

Перед использованием прибора обязательно ознакомьтесь с прилагаемой инструкцией.



# NINJA Foodi MAX

Гриль-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-аэрофритюрнице Ninja® Foodi® Max.

Здесь вы найдете рецепты,  
ценные советы и рекомендации.

Теперь откройте крышку и приступим.

## Список рецептов

<b>Стартеры</b>	<b>14</b>	<b>Рыба</b>	<b>29</b>
Стейк «Сирлойн» со спаржей	14	Лосось	29
<b>Говядина</b>	<b>16</b>	<b>Вегетарианские блюда</b>	<b>30</b>
Говядина «Веллингтон»	16	Фалафель	30
Гамбургер с сыром	17	<b>Закуски и гарниры</b>	<b>32</b>
<b>Курица</b>	<b>18</b>	Жареные овощи	32
Куриные грудки под соусом		Картофельный гратен Дофинуа	33
пири-пири с салатом «Цезарь»	18	Жареный батат со специями	34
Шашлык из курицы		Фокачча с морской солью	36
по-каджунски	20		
Курица в горчичном маринаде	22		
<b>Баранина</b>	<b>24</b>		
Баранья нога	24		
<b>Свинина</b>	<b>26</b>		
Завтрак на гриле	26		
Плетенка с колбасным фаршем	28		

Больше рецептов можно найти на сайте [NINJAHOME.RU](http://NINJAHOME.RU)

## Как найти подходящее блюдо в книге рецептов?

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

  
Цифровой кулинарный  
термометр-зонд

  
Занимает не  
более 10 минут

  
Приготовление на гриле  
замороженных продуктов

  
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. Теперь с системой Smart Cook вы можете точно определить готовность мяса без гаданий на кофейной гуще.



УМНАЯ СИСТЕМА  
**Smart Cook**

БОЛЬШЕ НИКАКИХ ГАДАНИЙ НА КОФЕЙНОЙ ГУЩЕ

Термометр-зонд,  
который не нужно  
снимать во время  
приготовления

Автоматическое  
отключение после  
выполнения  
программы

ОТЛИЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ



Любимые блюда на гриле  
Простые и быстрые рецепты  
*Гамбургер с сыром, стр. 17*



Продукты не нужно  
переворачивать  
в процессе приготовления  
Мясо, рыба и овощи  
больше не разваливаются  
*Филе лосося, стр. 29*



Идеальное приготовление  
Больше никаких гаданий  
на кофейной гуще  
*Стейк «Сирлойн» со спаржей,  
стр. 14*



Предпочитаете неожиданные  
сочетания и новые вкусы?  
Готовьте на гриле  
необычные блюда  
*Фокачча с морской солью, стр. 36*



Приготовление на гриле  
замороженных продуктов  
Не требует разморозки  
*Куриные грудки под соусом  
пири-пири, стр. 18*

# 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 и при использовании более густых соусов барбекю.

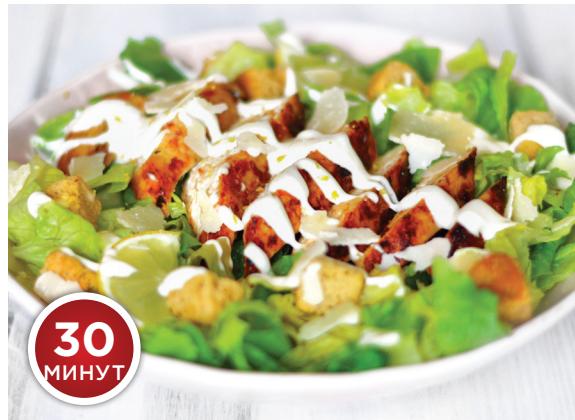


Завтрак на гриле  
Стр. 26



«СРЕДНЯЯ» (MED)  
230°C

Лучше всего подходит для замороженного мяса и маринованных продуктов.



Куриные грудки  
под соусом пири-пири  
Стр. 18



«ВЫСОКАЯ» (HIGH)  
250°C

Лучше всего подходит для стейков, курицы и гамбургеров.



Стейк «Сирлойн» со спаржей  
Стр. 14



«МАКСИМАЛЬНАЯ» (MAX)  
260°C

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



Кукуруза в початках  
Стр. 42

Всегда используйте масло, которое мы рекомендуем

Чтобы уменьшить количество дыма, используйте масла с высокой температурой дымления, например, растительное и кокосовое масло, масло виноградных косточек или масло авокадо вместо оливкового.

Если вы готовите на оливковом масле при высокой температуре, будьте готовы к тому, что дыма станет больше.

# Идеальное приготовление с цифровым кулинарным термощупом

Вы больше никогда не будете недожаривать или пережаривать продукты.



## Технология двойного датчика

Цифровой кулинарный термощуп, который не нужно снимать во время приготовления, постоянно отслеживает температуру в двух местах для получения более точных результатов. Гриль-аэфритюрница Ninja® Foodi® Max Health позволяет точно определить, когда необходимо снять мясо с гриля и дать ему «отдохнуть».

Для получения дополнительной информации о том, как использовать термощуп, см. инструкцию по эксплуатации.

## Как разместить термощуп

После того, как вы выбрали функцию приготовления, температуру приготовления, вид мяса или рыбы и способ приготовления, **вставьте цифровой кулинарный термощуп в самую толстую часть ингредиента**, пока гриль нагревается.

### ПРОДУКТ

### РАЗМЕЩЕНИЕ

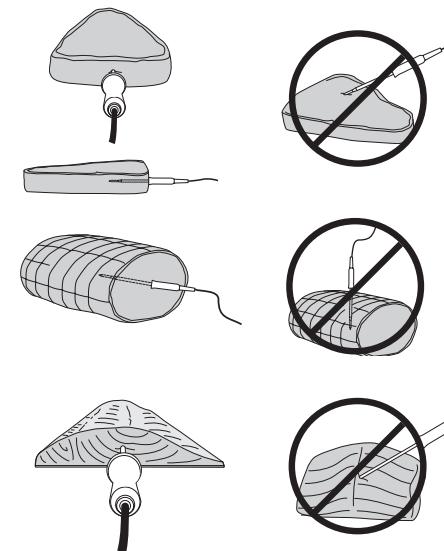
### ПРАВИЛЬНО

### НЕПРАВИЛЬНО

**Стейки**  
**Свинные отбивные**  
**Бараньи отбивные**  
**Куриные грудки**  
**Гамбургеры**  
**Вырезки**  
**Рыбное филе**

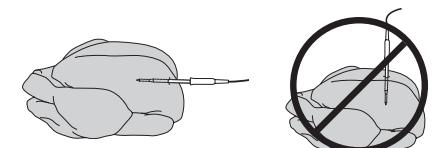
- Вставьте зонд горизонтально в середину самой толстой части мяса.
- Убедитесь, что кончик термощупа вставлен прямо в центральную часть мяса, а не под углом к его нижней или верхней части.
- Убедитесь, что термощуп находится близко к кости (но не касается ее) и не задевает жир или хрящи.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Самая толстая часть филе может не являться центром. Для получения желаемых результатов важно, чтобы конец зонда достигал самой толстой части.



**Целая курица**

- Вставьте термощуп горизонтально в самую толстую часть грудки, параллельно кости, но не касаясь ее.
- Убедитесь, что конец зонда достигает центра самой толстой части грудки и не проходит через нее в полость.



