

Перед использованием прибора обязательно ознакомьтесь
с прилагаемой инструкцией Ninja® Foodi®



NINJA® Foodi®

Гриль
и аэрофритюрница

Таблицы с рекомендациями
по приготовлению + 20
великолепных рецептов



Руководство по приготовлению блюд на гриле. Готовьте как профессионал!

Мы рады представить вам руководство по приготовлению
блюд на гриле Ninja® Foodi®.

Здесь вы найдете рецепты,
ценные советы и рекомендации.

Теперь откройте крышку и приступим.

Список рецептов

Маринады	9	Рыба	89
Приправы	10	Палтус в цитрусовом маринаде	89
Соусы	67	Копченое филе из хвоста морского черта с овощной смесью	90
Стартеры	68	Замороженная треска с овощами, запеченная в фольге	92
Основные блюда	77	Закуски и гарниры	93
Вегетарианские блюда	77	Замороженный картофель фри с пармезаном и чесночным майонезом	93
Шницель из баклажанов	77	Кукуруза на гриле по-мексикански	94
Стейки из цветной капусты на гриле с греческой сальсой	78	Острая жареная курица по-нэшвилски	97
Свинина	79	Морковь на гриле с медом и травами	98
Свинные отбивные с индийскими специями	79	Десерты	99
Буженина в томатном маринаде	80	Яблочный пирог «Тарт Татен»	99
Свиная рулька с овощами	83		
Говядина	85		
Стейк и шашлык из овощей	85		
Курица	86		
Кесадилья с курицей и сыром	86		
Куриные крылышки с медом и розмарином	87		

Как найти подходящее блюдо в книге рецептов?

Мы поместили рецепты данными значками, чтобы помочь вам выбрать подходящее блюдо.



Занимает не
более 10 минут



Приготовление замороженных
продуктов на гриле



Подходит для
питания детей



Без
глютена



Без молочных продуктов



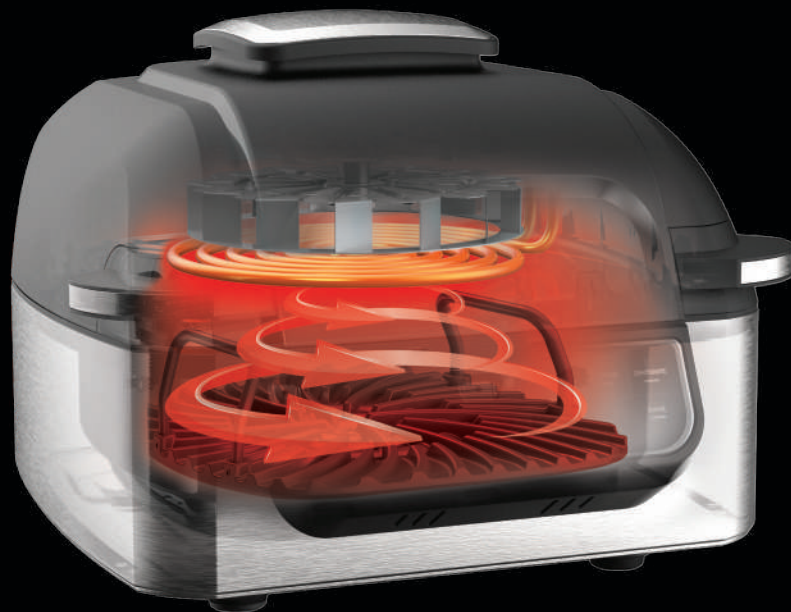
Подходит для кетодиеты



Вегетарианские блюда

Создание ВИХРЕВЫХ ПОТОКОВ ТЕХНОЛОГИЯ

Прибор позволяет вкусно готовить и равномерно обжаривать продукты с помощью технологии создания очень горячих вихревых потоков. Благодаря уникальной решетке для гриля высокой плотности и технологии вихревых потоков воздуха, циркулирующих вокруг готовящегося продукта, блюда получаются вкусные и сочные за короткое время.



**Приготовление на гриле
замороженных продуктов**

Не требует разморозки
Куриная грудка в соусе барбекю, стр. 74



**Предпочитаете неожиданные
сочетания и новые вкусы?**

Готовьте на гриле необычные блюда
Стейк и шашлык из овощей, стр. 85



Лучшие блюда на гриле

Простые и быстрые рецепты
Гамбургер с ароматной говядиной, стр. 70



**Продукты не нужно переворачивать
в процессе приготовления**

Мясо, рыба и овощи
больше не разваливаются
Лосось в маринаде терияки, стр. 72

Больше вкуса. Меньше дыма.

Наши повара провели сотни часов, пробуя различные рецепты и определяя оптимальную температуру для приготовления ваших любимых блюд, чтобы уменьшить количество дыма и усилить вкус.



НИЗКАЯ (LOW) (200°C)

Лучше всего подходит для бекона, колбасок, а также при использовании более густых соусов барбекю.



Колбаски
Стр. 44



СРЕДНЯЯ (MEDIUM) (240°C)

Лучше всего подходит для замороженного мяса и маринованных продуктов.



Куриная грудка в соусе барбекю
Стр. 18



ВЫСОКАЯ (HIGH) (260°C)

Лучше всего подходит для стейков, курицы и гамбургеров.



Стейк «Нью-Йорк со спаржей»
Стр. 12



МАКСИМАЛЬНАЯ (MAX) (265°C)

Лучше всего подходит для овощей, фруктов, свежих и замороженных морепродуктов и пиццы.



Кукуруза на гриле по-мексикански
Стр. 38

Полезные советы по приготовлению

Каждый кусок мяса может отличаться по размеру, что необходимо учитывать при приготовлении. Мы рекомендуем обращать особое внимание на размеры кусочков мяса, указанные в наших таблицах. Мы рассматриваем минимальное время приготовления и рекомендуем перед употреблением убедиться, что температура пищевого продукта достигла допустимого значения (см. таблицы на стр. 7).

Мясо может готовиться по-разному



Размер кусочков

Мясо бывает разных форм и размеров и требует разного времени приготовления. Вы можете увеличить или уменьшить рекомендуемое время, чтобы достичь желаемой степени готовности.



Температура готовности мяса

Для вашего удобства в таблицах указаны температурные режимы для охлажденного мяса прямо из холодильника.

Секреты приготовления сочного мяса

Если позволяет время, дайте мясу нагреться до комнатной температуры, прежде чем готовить, чтобы его центральная часть стала сочнее. (В этом случае мы рекомендуем сократить время приготовления на 2 минуты.)

Используйте
термометр для мяса

Для точного измерения внутренней температуры мяса и птицы используйте цифровой кухонный термометр.



Вставьте термометр в центральную и самую толстую часть мяса. При приготовлении мяса на кости вставьте термометр очень близко к косточке (но не касаясь ее).

Поскольку гриль работает при высоких температурах, мясо может быстро пережариться. Рекомендуем внимательно следить за внутренней температурой продукта, особенно на более поздних этапах приготовления.

«Отдых» после приготовления

Даже когда вы снимаете мясо с решетки, его температура некоторое время продолжает расти. Для достижения наилучших результатов снимите мясо с решетки, когда его внутренняя температура будет на 5 °C ниже температуры готовности.

См. таблицу ниже.

ПРОДУКТ	ТЕМПЕРАТУРА ДО «ОТДЫХА»:	ТЕМПЕРАТУРА ПОСЛЕ «ОТДЫХА»:
Рыба	70°C	75°C
Птица	70°C	75 °C или выше
Свинина	70°C	75°C
Стейк		
С «КРОВАВЬЮ»/ (Rare)	50°C	55°C
Средней прожарки (Medium Rare)	55°C	60°C
Средней прожарки (Medium)	60°C	70°C
Почти прожаренное (Medium Well)	65°C	65°C
Прожаренное (Well Done)	70°C	75°C
Говяжий фарш	70°C	75 °C или выше
Свиной фарш	70°C	75°C
Фарш из индейки	70°C	75°C

Чтобы сделать мясо еще более сочным и нежным, дайте ему постоять 5 минут после приготовления. Если вы готовите запечённое мясо, половину курицы или большой стейк, дайте мясу «отдохнуть» в течение 10 минут.

Создание вкуса

Вкусные маринады,
пикантные приправы и потрясающие соусы

Для приготовления следующих блюд положите все
ингредиенты в миску и хорошо перемешайте.

В маринадах и приправах обязательно используйте
крупнозернистую соль. Добавляйте специи по желанию.

Обильно посыпайте мясо и овощи приправами.

Для равномерной прожарки и более быстрого приготовления
продукты должны постоять 30 минут при комнатной
температуре.

