

CS

COSORI

HORKOVZDUŠNÁ FRITÉZA PREMIUM
HORKOVZDUŠNÁ FRITÉZA SMART

Recepty



Obsah

PŘEDVOLBY

SNÍDANĚ

Krémové jahodové koláčky	8
Zázvorové borůvkové koláčky	9
Pečené vejce v hrníčku	10
Tyčinky z francouzských toastů	11
Snídaňový sendvič v muffinu	12
Kávové muffiny s drobenkou	13
Plněné francouzské toasty	14
BBQ slanina	15
Snídaňová pizza	16

HLAVNÍ CHODY

Ribeye steak Santa Maria	18
New York steak s Chimichurri omáčkou	19
Sendvič se steakem	20
Flank steak s balzamikovou hořčicí	21
Italské masové kuličky	22
Středomořské jehněčí masové kuličky	23
Japonské masové kuličky	24
Pečené kuře na česneku a bylinkách	25
Barbecue kuře	26
Kuřecí stehýnka na česneku a citronu	27
Kuřecí stehna pečená na hořčici	28
Kuřecí paličky Tikka	29
Kuře s medem a citronem	30
Kuře s 5 druhy koření	31
"Smažené" kuře	32
Parmazánové kuře	33
Vepřové kotlety ve stylu Severní Karolíny	34
Vepřové Katsu	35
Vepřová roláda v prosciuttu	36
Cajunský sumec	37
Chipotle sendvič s tuňákem	38
Rybí tacos v kukuřičné krustě	39
Teriyaki losos	40
Losos s máslem a citronem	41

Cajunské krevety	42
Krabí koláčky	43
Křupavé tofu	44
Lilkový řízek	45
Sendvič s grilovaným sýrem	46
Cajunské kuře	47
Stromboli	48
Křupavé "smažené" rybí nugetky	49
Mini pizzy Fiesta	50
Mini pizzy se salámem	51
Mini cheesburgery	52
Krůtí burgery s asijským salátem	53

CHUŤOVKY

Chřest zabalený v prosciuttu	55
Kuřecí křídla třená nasucho	56
Mongolská kuřecí křídla	57
Kuřecí křídla s medem a omáčkou Sriracha	58
Kuřecí křídla s česnekem a parmazánem	59
Jerk kuřecí křídla	60
Domácí tortilla chipsy	61
Vepřové párky v přikrývce	62
Houby plněné klobásou	63
"Smažené" kousky mozzarely	64
"Smažené" okurky	65
Plněné jalapeños zabalené ve slanině	66
Krevety zabalené ve slanině	67
Kokosové krevety	68
Skotské vejce	69
Kuřecí špízy s bylinkami a česnekem	70
Kuřecí špízy s jogurtem	71
Hovězí špízy v korejském stylu	72
Vepřové špízy Teriyaki	73
Jehněčí špízy Shawarma	74

Obsah (pokračování)

PŘÍLOHY





Domácí hranolky	76
Hranolky ze sladkých brambor	77
Cajunské francouzské hranolky	78
Cuketové hranolky	79
Avokádové hranolky	80
Řecké hranolky	81
Bramborové měsíčky	82
Bramborové lupínky	83
Cibulové kroužky	84
Kvetoucí cibule	85
Brambory Hasselback	86
Pečené brambory	87
Mrkev pečená na medu	88
Pečená brokolice s česnekem	89
Mrkev s medem a sójovou omáčkou	90
Pečený květák	91
Pečený květák s kurkumou	92
Pečená kukuřice	93
Pečená máslová dýně	94
Pečený lilek	95
Česnekový chléb	96
Sýrové muffiny s kukuřičnou krupicí	97
Sušenky z podmáslí s Cheddarem	98
Růžičková kapusta s pancettou	99

DEZERTY







Skořicové rolky	101
Čokoládové suflé	102
Banánovo-ořechový chléb	103
Mini jablečné taštičky	104
Rustikální hruškový koláč s vlašskými ořechy	105
Citronový dort	106
Borůvkovo-citronové muffiny	107
Čokoládovo-kávéové muffiny	108
Kokosové kuličky	109
Pomerančovo-brusinkové muffiny	110
Čokoládové muffiny	111

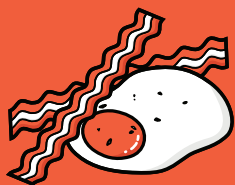
Předvolby

IKONA	Jídlo	Teplota (°C)	Čas (minuty)	Propečeno
 STEAK	Steak: ribeye, sirloin, filet	205°C	6 minut	Rare
			8 minut	Medium
			10 minut	Well-done
	Hamburger	205°C	10 minut	
	Hovězí masové kuličky	205°C	8 minut	
	Klobása	205°C	8-12 minut	
	Vepřová kotleta, bez kosti	205°C	12-14 minut	
Vepřová kotleta, s kostí	205°C	16-18 minut		

IKONA	Jídlo	Teplota (°C)	Čas (minuty)	Protřepat
 MOŘSKÉ PLODY	Losos	175°C	8 minut	
	Tilapie	175°C	6-8 minut	
	Mečoun	175°C	8-10 minut	
 KREVEITY	Krevety	190°C	6-10 minut	Protřepat
	Jumbo krevety	190°C	8-10 minut	Protřepat
 SLANINA	Slanina	160°C	6-8 minut	
	Pancetta	160°C	10 minut	
	Parmská šunka	160°C	6 minut	
 KUŘE	Kuřecí křídla	195°C	20-25 minut	Protřepat
	Kuřecí stehna/paličky	195°C	25 minut	
	Kuřecí stehno, bez kostí, bez kůže	195°C	10-12 minut	
	Kuřecí stehno, skostí, s kůží	195°C	20-30 minut	
	Kuřecí prsa, bez kostí, bez kůže	180°C	12-14 minut	

Předvolby (pokračování)