**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** использовать термощуп на замороженном мясе, кусках мяса толщиной менее 1,5 см или мясе на кости, например, куриных голеньях или хребтах.

# Руководство по приготовлению говядины Ninja®

Все по-разному определяют степень готовности мяса. В нашем руководстве мы наглядно показываем, какой результат можно ожидать при использовании предустановленных настроек для приготовления говядины.



## «Отдых» после приготовления

Вы знали? Даже когда вы снимаете мясо с решетки, его температура некоторое время продолжает расти.

Прибор издаст звуковой сигнал прямо перед тем, как ингредиенты прожарятся до нужной степени с учетом «отдыха». Эта функция позволит не пережарить блюдо,

Переложите мясо на тарелку со вставленным в него зондом и дайте ему «отдохнуть» 3-5 минут.

**Мясо может плохо прожариться, если вы будете пренебрегать «отдыхом» и нарезать его сразу после приготовления.**

Для получения дополнительной информации о том, как использовать термометр, см. инструкцию по эксплуатации.

## Мясо может готовиться по-разному

Каждый кусок мяса имеет разный размер, что необходимо учитывать при приготовлении. Мы рекомендуем обращать особое внимание на размеры кусочков мяса, указанные в наших таблицах. Вот еще несколько советов, которые помогут вам приготовить вкусные блюда.



### Размер кусочков

Мясо бывает разных форм и размеров и требует разного времени приготовления.

Если вы готовите мясо разного размера, сначала измерьте температуру меньшего куска, так как он будет готовиться быстрее.

Для кусков толщиной 5 см и более (например, филе миньон) мы рекомендуем выбрать более низкую температуру в пределах требуемой степени прожарки (например, Rare 1 вместо Rare 2).



### 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 в течение 30 минут, прежде чем готовить, чтобы его центральная часть стала сочнее.

# 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

РАЗМЕР ПОРЦИИ: ПРИБЛ. 250 МЛ | ВРЕМЯ МАРИНОВАНИЯ: 2-12 ЧАСОВ | ХРАНЕНИЕ: ДО 4 ДНЕЙ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ



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 чш чеснока  
1 чайная ложка  
черного молотого перца  
1 чайная ложка соли

**СОВЕТ:** При жарке маринованных продуктов в программе ГРИЛЬ (GRILL) мы рекомендуем устанавливать температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM), а при использовании более густых маринадов/соусов — НИЗКИЙ (LOW).

Есть вопросы? [ninjahome.ru](http://ninjahome.ru)

# 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. 10 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЖЕЛАЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

Охлажденная вырезка из поясничной части спины, 4 шт. (280 г. каждая)

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

Соль по желанию

Черный молотый перец по желанию

2 пучка обрезанной спаржи (400 г)

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ



Вставьте термощуп в прибор. Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL). По умолчанию будет установлен температурный режим HI, это правильная настройка температуры для данного рецепта. Нажмите кнопку ПРОГРАММИРОВАНИЕ (PRESET). Выберите вид мяса ГОВЯДИНА (BEEF), используйте стрелки слева от дисплея, чтобы установить желаемую степень прожарки. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.



Пока прибор нагревается, смажьте каждый стейк 1/2 столовой ложкой растительного масла с двух сторон, затем посолите и поперчите по вкусу. Перемешайте спаржу с оставшимся растительным маслом, посолите и поперчите по желанию.



Вставьте термощуп горизонтально в центр стейков (см. инструкции по размещению термометра-зонда в книге рецептов).



Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете положить стейки на решетку, аккуратно прижимая их, чтобы остались заметные следы. Протяните провод термощупа через крышку и закройте ее. Когда прибор издаст звуковой сигнал и на дисплее появится надпись ПЕРЕВЕРНИТЕ ПИЩУ (FLIP), переверните стейки силиконовыми щипцами. Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.



Когда стейки будут почти готовы, прибор издаст звуковой сигнал. Затем переложите стейки на тарелку или разделочную доску и дайте им постоять 5 минут.



В это время выложите спаржу на решетку гриля. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL) и установите температурный режим HI. Используйте стрелки справа от дисплея, чтобы установить таймер на 4 минуты. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать приготовление. Пропустите предварительный нагрев, нажав кнопку РАЗОГРЕВ (PREHEAT).



Когда мясо приготовится и «отдохнет», снимите зонд со стейков. Нарежьте стейки и подавайте со спаржей.

# ГОВЯДИНА «ВЕЛЛИНГТОН»



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 5 МИНУТ | **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 18 МИНУТ |  
**КОЛИЧЕСТВО:** 3-4 ПОРЦИИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто слоёное бездрожжевое 250гр

Вырезка говяжья 500 гр

Пармская ветчина 100 гр

Шампиньоны 700 гр

Горчица Дижонская 30 гр

Соль

Оливковое масло 60 гр

Трюфельное масло 5 гр

Яйцо желток 2 шт

Черный молотый перец по вкусу

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Шампиньоны почистить и измельчить в комбайне. Обжарить на сковороде с антипригарным покрытием на среднем огне с добавлением половины столовой ложки оливкового масла до выпаривания всей жидкости. Переложить в глубокую ёмкость, заправить солью, перцем и трюфельным маслом.
- 2 Налейте 1 столовую ложку масла в большую сковороду и поставьте на сильный огонь. Приправьте зачищенную говядину свежемолотым черным перцем и солью, затем положите мясо в сковороду и обжаривайте по 1 минуте с каждой стороны до образования румяной корочки. Отложите в сторону и дайте остыть.
- 3 Раскатайте тесто в прямоугольник, чтобы получилось закрыть мясо целиком. Выложите на тесто (оставляя края пустыми) сначала грибной паштет, разровняйте, затем тонкие ломтики пармской ветчины, затем охлажденную говядину, смазанную горчицей. Заверните мясо так, чтобы оно было целиком обёрнуто ветчиной и грибами, а тесто соединилось немного внахлест. Переверните получившийся рулет, чтобы соединение было в основании, торцы защипните, затем смажьте тесто взбитыми желтками.

- 4 Вставьте термощуп в прибор. Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу ЖАРКА (ROAST), установите температуру 170 °С, а затем нажмите кнопку ПРОГРАММИРОВАНИЕ (PRESET). Используйте стрелки справа от дисплея, чтобы выбрать вид мяса ГОВЯДИНА (BEEF), затем стрелки слева, чтобы выбрать степень прожарки «СЛАБАЯ ПРОЖАРКА» (MED RARE) или другую желаемую степень прожарки (для приготовления хорошо прожаренной говядины, возможно, потребуется накрыть мясо фольгой через 25 минут). Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 5 Пока прибор нагревается, вставьте термощуп в центр говядины (см. инструкции по размещению термометра-зонда на стр. 7).
- 6 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить корзину с говядиной в чашу. Протяните провод термощупа через крышку и закройте ее.
- 7 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что говядина почти готова, используйте прихватку, чтобы снять термощуп с мяса. Затем переложите говядину «Веллингтон» на доску и дайте ей постоять 10 минут перед подачей на стол.



