Обязательно прочитайте прилагаемые инструкции Ninja®, прежде чем использовать устройство.

NINJA® Foodi®

FLEXDRAWER

Мультипечь объемом 10.4 л.

КНИГА РЕЦЕПТОВ



+ НЕВЕРОЯТНЫЕ РЕЦЕПТЫ
+ ТАБЛИЦЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

СОДЕРЖАНИЕ

Использование мультипечи Ninja® Foodi® Flexdrawer Air Fryer.....3
Использование технологии MegaZone 4
Использование технологии DualZone 6
Конструктор полноценного питания.....8
Рецепты
Курица
Жареная курица с корнеплодами.....10
Курица по-охотничьи с молодой картошкой 12
Мясо
Свиная грудинка с соевым соусом и салатом из капусты и имбиря.....13
Баранья нога по-гречески с овощами 14
Фахитас со стейком и овощами.....16
Кофта из баранины с дольками сладкого картофеля и специями 17
"Жаба в норке".....18
Рыба
Рыба с картофелем.....19
Шашлык из лосося с перцем чили, имбирем, соей и овощами.....20
Вегетарианские блюда
Острый тофу с зелеными овощами.....22
Фритата с картофелем, вялеными помидорами и репчатым луком.....23
Закуски
Пирожки с сыром, картофелем, горохом и курицей.....24
Тосты с сыром и чатни.....25
Десерты
Чернично-лимонный кекс.....26
Блонди с малиной и белым шоколадом.....27
Таблицы приготовления.....28
Воздушная обжарка (AIR FRY).....28
Обжаривание до хрустящей корочки (MAX CRISP).....32
Обжаривание/Запекание(ROAST).....34
Dehydrate (Дегидратация).....34
Использование технологии DualZone с функцией SYNC.....36

NINJA TEST KITCHEN

www.ninjatestkitchen.eu

ПРИМЕЧАНИЕ:
Используйте боковые ручки, когда открываете и закрываете контейнер. Всегда ставьте контейнер на термостойкую поверхность. Во время использования данного прибора обеспечьте не менее 15 см свободного пространства сверху и со всех сторон для надлежащей циркуляции воздуха.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МУЛЬТИПЕЧИ NINJA® FOODI® FLEXDRAWER

7 ПРОГРАММ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Обжаривание до хрустящей корочки (MAX CRISP):
Лучше всего подходит для приготовления небольшого количества замороженных продуктов, которым может потребоваться высокая температура, например, картофель фри и куриные наггетсы.

Воздушная обжарка (AIR FRY)
Лучше всего подходит для приготовления таких продуктов, как чипсы и ваших любимых замороженных закусок

Обжаривание (ROAST)
Лучше всего подходит для приготовления кусочков мяса и овощей

Выпекание (BAKE)
Лучше всего подходит для приготовления тортов и других десертов

Разогрев (REHEAT)
Лучше всего подходит для разогрева уже готовых блюд

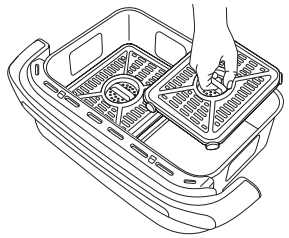
Дегидратация (DEHYDRATE)
Лучше всего подходит для приготовления овощных/фруктовых чипсов и вяленого мяса

Расстойка теста (PROVE)
Создавайте условия для подъема и расстойки теста

СОВЕТЫ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ БЕЗУПРЕЧНЫХ БЛЮД

РЕШЕТКИ ДЛЯ ФРИТЮРНИЦЫ

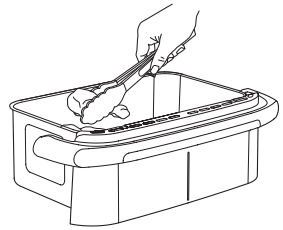
Решетки для фритюра обеспечивают равномерное подрумянивание блюд. Убедитесь, что решетки для фритюра вставлены на дно контейнера перед добавлением в него ингредиентов, если в рецепте не указано иное.



ПРИМЕЧАНИЕ. Аккуратно устанавливайте решетки для фритюра в прибор и всегда проверяйте, что они установлены правильно.

Встряхните и переверните

Для достижения наилучших результатов часто встряхивайте еду или переворачивайте ее щипцами с силиконовыми наконечниками, чтобы она получилась настолько хрустящей, насколько вы хотите.



СОВЕТ: во время приготовления влажных ингредиентов в кляре с функцией Air Fry всегда используйте правильную технику панировки. Важно обваливать продукты сначала в муке, затем в яйце, а затем в сухарях. Плотно прижимайте панировочные сухари к взбитым ингредиентам, чтобы крошки не сдувало вентилятором во время процесса приготовления.

V Вегетарианские блюда

Использование технологии MegaZone (Мегазона)

ЛЕГКО ПРЕВРАЩАЙТЕ MEGAZONE В МУЛЬТИПЕЧЬ С ДВУМЯ ОТДЕЛЬНЫМИ ЗОНАМИ

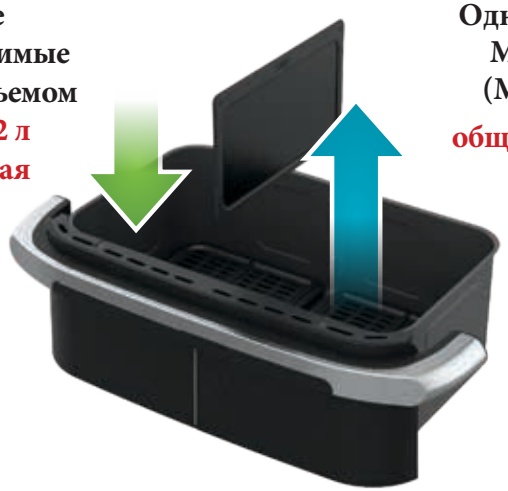
Вы можете готовить как в одном большом контейнере, так и разделить контейнер пополам и готовить в двух независимых зонах.





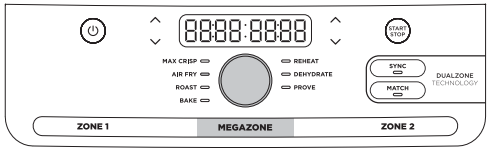
УНИВЕРСАЛЬНАЯ МЕГАЗОНА

Две независимые зоны объемом по 5,2 л каждая



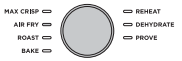
Одна большая MegaZone (Мегазона) общим объемом 10,4 л.

Чтобы приготовить большую партию одного блюда, снимите разделитель и используйте все пространство для приготовления, как в традиционной мультипечи.



ШАГ 1: Выберите опцию MEGAZONE(Мегазона)

- Поместите продукты в контейнер.
- Поверните диск, чтобы выбрать функцию приготовления (например, AIR FRY).



ШАГ 2: Установите время и температуру

- Используйте стрелки TEMP слева от диска, чтобы установить температуру.
- Используйте стрелки TIME справа от диска, чтобы установить время.



ШАГ 3: Начните приготовление

- Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.

Использование технологии DualZone

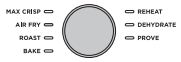
Синхронизация (SYNC)

Как приготовить два блюда одновременно, используя две разные функции, температуру и время приготовления? Установите разделитель посередине MegaZone, запрограммируйте каждую зону отдельно и используйте функцию SYNC, чтобы обе зоны завершили работу одновременно.



ШАГ 1: Программирование зоны 1

- Вставьте разделитель в середину контейнера.
- Поместите продукты в контейнер.
- По умолчанию для устройства установлена зона 1.
- Поверните диск, чтобы выбрать функцию приготовления (например, AIR FRY).



ШАГ 2: Установите время и температуру

- Используйте стрелки TEMP слева от диска, чтобы установить температуру.
- Используйте стрелки TIME справа от диска, чтобы установить время.