Приготовление на гриле замороженных продуктов

При приготовлении замороженного мяса на гриле хорошо
пропитайте его выбранным маринадом.

Чтобы у замороженного мяса была мягкая консистенция
и насыщенный вкус, приправьте его любимыми специями.

Маринады



Терияки
Маринад

80 мл соевого соуса
80 мл воды
80 г темно-коричневого сахара
3 столовые ложки рисового
винного уксуса
1 столовая ложка меда
2 очищенных измельченных
зубчика чеснока



Чеснок и травы
Маринад

60 мл оливкового масла первого
холодного отжима
60 мл яблочного уксуса
10 г свежей зелени
(например, нарезанные петрушка,
розмарин, орегано, тимьян или шалфей)
5 очищенных
измельченных зубчиков чеснока
Сок 1 лимона
(около 3 столовых ложек сока)
1 чайная ложка черного молотого перца
1 чайная ложка соли



Классический стейк
Маринад

60 мл вустерского соуса
60 мл соевого соуса
60 мл бальзамического уксуса
2 столовые ложки
дижонской горчицы
3 очищенных
измельченных зубчика чеснока
1 чайная ложка
черного молотого перца
1 чайная ложка соли

СОВЕТ: При приготовлении маринованных продуктов на гриле мы рекомендуем использовать температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM), а для более густых маринадов/соусов — НИЗКИЙ (LOW).

Приправы

РАЗМЕР ПОРЦИИ: ПРИБЛ. 240 Г | **ВКУС:** НАСЫЩЕННЫЙ

ХРАНЕНИЕ: ДО 6 МЕСЯЦЕВ В ГЕРМЕТИЧНОМ КОНТЕЙНЕРЕ В ТЕМНОМ ПРОХЛАДНОМ МЕСТЕ



Легкая приправа для барбекю

Лучше всего подходят для птицы, говядины, креветок, цветной капусты, брокколи, моркови.

60 г темно-коричневого сахара
28 г копченой паприки
3 столовые ложки черного молотого перца
2 столовые ложки соли
2 чайные ложки чесночного порошка
2 чайные ложки лукового порошка



Приправа для повседневных блюд

Лучше всего подходит для птицы, говядины, свинины, баранины, телятины, морепродуктов, овощей

3 столовые ложки порошка чили
2 столовые ложки белого сахара
1 столовая ложка соли
1 столовая ложка молотого тмина
1 столовая ложка черного молотого перца
1 столовая ложка сушеного орегано



Сухие травы

Лучше всего подходит для птицы, свинины, баранины, морепродуктов, овощей

1 столовая ложка соли
1 столовая ложка сушеного тимьяна
1 столовая ложка сушеного розмарина
1 столовая ложка сушеного орегано
1 чайная ложка сухой горчицы
1 чайная ложка черного молотого перца
1 чайная ложка измельченного красного перца

Соусы

РАЗМЕР ПОРЦИИ: ПРИБЛ. 240 МЛ | **ХРАНЕНИЕ:** ДО 4 ДНЕЙ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ



Соус чимичурри

Лучше всего подходит для птицы, говядины, свинины, рыбы, овощей

1/2 пучка свежего измельченного кориандра (около 15 г)
1/2 пучка свежей измельченной петрушки (около 80 г)
5 очищенных измельченных зубчиков чеснока
Лук-шалот (1 небольшая очищенная измельченная луковица)
Цедра и сок 1 лимона (около 80 мл сока)
60 мл оливкового масла первого холодного отжима
1 чайная ложка черного молотого перца
соль по желанию



Лимонно-чесночный майонез с перцем

Лучше всего подходит для птицы, говядины, свинины, баранины, телятины, морепродуктов, овощей

240 мл майонеза
Сок 1/2 лимона (около 2 столовых ложек сока)
1 столовая ложка паприки
1 чайная ложка чесночного порошка
соль по желанию



Ямайский кетчуп джерк

Лучше всего подходит для птицы, говядины, креветок

240 мл кетчупа
3 столовые ложки сухой приправы джерк
1 спелый очищенный банан, растертый до пюреобразного состояния

Стартеры.

Стейк «Сирлойн» со спаржей

ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ | **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 10 МИНУТ
КОЛИЧЕСТВО: 2-4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

Охлажденная вырезка, 2 шт.
(прибл. 250-300 г каждая)

2 столовые ложки растительного
масла (используется несколько
раз в процессе приготовления)

Соль по желанию

Черный молотый перец
по желанию

1 пучок обрезанной спаржи

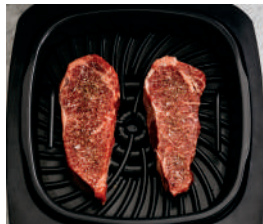
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ



Натрите каждый стейк 1 столовой ложкой растительного масла с каждой стороны, затем приправьте солью и перцем по вкусу. Перемешайте спаржу с оставшимся растительным маслом, посолите и поперчите по желанию.



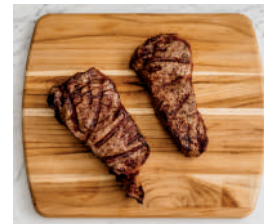
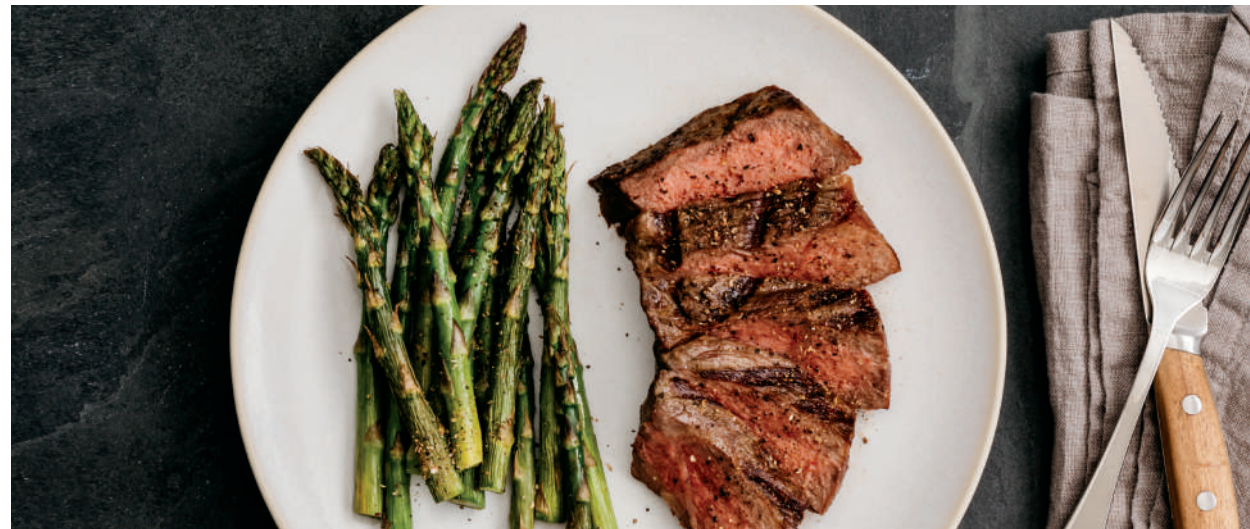
Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 10 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.



Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете положить стейки на решетку, аккуратно прижимая их, чтобы остались заметные следы. Закройте крышку и готовьте 4 минуты.



Через 4 минуты переверните стейки. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 4 минуты или пока температура внутри продукта не достигнет 50 °C.



Снимите стейки с гриля и дайте им постоять 10 минут; их температура некоторое время продолжит расти, пока не достигнет температуры готовности. Используйте кухонный термометр, чтобы убедиться, что стейки имеют безопасную для пищевых продуктов температуру.



В это время выложите спаржу на решетку. Закройте крышку и готовьте 4 минуты.



После того, как мясо приготовится и «отдохнет», нарежьте стейк и подавайте его со спаржей.

СОВЕТ: Используйте любую приправу для стейка на шаге 1.

Стартеры.

Классические чизбургеры

ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ | **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 8 МИНУТ

КОЛИЧЕСТВО: 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

700 г охлажденного
говяжьего фарша
(соотношение мяса и сала 80/20)
Соль по желанию

Черный молотый перец по желанию
4 ломтика сыра
4 булочки для гамбургеров

Начинки

Листовой салат

Красный лук

Помидоры

Маринованные огурцы

Приправы

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ



Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 8 минут для приготовления мяса средней прожарки. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.



Пока прибор нагревается, разделите говяжий фарш на 4 части и вручную сформируйте из каждой рыхлую котлету диаметром 10 см.