# ГАМБУРГЕРЫ С ГОВЯДИНОЙ И СЫРОМ



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 7 МИНУТ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЖЕЛАЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг говяжьего фарша

3 чайные ложки смеси сухих трав

2 чайные ложки чесночного порошка

1 чайная ложка луковой соли

Соль и черный свежемолотый перец по вкусу

3 ломтика сыра

6 булочек для гамбургеров

Приправы по желанию



**СОВЕТ:** При формировании котлет большим пальцем сделайте углубление 1,5 см в центре каждой из них. Это позволит им сохранить форму во время приготовления.

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Положите в большую миску говядину, добавьте зелень и специи и перемешайте. Сформируйте из говядины котлеты размером 12x10 см. Положите сложенную вдвое половину ломтика сыра в центр 6 котлет. Выложите оставшиеся 6 котлет на сыр и сожмите, чтобы сыр «запечатался» внутри. Поставьте в холодильник на 30 минут.
- 2 Вставьте термощуп в прибор. Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL). По умолчанию будет установлен температурный режим HI, это правильная настройка температуры для данного рецепта. Нажмите кнопку ПРОГРАММИРОВАНИЕ (PRESET). Выберите вид мяса ГОВЯДИНА (BEEF), используйте стрелки слева от дисплея, чтобы установить степень прожарки ПОЧТИ ПРОЖАРЕННОЕ (MED WELL). Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 3 Пока прибор нагревается, вставьте термощуп горизонтально в центр одной из котлет (см. инструкции по размещению термометра-зонда на стр. 7).
- 4 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить котлеты на решетку. Протяните провод термощупа через крышку и закройте ее.
- 5 Готовьте гамбургеры, не переворачивая их, пока прибор не издаст звуковой сигнал, означающий, что блюдо готово. Используйте прихватку, чтобы снять зонд и достать гамбургеры из прибора.
- 6 При желании поджарьте булочки прямо на решетке гриля, выбрав программу ГРИЛЬ (GRILL), установив температурный режим HI и таймер на 1 минуту. Добавьте приправы и начинки на ваш выбор.



# КУРИНЫЕ ГРУДКИ ПОД СОУСОМ ПИРИ-ПИРИ С САЛАТОМ «ЦЕЗАРЬ»



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 7 МИНУТ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 23-25 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 5 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг замороженных куриных грудок без кожи и кости (по 200 г)  
2 1/2 столовые ложки растительного масла  
Соль и черный свежемолотый перец по вкусу  
70 мл соуса пири-пири или любой доступный томатно-перечный соус

## САЛАТ

1 очищенный измельченный зубчик чеснока  
10гр анчоусов  
5гр дижонской горчицы  
5 столовых ложек майонеза  
Сок ½ лимона (примерно 1 ½ столовой ложки)  
50 г натертого сыра пармезан + немного сыра для посыпки  
1 небольшой кочан салата романо  
25 г гренок

**СОВЕТ:** Проверьте внутреннюю температуру куриных грудок, вставив в них термометр-зонд. Затем нажмите и удерживайте кнопку РУЧНОЙ РЕЖИМ (MANUAL).

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL), установите температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM) и таймер на 25 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, равномерно натрите каждую грудку 1/2 столовой ложки растительного масла. По желанию посолите и поперчите.
- 3 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить грудки на решетку. Закройте крышку и готовьте 10 минут.
- 4 Через 10 минут переверните курицу. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 5 минут.
- 5 Через 5 минут обильно полейте курицу соусом, затем переверните и обильно полейте с другой стороны. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 5 минут.
- 6 Через 5 минут повторите шаг 5. Закройте крышку и готовьте еще 3 минуты.
- 7 Тем временем чеснок, майонез, лимонный сок, анчоусы и горчицу соедините вместе и измельчите блендером, добавьте пармезан. Удалите верхние листья салата, остальные порвите руками на кусочки на тарелке, аккуратно перемешав с заправкой.
- 8 При необходимости на курицу добавьте соус и готовьте еще до 3 минут, пока центральная часть курицы не достигнет температуры 75 °С.
- 9 Достаньте курицу из прибора и дайте ей постоять 5 минут, затем нарежьте ломтиками. Подавайте с салатом и заправкой, при желании натрите еще сыра и добавьте греники.

# КУРИНЫЙ ШАШЛЫК С ПЕРЦЕМ ПО-КАДЖУНСКИ



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **МАРИНАД:** 1 ЧАС | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 6 МИНУТ |

**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 10 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

4 столовые ложки подсолнечного масла  
2 столовые ложки сока лайма  
2 чайные ложки молотого тмина  
2 чайные ложки молотого кориандра  
2 чайные ложки паприки  
1 чайная ложка орегано  
1/2 чайной ложки хлопьев чили  
Соль и черный свежемолотый перец по вкусу  
600 г куриных бедер,  
нарезанных кубиками по 2,5 см  
1 красный перец без семян,  
разрезанный на 4 части с кусочками по 2,5 см  
1 желтый перец без семян,  
разрезанный на 4 части с кусочками по 2,5 см  
1 зеленый перец без семян,  
разрезанный на 4 части с кусочками по 2,5 см  
2 небольшие красные луковицы,  
очищенные и нарезанные кусочками по 2,5 см

## ВАМ ТАКЖЕ ПОТРЕБУЕТСЯ:

6 деревянных шампуров, замоченных в воде на 30 минут

**СОВЕТ:** Если вы предпочитаете вегетарианский вариант, замените курицу тофу и готовьте 6 минут.

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 В миске смешайте масло, сок лайма, тмин, кориандр, паприку, орегано, хлопья чили, соль и черный перец по вкусу. Добавьте куриные кубики и перемешайте. Накройте крышкой и оставьте мариноваться в холодильнике минимум на 1 час. Cover and leave to marinate in fridge for at least 1 hour.
- 2 Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL), установите температурный режим СРЕДНИЙ (MEDIUM) и таймер на 10 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 3 Пока прибор нагревается, нанизывайте продукты на шампуры в следующем порядке: курица, перец и лук. Убедитесь, что ингредиенты почти полностью заполняют шампуры. Оставьте маринад, чтобы сверху обмазать им мясо.
- 4 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить шашлыки на решетку. Закройте крышку.
- 5 Когда в середине приготовления прибор издаст звуковой сигнал и на дисплее отобразится надпись ПЕРЕВЕРНИТЕ ПИЩУ (FLIP), откройте крышку и смажьте открытую сторону шашлыка маринадом. С помощью силиконовых щипцов переверните шампуры и смажьте маринадом другую сторону. Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.
- 6 Готовьте до тех пор, пока внутренняя температура курицы не достигнет 75 °С. Откройте крышку и снимите шампуры. Выложите шашлык на блюдо и подавайте с рисом или салатом.





# ПОЛОВИНКА КУРИЦЫ В ГОРЧИЧНОМ МАРИНАДЕ С ЖАРЕННЫМИ ОВОЩАМИ



**ПОДГОТОВКА:** 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 4 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 48 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4-6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

### КУРИЦА В ГОРЧИЧНОМ МАРИНАДЕ

- 90 мл дижонской горчицы
- 90 мл растительного масла
- 1 чайная ложка морской соли
- 1/2 чайной ложки черного молотого перца
- 1 чайная ложка сушеного орегано
- 1 чайная ложка сушеных итальянских трав
- 1/2 лимона, цедра и сок
- 1,8 кг целой курицы, разрезанной пополам, или
- 1,8 кг целой курицы

### ЖАРЕННЫЕ ОВОЩИ

- 800 г смеси нарезанных кусочками длиной 4-5 см корнеплодов, таких как морковь, пастернак, картофель, репа
- 1 столовая ложка свежих листьев тимьяна
- 1/2 чайной ложки морской соли

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 В миске смешайте все ингредиенты, кроме курицы. Смажьте курицу с двух сторон горчичным соусом и отложите в сторону.
- 2 Вставьте термощуп в прибор. Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу

ЖАРКА (ROAST), установите температуру 180 °С, а затем нажмите кнопку ПРОГРАММИРОВАНИЕ (PRESET). По умолчанию прибор будет работать в режиме CHICKEN WELL, т.е. приготовление продукта до достижения им безопасной температуры. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.