ШАГ 3: Программирование зоны 2

- Выберите зону 2.
- Поверните диск, чтобы выбрать функцию приготовления (например, ROAST), и повторите шаг 2.



ШАГ 4: Начните приготовление

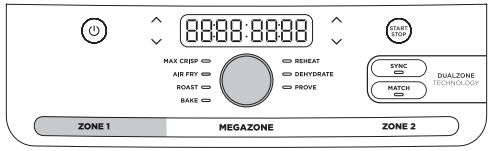
- Выберите функцию SYNC.
- Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
- В зоне с более коротким временем приготовления будет отображаться значение HOLD.



ПРИМЕЧАНИЕ: Время приготовления автоматически приостанавливается, когда вы открываете контейнер. Для возобновления приготовления повторно вставьте контейнер в устройство.

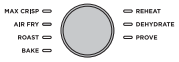
Функция совмещения контейнеров MATCH

Установите разделитель, выберите настройки в зоне 1 и нажмите MATCH для автоматического дублирования настроек на зону 2.



ШАГ 1: Программирование Зоны 1

- Установите разделитель посередине контейнера.
- Положите продукты в контейнер.
- По умолчанию устройство выбирает зону 1.
- Выберите нужную функцию приготовления (например, AIR FRY)



ШАГ 2: Установите время и температуру

- Используйте стрелки TEMP слева от диска, чтобы установить температуру.
- Используйте стрелки TIME справа от диска, чтобы установить время



ШАГ 3: Начинайте готовить

- Выберите режим совмещения контейнеров (MATCH).
- Нажмите кнопку START/STOP, чтобы начать приготовление пищи



ПРИМЕЧАНИЕ: Время приготовления автоматически приостанавливается, когда вы открываете контейнер. Для возобновления приготовления повторно вставьте контейнер в устройство.

Конструктор полноценного питания с помощью одной мультипечи.

Используя функцию Roast и некоторые советы ниже, создавайте собственные шедевры в мультипечи Flexdrawer.



Выберите белковый ингредиент

- 8 куриных бедер без костей и кожи (по 125 г)
- 4 свиных отбивных без кости (по 175 г)
- 8 бараньих отбивных с костью (по 85 г)
- 4 филе лосося (по 120 г)
- 400 г твердого тофу, отжатого, высушенного, нарезанного по желанию
- 12 сосисок растительного происхождения (по 60 г)
- 4 стейк-бургера на растительной основе (по 170 г)

Выберите овощи

- 300 г брокколи, нарезанной на соцветия по 5 см
- 500 г брюссельской капусты, разрезанной пополам, если крупная
- 400 г тыквы, очищенной от кожуры, нарезанной кусочками по 2,5 см
- 400 г соцветий цветной капусты, нарезанных на соцветия по 5 см
- 500 г очищенной моркови, нарезанной кусочками по 2,5 см
- 500 г молодого картофеля, разрезать пополам, если крупный
- 500 г пастернака, очищенного от кожуры, нарезанного на четвертинки, нарезанного длиной 7 см
- 2 перца, очищенных от семян, нарезанных полосками шириной 3 см
- 500 г сладкого картофеля, очищенного от кожуры, нарезанного кусочками по 3 см

Приправа/маринад

- Терияки
- Оливковое масло
- Хойсин
- Лимон и розмарин
- Соус барбекю
- Соус Пери-пери
- Приправы по своему вкусу или маринад

Приготовление

Смешайте ингредиенты с приправами или маринадом.
Установите обе решетки и снимите разделитель, затем добавьте ингредиенты в контейнер MegaZone.
Выберите опцию MEGAZONE, выберите функцию ROAST, установите температуру 190°C, затем установите время в зависимости от белка:
10–15 минут для рыбы.
15–20 минут для белков из свинины, баранины или растительного происхождения.
20–25 минут для птицы/

ЖАРЕНАЯ КУРИЦА С КОРНЕПЛОДАМИ

ПРОГРАММА: ROAST | ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 55 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4-6

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ КУРИЦЫ

1,6-2 кг целой курицы
Соль и черный молотый перец по вкусу
½ лимона, разрезанного на четвертинки
5 веточек тимьяна
5 веточек розмарина
Чеснок, разрезанный пополам наискось
1½ столовой ложки оливкового масла

ДЛЯ ОВОЩЕЙ

600 г картофеля, разрезанного вдоль пополам или на четвертинки
350 г небольшой моркови, очищенной от кожуры, разрезанной вдоль пополам
350 г крупного пастернака, очищенного от кожуры, нарезанного вдоль
2 столовые ложки масла
1 чайная ложка морской соли
Несколько веточек розмарина

ПОДЛИВА

2 столовые ложки обычной муки
300 г куриного бульона, при необходимости больше

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приправьте куриную полость солью и перцем, затем выдавите туда лимон, добавьте тимьян, розмарин и чеснок. Смажьте курицу маслом и приправьте солью, черным молотым перцем по желанию.
2. В большой миске смешайте подготовленные овощи с маслом, солью и веточками розмарина.
3. Вставьте обе решетки в контейнер. Поместите курицу в центр и вставьте контейнер в блок.
4. ВВыберите опцию MEGAZONE, выберите функцию ROAST, установите температуру 190°C, время 55 минут. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. За 18 минут до конца приготовления откройте контейнер и разложите овощи вокруг курицы. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление. Рекомендуем перемешивать овощи 2-3 раза во время приготовления.
6. Приготовление будет завершено, когда внутренняя температура курицы достигнет 75°C на щупе. Переложите курицу на доску и дайте ей отдохнуть 10 минут перед нарезкой.
7. Подавайте курицу к столу вместе с корнеплодами и подливой.

СОВЕТ: Чтобы приготовить подливу, добавьте жидкость со дна контейнера в маленькую кастрюлю, насыпьте в нее муку. После того, как маринад закипит, медленно влейте в него куриный бульон и снова доведите до кипения. Добавьте оставшийся сок из курицы и тушите еще 4 минуты.



КУРИЦА ПО-ОХОТНИЧЬИ С МОЛОДЫМ КАРТОФЕЛЕМ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 5 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 24 МИНУТЫ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 шт. (по 150 г) куриных грудок
8 кусочков копчёного бекона
750 г молодого картофеля (если картофель крупный, разрежьте его пополам)
1 чайная ложка растительного масла
Соль и чёрный молотый перец — по вкусу
100 г тёртого сыра Чеддер
4 столовые ложки соуса барбекю



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Оберните каждую куриную грудку двумя кусочками бекона.
2. В средней миске смешайте картофель с маслом и приправьте солью и перцем по вкусу.
3. Вставьте разделитель и обе корзины для фритюра в контейнер. Поместите куриные грудки в зону 1, а картофель — в контейнер зоны 2, затем вставьте контейнеры в основной блок.
4. Выберите зону 1, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 24 минуты. Выберите зону 2, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 22 минуты. Выберите функцию SYNC, нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. Когда на дисплее останется 10 минут до окончания приготовления, откройте контейнер и посыпьте курицу сыром. Перемешайте картофель щипцами с силиконовыми наконечниками и закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. Приготовление будет завершено, когда внутренняя температура курицы достигнет 75 °C на термометре мгновенного считывания. Подавайте курицу к столу, полив соусом барбекю, вместе с молодым картофелем.