Большим пальцем сделайте углубление 2,5 см в центре каждой котлеты (это позволит гамбургерам сохранить форму во время приготовления). По желанию посолите и поперчите котлеты.



Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете положить котлеты на решетку, аккуратно прижимая их, чтобы остались заметные следы. Закройте крышку и готовьте 6 минут.

СОВЕТ: Для того, чтобы гамбургеры получились еще вкуснее, приготовьте на гриле овощи, такие как лук, перец или грибы, в качестве начинки.



Через 6 минут выложите на каждую котлету ломтик сыра. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 1 минуту.



Через 1 минуту снимите чизбургеры с гриля. Положите булочки на решетку для гриля. Закройте крышку и готовьте еще 1 минуту.



Подавайте чизбургеры с поджаренными булочками.

Стартеры.

Лосось в маринаде терияки

ПОДГОТОВКА: 5 МИНУТ | **МАРИНАД:** 1-12 ЧАСОВ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 6-8 МИНУТ **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

Охлажденное филе лосося
без кожи по 150 гр (4 шт.)

150 мл маринада терияки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ



Положите рыбное филе и соус терияки в большой герметичный пакет или контейнер. Равномерно распределите соус по филе. Оставьте в холодильнике на 1-12 часов.



Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 6 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.

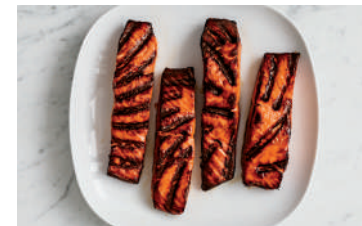


Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете положить филе на решетку, аккуратно прижимая куски, чтобы остались заметные следы. Закройте крышку и готовьте 5 минут. Рыбу при приготовлении переворачивать не нужно.

СОВЕТ: Замените соус терияки своим любимым маринадом на шаге 1.



Через 5 минут проверьте готовность филе; температура внутри продукта должна быть 60 °C. При необходимости закройте крышку и продолжайте готовить еще 2 минуты.



Подавайте на стол сразу после приготовления.

Стартеры.

Куриная грудка в соусе барбекю

ПОДГОТОВКА: 5 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ | **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 16 МИНУТ
КОЛИЧЕСТВО: 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

4 замороженных куриных грудки
без кожи и кости

2 столовые ложки растительного
масла (используется несколько раз
в процессе приготовления)

Соль по желанию

Черный молотый перец
по желанию

240 мл готового соуса барбекю

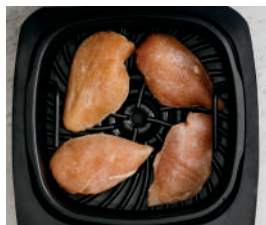
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ



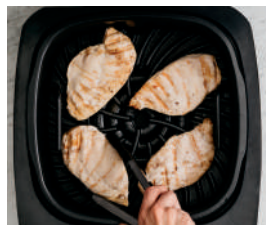
Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM) и таймер на 16 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.



Пока прибор нагревается, равномерно натрите каждую грудку 1/2 столовой ложки растительного масла. По желанию посолите и поперчите.



Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить грудки на решетку. Обильно смажьте маринадом сверху, закройте крышку и готовьте 10 минут.



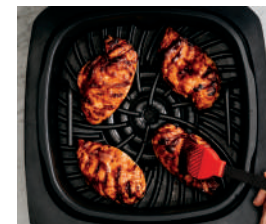
Через 10 минут переверните курицу и снова обильно смажьте верх маринадом.. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 6 минут



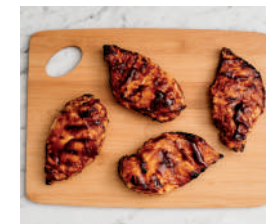
Через 5 минут обильно полейте курицу соусом для барбекю, затем переверните и обильно полейте другую сторону. Закройте крышкой и продолжайте готовить в течение 5 минут.



Через 5 минут повторите шаг 5. Закройте крышку и готовьте еще 2 минуты.



Проверьте температуру в центре филе, она должна быть 75°C, если нет то добавьте 3 минуты.



Затем снимите курицу с гриля и дайте отдохнуть 5 минут перед подачей.

СОВЕТ: Подавайте курицу с любыми овощами на гриле из таблиц с рекомендациями по приготовлению на гриле в конце этой книги.



ШНИЦЕЛЬ ИЗ БАКЛАЖАНОВ

ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | **ВРЕМЯ ТОМЛЕНИЯ:** 1 ЧАС |
ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ: ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 21 МИНУТА | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Мытые баклажаны (2 шт.)
- 15 г соли
- 25 г муки
- 1 взбитое яйцо
- 55 г панировочных сухарей
- 5 мл оливкового масла
- 4 пластинки цукини
- 4 ломтика сыра проволоне или любой доступный полутвёрдый

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Разрежьте баклажаны вдоль на восемь пластинок по 8 мм. Посыпьте солью с двух сторон и оставьте баклажаны на час, чтобы они отдали сок.
- 2 Через час нагрейте гриль. Вставьте решетку в колбу и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX) и таймер на 6 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 3 Пока прибор нагревается, приготовьте панировку на трех отдельных неглубоких тарелках. На одну тарелку насыпьте муку, на другую — панировочные сухари, а в третьей взбейте яйцо.
- 4 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить четыре пластинки баклажана на решетку. Затем необходимо закрыть крышку и готовить в течение 3 минут. Достаньте блюдо из прибора и повторите то же самое со следующей

партией. Осторожно достаньте баклажаны и решетку для гриля из прибора.

- 5 Смажьте две пластинки баклажана оливковым маслом с помощью кисточки и обмакните их в муку с одной стороны. Положите цукини и сыр проволоне на одну из пластинок баклажана и накройте второй пластинкой вверх той стороной, которую вы обваляли в муке. Обмакните во взбитое яйцо с двух сторон, а затем обваляйте в панировочных сухарях. Повторите то же самое с другими пластинками баклажана, чтобы получилось четыре бутерброда, и отложите их в сторону.
- 6 Вставьте корзину для жарки в колбу и закройте крышку. Выберите режим АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY), установите температуру 200 °C и таймер на 15 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 7 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что фритюрница достигла необходимой температуры, вы можете поместить баклажаны в корзину для жарки. Закройте крышку и готовьте 4 минуты.
- 8 Через 4 минуты откройте крышку и смажьте шницели из баклажанов оливковым маслом. Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.
- 9 Через 10 минут переверните шницели, чтобы их другая сторона покрылась маслом, и продолжайте готовить, пока прибор не издаст звуковой сигнал.
- 10 Подавайте на стол сразу после приготовления.

СОВЕТ: Если вы предпочитаете мясные блюда, можно заменить цукини ломтиками ветчины.





СТЕЙКИ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ НА ГРИЛЕ С ГРЕЧЕСКОЙ САЛЬСОЙ

ПОДГОТОВКА: 20 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 17 МИНУТ **КОЛИЧЕСТВО:** 2 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 кочан цветной капусты без листьев и стеблей
- 80 г нарезанных оливок сорта «Каламата» без косточек
- 120 г жареного нарезанного красного перца
- 1 столовая ложка свежего измельченного орегано
- 1 столовая ложка свежей измельченной петрушки
- 3 очищенных измельченных зубчика чеснока
- Сок 1 лимона
- 250 г раскрошенного сыра фета
- Соль по желанию
- 1 чайная ложка черного молотого перца
- 80 г крупно нарезанных орехов пекан
- Красный лук
- (1 небольшая очищенная нарезанная луковица)
- 60 мл растительного масла (используется несколько раз в процессе приготовления)

СОВЕТ: Нарезьте оставшуюся цветную капусту на крупные куски, перемешайте с растительным маслом и жарьте на гриле 12 минут, а затем добавьте оставшуюся греческую сальсу.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Разрежьте цветную капусту на два «стейка» по 5 см; не убирайте оставшуюся капусту.
- 2 Для приготовления греческой сальсы в большой миске смешайте оливки, жареный красный перец, орегано, петрушку, чеснок, лимонный сок, сыр фета, соль, перец, орехи пекан, красный лук и 2 столовые ложки растительного масла.
- 3 Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM) и таймер на 17 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 4 Пока прибор нагревается, натрите «стейки» с обеих сторон 2 столовыми ложками масла, затем посолите по желанию.
- 5 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить стейки на решетку. Закройте крышку и готовьте 10 минут.
- 6 Через 10 минут переверните «стейки». Закройте крышку и продолжайте готовить еще 5 минут.
- 7 Через 5 минут обильно полейте «стейки» греческой сальсой. Закройте крышку и готовьте еще 2 минуты. Не убирайте оставшуюся греческую сальсу.
- 8 Подавайте на стол сразу после приготовления.