- 3 Пока прибор нагревается, вставьте термощуп в самую толстую часть куриной грудки (см. инструкции по размещению термометра-зонда на стр. 7).
- 4 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить курицу кожей вниз в чашу. Протяните провод термощупа через крышку и закройте ее.
- 5 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что мясо нужно перевернуть, переверните курицу, добавьте приправы и овощи, убедившись, что они покрыты горячей жировой смесью. Посыпьте тимьяном и морской солью. Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.
- 6 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что курица почти готова, снимите термощуп с курицы прихваткой. Затем переложите курицу на разделочную доску и дайте ей постоять 10 минут перед подачей.
- 7 Тем временем проверьте, достаточно ли прожарены овощи. Если они не готовы, выберите программу ЖАРКА (ROAST), установите температуру 180 °С и таймер на 10 минут. Пропустите предварительный нагрев, нажав кнопку РАЗОГРЕВ (PREHEAT). Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать приготовление
- 8 Подавайте овощи с курицей сразу после приготовления.



# БАРАНЬЯ НОГА С КАРТОФЕЛЕМ ПАРМЕНТЬЕ



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 50 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранья нога без кости (1 кг)  
2 очищенных измельченных зубчика чеснока  
Свежие веточки розмарина  
1 столовая ложка подсолнечного масла  
Соль по желанию и  
черный свежемолотый перец по вкусу  
900 г очищенного картофеля

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Аккуратно сверните баранину в рулет и обвяжите шпагатом для равномерного приготовления. Острым концом ножа сделайте глубокие надрезы на коже и вставьте кусочки чеснока и веточки розмарина. Добавьте приправы по вкусу.
- 2 Вставьте термощуп в прибор. Вставьте чашу в прибор, добавьте масло и закройте крышку. Выберите программу ЖАРКА (ROAST). Нажмите кнопку ПРОГРАММИРОВАНИЕ (PRESET). Выберите вид мяса ЯГНЕНОК (LAMB), используйте стрелки слева от дисплея, чтобы установить степень прожарки ПОЧТИ ПРОЖАРЕННОЕ (MED WELL). Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 3 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить баранину внутрь. Вставьте термощуп горизонтально в самую толстую часть баранины (см. инструкции по размещению термометра-зонда на стр. 7). Закройте крышку.
- 4 Картофель нарежьте кубиками по 2 см, промойте водой, чтобы удалить крахмал и обсушите.
- 5 Через 25 минут переверните баранину и добавьте картофель, веточки розмарина и приправы. Убедитесь, что картофель покрыт маслом. Закройте крышку.
- 6 Когда блюдо будет готово, прибор издаст звуковой сигнал. Используйте прихватку, чтобы снять термощуп с мяса и достать баранину, затем оставьте блюдо на 10 минут.
- 7 Проверьте, достаточно ли подрумянился картофель. Если он еще не готов, выберите программу ЖАРКА (ROAST), установите температуру 180 °C и таймер на 5-10 минут. Пропустите предварительный нагрев, нажав кнопку РАЗОГРЕВ (PREHEAT). Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать приготовление.
- 8 Подавать картофель с бараниной.



# ЗАВТРАК НА ГРИЛЕ



**ПОДГОТОВКА:** 5 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 4 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 10-12 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

4 небольших или крупных двуспоровых шампиньона

1 чайная ложка оливкового масла

8 колбасок

4 толстых ломтика копченого бекона

2 крупных разрезанных пополам помидора

Подавайте с яичницей и запеченной фасолью

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1** Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL), установите температурный режим LO и таймер на 12 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2** Пока прибор нагревается, смажьте грибы маслом.
- 3** Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить колбаски и грибы на решетку. Закройте крышку.
- 4** Когда в середине приготовления прибор издаст звуковой сигнал и на дисплее отобразится надпись ПЕРЕВЕРНИТЕ ПИЩУ (FLIP), откройте крышку, переверните колбаски, добавьте ломтики бекона и помидоры. Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.
- 5** Готовьте до тех пор, пока внутренняя температура колбасок не достигнет 75 °С. По желанию подавайте на завтрак с яйцами и тушеной фасолью.

# ПЛЕТЕНКА С КОЛБАСНЫМ ФАРШЕМ



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 2 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 30 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г колбасного фарша из свинины  
2 столовые ложки соуса чатни из карамелизованного лука с горькой  
1 столовая ложка нарезанных свежих листьев шалфея  
250 г слоеного теста  
Соль и черный молотый перец по вкусу  
1 взбитое яйцо для глазури



## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу ВЫПЕЧКА (BAKE), установите температуру 160 °C и таймер на 30 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, положите в большую миску колбасный фарш, чатни, листья шалфея, соль и перец по вкусу. Тщательно перемешайте. Сформируйте толстую колбасу длиной около 22 см.
- 3 Застелите корзину бумагой для выпечки. На слегка присыпанной мукой поверхности раскатайте тесто в прямоугольник 24x30 см и поместите его в корзину для жарки.
- 4 Выложите колбасный фарш посередине, оставляя 2,5 см от каждого края. Острым ножом по всей длине теста сделайте диагональные надрезы через каждые 3 см.
- 5 Заверните края, а затем «заплетите» чередующиеся полосы теста в косичку, чтобы закрыть начинку. Обрежьте лишнее тесто и смажьте взбитым яйцом.
- 6 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить корзину для жарки в чашу. Закройте крышку и готовьте 30 минут.
- 7 Подавайте горячим или холодным с салатом.

# ФИЛЕ ЛОСОСЯ ПОД МАЙОНЕЗОМ С ЛИМОННЫМ СОКОМ



**ПОДГОТОВКА:** 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 7 МИНУТ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЖЕЛАЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ | **КОЛИЧЕСТВО:** 4 ПОРЦИИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

1 сырое филе лосося (600 г) с кожей  
1 столовая ложка оливкового масла  
Соль по желанию  
Черный молотый перец по желанию  
100 гр тонко нарезанный лимон  
1 столовая ложка свежего лимонного сока  
100 мл майонеза  
40 гр дижонской горчицы  
1 очищенный зубчик чеснока  
1 столовая ложка свежей нарезанной петрушки



## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте зонд в прибор. Вставьте решетку для гриля в прибор и закройте крышку. Выберите программу ГРИЛЬ (GRILL). По умолчанию будет установлен температурный режим ВЫСОКИЙ (HIGH), это правильная настройка температуры для данного рецепта. Нажмите кнопку ПРОГРАММИРОВАНИЕ (PRESET). Выберите режим приготовления рыбы FISH, используйте стрелки слева от дисплея, чтобы установить степень прожарки ПРОЖАРЕННОЕ (WELL DONE). Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, смажьте лосось маслом. Переверните рыбу, посолите ее и поперчите, поместите ломтики лимона в ряд по центру.
- 3 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить лосось на решетку кожей вниз и закройте крышку. Вставьте зонд горизонтально в самую толстую филе (см. инструкции по размещению термощупа на стр. 7).
- 4 Тем временем в миске среднего размера смешайте лимонный сок, майонез, горчицу, чеснок, соль и перец. Отложите в сторону.
- 5 Когда в середине приготовления прибор издаст звуковой сигнал и на дисплее отобразится надпись ПЕРЕВЕРНИТЕ ПИЦЦУ (FLIP), не переворачивайте лосось, вместо этого нанесите майонезную смесь тонким слоем на рыбу (со стороны филе без кожи). Закройте крышку, чтобы продолжить приготовление.
- 6 Когда блюдо будет готово, прибор издаст звуковой сигнал. Используйте прихватку, чтобы снять термощуп с лосося. Достаньте рыбу, подавайте с оставшимся майонезом и украсьте измельченной петрушкой.

# ФАЛАФЕЛЬ



**ПОДГОТОВКА:** 10 МИНУТ + 30 МИНУТ ОХЛАЖДЕНИЯ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** 2 1/2 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 20 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

2 столовые ложки подсолнечного масла  
1 крупная очищенная луковица, разрезанная на 8 частей  
2 очищенных зубчика чеснока  
2 банки (400 г) промытого и высушенного нута  
15 г свежего кориандра, листьев и стеблей  
1 небольшое яйцо  
2 чайные ложки молотого тмина  
2 чайные ложки молотого кориандра  
1/2-1 чайная ложка порошка чили  
80 г цельнозерновой муки  
1/2 чайной ложки соли  
Кулинарный спрей или подсолнечное масло

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Поместите все ингредиенты фалафеля в кухонный комбайн и измельчите до однородной массы с немного грубой консистенцией.
- 2 Используя ложку для мороженого или влажные пальцы, сформируйте из смеси 18 шариков. Положите на противень бумагу для выпечки и охладите фалафели в холодильнике в течение 30 минут, чтобы они затвердели. Сбрызните маслом корзину для жарки. Положите фалафели в корзину.
- 3 Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу ВЫПЕЧКА (BAKE), установите температуру 180 °C и таймер на 20 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 4 Сбрызните или смажьте фалафель маслом. Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить корзину для жарки в чашу и закрыть крышку. Проверьте фалафели примерно через 15 минут.
- 5 Подавайте фалафели в горячем или холодном виде.

**СОВЕТ:** Подавайте с жареным бататом со специями (стр. 34) и небольшим количеством тахини



# ЖАРЕННЫЕ ОВОЩИ С ПРЯНЫМИ ТРАВАМИ



**ПОДГОТОВКА:** 10 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** ПРИБЛ. 3 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 20 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г мускатной тыквы, очищенной и нарезанной кусочками по 3 см

300 г цукини, нарезанных ломтиками по 1,5 см

100 г толстых головок спаржи

2 красных перца, очищенных от семян и нарезанных толстыми ломтиками

2 небольшие красные луковицы, очищенные и разрезанные пополам

2 очищенных и измельченных зубчика чеснока

2 столовые ложки оливкового масла

2 столовые ложки нарезанного свежего тимьяна

1 столовая ложка свежего нарезанного розмарина

Соль и черный свежемолотый перец по вкусу

4 помидора



## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу ЖАРКА (ROAST), установите температуру 180 °C и таймер на 20 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 2 Пока прибор нагревается, поместите все овощи, кроме помидоров, в большую миску. Добавьте масло, травы и чеснок. По желанию посолите и поперчите. Перемешайте все ингредиенты.
- 3 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить приправленные маслом, чесноком и травами овощи в чашу. Закройте крышку и готовьте 20 минут.
- 4 Через 10 минут перемешайте овощи и помидоры. Закройте крышку и продолжайте готовить еще 10 минут.
- 5 Подавайте на стол сразу после приготовления.

# КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГРАТЕН ДОФИНУА



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** НЕ ТРЕБУЕТСЯ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 50 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг очищенного картофеля

2 очищенных зубчика чеснока

50 г сливочного масла

500 мл жирных сливок

2 яйца

1/2 чайной ложки тертого мускатного ореха

Соль и черный молотый перец по вкусу

150 г тертого сыра Грюйер

Веточки тимьяна для украшения



## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 Нарезьте картофель тонкими ломтиками (это можно сделать в кухонном комбайне или с помощью овощерезки) и замочите в воде.
- 2 Натрите чашу изнутри чесноком. Оставшийся чеснок измельчите. Слегка смажьте дно и стенки чаши сливочным маслом. Оставшееся масло нарежьте кубиками.
- 3 Смешайте жирные сливки, чуть взбитые яйца, мускатный орех и вылейте немного в чашу.
- 4 Слейте воду из емкости с картофелем. Выложите ломтики картофеля в блюдо с чесноком, сливочным маслом, солью и перцем. Залейте сливочной смесью. Посыпьте сыром.
- 5 Выберите программу ВЫПЕЧКА (BAKE), установите температуру 150 °C и таймер на 50 минут. Выберите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать приготовление и нажмите РАЗОГРЕВ (PREHEAT), чтобы пропустить предварительный нагрев. Поместите чашу в прибор. Закройте крышку.
- 6 Когда картофель будет готов, украсьте его веточками тимьяна и дайте постоять несколько минут, прежде чем подавать на стол в горячем виде в качестве гарнира к мясу.



# ЖАРЕНый БАТАТ СО СПЕЦИЯМИ

**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ | **ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** 2 1/2 МИНУТЫ |  
**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 10 МИНУТ | **КОЛИЧЕСТВО:** 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

600 г батата  
2 столовые ложки кукурузного крахмала  
3 столовые ложки оливкового масла  
1 столовая ложка свежего нарезанного розмарина  
1 чайная ложка сладкой паприки  
1/4 чайной ложки кайенского перца  
1 измельченный зубчик чеснока  
Соль и черный молотый перец по вкусу  
Нарезанная петрушка для украшения

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1** Очистите картофель и нарежьте его дольками толщиной около 1 см.
- 2** Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу АЭРОФРИТЮРНИЦА (AIR FRY), установите температуру 200 °C и таймер на 10 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 3** Пока прибор нагревается, поместите нарезанный батат в большую миску и посыпьте кукурузным крахмалом как можно более тонким слоем. Стряхните или смахните лишний кукурузный крахмал и выложите батат на тарелку. Также избавьтесь от излишков кукурузного крахмала в миске. Добавьте в миску оливковое масло, розмарин, паприку, кайенский перец, чеснок, соль и черный перец и перемешайте. Положите картофель обратно в миску и смешайте с маслом.
- 4** Поместите батат в корзину для картофеля фри.
- 5** 7 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить корзину для жарки в чашу. Закройте крышку и готовьте 10 минут.
- 6** Когда батат будет готов, украсьте его петрушкой и подавайте горячим на стол.