СВИНАЯ ГРУДКА С СОЕВЫМ СОУСОМ И САЛАТОМ ИЗ КАПУСТЫ И ИМБИРЯ

ПРОГРАММА: AIR FRY И ROAST | ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | МАРИНОВАНИЕ: 2 ЧАСА | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 22 МИНУТЫ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

СВИНИНА

2 столовые ложки соевого соуса
1 столовая ложка кунжутного масла
1 зубчик чеснока, нарезанного
2,5 см свежего имбиря, очищенного и нарезанного
¼ чайной ложки чёрного молотого перца
650 г свиной грудинки, нарезанной на куски длиной по 6 см

СОУС

50 г устричного соуса
1 столовая ложка мёда
1 столовая ложка соевого соуса
1 чайная ложка рисового уксуса
1 чайная ложка кунжутного масла

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И ИМБИРЯ

1 средняя савойская капуста (примерно 800 г), удалить сердцевину, нарезать полосками толщиной по ½ см
1 столовая ложка кунжутного масла
25 мл соевого соуса
1,5 см свежего имбиря, очищенного, измельчённого
Чёрный молотый перец по желанию

СОВЕТ: Подавайте к столу с гарниром из риса или лапши и свежим кориандром.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В большой миске смешайте соевый соус, кунжутное масло, чеснок, имбирь и перец. Добавьте в миску свинину, обмажьте её соусом и маринуйте в холодильнике в течение 2 часов.
2. В небольшой миске смешайте все ингредиенты для соуса, затем отложите его в сторону.
3. В большой миске смешайте все ингредиенты для салата из капусты, хорошо перемешав их.
4. Вставьте разделитель и обе корзины для фритюра в контейнер. Поместите свинину в контейнер зоны 1, а капусту — в контейнер зоны 2, затем вставьте контейнеры в основной блок.
5. Выберите зону 1, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 22 минуты. Выберите зону 2, выберите функцию ROAST, установите температуру 200 °C и время 11 минут. Выберите функцию SYNC, нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
6. Когда в зоне 1 останется 11 минут до конца времени приготовления, откройте контейнер и переверните свинину, закройте контейнер и продолжайте приготовление.
7. Когда в каждой зоне останется 6 минут до завершения времени приготовления, откройте контейнер, смажьте свинину приготовленным соусом и добавьте к ней капусту. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
8. После окончания приготовления подавайте свинину к столу вместе с салатом из капусты.



БАРАНЬЯ НОЖКА ПО-ГРЕЧЕСКИ С ОВОЩАМИ

ПРОГРАММА: ROAST | ПОДГОТОВКА: 20 МИНУТ | МАРИНОВАНИЕ: 30 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 10 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 кг бараньей ноги
Соль и чёрный молотый перец по вкусу
2 столовые ложки сушёного орегано
1 большая красная луковица, очищенная, нарезанная ломтиками по 1 см
2 красных перца, нарезанных кусочками по 2,5 см
1 жёлтый перец, нарезанный кусочками по 2,5 см
1 баклажан, разрезанный на четвертинки вдоль и на кусочки по 1 см
2 кабачка, разрезанных пополам вдоль, кусочками по 1 см
2 столовые ложки оливкового масла
150 г сыра фета, нарезанного кубиками по 1 см
Сок ½ лимона

СОВЕТ: Приготовьте мятно-йогуртовый соус, смешав 150 мл греческого йогурта с горстью измельчённой мяты и посолив по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приправьте баранину солью, перцем и орегано. Оставьте мариноваться при комнатной температуре на 30 минут.
2. Вставьте обе корзины в контейнер. Положите баранью ногу жирной частью вниз в центр контейнера и вставьте его в основной блок.
3. Выберите MEGAZONE, выберите функцию ROAST, установите температуру 190 °C и время 1 час 10 минут. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
4. Через 25 минут откройте контейнер и переверните баранину. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
5. В большую миску добавьте лук, перец, баклажаны, кабачок, масло, 1 столовую ложку орегано, соль и перец и перемешайте всё до однородности.
6. Когда останется 35 минут до конца приготовления, откройте контейнер и выложите овощи вокруг баранины. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
7. В течение всего цикла приготовления открывайте контейнер и перемешивайте овощи, чтобы обеспечить их равномерное приготовление. Если баранина сильно подрумянивается, накройте её фольгой.
8. Приготовление будет завершено, когда внутренняя температура баранины достигнет 60 °C на термометре мгновенного считывания. Переложите баранину на доску, накройте фольгой и дайте ей отдохнуть 10–20 минут перед нарезкой.
9. Добавьте к овощам фету и лимонный сок и подавайте вместе с нарезанной бараниной и мятно-йогуртовым соусом.



ФАХИТАС СО СТЕЙКОМ И ОВОЩАМИ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 17 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

МАРИНАД ДЛЯ ФАХИТАС
2 столовые ложки копчёной паприки
1 столовая ложка молотого кориандра
1½ столовой ложки молотого тмина
1 столовая ложка сушёного орегано
4 столовые ложки оливкового масла
Сок ½ лайма
2 чайные ложки морской соли
Чёрный молотый перец по желанию

ФАХИТАС
200 г филейного стейка, нарезанного ломтиками по ½ см
2 луковицы, очищенные, нарезанные полосками по 1 см
2 красных перца, нарезанных полосками по 1 см
2 жёлтых перца, нарезанных полосками по 1 см
250 г грибов, нарезанных полосками по 1 см
8 шт. лепёшек тортилья для подачи



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В большую миску добавьте все ингредиенты для маринада и перемешайте их до однородности, затем разделите между двумя большими мисками.
2. В одну миску добавьте кусочки нарезанного стейка, половину лука и половину от количества перцев. Во вторую миску добавьте грибы, остаток лука и остаток перца. Тщательно перемешайте ингредиенты в обеих мисках, чтобы убедиться, что все ингредиенты покрылись маринадом.
3. Вставьте разделитель и обе корзины для фритюра в контейнеры. Поместите стейк в зону 1, а грибную смесь — в зону 2. Вставьте контейнеры в основной блок.
4. Выберите зону 1, выберите AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 17 минут. Выберите функцию MATCH. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. Когда останется 10 минут до конца приготовления, откройте контейнер и с помощью силиконовых щипцов перемешайте ингредиенты, затем закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. После завершения приготовления подавайте фахитас, завернув в мягкие тортильи, и приправьте соусом по вкусу.

СОВЕТ: Подавайте со сметаной, выжатым лаймом, халапеньо и свежим кориандром.

КЁФТА ИЗ БАРАНИНЫ С ЛОМТИКАМИ БАТАТА СО СПЕЦИЯМИ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 20 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г бараньего фарша
20 г свежих сухарей, ненадолго замоченных в холодной воде и отжатых
1 репчатая луковица, мелко нарезанная
1 зубчик чеснока, очищенный, измельчённый
2 чайные ложки смеси специй Бахарат
1½ столовой ложки кинзы, мелко нарезанной
1½ столовой ложки петрушки, мелко нарезанной
Соль и чёрный молотый перец по желанию
700 г батата (сладкого картофеля), очищенного от кожуры, нарезанного кружочками по 1,25 см
2 столовые ложки оливкового масла
1 чайная ложка паприки
Дополнительно: мелко нарезанная петрушка и кинза для украшения
Кулинарный спрей
Тёплый лаваш (пита) для подачи
Для этого рецепта вам понадобятся четыре замоченных деревянных шпажки диаметром 20 см



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В большой миске смешайте бараний фарш, панировочные сухари, репчатый лук, чеснок, специи Бахарат, кинзу, петрушку, соль и перец. Добавьте соль и чёрный молотый перец по вкусу. Разделите смесь на четыре равные части и равномерно сформируйте из смеси котлеты вокруг каждой шпажки, оставляя по 4 см на каждом конце шпажки.
2. В большой миске смешайте батат с оливковым маслом, солью, перцем и паприкой.
3. Вставьте разделитель и обе корзины для фритюра в контейнеры обеих зон. Сбрызните зону 1 кулинарным спреем, затем выложите в неё шпажки с котлетами. Поместите кусочки батата в зону 2. Вставьте контейнеры в основной блок.
4. Выберите зону 1, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 12 минут. Выберите зону 2, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 20 минут. Выберите функцию SYNC, нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. Когда останется 10 минут, откройте контейнер и с помощью силиконовых щипцов переверните котлетки и перемешайте картофель.
6. После завершения приготовления украсьте баранину и батат кинзой. Подавайте блюдо к столу горячим с тёплым лавашом (пита).