IKONA	Jídlo	Teplota (°C)	Čas (minuty)	Protřepat
 HRANOLKY	Bramborové měsíčky	175°C	25-30 minut	Protřepat
	Baby brambory	175°C	20-25 minut	Otočit
	Chipsy, čerstvé	195°C	25-30 minut	Protřepat
	Sladké brambory	195°C	25-30 minut	Otočit
 ZELENINA	Brokolice	150°C	8 minut	Protřepat
	Květák	150°C	10 minut	Protřepat
	Cuketa	150°C	10 minut	Protřepat
 KOŘENOVÁ ZELENINA	Mrkev	205°C	12 minut	Protřepat
	Růžičková kapusta	205°C	8 minut	Protřepat
	Máslová dýně	205°C	10 minut	Protřepat
	Kukuřice	205°C	8-12 minut	Otočit
 DEZERTY	Muffiny	150°C	15 minut	
	Dort	150°C	30 minut	
	Cupcakes	150°C	15 minut	
	Brownies	160°C	30 minut	
 CHLÉB	Kukuřičný chléb	150°C	25-30 minut	
	Skořicové roľky	165°C	15 minut	
	Grilovaný sýr	160°C	8 minut	
	Toastový chléb	160°C	8 minut	
 MRAŽENÉ JÍDLO	Kuřecí nugetky	175°C	10 minut	Protřepat
	Cibulové kroužky	175°C	10 minut	Protřepat



Snídaně



Krémové jahodové koláčky

6 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 12 minut

240 g hladké mouky
50 g cukru krystal
8 g prášku do pečiva
1 g soli
85 g másla, studeného,
nakrájeného na kousky
84 g čerstvých jahod, nakrájených
120 ml husté smetany
2 vejce velikosti L
10 ml vanilkového extraktu
5 ml vody

- 1 PROSEJTE** mouku, cukr, prášek do pečiva a sůl do velké mísy.
- 2 NAKRÁJEJTE** máslo do mouky a pomocí cukrářského mixéru nebo rukama je zpracovávejte, dokud směs nebude připomínat hrubou strouhanku.
- 3 VMÍCHEJTE** jahody do moučné směsi. Poté je dejte stranou.
- 4 VYŠLEHEJTE** v samostatné misce hustou smetanu, 1 vejce a vanilkový extrakt.
- 5 VMÍCHEJTE** smetanovou směs do moučné směsi, dokud se nespojí. Poté vyválejte těsto do tloušťky 38 mm.
- 6 POUŽIJTE** kulaté vykrajovátko k vykrajování koláčků.
- 7 POTŘETE** koláčky směsí rozmíchané z 1 vejce a vody. Poté je dejte stranou.
- 8 ZVOLTE** funkci "Předehtáti" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 9 VYLOŽTE** fritovací koše pečícím papírem.
- 10 NASKLÁDEJTE** koláčky na pečící papír a pečte 12 minut při 175 °C do zlatova.



Zázvorové borůvkové koláčky

6 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 12 minut

240 g hladké mouky
50 g cukru krystal
8 g prášku do pečiva
2 g soli
85 g másla, studeného,
nakrájeného na kousky
85 g čerstvých borůvek
3 g čerstvého zázvoru,
jemně nastrouhaného
113 ml husté smetany
2 vejce velikosti L
4 ml vanilkového extraktu
5 ml vody

- 1 PROSEJTE** mouku, cukr, prášek do pečiva a sůl do velké mísy.
- 2 NAKRÁJEJTE** máslo do mouky a pomocí cukrářského mixéru nebo rukama je zpracovávejte, dokud směs nebude připomínat hrubou strouhanku.
- 3 VMÍCHEJTE** borůvky a nastrouhaný zázvor do moučné směsi. Poté je dejte stranou.
- 4 VYŠLEHEJTE** v samostatné misce hustou smetanu, 1 vejce a vanilkový extrakt.
- 5 VMÍCHEJTE** smetanovou směs do moučné směsi, dokud se nespojí.
- 6 VYTVARUJTE** těsto do kulatého tvaru o tloušťce 38 mm a nakrájejte ho na osminky.
- 7 POTŘETE** koláčky směsí rozmíchané z 1 vejce a vody. Poté je dejte stranou.
- 8 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 9 VYLOŽTE** fritovací koše pečicím papírem.
- 10 NASKLÁDEJTE** koláčky na pečicí papír a pečte 12 minut při 175 °C do zlatova.



Pečené vejce v hrníčku

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty
DOBA VAŘENÍ: 14 minut

Nepřilnavý sprej na vaření
3 vejce
6 plátků uzené slaniny, na kostičky
60 g baby špenátu, umytého
120 ml husté smetany
15 g strouhaného parmazánu
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 NASPREJTE** tři zapékačké misky o průměru 76mm nepřilnavým sprejem na vaření.
- 3 PŘIDEJTE** 1 vejce do každé zapékačké misky.
- 4 OPEČTE** slaninu na pánvi do křupava (cca 5 minut).
- 5 PŘIDEJTE** ke slanině špenát a vařte dokud nezvadne, asi 2 minuty.
- 6 VMÍCHEJTE** ke slanině a špenátu hustou smetanu a parmazán. Vařte 2 až 3 minuty.
- 7 NALIJTE** do zapékačích misek na vejce smetanovou směs.
- 8 VLOŽTE** zapékačké misky do předehřáté horkovzdušné fritézy a pečte 4 minuty při teplotě 175°C, dokud bílek zcela neztuhne.
- 9 PODLE CHUTI** osolte a opepřete.