# ФОКАЧЧА С МОРСКОЙ СОЛЬЮ



**ПОДГОТОВКА:** 15 МИНУТ + ВРЕМЯ РАССТОЙКИ ТЕСТА ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО 1 ЧАС |

**ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ:** 2 1/2 МИНУТ |

**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** 15 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО: 6 ПОРЦИЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г муки из твердых сортов пшеницы

1 пакетик быстродействующих дрожжей

1 1/4 чайной ложки соли

3 столовые ложки оливкового масла первого холодного отжима (используется несколько раз в процессе приготовления)

250-300 мл теплой воды

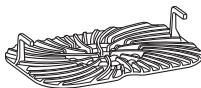
Морская соль хлопьями для посыпки

**СОВЕТ:** Добавьте пикантности, посыпав блюдо розмарином, нарезанным луком, половинками помидоров черри и оливками.

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1 В большую миску положите муку, дрожжи, соль и 2 столовые ложки оливкового масла. Постепенно добавляйте воду и перемешивайте руками ингредиенты, чтобы сформировать шар из теста.. Тесто может быть немного липким.
- 2 Переверните его на присыпанную мукой поверхность и вымешивайте десять минут до однородного состояния.
- 3 Застелите корзину бумагой для выпечки примерно на 5 см выше края. Не обязательно делать это очень аккуратно. Поместите тесто в корзину, немного распределив его по краям. (Тесто полностью заполнит корзину, когда поднимется).
- 4 Накройте корзину пищевой пленкой и оставьте при комнатной температуре минимум на 1 час или пока тесто не увеличится вдвое.
- 5 Вставьте чашу в прибор и закройте крышку. Выберите программу ВЫПЕЧКА (BAKE), установите температуру 180 °C и таймер на 15 минут. Нажмите СТАРТ/СТОП (START/STOP), чтобы начать предварительный нагрев.
- 6 Сбрызните маслом. По всей поверхности лепешки пальцами обеих рук сделайте углубления. Посыпьте хлопьями морской соли.
- 7 Когда прибор издаст звуковой сигнал, означающий, что он нагрелся, вы можете поместить корзину для жарки в чашу и закрыть крышку. Проверьте фокаччу примерно через 12 минут.
- 8 Она должна хорошо подрумяниться сверху. Обратите внимание на пустой звук, который издаётся, если постучать по лепешке. Когда блюдо будет готово, осторожно извлеките корзину из прибора. Переложите фокаччу на решетку для охлаждения, вынув из-под нее бумагу для выпечки. Подавайте горячим или теплым.

# Таблица с рекомендациями по приготовлению на гриле



**СОВЕТ:** Используйте цифровой термометр-зонд с учетом рекомендаций, указанных в таблицах ниже, чтобы получить мясо необходимой степени прожарки, не беспокоясь о времени приготовления.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ
<b>ПТИЦА</b>		<b>В ТАБЛИЦЕ УКАЗАНО ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПТИЦЫ ДО ПОЛНОЙ ГОТОВНОСТИ, Т.Е. ДО МОМЕНТА, КОГДА ЕЕ ВНУТРЕННЯЯ ТЕМПЕРАТУРА ДОСТИГНЕТ 75 °С</b>		
Куриная грудка	6 шт. без кости (по 200-250 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	16-20 минут	Переверните в середине приготовления
Курица, окорочка	4 шт. на кости (1 кг)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	16-18 минут	Переверните в середине приготовления
Малое куриное филе	9 шт. (400 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-8 минут	Переверните в середине приготовления
Куриные колбаски	12 шт. (800 г)	НИЗКИЙ (LOW)	9-12 минут	Переверните в середине приготовления
Куриные бедра	8 шт. без кости (по 100 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	10-12 минут	Переверните в середине приготовления
	8 шт. на кости (1 кг)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	14-16 минут	Переверните в середине приготовления
Куриные крылышки	14 шт. (1 кг)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-10 минут	Переверните в середине приготовления
Утиная грудка	4 шт. (800 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	13-14 минут	Переверните и наколите кожу в нескольких местах вилкой
Гамбургеры с индейкой	4 шт. (по 125 г) толщиной 2 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	10-13 минут	Не нужно переворачивать
<b>ГОВЯДИНА</b>		<b>В ТАБЛИЦЕ УКАЗАНО ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ГОВЯДИНЫ ДО ПОЛУЧЕНИЯ СРЕДНЕЙ СТЕПЕНИ ПРОЖАРКИ, Т.Е. ДО МОМЕНТА, КОГДА ВНУТРЕННЯЯ ТЕМПЕРАТУРА МЯСА ДОСТИГНЕТ 63 °С</b>		
Гамбургеры	4 шт. (по 125 г) толщиной 2 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-9 минут	Не нужно переворачивать
Филе Миньон	6 стейков (по 170-230 г) толщиной 3 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-12 минут	Переверните в середине приготовления
Фланк или бавет	2 стейка (475 г) толщиной 2 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-8 минут	Переверните в середине приготовления
Рибай	3 стейка (по 225-280 г) толщиной 2 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-12 минут	Переверните в середине приготовления
Ромштекс	3 стейка (по 225-280 г) толщиной 2 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-12 минут	Переверните в середине приготовления
Сирлойн	4 стейка (по 225-280 г) толщиной 2 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	9-12 минут	Переверните в середине приготовления
Ти-Бон	2 стейка (400-500 г) толщиной 3 см	ВЫСОКИЙ (HIGH)	8-12 минут	Переверните в середине приготовления
<b>СВИНИНА И БАРАНИНА</b>		<b>В ТАБЛИЦЕ УКАЗАНО ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СВИНИНЫ И БАРАНИНЫ ДО ПОЛНОЙ ГОТОВНОСТИ, Т.Е. ДО МОМЕНТА, КОГДА ВНУТРЕННЯЯ ТЕМПЕРАТУРА МЯСА ДОСТИГНЕТ 75 °С.</b>		
Бекон	8 толстых ломтиков	НИЗКИЙ (LOW)	5-8 минут	Не нужно переворачивать
Порционные куски бекона	4 шт. (по 125 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-8 минут	Переверните в середине приготовления
Хот-доги	15 шт. (750 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	3-5 минут	Переверните в середине приготовления
Свинные отбивные	4 шт. на кости (по 250 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	13-17 минут	Переверните в середине приготовления
Свинные ребрышки из корейки	2 пласта (475 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	11 минут	Переверните в середине приготовления
Стейки из свиной корейки	6 шт. (по 120 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	4-5 минут	Переверните в середине приготовления
Свиное филе	2 шт. (по 350-500 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	15-20 минут	Переверните в середине приготовления
Колбаски	12 шт. (600 г)	НИЗКИЙ (LOW)	7-10 минут	Переверните в середине приготовления
Баранья нога без кости, нарезанная ломтиками	1 шт. (700 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	20-24 минуты	Переверните в середине приготовления
Бараньи отбивные	8 шт. (550 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	4-5 минут	Переверните в середине приготовления

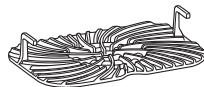
# Таблица с рекомендациями по приготовлению на гриле, продолжение