СВИНЫЕ ОТБИВНЫЕ С ИНДИЙСКИМИ СПЕЦИЯМИ

ПОДГОТОВКА: 5 МИНУТ | **МАРИНАД:** МИН. 2 ЧАСА |
ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ: ПРИБЛ. 8 МИНУТ **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 15 МИНУТ |
КОЛИЧЕСТВО: 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 большая луковица, разрезанная на четыре части
- 2-3 больших очищенных зубчика чеснока
- 2 столовые ложки меда
- 4 столовые ложки соевого соуса
- 6 столовых ложек растительного масла
- 3 столовые ложки смеси специй масала
- 4 охлажденные свиные отбивные

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Положите лук и зубчики чеснока в чашу кухонного комбайна и хорошо измельчите.
- 2 Продолжайте работать с комбайном и медленно добавьте мед, соевый соус, растительное масло и смесь специй масала.
- 3 Положите свиные отбивные и луковую смесь в большую емкость и оставьте мариноваться как минимум на 2 часа. Переверните мясо в середине приготовления, чтобы все стороны замариновались равномерно.
- 4 Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 15 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 5 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить мясо на решетку. Закройте крышку и готовьте 6 минут.
- 6 Через 6 минут переверните отбивные и закройте крышку.
- 7 Через 4 минут проверьте готовность мяса. При желании продолжайте готовить еще 5 минут.
- 8 Снимите свинину с гриля и дайте ей постоять 3 минуты перед подачей на стол.

СОВЕТ: Чтобы маринад имел более насыщенный вкус, приготовьте его накануне и храните в холодильнике до использования.

БУЖЕНИНА В ТОМАТНОМ МАРИНАДЕ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | **МАРИНАД:** 12 ЧАСОВ |

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ: ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 90 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 8 ПОРЦИЙ | **РЕЖИМ:** ЖАРКА (ROAST)



ИНГРЕДИЕНТЫ

4 л воды

25 г черного перца горошком

3-4 лавровых листа

1 очищенная и слегка измельченная головка чеснока

225 г соли

100 г дижонской горчицы

1,7 кг свиной шейки

180 г вяленых помидоров

1 столовая ложка сушеного базилика

1 столовая ложка сушеного орегано

1 чайная ложка паприки

2 очищенных и измельченных зубчика чеснока +
5 целых очищенных зубчиков чеснока

1/2 чайной ложки молотого перца

70 г томатной пасты

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Налейте в большую кастрюлю воды, добавьте в нее перец, лавровый лист и головку чеснока и поставьте на огонь. Доведите до кипения и добавьте соль и горчицу, помешивая, чтобы они растворились. Снимите кастрюлю с плиты и добавьте мясо. Оставьте мариноваться на 12 часов.
- 2 Как только мясо замаринуется, заложите в кухонный комбайн вяленые помидоры, базилик, орегано, паприку, перец, 2 зубчика чеснока и томатную пасту. Перемешайте до однородной массы.
- 3 Затем достаньте свинину из маринада и обсушите. Кончиком ножа сделайте пять надрезов в мясе, чтобы вставить оставшиеся зубчики чеснока.
- 4 Положите свинину в миску и покройте слоем томатного маринада. Перевяжите свинину кулинарным шпагатом, чтобы получилось жаркое.
- 5 Используйте колбу без решетки или корзину для жарки во фритюре. Закройте крышку. Выберите режим ЖАРКА (ROAST), установите температуру 180 °C и таймер на 90 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 6 Пока прибор нагревается, заверните свинину в два слоя или алюминиевую фольгу.
- 7 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, поместите жаркое в колбу. Закройте крышку и готовьте 90 минут.
- 8 Осторожно достаньте мясо из прибора и дайте ему остыть в алюминиевой фольге в течение 45 минут перед подачей на стол.





СВИНАЯ РУЛЬКА С ОВОЩАМИ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 2 ЧАСА | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 столовые ложки растительного масла
(используется несколько раз в процессе приготовления)

4 морковки, очищенные
и нарезанные кружочками толщиной 7 мм

2 стебля сельдерея, очищенного
и нарезанного кусочками по 2 см

2 луковицы, очищенные
и нарезанные кубиками толщиной около 1 см

2 репы среднего размера,
нарезанные кубиками толщиной 1,5 см

3-4 лавровых листа

2 веточки тимьяна

1,5 литра говяжьего бульона

свиная рулька 1,6 кг

20 мл вина

соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Используйте колбу без решетки или корзину для жарки. Закройте крышку. Выберите режим ЖАРКА (ROAST), установите температуру 240 °C и таймер на 5 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете добавить 1 столовую ложку масла, морковь, сельдерей, лук и репу. Хорошо перемешайте и закройте крышку, чтобы начать приготовление.
- 3 В это время смажьте свиную кожу оставшимся маслом и натрите солью. Через 2 минуты перемешайте овощи и положите сверху рульки. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 3 минуты.
- 4 Затем откройте крышку и добавьте вино, травы и говяжий бульон. Хорошо перемешайте и накройте рульки алюминиевой фольгой.
- 5 Выберите режим ЖАРКА (ROAST), установите температуру 190 °C и таймер на 2 часа. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать приготовление.
- 6 Через 15 минут перемешайте овощи. Продолжайте перемешивать в течение всего процесса приготовления.
- 7 Через 1 час снимите алюминиевую фольгу с рулек. Добавьте 15 мл вина и 15 мл воды, если жидкость выпарилась. Продолжайте переворачивать рульки каждые 15 минут.
- 8 Достаньте рульки и овощи и сразу подавайте с соусом.

ОСНОВНЫЕ
БЛЮДА
СВИНИНА





СТЕЙК И ШАШЛЫК ИЗ ОВОЩЕЙ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 8-12 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ |
РЕЖИМ: ГРИЛЬ (GRILL)

ИНГРЕДИЕНТЫ

Вырезка из поясничной части спины
(2 шт. по 250-300 г), нарезанная кубиками по 2-3 см
5 белых шампиньонов без ножки,
разрезанных пополам
1 зеленый болгарский перец,
нарезанный кусочками по 2-3 см
1 небольшая белая луковица,
очищенная и разрезанная на 8 части
в форме лепестков по 2-3 см
Соль по желанию
Черный молотый перец по желанию
Приправа для стейка по желанию
4 деревянных шампуров длиной не более 20 см

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 12 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, нанизывайте стейки, грибы, сладкий перец, и лук на шампуры именно в этом порядке. Убедитесь, что ингредиенты почти полностью заполняют шампуры.
- 3 Обильно посыпьте солью, перцем и приправой для стейка.
- 4 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить шампуры на решетку. Закройте крышку и готовьте 8 минут, не переворачивая.
- 5 Через 8 минут проверьте стейк, при желании готовьте еще 4 минуты.
- 6 Подавайте на стол сразу после приготовления.

ОСНОВНЫЕ
БЛЮДА
ГОВЯДИНА





ИНГРЕДИЕНТЫ

- 4 тортильи (20 см)
- Кулинарный спрей
- 80 г сальсы
- 80 г сметаны
- 3-5 капель острого соуса
- 350 г (прибл.) нарезанной куриной грудки (используется несколько раз в процессе приготовления)
- Зеленый лук, 5 шт. (используется несколько раз в процессе приготовления)
- 1 банка (100 г) нарезанного кубиками перца халапеньо (используется несколько раз в процессе приготовления)
- 480 г + 60 г тертого чеддера (используется несколько раз в процессе приготовления)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX) и таймер на 4 минуты. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- Пока прибор нагревается, сбрызните тортильи с обеих сторон кулинарным спреем. Затем с помощью ножа проделайте 5-7 маленьких отверстий в каждой тортилье (чтобы они не вздулись во время приготовления).
- В небольшой миске смешайте сальсу, сметану, острый соус; отложите в сторону.