Tyčinky z francouzských toastů

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

4 plátky bílého chleba,
tloušťka 38 mm, nejlépe starší
2 vejce
60 ml mléka
15 ml javorového sirupu
2 ml vanilkového extraktu
Nepřilnavý sprej na vaření
38 g cukru
3 g mleté skořice
Javorový sirup, k podávání
Moučkový cukr, na posypání

- 1 NAKRÁJEJTE** každý krajíc chleba na třetiny, čímž vznikne 12 kusů. Tyto kousky si zatím dejte stranou.
- 2 VYŠLEHEJTE** vejce, mléko, javorový sirup a vanilkový extrakt.
- 3 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 NAMOČTE** tyčinky do vaječné směsi a vložte je do přehřáté fritézy. Tyčinky z francouzských toastů pořádně postříkejte sprejem na vaření.
- 5 PEČTE** tyčinky z francouzských toastů 10 minut při teplotě 175°C. V polovině pečení tyčinky otočte.
- 6 SMÍCHEJTE** cukr a skořici v míse. Směs si dejte stranou.
- 7 OBALTE** tyčinky z francouzských toastů ve směsi skořicového cukru po dokončení pečení.
- 8 PODÁVEJTE** tyčinky s javorovým sirupem a posypané moučkovým cukrem.



Snídaňový sendvič v muffinu

1 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 minuty
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

Nepřilnavý sprej na vaření
1 plátek sýru Cheddar
1 plátek slaniny
1 anglický muffin, rozpůlený
15 ml horké vody
1 vejce velikosti L
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 NASPREJUJTE** vnitřek 85g zapékačké misky sprejem na vaření a vložte ho do horkovzdušné fritézy.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehřátí", nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 PŘIDEJTE** sýr a slaninu do 1 poloviny anglického muffinu.
- 4 VLOŽTE** obě poloviny muffinu do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 NALIJTE** horkou vodu a vejce do rozeřáté zapékačké misky a dochuťte solí a pepřem.
- 6 VYBERTE** funkci "Chléb", nastavte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 VYJMĚTE** anglické muffiny po 7 minutách vaření. Vejce v zapékačce ponechte na celou dobu vaření.
- 8 SESTAVTE** svůj sendvič umístěním vařeného vejce na anglický muffin a podávejte.



Kávové muffiny s drobenkou

6 MUFFINŮ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 12 minut

DROBENKA

13 g bílého cukru
16 g světle hnědého cukru
1 g mleté skořice
2 g soli
14 g nesoleného másla,
rozpuštěného
24 g hladké mouky

MUFFINY

90 g hladké mouky
53 g světle hnědého cukru
4 g prášku do pečiva
1 g jedlé sody
2 g mleté skořice
1 g soli
112 g zakysané smetany
42 g nesoleného másla,
rozpuštěného
1 vejce
4 ml vanilkového extraktu
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** všechny ingredience na drobenku dohromady, dokud nevzniknou hrubé drobky. Hotovou drobenku si dejte stranou.
- 2 SMÍCHEJTE** dohromady mouku, hnědý cukr, prášek do pečiva, jedlou sodu, skořici a sůl ve velké míse.
- 3 UŠLEHEJTE** v samostatné misce zakysanou smetanu, máslo, vejce a vanilkový extrakt, dokud se dobře nespojí.
- 4 VMÍCHEJTE** mokré přísady do suchých, dokud se dobře nespojí.
- 5 ZVOLTE** funkci "Předeřhátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VYSTŘÍKEJTE** košíčky na muffiny sprejem na vaření a poté do nich nalijte hotové těsto tak, aby byly košíčky plné do 3/4.
- 7 POSYPTE** vršek muffinů připravenou drobenkou.
- 8 VLOŽTE** košíčky na muffiny do předeřháté horkovzdušné fritézy. Možná je budete muset vložit v několika dávkách.
- 9 PEČTE** muffiny 12 minut při teplotě 175°C.



Plněné francouzské toasty

1 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 4 minuty
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 plátek brioškového chleba,
o tloušťce 64mm, nejlépe starší
113 g smetanového sýru
2 vejce
15 ml husté smetany
38 g cukru
3 g mleté skořice
2 ml vanilkového extraktu
Nepřilnavý sprej na vaření
Pistácie, nakrájené, na polevu
Javorový sirup, k podávání

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 VYŘEZEJTE** štěrbinu uprostřed plátku brioškového chleba.
- 3 VYPLŇTE** vnitřek zářezu smetanovým sýrem.
- 4 VYŠLEHEJTE** vejce, mléko, smetanu, cukr, skořici a vanilkový extrakt.
- 5 NAMÁČEJTE** plněný francouzský toast ve vaječné směsi na 10 sekund z každé strany.
- 6 NASTŘÍKEJTE** každou stranu francouzského toasty sprejem na vaření.
- 7 VLOŽTE** francouzský toast do předehřáté horkovzdušné fritézy a pečte 10 minut při teplotě 175°C.
- 8 VYJMĚTE** opatrně francouzský toast po dokončení pečení.
- 9 PODÁVEJTE** toasty přelité javorovým sirupem a posypané nasekanými pistáciemi.



BBQ slanina

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 minuty
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

13 g tmavě hnědého cukru
5 g chili v prášku
1 g mletého kmínu
1 g kajenského pepře
4 plátky slaniny, rozpůlené

- 1 SMÍCHEJTE** koření, dokud se dobře nespojí.
- 2 OBALTE** slaninu v koření, dokud nebude rovnoměrně pokrytá. Obalenou slaninu si dejte stranou.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehtátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** slaninu do předehtáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Slanina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Snídaňová pizza

1-2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

10 ml olivového oleje

1 předem připravené těsto na pizzu
(178 mm)

28 g sýru mozzarella

2 plátky uzené šunky

1 vejce

2 stroužky česneku, nasekané

2 g koriandru, nasekané

- 1 POMAŽTE** předem připravené těsto na pizzu olivovým olejem.
- 2 PŘIDEJTE** mozzarellu a uzenou šunku na těsto.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** pizzu do předehřáté horkovzdušné fritézy a pečte 8 minut při teplotě 175°C.
- 5 VYJMĚTE** fritovací koše po 5 minutách pečení a na pizzu rozklepněte vejce.
- 6 VLOŽTE** fritovací koše zpět do fritézy a dokončete pečení. Pizzu ozdobte nasekaným koriandrem a podívejte.