СОВЕТ: Подавайте с мятно-йогуртовым соусом, смешав 150 мл греческого йогурта с горстью измельчённой мяты и солью по желанию.

ЖАБА В НОРКЕ

ПРОГРАММА: ROAST | ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 18 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

8 свиных сосисок

1 столовая ложка масла

130 г обычной муки

¼ чайной ложки соли

2 крупных яйца, взбитых

180 мл полуобезжиренного молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Выложите сосиски в жаропрочную форму размером 20 см x 25 см и добавьте к ним масло.
2. Вставьте обе корзины для фритюра в контейнеры. Поместите в контейнер жаропрочную посуду с сосисками и закройте контейнер.
3. Выберите MEGAZONE, выберите функцию ROAST, установите температуру 210 °C и время 18 минут. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
4. В большую миску добавьте муку и соль. Постепенно вмешайте в смесь взбитые яйца и молоко, пока не образуется однородное тесто.
5. Когда останется 11 минут до конца приготовления, откройте контейнер, переверните сосиски и аккуратно залейте их тестом. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. После завершения приготовления достаньте жаропрочную посуду из контейнера и дайте блюду остыть несколько минут перед подачей.



СОВЕТ. Используйте веганские или вегетарианские сосиски для варианта блюда без мяса.

СОВЕТ: Подавайте с соусом по вашему вкусу.

РЫБА С КАРТОФЕЛЕМ

ПРОГРАММА: AIR FRY И ROAST | ПОДГОТОВКА: 40 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 24-26 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

КАРТОФЕЛЬ

1 кг картофеля King Edward или Maris Piper, очищенного и нарезанного на куски толщиной 1,5 см

2 столовые ложки подсолнечного масла

Соль и чёрный молотый перец по вкусу

2 чайные ложки манной крупы (по желанию)

РЫБА

2 ломтика чёрствого хлеба, нарезанного на кусочки

1 зубчик чеснока

Цедра 1 лимона

5 г свежей петрушки

Соль и чёрный молотый перец по вкусу

4 x 140 г филе трески без кожи

2 столовые ложки подсолнечного масла

Кулинарный спрей

Соус тартар (по желанию)

Гороховое пюре (по желанию)

ДЛЯ ПОДАЧИ (НЕОБЯЗАТЕЛЬНО)

Дольки лимона

Измельчённая петрушка



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Поместите картофель в большую миску, залейте холодной водой и дайте постоять 30 минут, чтобы удалить лишний крахмал. Промойте и обсушите картофель.
2. ВВыложите картофель в большую миску и смешайте с маслом, солью, перцем и манной крупой до равномерного покрытия. Вставьте разделитель и обе корзины для фритюра в контейнер. Выложите картофель в контейнер зоны 1.
3. В отдельной миске смешайте хлеб, чеснок, лимонную цедру, петрушку, соль и перец и перемешивайте до получения однородной текстуры. Затем переложите смесь в неглубокую миску.
4. Равномерно смажьте филе маслом, затем обваляйте его в панировочной смеси. Сбрызните корзину для фритюра в зоне 2 кулинарным спреем и выложите на неё филе. Вставьте контейнер в основной блок.
5. Выберите зону 1, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 26 минут. Выберите зону 2, выберите функцию ROAST, установите температуру 170 °C и время 14 минут. Выберите функцию SYNC. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
6. Используя щипцы с силиконовыми наконечниками, перемешайте картофель несколько раз в течение цикла приготовления, чтобы обеспечить его равномерное приготовление. Через 2 минуты проверьте картофель на готовность.
7. После завершения приготовления достаньте рыбу и картофель из прибора, выложите их на тарелку, украсьте дольками лимона, петрушкой и подавайте с соусом тартар и гороховым пюре.

ПРИМЕЧАНИЕ. Для этого рецепта картофель нужно нарезать более крупными кусками. Если вы предпочитаете хрустящий картофель фри, смотрите таблицу приготовления на странице 33, чтобы узнать время приготовления.

ШАШЛЫК ИЗ ЛОСОСЯ С ПЕРЦЕМ ЧИЛИ, ИМБИРЕМ И ОВОЩАМИ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | МАРИНОВАНИЕ: 1 ЧАС | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

ЛОСОСЬ

2 столовые ложки соевого соуса
1 столовая ложка мёда
1 столовая ложка соуса чили или шрирача
½ чайной ложки кунжутного масла
600 г филе лосося, нарезанное кубиками по 4 см

ОВОЩИ

Кусочек имбиря 2,5 см, очищенный, измельчённый
1 маленький зубчик чеснока, очищенный, измельчённый
1 столовая ложка кунжутного масла
2 столовые ложки соевого соуса
1½ чайной ложки пяти китайских специй
800 г овощной смеси (зелёной фасоли, брокколи и кукурузы), нарезанной кусочками по 3 см

СОУС

4 столовые ложки соевого соуса
½ столовой ложки рисового уксуса
Кусочек имбиря 2,5 см, очищенный, измельчённый
1½ столовой ложки мёда
1 столовая ложка сирачи (соуса шрирача)

Для этого рецепта вам понадобятся четыре замоченных деревянных шпажки диаметром 25 см.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В большой миске смешайте соевый соус, мёд, шрирачу и кунжутное масло. Поместите лосося в маринад и равномерно покройте его маринадом, затем накройте крышкой. Уберите миску в холодильник и дайте рыбе промариноваться в течение 1 часа. После маринования разделите рыбу на четыре части и нанижите их на четыре шампура.
2. В большой миске смешайте имбирь, чеснок, кунжутное масло, соевый соус и пять китайских специй. Добавьте в миску овощи и маринуйте их в течение 10 минут.
3. Вставьте обе корзины для фритюра в контейнер. Поместите овощи в контейнер и вставьте контейнер в прибор.
4. Выберите MEGAZONE, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 15 минут. Нажмите кнопку START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. Когда на таймере останется 11 минут, откройте контейнер, хорошо перемешайте овощи, затем положите сверху на них шпажки с лососем. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. Когда до конца приготовления останется 9 минут, переверните шпажки и добавьте в контейнер овощи. Закройте контейнер и продолжайте готовить.
7. За 6 минут до конца приготовления откройте контейнер, достаньте шпажки и перемешайте овощи. Верните шпажки в контейнер, разместив их противоположной стороной вверх, чтобы обеспечить равномерное приготовление. Закройте контейнер и продолжайте готовить.
8. После приготовления подайте шашлык из лосося с овощами, полить приготовленным соусом. При желании можно приготовить на гарнир рис.