КЕСАДИЛЬЯ
С КУРИЦЕЙ И СЫРОМ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ: ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 31 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО: 6-8 ПОРЦИЙ |
РЕЖИМ: ГРИЛЬ (GRILL)/ЖАРКА (ROAST)

- Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить 1 тортилью на решетку. Закройте крышку и готовьте 1 минуту. Через 1 минуту откройте крышку и достаньте тортилью; отложите в сторону. Повторите то же самое с оставшимися 3 тортильями.
- Равномерно разложите треть нарезанной курицы, треть зеленого лука, треть перца халапеньо, 160 г сыра и треть соуса сальсы на тортилье. Положите сверху еще одну тортилью.
- Сверху на тортилью положите треть нарезанной курицы, треть зеленого лука, треть перца халапеньо, 160 г сыра и треть соуса сальсы. Положите сверху еще одну тортилью.
- Повторите шаг 6. Положив сверху последнюю тортилью, аккуратно надавите.
- Достаньте решетку из прибора. Выберите режим ЖАРКА (ROAST), установите температуру 170 °C и таймер на 27 минуты. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что что гриль достиг необходимой температуры, вы можете положить тортильи в колбу. Затем накройте их алюминиевой фольгой, аккуратно надавливая, чтобы закрепить. Закройте крышку и готовьте 20 минут.
- Через 20 минут снимите фольгу. Посыпьте сверху оставшимся сыром, закройте крышку и готовьте еще 3 минуты.
- Достаньте блюдо неметаллической лопаткой и переложите на тарелку, нарежьте на кусочки и подавайте на стол.

КУРИНЫЕ КРЫЛЫШКИ
С СОУСОМ СВИТ ЧИЛИ

ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ: ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 27 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО: 4 ПОРЦИИ | РЕЖИМ: АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY)



ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 столовая ложка соли
- 1/2 чайной ложки разрыхлителя
- 1 чайная ложка паприки
- 1 кг промытых и высушенных куриных крылышек
- 1 чайная ложка сухого измельченного чеснока
- 100 гр соуса свит чили

DIRECTIONS

- В большой миске смешайте соль, разрыхлитель и паприку. Добавьте куриные крылышки и перемешайте.
- Вставьте корзину для жарки в прибор и закройте крышку. Выберите режим АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY), установите температуру 200 °C и таймер на 27 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что фритюрница достигла необходимой температуры, вы можете поместить крылышки в корзину для жарки, равномерно их разложив. Закройте крышку и готовьте 12 минут.
- Пока крылышки готовятся, налить в миску соус свит чили.
- Через 12 минут переверните крылышки силиконовыми щипцами. Закройте крышку и готовьте еще 12 минут.
- Через 12 минут переложите крылышки в миску с соусом и перемешайте. Затем положите их обратно в корзину. Оставьте немного соуса.
- Закройте крышку и готовьте еще 3 минуты.
- Достаньте крылышки и полейте их оставшимся соусом. Подавайте на стол сразу после приготовления.

СОВЕТ: Чтобы получить хрустящую корочку, вымойте крылышки и просушите их заранее.



ПАЛТУС В ЦИТРУСОВОМ МАРИНАДЕ

ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 10-12 МИНУТ

КОЛИЧЕСТВО: 2 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)

ОСНОВНЫЕ
БЛЮДА
РЫБА



ИНГРЕДИЕНТЫ

Сок 1 апельсина

Сок 1 лайма

1 столовая ложка измельченного корня имбиря

1 столовая ложка измельченного чеснока

1 чайная ложка соли

1 чайная ложка черного молотого перца

2 столовые ложки оливкового масла первого
холодного отжима

1 столовая ложка измельченной петрушки

2 столовые ложки меда

1 размороженный стейк (поперечный срез) палтуса
толщиной 5 см

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 12 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, смешайте все ингредиенты, кроме филе палтуса, в миске и хорошо перемешайте. Затем положите филе в миску и обильно покройте маринадом, равномерно распределяя.
- 3 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить филе на решетку. Полейте каждый кусок рыбы ложкой маринада, затем закройте крышку и готовьте 10-12 минут, пока температура продукта не достигнет 60 °C. Чтобы сделать блюдо еще вкуснее, поливайте филе маринадом каждые 3-4 минуты.
- 4 Подавайте на стол сразу после приготовления.

СОВЕТ: Чтобы получить насыщенный цитрусовый вкус, снимите цедру с апельсина и лайма перед приготовлением сока и добавьте цедру в маринад..

КОПЧЕНОЕ ФИЛЕ ИЗ ХВОСТА МОРСКОГО ЧЕРТА С ОВОЩНОЙ СМЕСЬЮ

ПОДГОТОВКА: 20 МИНУТ | ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ: ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 20 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО: 6 ПОРЦИЙ | РЕЖИМ: ЖАРКА (ROAST)



ИНГРЕДИЕНТЫ

1 небольшой мытый баклажан,
нарезанный крупными кубиками толщиной 4 см

15 г соли

1 хвост морского черта без кожи, разрезанный на
2 филе (примерно 0,8 кг)

1/2 чайной ложки паприки

Перец по вкусу

10 ломтиков сырого бекона

1 1/2 столовой ложки оливкового масла

400 г мытых цуккини,
нарезанных ломтиками толщиной 1,5 см

50 г мытых помидоров черри, разрезанных пополам

1 небольшая очищенная нарезанная кубиками
луковица

1 чайная ложка свежего тимьяна

40 г греческих оливок

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1 Положите баклажаны в большую миску, посолите и дайте им высохнуть в течение 30 минут.

2 В это время приправьте филе морского черта перцем и паприкой. Оберните кусочки рыбы ломтиками бекона, оставляя между ними 1-2 см пространства.

3 Используйте колбу без решетки или корзину для жарки. Закройте крышку. Выберите режим ЖАРКА (ROAST), установите температуру 200 °C и таймер на 20 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.

4 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете добавить в колбу оливковое масло, кабачки, помидоры, лук и баклажаны. Хорошо перемешайте и закройте крышку. Готовьте 6 минут.

5 Через 6 минут перемешайте овощи и добавьте оливки. Выложите завернутое в бекон филе поверх овощей. Закройте крышку и продолжайте готовить.

6 Через 7 минут переверните рыбное филе. Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.

7 Отставьте рыбное филе на 3 минуты. Рыбу разрежьте на медальоны и выложите на тарелку с овощами. Подавайте на стол сразу после приготовления.

СОВЕТ: Хотите получить еще более пикантный вкус? Замените паприку более жгучей приправой, например, кайенским перцем.



ЗАМОРОЖЕННАЯ ТРЕСКА С ОВОЩАМИ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ФОЛЬГЕ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 22 МИНУТЫ | **КОЛИЧЕСТВО:** 2 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

- 300 г молодого картофеля, нарезанного ломтиками толщиной 1 см и отваренного в течение 10 минут
- 2 замороженного филе трески по 120 г толщиной 3 см
- 2 кубика масла по 2,5 см
- 2 веточки эстрагона
- 125 г красных и желтых помидоров черри
- 80 г сахарного горошка или стручковой фасоли с обрезанными стеблями
- 30 г нарезанных оливок без косточек
- Морская соль по вкусу
- Черный молотый перец по вкусу
- 4 листа фольги, 24 x 24 см

СОВЕТ: Замените треску любой вашей любимой замороженной рыбой.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Выложите половину картофеля в центр одного листа фольги. Выложите одно филе трески поверх картофеля, затем положите 1 кубик масла поверх трески. Положите 1 веточку эстрагона на сливочное масло, затем добавьте половину помидоров, половину гороха и половину оливок по краям трески. Приправить по вкусу морской солью и перцем.
- Положите лист фольги на открытый сверток с треской. Сформируйте прямоугольник 12 x 16 см, сложив верхний и нижний край листа, чтобы закрыть сверток
- Повторите шаги 1 и 2 с оставшимися ингредиентами.
- Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX) и таймер на 22 минуты. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- После того, как прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете открыть крышку и поместить свертки с треской на гриль. Закройте крышку и готовьте 15 минут.
- Через 15 минут откройте крышку и проверьте готовность трески. Будьте осторожны, когда будете открывать свертки, поскольку внутри мог скопиться пар. При необходимости закройте крышку и готовьте треску еще 3 минуты, пока температура внутри продукта не достигнет 75 °С.
- Достаньте ингредиенты из свертков и подавайте на стол.

ЗАМОРОЖЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ ФРИ С ПАРМЕЗАНОМ И ЧЕСНОЧНЫМ МАЙОНЕЗОМ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 20–22 МИНУТЫ | **КОЛИЧЕСТВО:** 5–6 ПОРЦИЙ |
РЕЖИМ: АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY)



ИНГРЕДИЕНТЫ

- 450 г замороженного картофеля фри
- 120 г майонеза
- 2 измельченных зубчика чеснока
- 1 чайная ложка чесночного порошка
- 1/2 чайной ложки соли
- 1/4 чайной ложки черного молотого перца
- Выжатый лимонный сок
- 1 столовая ложка растительного масла
- 120 г тертого сыра пармезан



СОВЕТ: Используйте любой вид замороженного картофеля фри, но внимательно следите за ним во время приготовления, чтобы он не был пережарен или не дожарен.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Вставьте корзину для жарки в прибор и закройте крышку. Выберите режим АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY), установите температуру 190 °С и таймер на 22 минуты. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что фритюрница достигла необходимой температуры, вы можете положить замороженный картофель фри в корзину для жарки. Закройте крышку и готовьте 10 минут.
- Через 10 минут встряхните корзину с картофелем фри. Установите корзину обратно в прибор и закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.
- В это время смешайте в миске майонез, чеснок, чесночный порошок, соль, перец и лимонный сок.
- Через 5 минут проверьте готовность картофеля (тонкий уже будет готов). При необходимости продолжайте готовить еще 1-7 минут.
- При желании добавьте растительное масло первого отжима или трюфельное масло, а затем тертый пармезан. Подавайте на стол с чесночным майонезом сразу после приготовления.