Hlavní chody



Ribeye steak Santa Maria

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 11 minut
DOBA VAŘENÍ: 6 minut

2 g soli
2 g jemně mletého černého pepře
2 g sušeného česnekového prášku
2 g sušené mleté cibule
2 g sušeného oregana
Špetka sušeného rozmarýnu
Špetka kajenského pepře
Špetka sušené šalvěje
1 ribeye steak (453 g), bez kosti
15 ml olivového oleje

- 1 VYBERTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** koření a rovnoměrně posypte steak.
- 3 POKAPEJTE** steak olivovým olejem.
- 4 VLOŽTE** steak do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Steak" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VYJMĚTE** steak z fritézy po dokončení pečení. Před krájením a podáváním ho nechte 10 minut vychladnout.



New York steak s Chimichurri omáčkou

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 6 minut

CHIMICHURRI OMÁČKA

60 ml extra panenského
olivového oleje
20 g čerstvé bazalky
20 g koriandru
20 g petrželky
4 filety z ančoviček
1 malá šalotka
2 stroužky česneku, oloupané
1 citron, šťáva
Špetka drcené červené papriky

STEAK

12 ml rostlinného oleje
1 New York strip steak (473 g)
Sůl a pepř, dle chuti

- 1 SMÍCHEJTE** všechny ingredience Chimichurri omáčky v mixéru a mixujte, dokud nedosáhnete požadované konzistence.
- 2 VYBERTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 POTŘETE** steak rostlinným olejem a dochuťte ho solí a pepřem.
- 4 VLOŽTE** steak do přehřáté horkovzdušné fritézy. Vyberte funkci "Steak", upravte čas na 6 minut (pro přípravu medium rare) a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 NECHTE** steak 5 minut odpočinout po dokončení pečení. Poté ho nakrájejte, přelijte Chimichurri omáčkou a podávejte.



Sendvič se steakem

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 6 minut

1 ribeye steak (473 g), bez kosti
20 ml olivového oleje
5 g soli
1 g černého pepře
110 g zakysané smetany
40 g připraveného bílého křenu,
okapaného
2 g čerstvě nasekané pažitky
1 malá šalotka, mletá
½ citronu, šťáva
Sůl a pepř, podle chuti
Opečené housky se sezamovými
semínky, k podávání
Baby rukola, k podávání
Šalotka, nakrájená, k podávání

- 1** **VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2** **POTŘETE** steak olivovým olejem a dochuťte ho solí a pepřem.
- 3** **VLOŽTE** steak do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4** **VYBERTE** funkci "Steak" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5** **SMÍCHEJTE** zakysanou smetanu, křen, pažitku, šalotku a citronovou šťávu v malé misce.
- 6** **DOCHUŤTE** křenovou smetanu solí a pepřem podle chuti.
- 7** **VYJMĚTE** maso z fritézy po dokončení pečení. Před krájením ho nechte 5-10 minut odpočinout.
- 8** **SESTAVTE** sendvič tak, že na spodní část housky přidáte trochu křenového krému spolu s baby rukolou, nakrájenou šalotkou a nakrájeným steakem.



Flank steak s balzamickou hořčicí

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:

2 hodiny, 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 6 minut

60 ml olivového oleje

60 ml balzamického octa

36 g dijonské hořčice

473 g flank steak

Sůl a pepř, podle chuti

4 lístky bazalky, nakrájené na plátky

- 1 SMÍCHEJTE** olivový olej, balzamický ocet a hořčici. Šlehejte tak dlouho, dokud nevznikne marináda.
- 2 VLOŽTE** steak přímo do marinády. Zakryjte plastovým obalem a marinujte v lednici 2 hodiny nebo přes noc.
- 3 VYJMĚTE** steak z lednice a nechte ohřát na pokojovou teplotu.
- 4 VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** steak do předehřáté horkovzdušné fritézy, vyberte funkci "Steak" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 NAKRÁJEJTE** steak pod úhlem, abyste prořízlí tuhost svalu. Dochuťte ho solí a pepřem, poté ozdobte bazalkou a podávejte.



Italské masové kuličky

1-2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 15 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

227 g mletého hovězího masa
(75/25)
28 g panko strouhanky
30 ml mléka
1 vejce
3 g sušeného česnekového prášku
2 g sušené mleté cibule
2 g sušeného oregana
2 g sušené petrželky
Sůl a pepř, podle chuti
15 g strouhaného parmazánu
Strouhaný parmazán k podávání
Nepřilnavý sprej na vaření
Omáčka Marinara, k podávání

- 1 SMÍCHEJTE** mleté hovězí maso, strouhanku, mléko, vejce, koření, sůl, pepř a parmazán a vše dobře promíchejte.
- 2 VYTVOARUJTE** z masové směsi středně velké kuličky. Hotové kuličky vložte na 10 minut do lednice.
- 3 VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VYNDEJTE** masové kuličky z lednice a vložte je do předehřátých fritovacích košů. Masové kuličky postříkejte sprejem na vaření a pečte při 8 minut při teplotě 205°C.
- 5 PODÁVEJTE** masové kuličky s omáčkou Marinara a větším množstvím strouhaného parmazánu.