**СОВЕТ:** Для уменьшения количества дыма мы рекомендуем очищать защиту от брызг после каждого использования.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ
<b>МОРЕПРОДУКТЫ</b>		В таблице указано время приготовления морепродуктов до полной готовности, т.е. до момента, когда их внутренняя температура достигнет 75 °С		
Треска или пикша	6 филе (по 125 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-6 минут	Не нужно переворачивать
Филе палтуса	4 шт. (по 120 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	8-10 минут	Не нужно переворачивать
Креветки «Джамбо»	21 шт. (600 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3-5 минут	Обсушите, добавьте специи
Королевские креветки	46 шт. (560 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	1-3 минуты	Обсушите, добавьте специи
Филе лосося	6 шт. (по 130 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-8 минут	Не нужно переворачивать
Морские гребешки	38 шт. (600 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3-4 минуты	Обсушите, добавьте специи
Филе морского окуня	4 шт. (380 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-8 минут	Не нужно переворачивать
Тунец	4 стейка (по 110-170 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-6 минут	Не нужно переворачивать
<b>ЗАМОРОЖЕННАЯ ПТИЦА</b>		В таблице указано время приготовления птицы до полной готовности, т.е. до момента, когда ее внутренняя температура достигнет 75 °С		
Куриная грудка	6 шт. без кости (по 200 г)	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	22-25 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Куриные бедра	6 шт. на кости (850 г)	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	25-28 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Утиные ножки	5 ножек (1 кг)	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	30-35 минут	Переверните и наколите кожу в нескольких местах
<b>ЗАМОРОЖЕННАЯ ГОВЯДИНА</b>		В таблице указано время приготовления говядины до полной готовности, т.е. до момента, когда внутренняя температура мяса достигнет 75 °С.		
Сирлойн	4 стейка (225-300 г) толщиной 3 см	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	18-26 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Гамбургеры	6 замороженных гамбургеров (750 г)	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	10 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
<b>ЗАМОРОЖЕННАЯ СВИНИНА</b>		В таблице указано время приготовления свинины до полной готовности, т.е. до момента, когда внутренняя температура мяса достигнет 75 °С.		
Колбаски	12 шт. (600 г)	НИЗКИЙ (LOW)	9-12 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Свинные отбивные	6 шт. на кости (по 250 г)	СРЕДНИЙ (MEDIUM)	22-26 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
<b>ЗАМОРОЖЕННЫЕ МОРЕПРОДУКТЫ</b>		В таблице указано время приготовления морепродуктов до полной готовности, т.е. до момента, когда их внутренняя температура достигнет 75 °С		
Филе трески	6 шт. (по 90 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-8 минут	Не нужно переворачивать
Филе лосося	6 шт. (по 90 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-8 минут	При желании переверните в середине приготовления
Креветки	46 шт. (450 г)	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3-4 минуты	Не нужно переворачивать
<b>СВЕЖИЕ ВЕГАНСКИЕ ГАМБУРГЕРЫ</b>				
Веганские гамбургеры	4 шт. (по 125 г)	ВЫСОКИЙ (HIGH)	7-9 минут	При желании переверните в середине приготовления

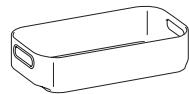
# Таблица с рекомендациями по приготовлению на гриле, продолжение



**СОВЕТ:** Для уменьшения количества дыма мы рекомендуем очищать защиту от брызг после каждого использования.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ
<b>ОВОЩИ</b>					
Спаржа	400 г	Целиком, обрезать стебли	ВЫСОКИЙ (HIGH)	6-7 минут	Не нужно переворачивать
Баклажан	500 г	Нарезать кусочками по 5 см, смазать маслом, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	8-10 минут	Переверните в середине приготовления
Болгарский перец	4 шт. (750 г)	Разрезать на 4 части, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	6-9 минут	Переверните в середине приготовления
Брюссельская капуста	600 г	Целиком, обрезать стебли	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	12-16 минут	Переверните в середине приготовления
Морковь	1 кг	Очистить, разрезать на кусочки по 5 см, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-12 минут	Переверните в середине приготовления
Кукуруза в початках	4 шт.	Целиком, очистить початки	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	7-10 минут	Переверните в середине приготовления
Цукини	2-3 шт. (500 г)	Разрезать вдоль на четыре части, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	10-12 минут	Переверните в середине приготовления
Грибы	750 г	Разрезать пополам, сбрызнуть маслом, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	5-7 минут	Не нужно переворачивать
Лук белый или красный (разрезать пополам)	6 шт. (600 г)	Очистить, разрезать пополам, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	5-7 минут	Переверните в середине приготовления
Лук белый или красный (нарезать кольцами)	3 (300 г)	Очистить, нарезать кольцами 2,5 см, добавить специи	ВЫСОКИЙ (HIGH)	6-8 минут	Переверните в середине приготовления
Шампиньоны двуспоровые	6 шт. (350-450 г)	Сбрызнуть маслом, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	7-9 минут	Переверните в середине приготовления
Помидоры	6-10 шт. (360 г)	Разрезать пополам, добавить специи	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	7 минут	Не нужно переворачивать
<b>ФРУКТЫ</b>					
Авокадо	До 3-х плодов	Разрезать пополам, удалить косточку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-5 минут	Не нужно переворачивать
Лимон и лайм	5 шт.	Разрезать вдоль на две части, выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-5 минут	Не нужно переворачивать
Манго	3 шт.	Разрезать пополам, удалить косточку Аккуратно выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-6 минут	Не нужно переворачивать
Дыня	6 кусочков (по 10-15 см)	Аккуратно выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	4-6 минут	Не нужно переворачивать
Ананас	6-8 кусочков или колец	Аккуратно выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	7-10 минут	Во время приготовления переверните 2-3 раза
Косточковые плоды (например, персики и сливы)	4-6 шт.	Разрезать пополам, удалить косточку, выложить на решетку	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	3-5 минут	Не нужно переворачивать
<b>ХЛЕБ И СЫР</b>					
Хлеб (например, багеты и чабатты)	Хлебобулочное изделие (30-40 см)	Нарезать ломтиками по 4 см, смазать растительным маслом	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	2-3 минуты	Не нужно переворачивать
Сыр халлуми	675 г	Нарезать ломтиками по 3 см, смазать маслом	МАКСИМАЛЬНЫЙ (MAX)	2-4 минуты	Не нужно переворачивать

# Таблица с рекомендациями по приготовлению в аэрофритюрнице



Используйте это время приготовления в качестве ориентира в зависимости от ваших предпочтений.