КУКУРУЗА НА ГРИЛЕ ПО-МЕКСИКАНСКИ

ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 12 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

4 кукурузы в початках
2 столовые ложки растительного масла
(используется несколько раз в процессе приготовления)
Соль по желанию
Черный молотый перец по желанию

СОУС

240 г сыра пармезан
60 мл майонеза
60 мл сметаны
Сок 2 лаймов
1 чайная ложка чесночного порошка
1 чайная ложка лукового порошка
15 г свежего нарезанного кориандра

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH) и таймер на 12 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, натрите каждую кукурузу 1/2 столовой ложки растительного масла. По желанию посолите и поперчите кукурузу.
- 3 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить кукурузу на решетку. Затем необходимо закрыть крышку и готовить в течение 6 минут.
- 4 Через 6 минут переверните кукурузу. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 6 минут.
- 5 В это время смешайте все ингредиенты соуса в миске.
- 6 Равномерно полейте кукурузу соусом. Подавайте на стол сразу после приготовления.

СОВЕТ: Чтобы приготовить легкий салат, срежьте жареную кукурузу с початков и смешайте с половиной майонеза.





ОСТРАЯ ЖАРЕНАЯ КУРИЦА ПО-НЭШВИЛЬСКИ

ЗАКУСКИ
И ГАРНИРЫ

ПОДГОТОВКА: 20 МИНУТ | **МАРИНАД:** 8 ЧАСОВ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ | **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 25 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 3-4 ПОРЦИИ | **РЕЖИМ:** АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 столовые ложки чесночного порошка
- 2 столовые ложки лукового порошка
- 2 столовые ложки порошка чили
- 1 столовая ложка сухой горчицы
- 2 столовые ложки соли
- 1 столовая ложка черного молотого перца
- 400 гр пахты
- 2 охлажденных куриных бедра с кожей на кости

- 2 охлажденных куриные грудки без кости и кожи, разрезанные пополам
- 200 г кукурузной муки
- 100 мл растительного масла (используется несколько раз в процессе приготовления)
- 2 столовые ложки темно-коричневого сахара
- 3 столовые ложки паприки
- 2 чайные ложки кайенского перца
- 0,5 чайной ложки соли

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Смешайте чеснок, лук, перец чили и сухую горчицу с солью и перцем. Поместите половину смеси в емкость. Добавьте пахту в емкость и смешайте со специями. Отложите в сторону оставшуюся смесь специй.
- 2 Положите курицу в пахту и маринуйте в холодильнике в течение 8 часов или оставьте на ночь.
- 3 Достаньте курицу из маринада. Перемешайте муку с оставшимися специями в большой миске. Обваляйте кусочки курицы в муке со специями, чтобы смесь равномерно покрыла мясо. Стряхните излишки муки с курицы.
- 4 Вставьте корзину для жарки в прибор и закройте крышку. Выберите режим АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY), установите температуру 170 °C и таймер на 25 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 5 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что фритюрница достигла необходимой температуры, вы можете поместить курицу в корзину. Закройте крышку и готовьте 10 минут.
- 6 В это время смешайте в миске оставшиеся 80 мл растительного масла, коричневый сахар, паприку, соль и кайенский перец.
- 7 Продолжайте готовить еще 5 минут или пока температура внутри продукта не достигнет 75 °C.
- 8 Аккуратно полейте курицу приправленной масляной смесью и подавайте на стол.

СОВЕТ: Подавайте с картофелем фри и капустным салатом.

МОРКОВЬ НА ГРИЛЕ С МЕДОМ И ТРАВАМИ

ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 8 МИНУТ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 10 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4-6 ПОРЦИЙ | **РЕЖИМ:** ГРИЛЬ (GRILL)



ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 столовая ложка меда
- 1 чайная ложка соли
- 2 столовые ложки топленого масла
- 6 очищенных разрезанный вдоль морковок среднего размера
- 1 столовая ложка свежей нарезанной петрушки
- 1 столовая ложка свежего нарезанного розмарина
- 3 столовые ложки соуса дзадзики для сервировки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Вставьте решетку в прибор и закройте крышку. Выберите режим «ГРИЛЬ» (GRILL), установите температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM) и таймер на 10 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- В небольшой миске смешайте мед, соль и топленое масло.
- Смажьте морковь медовым маслом, затем равномерно натрите свежими травами.
- Как только прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить морковь в центр решетки. Закройте крышку и готовьте 5 минут.
- Через 5 минут переверните морковь. Закройте крышку и готовьте еще 5 минут.
- Подавайте морковь с соусом дзадзики.

СОВЕТ: Этот рецепт подходит для большинства корнеплодов, которые можно нарезать на кусочки такого размера.



ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ «ТАРТ ТАТЕН»

ПОДГОТОВКА: 20 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |
ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 45-50 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ | **РЕЖИМ:** ВЫПЕЧКА (BAKE)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 7 очищенных и разрезанных на 4 части яблок сорта «Гренни Смит»
- Сок 1 лимона
- 100 г сахарной пудры
- 85 г несоленого сливочного масла, кубики по 2,5 см
- 1 упаковка слоеного теста
- Густые взбитые сливки для украшения

ПОСУДА:

Вам понадобится 20-сантиметровая форма для выпечки или универсальная форма Ninja Multi-Purpose Tin*.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Замочите яблоки в лимонном соке. Всыпьте сахар, добавьте сливочное масло и выложите яблоки (разрезом вниз) в универсальную форму для выпечки Ninja Multi-Purpose Tin.
- Нарежьте слоеное тесто на пластинки 23 см, используя дно плоской формы для тарта или формы для выпечки. Положите в морозильную камеру, пока не будете готовы к использованию.
- Убедитесь, что вы установили колбу и сняли решетку. Выберите режим ВЫПЕЧКА (BAKE), установите температуру 200 °C и таймер на 25 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев. После того, как прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете открыть крышку и поместить универсальную форму в колбу. Закройте крышку, чтобы начать приготовление.
- Через 10 минут откройте крышку и аккуратно переверните яблоки. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 15 минут. Достаньте слоеное тесто из морозильной камеры.
- Достаньте универсальную форму Ninja Multi-Purpose Pan и поставьте ее на решетку, чтобы она немного остыла. Выберите режим ВЫПЕЧКА (BAKE), установите температуру 160 °C и таймер на 25 минут. Пока прибор нагревается, аккуратно накройте яблоки слоеным тестом и заверните края в универсальную форму.
- Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что гриль достиг необходимой температуры, вы можете поместить универсальную форму обратно и закрыть крышку. Через 20 минут откройте крышку и проверьте готовность, корочка должна стать золотисто-коричневой. При необходимости закройте крышку и готовьте еще 5 минут.
- Достаньте универсальную форму и поставьте ее на решетку на 15 минут, чтобы она немного остыла. Когда посуда остынет, осторожно переверните блюдо на тарелку. Подавайте теплым со сливками.