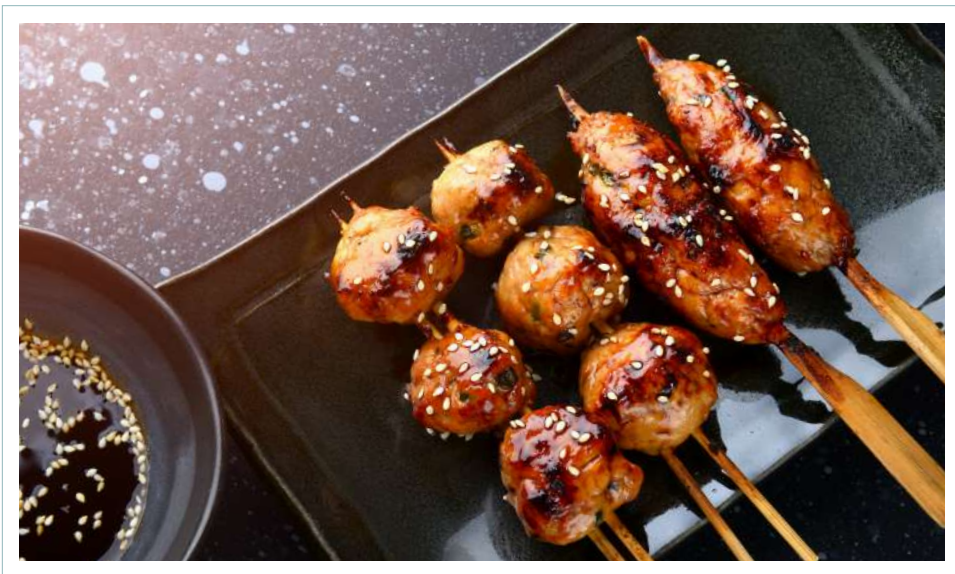
Středomořské jehněčí masové kuličky

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

454 g mletého jehněčího masa
3 stroužky česneku, nasekané
5 g soli
1 g černého pepře
2 g čerstvé máty, nasekané
2 g mletého kmínu
3 ml ostré omáčky
1 g chili v prášku
1 jarní cibulka, mletá
8 g petrželky, nasekané nadrobno
15 ml čerstvé citronové šťávy
2 g citronové kůry
10 ml olivového oleje

- 1 SMÍCHEJTE** jehněčí maso, česnek, sůl, pepř, mátu, kmín, ostrou omáčku, chilli v prášku, jarní cibulku, petrželku, citronovou šťávu a citronovou kůru, dokud se vše dobře nespojí.
- 2 VYTVARUJTE** z jehněčího masa 9 kuliček a vložte je na 30 minut do lednice odležet.
- 3 VYBERTE** funkci "Předehtátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 OBALTE** masové kuličky v olivovém oleji a vložte je do předehtáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Steak", nastavte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Japonské masové kuličky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 15 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

473 g mletého hovězího masa
15 ml sezamového oleje
18 ml miso pasty
10 listků čerstvé máty,
jemně nasekané
4 jarní cibulky, jemně nasekané
5 g soli
1 g černého pepře
45 ml sójové omáčky
45 ml mirinu
45 ml vody
3 g hnědého cukru

- 1 SMÍCHEJTE** mleté hovězí maso, sezamový olej, miso pastu, lístky máty, jarní cibulku, sůl a pepř, dokud se vše dobře nespojí.
- 2 PŘIDEJTE** si do rukou malé množství sezamového oleje a ze směsi vytvarujte masové kuličky o průměru 51 mm. Měli byste mít asi 8 masových kuliček.
- 3 NECHTE** masové kuličky 10 minut ztuhnout v lednici.
- 4 VYTVOŘTE** polevu na masové kuličky smícháním sójové omáčky, mirinu, vody a hnědého cukru. Hotovou polevu si dejte stranou.
- 5 VYBERTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritěze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VLOŽTE** vychlazené masové kuličky do přehřáté horkovzdušné fritězy.
- 7 VYBERTE** funkci "Steak", nastavte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 PODLE POTŘEBY POTÍREJTE** masové kuličky každé 2 minuty polevou.



Pečené kuře na česneku a bylinkách

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

3 kuřecí stehna, bez kosti, s kůží

3 kuřecí stehna, s kostí, s kůží

30 ml olivového oleje

20 g sušeného česnekového prášku

6 g soli

1 g černého pepře

1 g sušeného tymiánu

1 g sušeného rozmarýnu

1 g sušeného estragonu

- 1** **OBALTE** kuřecí stehna v olivovém oleji a koření. Poté nechte kuře 30 minut marinovat.
- 2** **ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3** **VLOŽTE** kuře do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4** **ZVOLTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 20 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Barbecue kuře

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 30 minut

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

2 g uzené papriky
3 g sušené mleté cibule
4 g chili v přášku
7 g hnědého cukru
18 g soli
2 g kmínu
1 g kajenského pepře
1 g černého pepře
1 g bílého pepře
454 g kuřecích stehen,
s kůží, s kostí
227 g kuřecích křídel
Barbecue omáčka, na polévání a servírování

- 1 SMÍCHEJTE** všechno koření dohromady v malé misce.
- 2 POSYPTE** kuře směsí koření a poté ho nechte 30 minut marinovat.
- 3 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** křídla a stehna do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 20 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 POTÍREJTE** kuřecí stehna a křídla každých 5 minut trochou barbecue omáčky.
- 7 VYJMĚTE** kuře z fritézy po dokončení pečení.
- 8 PODÁVEJTE** s barbecue omáčkou.



Kuřecí stehýnka na česneku a citronu

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

30 ml olivového oleje
1 citron, šťáva i kůra
10 g sušeného česnekového prášku
5 g červené papriky
9 g soli
1 g sušeného oregana
1 g černého pepře
2 g hnědého cukru
6 kuřecích stehýnek, s kůží

- 1 SMÍCHEJTE** olivový olej, citronovou šťávu, citronovou kůru, česnekový prášek, červenou papriku, sůl, oregano, černý pepř a hnědý cukr v malé misce.
- 2 POTŘETE** kuřecí stehýnka marinádou a nechte je 30 minut odležet.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** kuřecí stehýnka do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 20 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Kuřecí stehna pečená na hořčici

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

30 g dijonské hořčice
15 ml javorového sirupu
1 g sušené mleté cibule
2 g sušeného česnekového prášku
1 g červené papriky
2 g soli
1 g černého pepře
4 kuřecí stehna, bez kosti, s kůží