ОСТРЫЙ ТОФУ С ЗЕЛЁНЫМИ ОВОЩАМИ

ПРОГРАММА: AIR FRY И ROAST | ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | AIR FRY: 22 МИНУТЫ | ROAST: 14 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

ИМБИРНО-СОЕВЫЙ МАРИНАД

2 столовые ложки кинзы, мелко нарезанной

3 столовые ложки соевого соуса

2 столовые ложки оливкового масла

3 столовые ложки мёда

3 столовые ложки кунжутного масла

3 столовые ложки рисового уксуса

1 зубчик чеснока, очищенный, измельчённый

Кусочек свежего имбиря 2,5 см, очищенный, измельчённый

Соль и чёрный молотый перец по желанию

ОВОЩИ

250 г брокколи, нарезанной на соцветия по 3 см

150 г зелёного горошка (в стручках)

250 г стручковой фасоли, разрезанной пополам

ТОФУ

2 столовые ложки кукурузной муки

½ столовой ложки пяти китайских специй

¼ чайной ложки кайенского перца

½ чайной ложки соли

600 г твёрдого тофу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В большой миске смешайте все ингредиенты для маринада. Добавьте в неё овощи, перемешайте всё до равномерного покрытия и дайте промариноваться 10 минут.
2. В большой миске смешайте кукурузную муку, 5 китайских специй, кайенский перец и соль. Добавьте тофу и тщательно перемешайте, пока тофу не покроется смесью.
3. Вставьте разделитель и корзины для фритюра в контейнер. Поместите тофу в зону 1, а овощи в зону 2. Вставьте контейнер в основной блок.
4. Выберите зону 1, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 22 минуты. Выберите зону 2, выберите функцию ROAST, установите температуру 200 °C и время 14 минут. Выберите функцию SYNC. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. Когда в Зоне 1 останется 11 минут до конца приготовления, откройте контейнер и с помощью силиконовых щипцов переверните тофу. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. За 7 минут до окончания приготовления в Зоне 2 откройте контейнер и с помощью силиконовых щипцов перемешайте овощи. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
7. После завершения приготовления переложите овощи в миску, выложите сверху на них хрустящий тофу и полейте остатками имбирно-соевого маринада. Подавайте к столу немедленно.



ФРИТТАТА С КАРТОФЕЛЕМ, ВЯЛЕНЫМИ ПОМИДОРАМИ И РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4-6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

8 крупных яиц

60 мл двойных сливок

15 г свежей петрушки, мелко нарезанной

5 г зелёного лука, мелко нарезанного

1 столовая ложка каперсов, мелко нарезанных

40 г вяленых помидоров, мелко нарезанных

4 луковицы, мелко нарезанных

30 г тёртого сыра Чеддер

1 чайная ложка соли

½ чайной ложки чёрного молотого перца

350 г варёного картофеля, нарезанного ломтиками по 1 см



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Аккуратно застелите жаропрочное блюдо размером 20 см x 25 см пергаментом для выпечки.
2. В большой миске взбейте яйца со сливками, петрушкой, зелёным луком, каперсами, вялеными помидорами, репчатым луком, сыром Чеддер, солью и перцем до однородной смеси.
3. Ровным слоем выложите картофель в подготовленную посуду и равномерно покройте его яичной смесью.
4. Вставьте корзины для фритюра в контейнер. Поместите жаропрочную посуду в контейнер и вставьте контейнер в основной блок.
5. Выберите MEGAZONE, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 180 °C и время 20 минут. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
6. Когда до конца приготовления останется 5 минут, откройте контейнер и накройте блюдо фольгой. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
7. После завершения приготовления достаньте форму для запекания и переложите её на разделочную доску. Перед нарезкой дайте фриттате остыть в течение 5 минут. Подавайте блюдо вместе с хрустящим зелёным салатом и хрустящим хлебом.

ПИРОЖКИ С СЫРОМ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОРОХОМ И КУРИЦЕЙ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 4 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 x 320 г готового песочного теста
2 яйца
Кулинарный спрей

ПИРОЖКИ С СЫРОМ, ГОРОХОМ И КАРТОФЕЛЕМ

150 г сливочного сыра с чесноком и травами
1 чайная ложка лимонного сока
½ чайной ложки соли
Чёрный молотый перец по вкусу
50 г зрелого сыра Чеддер
200 г варёного картофеля, нарезанного кубиками по 2 см
2 шт. репчатого лука
70 г размороженного горошка

ПИРОЖКИ С КУРИЦЕЙ

250 г варёных куриных грудок
2 столовые ложки изюма
2 чайные ложки порошка карри
1 столовая ложка свежей кинзы
2 столовые ложки чатни из манго
1 чайная ложка лимонного сока
1 столовая ложка пасты карри
120 г крем-сыра
½ чайной ложки соли
Чёрный молотый перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Чтобы приготовить пирожки с сыром, картофелем и горохом, смешайте сливочный сыр и лимонный сок в большой миске. Затем добавьте остальные ингредиенты и перемешайте смесь до однородности.
2. Чтобы приготовить пирожки с курицей, поместите все ингредиенты в большую миску и перемешайте всё до однородности.
3. Разверните листы теста и разрежьте их пополам, чтобы получить четыре прямоугольника, примерно 17 см x 23 см. Смажьте края каждого листа яичной смесью.
4. Положите половину сырно-картофельно-гороховой смеси на одну сторону листа теста, оставив с края 2 см. Заверните лист теста над начинкой, сформировав пирожок, и прижмите края, чтобы запечатать начинку в тесте. Плотно прижимайте края теста друг к другу. Смажьте тесто сверху яичной смесью и с помощью вилки сделайте пару отверстий для выхода пара.
5. Повторите шаг 4 с оставшейся сырно-картофельно-гороховой смесью, а также при приготовлении пирожков с курицей.
6. Вставьте разделитель и обе корзины для фритюра в контейнер. Сбрызните корзины кулинарным спреем и выложите на них по 2 пирожка в каждую зону, затем вставьте контейнеры в основной блок.
7. Выберите зону 1, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 20 минут. Выберите функцию MATCH и нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление. За 5 минут до конца приготовления переверните пирожки, чтобы они стали хрустящими.
8. Пирожки будут готовы, когда они приобретут золотисто-коричневый цвет.



ТОСТЫ С СЫРОМ И ЧАТНИ

ПРОГРАММА: AIR FRY | ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ | ВЫХОД: 4-6 ТОСТОВ, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ РАЗМЕРА ХЛЕБА

ИНГРЕДИЕНТЫ

100 г тёртого сыра Грюйер
100 г тёртого сыра Эмменталь
150 г тёртого сыра Чеддер
2 столовые ложки шнитт-лука, мелко нарезанного
Соль и чёрный молотый перец по вкусу
8 толстых ломтиков хлеба на закваске
4 чайные ложки несолёного сливочного масла
2 чайные ложки дижонской горчицы
4 столовые ложки чатни

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В средней миске смешайте сыры, лук, соль и перец.
2. Чтобы собрать сэндвичи, намажьте каждый ломтик хлеба маслом, затем положите хлеб на доску намазанной стороной вниз. Сверху смажьте 4 кусочка хлеба горчицей и готовой сырной смесью. Распределите чатни на остальные 4 ломтика хлеба, сверху выложите смазанные куски хлеба маслом вверх.
3. Вставьте обе корзины для фритюра в контейнер и выложите на них все тосты. Вставьте контейнер в основной блок.
4. Выберите MEGAZONE, выберите функцию AIR FRY, установите температуру 200 °C и время 10 минут. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. За 5 минут до окончания приготовления достаньте контейнер из прибора и аккуратно переверните тосты с помощью силиконовых щипцов. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. После завершения приготовления достаньте тосты из прибора и подавайте к столу горячими.



ЧЕРНИЧНО-ЛИМОННЫЙ КЕКС

ПРОГРАММА: BAKE | ПОДГОТОВКА: 15 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 50 МИНУТ | ВЫХОД: 1 КЕКС

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 чайная ложка подсолнечного масла для смазывания
200 г муки
1 чайная ложка разрыхлителя
¾ чайной ложки морской соли
Цедра 1 лимона
2 чайные ложки ванильной эссенции
125 г сахарной пудры
100 мл подсолнечного масла
100 мл натурального йогурта
2 крупных яйца, взбитых
100 г черники

ГЛАЗУРЬ

Сок 1 лимона
60 г сахарной пудры



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Смажьте форму для хлеба Ninja или форму для хлеба 23 см × 12,5 см маслом или застелите форму пергаментом.
2. В большую миску просейте вместе муку, разрыхлитель и соль. Взбейте цедру лимона, ваниль, сахарную пудру, масло, йогурт и яйца до однородности. Аккуратно добавьте в миску чернику, затем переложите смесь в подготовленную форму.
3. Вставьте обе корзины в прибор. Поместите форму для хлеба внутрь контейнера и вставьте его в прибор.
4. Выберите MEGAZONE, выберите функцию BAKE, установите температуру 160 °C и время 50 минут. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
5. За 20 минут до окончания приготовления откройте контейнер и накройте форму фольгой, чтобы предотвратить пережаривание кекса. Закройте контейнер, чтобы продолжить приготовление.
6. В небольшой миске взбейте ингредиенты для глазури, пока сахар полностью не растворится.
7. Кекс будет готов, когда деревянная шпажка, вставленная в центр хлеба, выйдет из него чистой.
8. После того как кекс приготовится, смажьте его приготовленной глазурью и дайте ему остыть перед подачей к столу.