Универсальную форму для выпечки *Ninja Multi-Purpose Tin можно купить на сайте ninjahome.ru

Таблица с рекомендациями по приготовлению на гриле

СОВЕТ: Чтобы уменьшить количество дыма, мы рекомендуем натереть продукты растительным маслом перед приготовлением.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, что мы указываем минимальное время приготовления. Перед употреблением убедитесь, что продукты достигли температуры готовности. См. таблицы на стр. 63 для получения дополнительной информации.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ
ПТИЦА				
Куриная грудка	2 грудки на кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	16-20 минут	Переверните в середине приготовления
	4 грудки без кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	14-18 минут	Переверните в середине приготовления
Половина курицы	1/2 курицы на кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	22-28 минут	Н/Д
Курица, окорочка	2 окорочка на кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	20-24 минуты	Переверните в середине приготовления
Готовые куриные колбаски	Упаковка 340 г	ВЫСОКИЙ (HIGH)	5-6 минут	Н/Д
Малое куриное филе	6 филе без кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-10 минут	Переверните в середине приготовления
Куриные бедра	4 бедра на кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	14-16 минут	Переверните в середине приготовления
	4 бедра без кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	10-13 минут	Переверните в середине приготовления
Куриные крылышки	900 г, на кости (плечевая и локтевая часть)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	10-14 минут	Переверните в середине приготовления
ГОВЯДИНА				
Гамбургеры	4 котлеты толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	4-6 минут	Переверните в середине приготовления
Филе Миньон	4 стейка толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	12-15 минут	Переверните в середине приготовления
Флэт Айрон	2 стейка толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	8-10 минут	Переверните в середине приготовления
Фланк	2 стейка толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-10 минут	Переверните в середине приготовления
Нью-Йорк	2 стейка толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-11 минут	Переверните в середине приготовления
Рибай	2 стейка толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	8-10 минут	Переверните в середине приготовления
Скерт	2 стейка толщиной 1,5 - 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-9 минут	Переверните в середине приготовления
Ти-Бон	2 стейка толщиной 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-12 минут	Переверните в середине приготовления
СВИНИНА, БАРАНИНА И ТЕЛЯТИНА				
Пласт ребер	4 шт., куски на 3 костях	ВЫСОКИЙ (HIGH)	20-22 минуты	Переверните в середине приготовления
Бекон	5 толстых полосок	НИЗКИЙ (LOW)	9-11 минут	Н/Д
Каре ягненка	1/2 ребра (4 кости)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	12-14 минут	Переверните в середине приготовления
Свинные отбивные	2 толстых куска свинины на кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	15-18 минут	Переверните в середине приготовления
	4 куска свинины без кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	14-16 минут	Переверните в середине приготовления
Свиная вырезка	2 свиные вырезки	ВЫСОКИЙ (HIGH)	15-20 минут	Переверните в середине приготовления
Ребрышки	3 шт., куски на 2 костях	ВЫСОКИЙ (HIGH)	24-28 минут	Переверните в середине приготовления
Колбаски	6 целых колбасок	НИЗКИЙ (LOW)	8-12 минут	Переверните в середине приготовления
Телячьи отбивные	4 отбивные на кости	ВЫСОКИЙ (HIGH)	8-12 минут	Переверните в середине приготовления

Таблица с рекомендациями по приготовлению на гриле, продолжение

СОВЕТ: Чтобы уменьшить количество дыма, мы рекомендуем натереть продукты растительным маслом перед приготовлением.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, что мы указываем минимальное время приготовления. Перед употреблением убедитесь, что продукты достигли температуры готовности. См. таблицы на стр. 63 для получения дополнительной информации.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ
МОРЕПРОДУКТЫ				
Треска	4 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	8-10 минут	Н/Д
Камбала	2 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	2-3 минуты	Н/Д
Палтус	4 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-9 минут	Н/Д
Устрицы	12	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	5-7 минут	Хорошо промойте, поставьте на решетку раковины вниз
Морские гребешки	450 г	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	5-8 минут	Переверните в середине приготовления
Креветки	450 г королевских креветок (16-18 штук)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3-5 минут	Обсушите, добавьте специи
Рыба-меч	4 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-8 минут	Н/Д
Тунец	4 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-7 минут	Н/Д
ЗАМОРОЖЕННАЯ ПТИЦА				
Куриная грудка	4 грудки без кости	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	22-26 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Куриные бедра	4 бедра на кости	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	25-28 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Гамбургеры с индейкой	4	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	11-13 минут	При желании переверните в середине приготовления
ЗАМОРОЖЕННАЯ ГОВЯДИНА				
Гамбургеры	4	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	10-12 минут	При желании переверните в середине приготовления
Вырезка из поясничной части спины	2	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	18-24 минуты	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Рибай	2	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	18-22 минуты	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Говяжья вырезка	2	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	15-17 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
ЗАМОРОЖЕННАЯ СВИНИНА				
Свинные отбивные	4 куса свинины без кости	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	20-23 минуты	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Свиная вырезка	1 свиная вырезка	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	20 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Сырые колбаски	6 целых колбасок	НИЗКИЙ (LOW)	10-14 минут	Переверните в середине приготовления
ЗАМОРОЖЕННЫЕ МОРЕПРОДУКТЫ				
Палтус	4 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	14-16 минут	При желании переверните в середине приготовления
Лосось	4 филе	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-13 минут	При желании переверните в середине приготовления
Креветки	450 г королевских креветок (16-18 штук)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-5 минут	Н/Д
ЗАМОРОЖЕННЫЕ ВЕГЕТАРИАНСКИЕ ГАМБУРГЕРЫ				
Вегетарианские гамбургеры	4	ВЫСОКИЙ (HIGH)	8-10 минут	При желании переверните в середине приготовления

Таблица с рекомендациями по приготовлению на гриле, продолжение

СОВЕТ: Чтобы уменьшить количество дыма, мы рекомендуем натереть продукты растительным маслом перед приготовлением.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ	INSTRUCTIONS
ОВОЩИ					
Спаржа	1 пучок	Целиком, обрезать стебли	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	5-7 минут	Н/Д
Китайская листовая капуста	450 г	Разрезать вдоль на 2 части, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	9-11 минут	Переверните в середине приготовления
Болгарский перец	3	Разрезать на 4 части, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-12 минут	Переверните в середине приготовления
Брокколи	2 кочана (450 г)	Разделить на соцветия толщиной 5 см	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10 минут	Н/Д
Брюссельская капуста	900 г	Целиком, обрезать стебли	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	12-15 минут	Переверните в середине приготовления
Морковь	675 г	Очистить, разрезать на кусочки 5-7,5 см, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	12 минут	Н/Д
Цветная капуста	1 кочан	Разделить на соцветия толщиной 5 см	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	12-15 минут	Н/Д
Кукуруза в початках	4-5	Целиком, очистить початки	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-13 минут	Переверните в середине приготовления
Шампиньоны	450 г	Разрезать пополам, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	5-7 минут	Н/Д
Баклажан	1 крупный	Разрезать на кусочки 5 см, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-12 минут	Переверните в середине приготовления
Стручковая фасоль	680 г	Обрезать стебли, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	8-10 минут	Н/Д
Лук белый или красный (разрезать пополам)	5	Очистить, разрезать пополам, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-12 минут	Н/Д
Лук белый или красный (нарезать кольцами)	1-2	Очистить, нарезать кольцами 2,5 см, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	2-4 минуты	Переверните в середине приготовления
Шампиньоны двуспоровые	4	Отделить шляпки грибов от ножек, при помощи ложки убрать грибные пластинки, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	8 минут	Переверните в середине приготовления
Помидоры	5	Разрезать пополам, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	8-10 минут	Н/Д
Цукини	680 г	Разрезать вдоль на четыре части, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	12-16 минут	Переверните в середине приготовления
ФРУКТЫ					
Авокадо	До 3-х плодов	Разрезать пополам, удалить косточку	ВЫСОКИЙ (HIGH)	4-5 минут	Н/Д
Бананы	4	Очистить, разрезать вдоль на 2 части	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	2 минуты	Достаньте с помощью силиконовых щипцов или лопатки
Лимон и лайм	5	Разрезать вдоль на две части, выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3 минуты	Не нужно переворачивать
Манго	4-6	Аккуратно выложите на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4 минуты	Н/Д
Дыня	6 кусочков (по 10 см каждый)	Аккуратно выложите на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4 минуты	Н/Д
Косточковые плоды	4-6	Разрезать пополам, удалить косточку, выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-12 минут	Н/Д
ХЛЕБ И СЫР					
Сыр халлуми	500 г	Нарезать ломтиками 2,5 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	4 минуты	Н/Д
Хлеб	2 кусочка	Смазать растительным маслом	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3-4 минуты	Не нужно переворачивать

Таблица с рекомендациями по приготовлению в аэрофритюрнице

Используйте это время приготовления в качестве ориентира в соответствии со своими предпочтениями.