- 1 SMÍCHEJTE** hořčici, javorový sirup, cibulový prášek, česnekový prášek, červenou papriku, sůl a černý pepř v malé misce.
- 2 OBALTE** kuřecí stehna v hořčičné polevě a poté je dejte stranou.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** kuřecí stehna do předehřáté horkovzdušné fritézy a pokryjte je zbývající polevou.
- 5 VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 20 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Kuřecí paličky Tikka

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 1 hodina

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

79 ml kokosového mléka
24 g rajčatového protlaku
3 g koření garam masála
2 g kmínu
3 g kurkumy
2 g kardamonu
3 g sušeného česnekového prášku
25 g zázvoru, strouhaného
5 g soli
4 kuřecí paličky

- 1 SMÍCHEJTE** vše kromě kuřete do mísy a pořádně promíchejte.
- 2 NAMOČTE** kuřecí paličky v kokosové marinádě a promíchejte je, dokud nebudou paličky dobře pokryté. Poté je marinujte 1 hodinu.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VYNDEJTE** kuřecí paličky z lednice a vložte je do předehřáté horkovzdušné fritězy.
- 5 PEČTE** kuřecí paličky při teplotě 175°C po dobu 20 minut.
- 6 PODÁVEJTE** s vařenou basmati rýží.



Kuře s medem a citronem

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 1 hodina
DOBA VAŘENÍ: 15 minut

45 ml medu,
plus med na pokapání
15 ml sójové omáčky
1 citron, šťáva
2 stroužky česneku, nasekané
4 kuřecí stehna, bez kostí, s kůží
Sůl, podle chuti
Plátky citronu, na ozdobu

- 1 SMÍCHEJTE** med, sójovou omáčku, citronovou šťávu a česnek v misce a promíchejte. Kuřecí stehna namočte a nechte marinovat až 1 hodinu.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 VLOŽTE** kuřecí stehna do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 ZVOLTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VYJMĚTE** fritovací koše z fritézy, jakmile na časovači zbývá 5 minut. Znovu potřete kuřecí stehna marinádou, vložte je zpět do fritovacího koše a ty vraťte zpět do fritézy k dokončení pečení.
- 6 OCHUŤTE** solí, pokapejte trochou medu a ozdobte plátky citronu.



Kuře s 5 druhy koření

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 hodiny, 5 minut **1**
DOBA VAŘENÍ: 12 minut

48 g omáčky hoisin
18 g ústřicové omáčky
3 stroužky česneku,
nastrouhané najemno
5 g čínský prášek 5 druhů koření
60 ml medu
30 ml tmavé sójové omáčky
4 kuřecí stehna, bez kostí, s kůží

- 1 SMÍCHEJTE** hoisin, ústřicovou omáčku, česnek, čínský prášek z pěti druhů koření, 30 ml medu a 20 ml tmavé sójové omáčky ve velké misce. Přidejte kuřecí stehna a míchejte, dokud nejsou dobře obalená. Marinujte alespoň 2 hodiny.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 VLOŽTE** kuřecí stehna do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 12 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 SMÍCHEJTE** zbývající med a sójovou omáčku dohromady v malé misce.
- 6 POTŘETE** vršek kuřecích stehen medovo-sójovou omáčkou po 8 minutách pečení. Poté vraťte kuře zpět do fritézy a dokončete vaření (zbývající 4 minuty).
- 7 PODÁVEJTE** s dušenou čínskou brokolicí a rýží.



"Smažené kuře"

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 hodiny

DOBA VAŘENÍ: 25 minut

2 kuřecí stehna

2 kuřecí paličky

224 ml podmáslí

180 g hladké mouky

3 g sušeného česnekového prášku

3 g sušené mleté cibule

3 g červené papriky

2 g bílého nebo černého pepře

5 g soli

40 ml oleje

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 **SMÍCHEJTE** kuřecí stehna a podmáslí v sáčku na zip. Marinujte 1-1,5 hodiny.
- 2 **SMÍCHEJTE** mouku, koření a sůl v malé misce.
- 3 **VYNDEJTE** kuřecí stehna z pytlíku a posypte je moukou. Ujistěte se, že je kuře zcela zakryté. Poté položte kuřecí stehna na 15 minut na chladicí mřížku.
- 4 **ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 **NAMOČTE** kuchyňský kartáč do oleje a jemně potřete kuřecí stehna z každé strany.
- 6 **VLOŽTE** kuřecí stehna do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 7 **VYBERTE** funkci "Kuře" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 **OBRAŤTE** kuře v polovině pečení a postříkejte ho sprejem na vaření.
- 9 **NECHTE** kuře vychladnout na 5 minut po dokončení pečení a poté ho podávejte.



Parmazánové kuře

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 12 minut

56 g strouhanky italského stylu
20 g strouhaného parmazánu
2 kuřecí prsa (454 g),
bez kosti, bez kůže
60 g hladké mouky
2 vejce, rozšlehaná
Nepřilnavý sprej na vaření
2 plátky sýru mozzarella
Omáčka Marinara, k podávání
2 snítky petrželky,
čerstvě nasekané, na ozdobu

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 180°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** v misce strouhanku a parmazán.
- 3 OBALTE** obě kuřecí prsa v mouce, poté je namočte do rozšlehaných vajec a obalte ve strouhankové směsi.
- 4 POSTŘÍKEJTE** horní část kuřecích prsou a vnitřek předehřáté horkovzdušné fritézy sprejem na vaření a vložte kuřecí prsa do fritovacích košů.
- 5 PEČTE** kuřecí prsa 12 minut při teplotě 180°C.
- 6 POLOŽTE** 1 plátek mozzarely na každé prso, jakmile na časovači zbývají 2 minuty.
- 7 PODÁVEJTE** s omáčkou Marinara a ozdobte čerstvě nasekanou petrželkou.