СОВЕТ: используйте перчатки, чтобы достать форму для хлеба.

БЛОНДИ С МАЛИНОЙ И БЕЛЫМ ШОКОЛАДОМ

ПРОГРАММА: BAKE | ПОДГОТОВКА: 10 МИНУТ | ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 23-24 МИНУТЫ | КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 8-10 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

170 г солёного сливочного масла, растопленного + 1 чайная ложка для смазывания
200 г светлого коричневого сахара
2 средних яйца
1½ чайной ложки ванильной эссенции
200 г обычной муки
½ чайной ложки соли
½ чайной ложки разрыхлителя
150 г белой шоколадной стружки
70 г свежей или замороженной малины

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Неглубокую жаропрочную форму размером 20 x 30 см смажьте маслом и застелите пергаментом для выпечки. В большой миске смешайте растопленное масло, сахар, яйца и ваниль и перемешайте до однородной консистенции. Добавьте в смесь муку, разрыхлитель и соль, хорошо перемешайте. Добавьте в миску белую шоколадную стружку и малину. Переложите тесто в подготовленную форму.
2. Вставьте обе корзины в контейнер, поместите в него форму, вставьте контейнер в прибор.
3. Выберите MEGAZONE, выберите функцию BAKE, установите температуру 160 °C и время 23-24 минуты. Нажмите START/STOP, чтобы начать приготовление.
4. После завершения приготовления аккуратно достаньте десерт из прибора и дайте ему остыть перед тем, как разрезать.



ПРИМЕЧАНИЕ: Для получения безупречных результатов десерта и равномерного выпекания не рекомендуется использовать керамическую посуду.

Таблица приготовления с функцией Air Fry (Воздушная фритюрница)

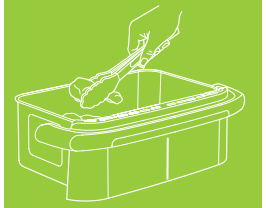
Используйте это время приготовления как ориентир, корректируя его по своему вкусу.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	КОЛИЧЕСТВО МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРА	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ В ОДНОЙ ЗОНЕ ИЛИ В МЕГАЗОНЕ
ОВОЩИ					
Спаржа	400г	Очистить, обрезать стебли	2 ч.л.	200°C	6-8 минут
Свёкла	6 маленьких, или 4 больших (1 кг))	Целый	Без масла	200°C	40-60 минут
Болгарский перец	4 шт (600 г)	Целый	Без масла	200°C	15-16 минут
Брокколи	400 г	Разделить на соцветия по 2,5 см	1 ст.л.	200°C	11 минут
Брюссельская капуста	640 г	Разрезать пополам, удалить плодоножку	1 ст.л.	200°C	13-15 минут
Мускатная тыква	500-750 г	Нарезанный кусочками по 2,5 см	1 столовая ложка	200°C	16-18 минут
Морковь	500 г	Очищена, нарезана кусочками по 1,5 см	1 ст.л.	200°C	14-16 минут
Цветная капуста	600 г	Разрезать на соцветия по 2,5 см	2 ст.л.	200°C	13-15 минут
Сельдерей	600 г	Очистите и нарежьте кубиками по 1,5 см, смажьте 2 ст. л. масла	1 столовая ложка	200°C	14-16 минут
Кукуруза в початках	4 шт	Целые початки, очищенные от шелухи	1 ст.л.	200°C	15–18 минут
Кабачок	500 г	Разрезать на четвертинки вдоль, затем нарезать кусочками по 2,5 см	1 столовая ложка	200°C	8–10 минут
Зелёная фасоль	400 г	Измельчённая	1 столовая ложка	200°C	8-10 минут
Капуста кале (для чипсов)	100 г	Порвать на кусочки, удалить стебли	Без масла	150°C	9 минут
Шампиньоны	300 г	Промойте, нарежьте на четвертинки	1 ст.л.	200°C	10 минут
Грибы Портобелло	250 г	Целые, смазанные маслом	1 ст.л.	180°C	9-10 минут
Пастернак	500 г	Очистите и нарежьте кусочками по 1,5 см, смажьте 1 ст. л. масла	1 ст.л.	200°C	12-14 минут
Картофель белый, например, Король Эдуард, Марис Пайпер или Рассет	1 кг.	Нарезать дольками по 2,5 см	1 ст.л.	200°C	22-26 минут
	500 г	Нарезать тонко вручную на чипсы, смазать растительным маслом	1/2–3 ст.л.	200°C	16-18 минут
	500 г	Нарезать толстыми кусками, смазать растительным маслом	1/2–3 ст.л.	200°C	18-20 минут
	500 г	Нарезать одинаковыми кусочками	2 ст.л.	200°C	15-20 минут
	4 шт целых (185-250 г каждая)	Проколоть вилкой 3 раза	1 ст.л.	180°C	43-48 минут
Сладкий картофель	1 кг,	Нарезать кусками по 2,5 см	1 ст.л.	200°C	20 минут
	4 шт. целых (по 185-250 г каждая)	Проколоть вилкой 3 раза	1 ст.л.	180°C	32-40 минут
Репа	500г	Очистите и нарежьте кубиками по 1,5 см, смажьте 2 ст. л масла	1 ст.л.	200°C	15-17 минут
ПТИЦА					
Куриные грудки	4 грудки (600гр)	Нет	Смазать маслом	200°C	18-20 минут
Куриные бёдрышки	6 бёдрышек (125-150 гр каждое)	На кости	Смазать маслом	200°C	19-22 минуты
	6-8 бёдрышек (по 100 гр каждое)	Без костей	Смазать маслом	200°C	15-16 минут
Куриные крылышки	1 кг	Нет	1 столовая ложка	200°C	30-32 минуты
Утиные грудки	2 шт (400 г)	Надрезать кожу, обжаривать грудкой вниз, перевернуть в процессе приготовления	Смазать маслом	200°C	18-22 минуты
СВЕЖАЯ РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ					
Филе трески	4 шт (480 г)	Нет	Смазать маслом	200°C	8-10 минут
Рыбные котлеты	2 (по 145 г каждая)	Нет	Нет	180°C	17-18 минут
Креветки	16 больших (165 г)	Нет	Нет	200°C	4 минуты
Филе лосося	4 шт (520 г)	Нет	Смазать маслом	210°C	12-14 минут

МЕГАЗОНА

При приготовлении в MegaZone (Мегазоне) удваивайте количество продуктов, время приготовления останется тем же.

Перемешивайте или переворачивайте ингредиенты с помощью щипцов с силиконовыми наконечниками.



Для получения наилучших результатов при приготовлении блюд рекомендуем вам часто перемешивать и переворачивать ингредиенты, если иное не указано в таблице.

*Замочите нарезанный картофель в холодной воде на 30 минут, чтобы удалить излишек крахмала. Через 30 минут слейте воду и полностью высушите картофель. Чем суше картофель, тем более хрустящим он получится.