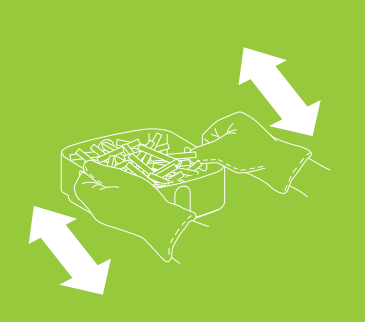
ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	ДОБАВЛЕНИЕ МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
ОВОЩИ					
Спаржа	2 пучка	Целиком, обрезать стебли	2 чайные ложки	200 °С	12-14 минут
Свекла	6 маленьких или 4 больших	Целиком	Без масла	200 °С	45-60 минут
Болгарский перец (для запекания)	4	Целиком	Без масла	200 °С	20-25 минут
Брокколи	2 кочана	Разделить на соцветия толщиной 2,5 см	1 столовая ложка	200 °С	12-16 минут
Брюссельская капуста	900 г	Разрезать пополам, удалить стебли	1 столовая ложка	200 °С	15-18 минут
Мускатная тыква	1,3 кг	Нарезать кусочками толщиной 2,5-5 см	1 столовая ложка	200 °С	30 минут
Морковь	900 г	Очистить, нарезать кусочками толщиной 1 см	1 столовая ложка	200 °С	16-18 минут
Цветная капуста	2 кочана	Разделить на соцветия толщиной 2,5 см	2 столовые ложки	200 °С	20-24 минуты
Кукуруза в початках	5	Целиком, очистить початки	1 столовая ложка	200 °С	12-15 минут
Стручковая фасоль	2 пакета	Обрезать	1 столовая ложка	200 °С	10-12 минут
Кудрявая капуста (для чипсов)	8 кочанов в упаковке	Разобрать на кусочки, удалить стебли	Без масла	148 °С	10-12 минут
Грибы	450 г	Промыть, разрезать на 4 части	1 столовая ложка	200 °С	10-12 минут
Картофель	1,3 кг	Нарезать дольками толщиной 2,5 см	1 столовая ложка	200 °С	25-30 минут
	450 г	Нарезать картофель* тонкой соломкой	1/2-3 столовые ложки растительного масла	200 °С	20-24 минуты
	450 г	Нарезать картофель* толстой соломкой	1/2-3 столовые ложки растительного масла	200 °С	23-26 минут
	4 целых клубня (прибл. 250 г каждый)	Проткнуть вилкой 3 раза	Без масла	200 °С	38-42 минуты
Батат	675 г	Нарезать крупными кубиками толщиной 2,5 см	1 столовая ложка	200 °С	15-20 минут
	6 целых клубней	Проткнуть вилкой 3 раза	Без масла	200 °С	30-35 минут
Цукини	900 г	Разрезать вдоль на 4 части, затем нарезать кусочками толщиной 2,5 см	1 столовая ложка	200 °С	15-18 минут
ПТИЦА					
Куриная грудка	2 грудки	На кости	Смазать маслом	190 °С	25-35 минут
	2 грудки	Без кости	Смазать маслом	190 °С	18-22 минуты
Куриные бедра	4 бедра	На кости	Смазать маслом	200 °С	22-28 минут
	4 бедра	Без кости	Смазать маслом	200 °С	18-22 минуты
Куриные крылышки	900 г (плечевая и локтевая часть)	На кости	1 столовая ложка	200 °С	22-26 минут

После того, как вы нарежете картофель, дайте ему постоять в холодной воде не менее 30 минут, чтобы удалить ненужный крахмал. Обсушите картофель.

Чем суше будет картофель, тем лучше.

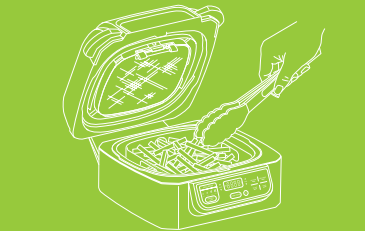
Для достижения наилучшего результата часто встряхивайте или перемешивайте картофель.

Мы рекомендуем часто проверять картофель, встряхивать или перемешивать его, чтобы добиться желаемых результатов.



Встряхивайте продукты

ИЛИ



перешивайте их силиконовыми щипцами

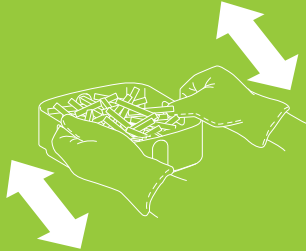
Таблица с рекомендациями по приготовлению в аэрофритюрнице, продолжение

Используйте это время приготовления в качестве ориентира в соответствии со своими предпочтениями.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	ДОБАВЛЕНИЕ МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
СВИНИНА И БАРАНИНА					
Бекон	4 полоски, разрезанные пополам	Без масла	Без масла	180 °C	8-10 минут
Свинные отбивные	2 толстых куска свинины на кости	На кости	Смазать маслом	190 °C	15-17 минут
	4 куска свинины без кости (230 г каждый)	Без кости	Смазать маслом	190 °C	14-17 минут
Свиная вырезка	2	Целиком	Смазать маслом	190 °C	25-35 минут
Колбаски	4	Целиком	Без масла	200 °C	8-10 минут
ЗАМОРОЖЕННЫЕ ПРОДУКТЫ					
Куриные котлеты	5 котлет	Без масла	Без масла	200 °C	18-21 минута
Куриные наггетсы	340 г	Без масла	Без масла	200 °C	10-13 минут
Рыбное филе	6	Без масла	Без масла	200 °C	14-16 минут
Рыбные палочки	18	Без масла	Без масла	200 °C	10-13 минут
Картофель фри	500 г	Без масла	Без масла	175 °C	20-25 минут
	1 кг	Без масла	Без масла	180 °C	28-32 минуты
Сырные палочки из моцареллы	340 г	Без масла	Без масла	190 °C	8-10 минут
Грибы в панировке	300 г, 12 грибов	Без масла	Без масла	170 °C	15-18 минут
Луковые кольца	375 г	Без масла	Без масла	180 °C	10-12 минут
Картофель фри из батата	500 г	Без масла	Без масла	190 °C	20-22 минуты
Хашбраун	500 г	Без масла	Без масла	175 °C	18-22 минуты
ХЛЕБ И ВЫПЕЧКА					
4 круассана	4	Без масла	Без масла	160 °C	5 минут
Булочки	6 булочек	Без масла	Без масла	180 °C	5-8 минут

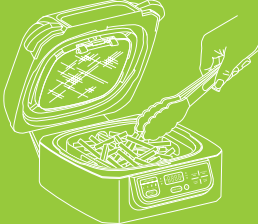
Для достижения наилучшего результата часто встряхивайте или перемешивайте картофель.

Мы рекомендуем часто проверять картофель, встряхивать или перемешивать его, чтобы добиться желаемых результатов.



Встряхивайте продукты

или



перешивайте их силиконовыми щипцами

Таблица с рекомендациями по сушке

СОВЕТ: При сушке мяса и рыбы рекомендуется использовать режим ЖАРКА (ROAST) на 170 °С в течение 1 минуты. Этот заключительный этап позволит пастеризовать продукт.

ИНГРЕДИЕНТЫ	ПОДГОТОВКА	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ СУШКИ
ФРУКТЫ И ОВОЩИ			
Яблоки	Нарезать ломтиками 3 мм, удалить сердцевину, промыть в лимонной воде, обсушить	60 °С	7-8 часов
Спаржа	Нарезать кусочками толщиной 2,5 см, бланшировать	60 °С	6-8 часов
Бананы	Очистить, нарезать ломтиками 3 мм	60 °С	8-10 часов
Свекла	Очистить, нарезать ломтиками 3 мм	60 °С	6-8 часов
Баклажан	Очистить, нарезать ломтиками толщиной 3 мм, бланшировать	60 °С	6-8 часов
Свежая зелень	Промыть, обсушить, удалить стебли	60 °С	4 часа
Имбирь	Нарезать ломтиками толщиной 3 мм	60 °С	6 часов
Манго	Очистить, нарезать ломтиками толщиной 9,5 мм, удалить косточку	60 °С	6-8 часов
Грибы	Очистить мягкой щеткой (не мыть)	60 °С	6-8 часов
Ананас	Очистить, нарезать ломтиками, удалить сердцевину 3-1,25 мм.	60 °С	6-8 часов
Клубника	Разрезать пополам или нарезать ломтиками по 1,25 см	60 °С	6-8 часов
Помидоры	Нарезать ломтиками 3 мм или натереть на терке; выпарить, если планируется сушка	60 °С	6-8 часов
МЯСО, ПТИЦА, РЫБА			
Вяленая говядина	Нарезать ломтиками толщиной 5 мм, замариновать на ночь	70 °С	5-7 часов
Вяленая курица	Нарезать ломтиками толщиной 6 мм, замариновать на ночь	70 °С	5-7 часов
Вяленая индейка	Нарезать ломтиками толщиной 6 мм, замариновать на ночь	70 °С	5-7 часов
Вяленый лосось	Нарезать ломтиками толщиной 6 мм, замариновать на ночь	70 °С	3-5 часов



Гриль-аэрофритюрница
AG301EU

© 2020 SharkNinja Operating LLC.

FOODI и NINJA являются зарегистрированными товарными знаками SharkNinja Operating LLC.

NINJAHOME.RU