Vepřové kotlety ve stylu Severní Karolíny

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

2 vepřové kotlety, bez kosti
15 ml rostlinného oleje
25 g tmavě hnědého cukru
6 g maďarské papriky
2 g mleté hořčice
2 g čerstvě mletého černého pepře
3 g sušené mleté cibule
3 g sušeného česnekového prášku
Sůl a pepř, podle chuti

- 1** **VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2** **POTŘETE** vepřové kotlety olivovým olejem.
- 3** **SMÍCHEJTE** všechno koření v malé misce a bohatě okořeňte vepřové kotlety.
- 4** **VLOŽTE** vepřové kotlety do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5** **VYBERTE** funkci "Steak", upravte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6** **VYNDEJTE** vepřové kotlety z fritézy po dokončení pečení a nechte je 5 minut odpočinout. Poté je můžete podávat.



Vepřové Katsu

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 14 minut

2 vepřové kotlety (170 g),
bez kosti

56 g panko strouhanky

3 g sušeného česnekového prášku

2 g sušené mleté cibule

6 g soli

1 g bílého pepře

60 g hladké mouky

2 vejce, rozšlehaná

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 **VLOŽTE** vepřové kotlety do sáčku na zip nebo je přikryjte plastovým obalem.
- 2 **ROZKLEPEJTE** vepřové maso válečkem nebo paličkou na maso, dokud nebude mít tloušťku 13 mm.
- 3 **SMÍCHEJTE** strouhanku a koření v misce. Hotovou směs si dejte stranou.
- 4 **OBALTE** vepřové kotlety v mouce, poté je namočte do rozšlehaných vajec a obalte ve strouhankové směsi.
- 5 **ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 180°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 **POSTŘÍKEJTE** obě strany vepřového masa sprejem na vaření a vložte je do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 7 **PEČTE** vepřové kotlety 14 minut při teplotě 180°C.
- 8 **VYNDEJTE** vepřové kotlety z fritézy po dokončení pečení a nechte je 5 minut odpočinout.
- 9 **NAKRÁJTE** vepřové kotlety na kousky a podávejte.



Vepřová roláda v prosciuttu

4-5 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 9 minut

6 tenkých plátků prosciutta
1 vepřová panenka (454 g),
rozkrojená na polovinu, naklepaná
6 g soli
1 g černého pepře
227 g čerstvých listů špenátu
4 plátky sýru mozzarella
18 g sušených rajčat
10 ml olivového oleje

- 1 POLOŽTE** 3 plátky prosciutta na pečicí papír, aby se jen mírně překrývali. Na plátky prosciutta položte 1 půlku vepřové panenky.
- 2 OKOŘEŇTE** vnitřek vepřových rolád solí a pepřem.
- 3 VRSTVĚTE** na vepřovou panenku špenát, sýr a sušená rajčata. Na všech stranách ponechejte 13mm okraj.
- 4 ZAROLUJTE** pevně vepřovou panenku a svažte ji kuchyňským provázkem, aby zůstala uzavřená.
- 5 OPAKUJTE** postup u druhé poloviny vepřové panenky. Rolády dáme do lednice.
- 6 VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 POMAŽTE** každou zabalenou panenku 5 ml olivového olej. Takto pomazané a zabalené vepřové panenky vložíme do předehřáté fritézy.
- 8 VYBERTE** funkci "Steak", nastavte čas na 9 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 9 NECHTE** upečené rolády před krájením 10 minut odpočívat.



Cajunský sumec

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty
DOBA VAŘENÍ: 7 minut

5 g červené papriky
3 g sušeného česnekového prášku
2 g sušené mleté cibule
2 g mletého sušeného tymiánu
1 g mletého černého pepře
1 g kajenského pepře
1 g sušené bazalky
1 g sušeného oregana
2 filety ze sumce (177 g)
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** všechno koření dohromady v misce.
- 3 POKRYJTE** filety sumce z každé strany kořenící směsí.
- 4 POSTŘÍKEJTE** každou stranu filetu sprejem na vaření a vložte je do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Mořské plody" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VYNDEJTE** opatrně filety sumce po dokončení pečení. Podávat je můžete s krupicí nebo jinou přílohou.



Chipotle sendvič s tuňákem

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

1 plechovka tuňáku (142 g)
45 g omáčky La Costeña Chipotle
4 plátky bílého toastového chleba
2 plátky sýru Pepper Jack

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** tuňáka a chipotle omáčku, dokud se vše pořádně nespojí.
- 3 NASKLÁDEJTE** na dva krajíce chleba polovinu směsi tuňáka s chipotle omáčkou.
- 4 PŘIDEJTE** plátek sýru na každý krajíc a přiklopte zbývajícími 2 plátky chleba, čímž vytvoříte dva sendviče.
- 5 VLOŽTE** sendviče do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 6 VYBERTE** funkci "Chléb", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 NAKRÁJÍME** tousty a podáváme.



Rybí tacos v kukuřičné krustě

4-5 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 7 minut

454 g tilapie,
nakrájené na 38mm proužky
52 g žluté kukuřičné mouky
1 g mletého kmínu
1 g chili v prášku
2 g sušeného česnekového prášku
1 g sušené mleté cibule
3 g soli
1 g černého pepře
Nepřilnavý sprej na vaření
Kukuřičné tortilly, k podávání
Tatarská omáčka, k podávání
Plátky limetky, k podávání

- 1 NAKRÁJEJTE** tilapii na proužky o tloušťce 38 mm.
- 2 SMÍCHEJTE** kukuřičnou mouku a koření v mělké misce.
- 3 POTŘETE** rybí proužky ochucenou kukuřičnou moukou. Okořeněné filety dejte chladit do lednice.
- 4 ZVOLTE** funkci "Přehřejání" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 POSTŘÍKEJTE** rybí proužky sprejem na vaření a vložte je do přehřejáté horkovzdušné fritězy.
- 6 VYBERTE** funkci "Mořské plody", nastavte čas na 7 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 OBRAŤTE** rybí proužky v polovině pečení.
- 8 SERVÍRUJTE** rybí proužky v kukuřičných tortilách s tatarskou omáčkou a limetkou.