Таблица приготовления с функцией Air Fry (Воздушная фритюрница)

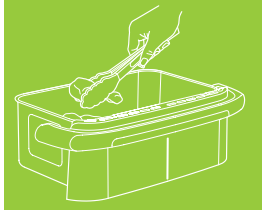
Используйте это время приготовления как ориентир, корректируя его по своему вкусу.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	КОЛИЧЕСТВО МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРА	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ В ОДНОЙ ЗОНЕ ИЛИ В МЕГАЗОНЕ
СВЕЖАЯ ГОВЯДИНА					
Бургеры	4 (по 125 г)	Толщиной 2,5 см	Нет	190°C	12-14 минут
Стейки*	2 (по 230 г)	Целые	Смазать маслом	200°C	7-10 минут
СВЕЖАЯ СВИНИНА					
Бекон	4 полоски	Нет	Нет	210°C	6 минут
Стейк из окорока	1 шт (225 г)	Срезать кожуру, сделать надрезы через каждые 2 см, перевернуть через 5 минут после начала приготовления	Смазать маслом	190°C	10-12 минут
Свиные отбивные	2 шт без костей (по 250 г)	Нет	Смазать маслом	200°C	12-13 минут
	4 шт без костей (100 г)	Нет	Смазать маслом	200°C	10-12 минут
	свиная вырезка 2 шт (по 350-500 г каждая)	Нет	Смазать маслом	190°C	22-27 минут
Сосиски	8 шт (205 г)	Нет	Нет	200°C	10-13 минут
	16 шт (410 г)	Нет	Нет	200°C	10-13 минут
СВЕЖАЯ БАРАНИНА					
Бараныи отбивные	4 шт (340 г)	Нет	Смазать маслом	180°C	11-12 минут
Стейки из баранины	3 шт (по 300 г)	Нет	Смазать маслом	180°C	12-13 минут
ЗАМОРОЖЕННЫЕ ПРОДУКТЫ					
Рыбное филе в панировке	4 шт (440 г)	Перевернуть в процессе приготовления	Нет	200°C	13-15 минут
Грибы в панировке	300г	Нет	Нет	190°C	10-12 минут
Куриные крутоны	15 шт (270 г)	Нет	Нет	190°C	9-10 минут
Котлета по-киевски	4 шт (500г)	Нет	Нет	180°C	20-22 минуты
Куриные наггетсы	24 шт (400 г)	Нет	Нет	200°C	10-12 минут
Филе рыбы в кляре	4 шт (440 г)	Перевернуть в процессе приготовления	Нет	180°C	18 минут
Рыбные палочки	10 шт (280 г)	Нет	Нет	200°C	9-10 минут
Драники	7 шт (390 г)	Не укладывать слоями	Нет	200°C	15 минут
Картофельные крокеты	550 г	Нет	Нет	190°C	18-19 минут
Креветки темпура	8 шт (140 г)	Перевернуть в процессе приготовления	Нет	190°C	8-9 минут
Картофель запечённый	700 г	Нет	Нет	190°C	20 минут
Креветки в сухарях	280 г	Нет	Нет	200°C	9-10 минут
Веганские бургеры	4 шт (265 г)	Не укладывать слоями	Нет	200°C	11 минут
Веганские наггетсы	14 шт (320 г)	Не укладывать слоями	Нет	200°C	8 минут
Вегетарианские сосиски	6 шт (270г)	Нет	Нет	190°C	9-10 минут
Йоркширский пудинг	8 шт (150 г)	Нет	Нет	180°C	3-4 минуты

*Если вы предпочитаете менее прожаренный стейк, выберите минимальное время, а если вы предпочитаете хорошо прожаренный стейк, готовьте его максимальное время в соответствии с таблицей.

МЕГАЗОНА
При приготовлении в MegaZone (Мегазоне) удваивайте количество продуктов, время приготовления останется тем же.

Перемешивайте или переворачивайте ингредиенты с помощью щипцов с силиконовыми наконечниками.



Для получения наилучших результатов при приготовлении блюд рекомендуем вам часто встряхивать, перемешивать или переворачивать ингредиенты, если иное не указано в таблице.

ПРИМЕЧАНИЕ. Не видите в таблицах блюдо, которое хотите приготовить? Уменьшите время приготовления, указанное на упаковке, на 25%. Для получения безупречных результатов рекомендуем часто проверять готовность блюда и при необходимости увеличить время приготовления.

Таблица приготовления с функцией Air Fry (Воздушная фритюрница)

Используйте это время приготовления как ориентир, корректируя его по своему вкусу.

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПРИГОТОВЛЕНИЕ	КОЛИЧЕСТВО МАСЛА	ТЕМПЕРАТУРА	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ В ОДНОЙ ЗОНЕ ИЛИ В МЕГАЗОНЕ
ЧИПСЫ И КАРТОФЕЛЬ					
Домашние чипсы толщиной 1 см	500 г	Замочите в воде на 30 минут, высушите	1-2 столовые ложки масла	200°C	16-18 минут
Домашние чипсы толщиной 2 см	500 г	Замочите в воде на 30 минут, высушите	1-2 столовые ложки масла	200°C	18-20 минут
Замороженные чипсы	500 г	Нет	Нет	200°C	20 минут
Замороженные чипсы	500 г	Нет	Нет	210°C	18-20 минут
Замороженный картофель фри	700 г	Нет	Нет	210°C	18-20 минут
Замороженный картофель фри	500 г	Нет	Нет	180°C	20-22 минут
Замороженные гастрочипсы	700 г	Нет	Нет	210°C	22 минут
Замороженные картофельные кусочки	650 г	Нет	Нет	190°C	20 минут
Замороженная кожица на картофеле фри	500 г	Нет	Нет	200°C	18-20 минут
Замороженные чипсы прямой нарезки	500 г	Нет	Нет	200°C	18 минут
Замороженный картофель фри	500 г	Нет	Нет	180°C	22-24 минут



Домашние чипсы



Чипсы



Волнистые чипсы



Картофель фри



Картофельные дольки



Картофель фри из батата

Таблица приготовления с функцией Max Crisp (Обжаривание до хрустящей корочки) — идеально подходит для замороженных продуктов

Используйте это время приготовления как ориентир, корректируя его по своему вкусу.

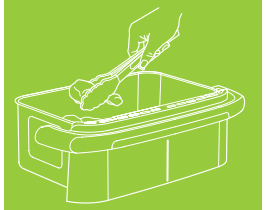
ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	КОЛИЧЕСТВО МАСЛА	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ В ОДНОЙ ЗОНЕ ИЛИ В МЕГАЗОНЕ
ЗАМОРОЖЕННЫЕ ПРОДУКТЫ				
Кольца лука в кляре	300 г	Нет	Нет	10 минут
Куриные котлеты	400 г	Нет	Нет	12 минут
Куриные крылышки	1 кг	Нет	Нет	30 минут
Куриные наггетсы	400 г	Нет	Нет	9-10 минут
рыбные палочки	275 г	Нет	Нет	10 минут
Картофель фри	500 г	Нет	Нет	14-16 минут
Палочки моцареллы	180 г	Нет	Нет	7-8 минут
Куриный попкорн	500 г	Нет	Нет	12 минут
Картофельные попсы	500 г	Нет	Нет	12 минут
Вафли фри	550 г	Нет	Нет	14-16 минут

ПРИМЕЧАНИЕ. При использовании функции Max Crisp регулировка температуры недоступна.

ПРИМЕЧАНИЕ. Наилучшим образом подходит для приготовления небольших количеств замороженных продуктов, которые требуют высокой температуры

МЕГАЗОНА
При приготовлении в MegaZone (Мегазоне) удваивайте количество продуктов, время приготовления останется тем же.

Перемешивайте или переворачивайте ингредиенты с помощью щипцов с силиконовыми наконечниками.



Для получения наилучших результатов при приготовлении блюд рекомендуем вам часто встряхивать, перемешивать или переворачивать ингредиенты, если иное не указано в таблице.