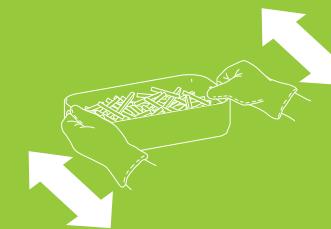
ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	ДОБАВЛЕНИЕ МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
<b>ОВОЩИ</b>					
Спаржа	400 г	Целиком, обрезать стебли	2 чайные ложки	200 °С	6-7 минут
Свекла	8 небольших или 6 крупных корнеплодов (1 кг)	Целиком	Нет	200 °С	30-40 минут
Болгарский перец	5 шт. (750 г)	Разрезать на 4 части, очистить от семян, добавить приправы	1 столовая ложка	200 °С	18-22 минуты
Брюссельская капуста	700 г	Разрезать пополам, удалить стебли	1 столовая ложка	200 °С	8-10 минут
Мускатная тыква	1,5 кг	Нарезать кусочками по 2,5-5 см	1 1/2 столовой ложки	200 °С	15-18 минут
Морковь	1 кг	Очистить, нарезать кусочками по 5 см	1 столовая ложка	200 °С	12-14 минут
Цветная капуста	800 г	Разделить на соцветия по 2,5 см	2 столовые ложки	200 °С	9-11 минут
Сельдерей	600 г	Очистить и нарезать кубиками по 1,5 см.	2 столовые ложки	200 °С	12-14 минут
Кукуруза в початках	6 шт.	Целиком, очистить початки	1 столовая ложка	200 °С	12-15 минут
Цукини	1 кг	Разрезать вдоль на 4 части, затем нарезать кусочками по 2,5 см	1 столовая ложка	200 °С	15-18 минут
Стручковая фасоль (мелкая)	640 г	Обрезать	1 1/2 столовой ложки	200 °С	8-10 минут
Кудрявая капуста (для чипсов)	400 г	Разобрать на кусочки, удалить стебли	1 столовая ложка	150 °С	10-12 минут
Грибы	700 г	Разрезать на 4 части	2 столовые ложки	200 °С	10 минут
Пастернак	500 г	Очистить и нарезать кусочками по 5 см	1 столовая ложка	200 °С	10-12 минут
Батат	750 г	Нарезать крупными кубиками по 2,5 см	1 1/2 столовой ложки	200 °С	15-20 минут
	6 шт. (по 185-250 г)	Проткнуть вилкой 3 раза	Нет	200 °С	25-30 минут
<b>КАРТОФЕЛЬ СОРТОВ «КОРОЛЬ ЭДВАРД», «МАРИС ПАЙПЕР» ИЛИ «РАССЕТ»</b>					
Дольки	1,5 кг	Нарезать дольками по 2,5 см	2 столовые ложки	200 °С	22-25 минут
Картофель фри тонкой соломкой	1 кг	Нарезать картофель* тонкой соломкой	1/2-3 столовые ложки растительного масла	200 °С	18-22 минуты
Картофель фри толстой соломкой	1 кг	Нарезать картофель* толстой соломкой	1/2-3 столовые ложки растительного масла	200 °С	20-24 минуты
Картофель целиком	6 шт. (по 185-250 г)	Проткнуть вилкой 3 раза	Нет	200 °С	32-38 минут
<b>ПТИЦА</b>					
Куриная грудка	4 шт. (по 150 г)	Нет	Смазать маслом	190 °С	18-22 минуты
Куриные бедра	6 шт. на кости (1 кг)	Нет	Смазать маслом	190 °С	18-22 минуты
	6 шт. без кости (600 г)	Нет	Смазать маслом	200 °С	14-16 минут
Куриные крылышки	1 кг	Нет	1 столовая ложка	200 °С	15-20 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 ингредиенты.**

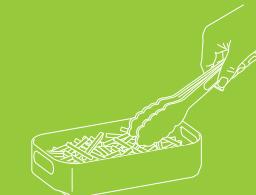
Мы рекомендуем часто проверять продукты и встряхивать или перемешивать их, чтобы добиться желаемых результатов.

**Встряхивайте продукты**

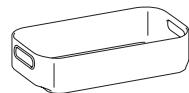


**ИЛИ**

**перемешивайте их силиконовыми щипцами**



# Таблица с рекомендациями по приготовлению в аэрофритюрнице, продолжение



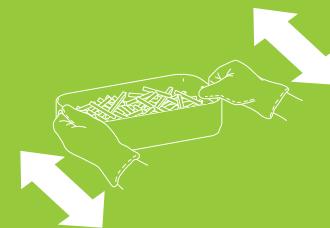
Используйте это время приготовления в качестве ориентира в зависимости от ваших предпочтений.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	ДОБАВЛЕНИЕ МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
<b>СВИНИНА</b>					
Бекон	6 толстых ломтиков (220 г)	Нет	Нет	180 °С	6-7 минут
Свинные отбивные	3 шт. на кости (по 250 г)	Нет	Смазать маслом	190 °С	14 минут
	4 шт. без кости (630 г)	Нет	Смазать маслом	190 °С	14-17 минут
Свиное филе	2 шт. (по 350-500 г)	Целиком	Смазать маслом	190 °С	18-22 минуты
Колбаски	12 шт. (600 г)	Нет	Нет	200 °С	8-10 минут
<b>РЫБА</b>					
Рыбные котлеты	4, 580 г	Нет	Нет	200 °С	10-12 минут
<b>ЗАМОРОЖЕННЫЕ ПРОДУКТЫ</b>					
Грибы в панировке	17 шт. (300 г)	Нет	Нет	170 °С	12-14 минут
Гамбургеры с курицей	6 шт. (по 125 г)	Нет	Нет	200 °С	14-15 минут
Куриные котлеты/стейки	4 шт. (390 г)	Нет	Нет	200 °С	14-15 минут
Куриные гужоны	19 шт. (475 г)	Нет	Нет	200 °С	8-10 минут
Котлеты по-киевски	4 шт. (600 г)	Нет	Нет	190 °С	16-18 минут
Куриные наггетсы	900 г (прибл. 60 шт.)	Нет	Нет	200 °С	18-22 минуты
Картофель фри	500 г	Нет	Нет	200 °С	10-12 минут
Картофель фри	1 кг	Нет	Нет	200 °С	15 минут
Картофель кусочками	500 г	Нет	Нет	180 °С	15-18 минут
Рыбное филе (в кляре)	4 (440 г)	Нет	Нет	200 °С	11 минут
Рыбные палочки	10 шт. (280 г)	Нет	Нет	200 °С	7-10 минут
Хашбраун	900 г	Нет	Нет	180 °С	20 минут
Луковые кольца	375 г	Нет	Нет	200 °С	8-9 минут
Картофель по-деревенски	650 г	Нет	Нет	180 °С	15-18 минут
Креветки в темпуре	16 шт. (280 г)	Нет	Нет	190 °С	9-10 минут
Жареный картофель	700 г	Нет	Нет	200 °С	15-18 минут
Креветки в панировочных сухарях	440 г	Нет	Нет	200 °С	8-9 минут
Картофель фри из батата	500 г	Нет	Нет	190 °С	18-20 минут
Веганские наггетсы	26 шт. (476 г)	Нет	Нет	200 °С	10 минут
Веганские колбаски	12 шт. (540 г)	Нет	Нет	180 °С	8 минут
Вегетарианские гамбургеры	4 шт. (350 г)	Нет	Нет	200 °С	12 минут

Для достижения наилучшего результата часто встряхивайте или перемешивайте ингредиенты.

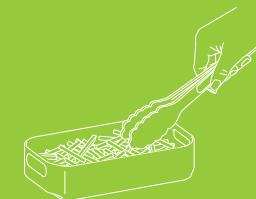
Мы рекомендуем часто проверять продукты и встряхивать или перемешивать их, чтобы добиться желаемых результатов.

Встряхивайте продукты



ИЛИ

перемешивайте их силиконовыми щипцами



# Таблица с рекомендациями по сушке

Используйте это время приготовления в качестве ориентира в зависимости от ваших предпочтений.

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

**NINJA**<sup>®</sup>  
**Foodi**<sup>®</sup>

Гриль-аэрофритюрница

AG551EU

© 2020 SharkNinja Operating LLC.

FOODI и NINJA являются зарегистрированными товарными знаками SharkNinja Operating LLC.

[NINJAHOME.RU](http://NINJAHOME.RU)