel Aubergine, Tomaten, Zucchini, rote Zwiebel und Knoblauch mit Öl, Basilikum und 1 Esslöffel Salz vermengen.
- 3 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie ROAST (RÖSTEN) wählen, die Temperatur auf 190 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Während das Gerät vorheizt, Schweinefleisch aus der Marinade nehmen und mit dem restlichen 1 Esslöffel Salz würzen.
- 5 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Gemüse Mischung auf die Crisper-Platte geben. Schweinelende auf das Gemüse legen.
- 6 ROAST (RÖSTEN) wählen, die Temperatur auf 190 °C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 7 Die Pfanne nach 10 Minuten herausnehmen. Das Gemüse umrühren und die Schweinelende wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 8 Nach dem Garen das Schweinefleisch vor dem Schneiden 5 Minuten ruhen lassen.

STEAK MIT EINER OLIVENMARINADE

VORBEREITUNG: 5 MINUTEN | **GAREN:** 6 MINUTEN | **FÜR:** 2 PORTIONEN
PROGRAMM: MAX CRISP

ZUTATEN

2 Lendensteaks, 2 cm dick
2 Teelöffel Olivenöl
Flockiges Meersalz nach Geschmack
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer nach Geschmack

MARINADE

1 Esslöffel Rotweinessig
2 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
3 Esslöffel natives Olivenöl
2 Zweige frischer Thymian, Blätter abgezupft und grob gehackt
1 Zweig frischer Rosmarin, Blätter fein gehackt
40 g Nocellara-Oliven, entsteint und grob gehackt
90 g Rucola zum Servieren

ANLEITUNG

- 1 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie MAX CRISP wählen und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 2 Während das Gerät vorheizt, Steaks mit Öl einpinseln und nach Geschmack mit Pfeffer und Salz würzen.
- 3 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne entnehmen und Steaks auf die Crisper-Platte legen. Pfanne in das Gerät einsetzen, MAX CRISP wählen und die Zeit auf 6 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Nach 3 Minuten Pfanne entnehmen und Steaks mit einer Silikonzange wenden. Zum Fortsetzen des Garvorgangs Pfanne wieder in das Gerät einsetzen.
- 5 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Steaks aus der Pfanne nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Anschließend die Hälfte der Marinade über das Steak geben.
- 6 Das Steak schneiden und mit der restlichen Marinade und Rucola servieren.

TIPP Heutzutage gibt man die Marinade auch gern nach dem Garen über das Fleisch.

KÄSE-HÄHNCHEN- BRÜSTE MIT PROSCIUTTO GEFÜLLT

VORBEREITUNG: 20 MINUTEN | **GAREN:** 26 MINUTEN | **FÜR:** 4-6 PORTIONEN
PROGRAMM: AIR FRY

ZUTATEN

3 rohe Hähnchenbrüste, ohne Haut und Knochen (170–225 g) im Schmetterlingsschnitt aufgeschnitten
6 Scheiben Prosciutto-Schinken
1 Bund Spargel, geputzt
30 g sonnengetrocknete Tomaten in Öl
150 g geriebener Mozzarella, aufgeteilt
1 Esslöffel Salz
1 Teelöffel gemahlener schwarzer Pfeffer
Kochspray

ANLEITUNG

- 1 Zuerst die im Schmetterlingsschnitt aufgeschnittenen Hähnchenbrüste auf eine große Arbeitsfläche legen. Auf die nach oben zeigende Innenseite pro Hähnchenbrust 2 Scheiben Prosciutto-Schinken legen. Ein kleines Bündel Spargelstangen (etwa 5 normal große oder 3 Jumbo-Spargelstangen) auf einer Seite der Hähnchenbrüste auf den Prosciutto-Schinken legen. Die sonnengetrockneten Tomaten auf die 3 Hähnchenbrüste verteilen. Den Mozzarella (75 g) auf die 3 Hähnchenbrüste aufteilen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Den Spargel auf einer Seite der Hähnchenbrust mit den Fingern festhalten und dann die zweite Seite über den Spargel und die anderen Zutaten rollen. Vorgang mit den anderen Hähnchenbrüsten wiederholen. Verwenden Sie Cocktail-Spieße, um die Füllung zu fixieren.
- 3 Crisper-Platte in die Pfanne legen und Pfanne in das Gerät schieben. Gerät vorheizen, indem Sie AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 4 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, gefüllte Hähnchenbrüste auf die Crisper-Platte legen. Jedes Teil mit Kochspray einsprühen.
- 5 AIR FRY wählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 26 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 6 Nach 12 Minuten Pfanne entnehmen und Hähnchenbrüste wenden. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 7 In den letzten 2 Minuten Pfanne herausnehmen und restlichen Mozzarella auf den Hähnchenbrüsten verteilen. Die Pfanne wieder hineinschieben, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 8 Wenn der Garvorgang beendet ist, Hähnchenbrüste 5 Minuten ruhen lassen und anschließend servieren.

TIPP Wenn Sie nicht wissen, wie Sie bei den Hähnchenbrüsten einen Schmetterlingsschnitt ausführen, können Sie Ihren Fleischer bitten, dies für Sie zu tun.

BANANENKUCHEN MIT FRISCHKÄSE- UND MASCARPONE-GLASUR

VORBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GAREN:** 30–35 MINUTEN | **FÜR:** 8 PORTIONEN
PROGRAMM: BACKEN

ZUTATEN

200 g Mehl mit Backtriebmittel
1 Teelöffel Gewürzmischung
½ Teelöffel Salz
2 große, sehr reife Bananen (320 g mit Schale)
200 g hellbrauner Zucker
100 g Pflanzenöl
2 große Eier
1 Teelöffel Vanillearoma
Kochspray

ZUCKERGLASUR

100 g Frischkäse
100 g Mascarpone
75 g Puderzucker

ANLEITUNG

- 1 In einer Schüssel Mehl, Gewürze und Salz mischen.
- 2 In einer großen Rührschüssel geschälte Bananen mit einer Gabel zerdrücken, bis ein gleichmäßiger Brei entsteht. Zucker, Öl, Eier und Aroma zu den Bananen geben, mit einem Schneebesen gut vermischen.
- 3 Die trockenen Zutaten langsam mit dem Schneebesen in den Bananenbrei einrühren.
- 4 Crisper-Platte aus der Pfanne nehmen. Gerät vorheizen, indem Sie BAKE (BACKEN) wählen, die Temperatur auf 160 °C und die Zeit auf 3 Minuten einstellen. Wählen Sie START/STOP, um zu beginnen.
- 5 Wenn das Gerät vorgeheizt ist, Pfanne entnehmen und großzügig mit Kochspray einsprühen. Einen Kreis aus Backpapier mit 20 cm Durchmesser auf den Pfannenboden legen, den Teig daraufgeben und das Pfannenfach schließen.
- 6 BAKE (BACKEN) wählen, die Temperatur auf 160 °C und die Zeit auf 35 Minuten einstellen.
- 7 Nach 30 Minuten prüfen, ob der Kuchen durch ist. Bei Bedarf weitere 5 Minuten backen, bis der Kuchen in der Mitte vollständig durch ist.
- 8 Nach dem Backen Pfanne entnehmen und für 5 Minuten auf ein Abkühlgitter stellen. Nach 5 Minuten den Kuchen vorsichtig drehen, damit er vollständig auskühlen kann.
- 9 In einer Schüssel die Zutaten für die Glasur mischen und gleichmäßig über den Kuchen verteilen. Aufschneiden und servieren.

TIPP Zur Dekoration gehackte Walnüsse darüberstreuen.

NINJA[®]

ninjakitchen.eu