ПРИМЕЧАНИЕ: если вы готовите меньшее количество еды, используйте рекомендуемую температуру, но уменьшите время приготовления. Для получения наилучших результатов приготовления рекомендуем часто проверять и перемешивать блюда во время приготовления.

Таблица приготовления с функцией Обжаривание (ROAST)

ИНГРЕДИЕНТ	КОЛИЧЕСТВО	ПОДГОТОВКА	МАСЛО	ТЕМПЕРАТУРА	ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ В МЕГАЗОНЕ
СВЕЖЕЕ МЯСО					
Курица целиком	2.2 кг	По желанию перевернуть в процессе приготовления	Смазать маслом	190°C	40-45 минут
Верхняя часть говядины рулет для запекания	1.4 кг	По желанию перевернуть в процессе приготовления, защитить фольгой	Натереть маслом	160°C	55 минут (для прожарки medium)
Свинина, корейка, без костей	1 кг	По желанию перевернуть в процессе приготовления	Смазать маслом	190°C	50 минут
Рулет из свиной лопатки	2.3 кг	По желанию перевернуть в процессе приготовления	Смазать маслом	180°C	1 час 30 мин.
Целая баранья нога	2 кг	По желанию перевернуть в процессе приготовления	Смазать маслом	190°C	1 час 10 минут (для прожарки well done)

МЕГАЗОНА

При приготовлении в MegaZone (Мегазоне) удваивайте количество продуктов, время приготовления останется тем же.

Встряхивайте, перемешивайте или переворачивайте ингредиенты с помощью щипцов с силиконовыми наконечниками.

ПРИМЕЧАНИЕ: часто перемешивайте ингредиенты во время приготовления, если иное не указано в таблице.

Таблица приготовления с функцией Dehydrate (Дегидратация)

ИНГРЕДИЕНТ	ПОДГОТОВКА	ТЕМПЕРАТУРА	ВРЕМЯ ДЕГИДРАТАЦИИ
СВЕЖИЕ ФРУКТЫ И ОВОЩИ			
Яблоки	Удаляют сердцевину, нарезают ломтиками 3 мм, промывают в лимонной воде, высушивают	60°C	7-8 часов
Спаржа	Нарезать кусочками по 2,5 см, бланшировать	60°C	6-8 часов
Бананы	Очистить, нарезать ломтиками по 3 мм	60°C	8-10 часов
Свёкла	Очистить, нарезать ломтиками по 3 мм	60°C	6-8 часов
Баклажаны	Очистить, нарезать ломтиками по 3 мм	60°C	6-8 часов
Корень имбиря	Очистить, нарезать ломтиками по 3 мм	60°C	6 часов
Манго	Очистить, нарезать ломтиками по 3 мм	60°C	6-8 часов
Грибы	Очистить мягкой щёткой (не мыть)	60°C	6-8 часов
Ананас	Очистить, вырезать сердцевину, нарезать ломтиками 3 мм — 1,25 см	60°C	6-8 часов
Клубника	Разрезать пополам или ломтиками по 1,25 см	60°C	6-8 часов
Помидоры	Нарезать ломтиками по 3 мм или натереть на тёрке; обработать паром, если вы планируете увлажнять.	60°C	6-8 часов
МЯСО, ПТИЦА, РЫБА			
Вяленая говядина, куриное мясо, вяленая индейка	Нарезать ломтиками по 6 мм, мариновать в течение ночи	70°C	5–7 часов
Вяленый лосось	Нарезать ломтиками по 6 мм, мариновать в течение ночи	70°C	3–5 часов

Таблица использования технологии DualZone™ в режиме Синхронизации (SYNC)

Готовьте 2 блюда с использованием 2 разных функций, температуры и времени приготовления! Просто запрограммируйте каждую зону, а функция SYNC сделает всё остальное.

ПРИМЕЧАНИЕ. Для всех рецептов в этой таблице приправьте блюдо солью и перцем по вкусу.

ВЫБЕРИТЕ ЛЮБУЮ ИЗ ЗОН	ВЫБЕРИТЕ РЕЦЕПТ ДЛЯ ОДНОЙ ЗОНЫ			ВЫБЕРИТЕ ДВЕ ЗОНЫ И ИСПОЛЬЗУЙТЕ РЕЖИМ СИНХРОНИЗАЦИИ
РЕЦЕПТ	**КОЛИЧЕСТВО**	**СМЕШАЙТЕ ИЛИ КОМБИНИРУЙТЕ ЭТИ ИНГРЕДИЕНТЫ**	**ФУНКЦИЯ**	**ТЕМПЕРАТУРА/ВРЕМЯ**
Рыбные котлеты	**4 рыбные котлеты**	**Смазать растопленным сливочным маслом, обжарить**	**Air Fry**	**180 ° C 17-18 минут**
Вяленые помидоры с бальзамическим соусом	**500 г помидоров черри**	**60 мл бальзамического уксуса, 1 столовая ложка растительного масла**	**Roast**	**200 ° C | 10- 15 минут**
Свиные отбивные с мёдом и шалфеем	**2-3 отбивных из свинины без кости (120 г каждая)**	**1 ст. ложка растительного масла, 1 столовая ложка мёда, 1/2 чайной ложки сушёного шалфея**	**Roast**	**200 ° C | 15-17 минут**
Картофель по-каджунски	**4 крупные картофелины, нарезанные кубиками**	**2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки приправы каджун**	**Air Fry**	**200 ° C | 30 минут**
Спаржа с лимоном	**400 г, цельными кусочками**	**Смажьте растопленным сливочным маслом и 1 чайной ложкой лимонного сока**	**Air Fry**	**200°C | 6–8 минут**
Глазированный лосось с мисо	**4 филе лосося (по 120 г каждое)**	**2 столовые ложки пасты мисо, 1 чайная ложка растительного масла, натереть рыбу**	**Air Fry**	**200 ° C | 12-14 минут**
Брюссельская капуста с фундуком и мёдом	**500 г брюссельской капусты, разрезанной пополам**	**2 ст. ложки растительного масла, 60 мл мёда, 60 г измельчённых лесных орехов**	**Air Fry**	**200 ° C | 13-15 минут**
Куриные бёдра с соусом баффало	**6 куриных бедер без костей (по 110-140 г каждое)**	**150 мл соуса баффало, смазать бедра**	**Air Fry**	**200 ° C | 20-22 минуты**
Вегетарианский бургер на основе растительных продуктов	**4 бургера (по 125 г каждый)**	**4 чайные ложки соуса барбекю**	**Air Fry**	**190 ° C | 12 минут**
Средиземноморская цветная капуста	**1 головка цветной капусты (600 г)**	**Нарезать соцветиями по 1,5 см, 120 мл тахини, 4 столовые ложки растительного масла**	**Air Fry**	**200 ° C | 13-15 минут**
Замороженный картофель фри	**500 г**	**Приправить по желанию**	**Air Fry**	**200 ° C | 20 минут**
Кукуруза на початке	**4 шт**	**Смазать растопленным маслом**	**Roast**	**180 ° C | 15-17 минут**

ПРИМЕЧАНИЕ. Для достижения наилучших результатов проверяйте пищу за 2 минуты до окончания времени приготовления. Вы можете остановить процесс приготовления в любое время, если достигнут желаемый уровень хрусткости, но убедитесь, что блюдо готово и достигло безопасной для пищевых продуктов температуры.

ЗАМЕТКИ

ЗАМЕТКИ

NINJA®

Foodi

Мультипечь

FLEXDRAWER™

объемом 10,4 литра

Чтобы получить еще больше рецептов и вдохновения для приготовления пищи, посетите нас онлайн на сайте ninjatestkitchen.eu

AF500 Series
© 2023 Shark Ninja Operating LLC.
FOODI и NINJA являются зарегистрированными товарными знаками компании SharkNinja Operating LLC в Великобритании. DUALZONE является незарегистрированным товарным знаком компании SharkNinja Operating LLC в Великобритании.