Teriyaki losos

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

TERIYAKI OMÁČKA

118 ml sójové omáčky
50 g cukru
1 g strouhaného zázvoru
1 stroužek česneku, rozdrčený
60 ml pomerančové šťávy

LOSOS

2 filety z lososa (148 g)
20 ml rostlinného oleje
Sůl a bílý pepř, podle chuti

- 1 SMÍCHEJTE** všechny ingredience na teriyaki omáčku v malém hrnci.
- 2 PŘIVEĎTE** omáčku k varu, zredukujte na polovinu a poté nechte vychladnout.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 POMAŽTE** lososa olejem a dochuťte ho solí a bílým pepřem.
- 5 VLOŽTE** lososa do předehřáté horkovzdušné fritézy kůží dolů. Zvolte funkci "Mořské plody", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VYNDEJTE** lososa z fritézy po dokončení pečení. Lososa nechte 5 minut odpočinout a poté zesklivatět teriyaki omáčku.
- 7 PODÁVEJTE** na lůžku z vařeného rýže nebo s grilovanou zeleninou.



Losos s máslem a citronem

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

2 filety z lososa (177 g)

Sůl a pepř podle chuti

Nepřilnavý sprej na vaření

30 g másla

30 ml čerstvé citronové šťávy

1 stroužek česneku, nastrohaný

6 ml worcesterské omáčky

- 1 OKOŘEŇTE** lososa solí a pepřem dle chuti.
- 2 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 POSTŘÍKEJTE** přehřáté fritovací koše sprejem na vaření a vložte lososa dovnitř.
- 4 VYBERTE** funkci "Mořské plody" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 SMÍCHEJTE** máslo, citronovou šťávu, česnek a worcesterskou omáčku v malé pánvi a vařte na mírném ohni asi 1 minutu.
- 6 SERVÍRUJTE** filety lososa s rýží a přelijte máslovou citronovou omáčkou.



Cajunské krevety

2-3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 5 minut

6 g soli
2 g uzené papriky
2 g sušeného česnekového prášku
2 g italského koření
2 g chili v prášku
1 g sušené mleté cibule
1 g kajenského pepře
1 g černého pepře
1 g sušeného tymiánu
454 g velkých krevet, oloupaných
30 ml olivového oleje
Plátky limetky, k podávání

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 190°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** všechno koření dohromady ve velké míse. Hotovou směs si dejte stranou.
- 3 POTŘETE** krevety olivovým olejem, dokud nebudou rovnoměrně potažené.
- 4 NASYPTE** směs koření na krevety a promíchejte je, dokud nebudou rovnoměrně obaleny.
- 5 VLOŽTE** krevety do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 6 VYBERTE** funkci "Krevety", nastavte čas na 5 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině vaření (funkce připomenutí protřepání vám dá vědět, kdy máte koše protřepat).
- 8 PODÁVEJTE** s plátky limetky.



Krabí koláčky

4 KRABÍ KOLÁČKY

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

REMULÁDA

55 g majonézy
15 g kapar, omytých a okapaných
5 g sladkých okurek, mletých
5 g červené cibule,
nakrájené nadrobno
8 ml citronové šťávy
8 g dijonské hořčice
Sůl a pepř, podle chuti

KRABÍ KOLÁČKY

1 vejce velikosti L, rozšlehané
17 g majonézy
11 g dijonské hořčice
5 ml worcesterské omáčky
2 g koření Old Bay
2 g soli
Špetka bílého pepře
Špetka kajenského pepře
26 g celeru, nakrájeného nadrobno
45 g červené papriky,
nakrájené nadrobno
8 g čerstvé petrželky,
nakrájené najemno
227 g krabího masa
28 g panko strouhanky
Nepřilnavý sprej na vaření

- SMÍCHEJTE** ingredience na remuládu, dokud se vše dobře nespojí. Hotovou remuládu si odložte stranou.
- VYŠLEHEJTE** vejce, majonézu, hořčici, worcesterskou omáčku, koření Old Bay, sůl, bílý pepř, kajenský pepř, celer, papriku a petržel.
- JEMNĚ VLOŽTE** krabí maso do vaječné směsi a promíchejte ho, dokud se rovnoměrně nepromíchá.
- POSYPTE** strouhankou krabí směs a jemně ji vmasírovávejte, dokud se strouhanka dobře nezpracuje.
- VYTVARUJTE** z krabí směsi 4 dortové placičky a dejte je na 30 minut odležet do lednice.
- VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- VYLOŽTE** předehřáté fritovací koše pečícím papírem. Krabí koláčky nastříkejte sprejem na vaření a jemně je položte na pečící papír.
- PEČTE** krabí koláčky 8 minut při teplotě 205°C do zlatohněda.
- OTOČTE** krabí koláčky v polovině pečení.
- PODÁVEJTE** krabí koláčky s remuládou.



Křupavé tofu

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 15 minut

DOBA VAŘENÍ: 18 minut

225 g pevného tofu, nakrájeného
na 25mm kostky
30 ml sójové omáčky
10 ml rýžového octa
10 ml sezamového oleje
40 g kukuřičného škrobu

- 1 VLOŽTE** tofu, sójovou omáčku, rýžový ocet a sezamový olej do mělké mísy. Nechte 10 minut marinovat.
- 2 VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 190°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 SCEĎTE** tofu z marinády a poté ho vmíchejte do kukuřičného škrobu, dokud nebude rovnoměrně pokrytý.
- 4 VLOŽTE** obalené tofu do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Krevety", nastavte čas na 18 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině vaření (funkce připomenutí protřepání vám dá vědět, kdy máte koše protřepat).



Lilkový řízek

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 8 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

1 vejce, rozšlehané
15 ml mléka
112 g strouhanky italského stylu
3 g soli
1 g černého pepře
1 japonský lilek,
nakrájený na 13mm plátky
60 g hladké mouky
Olivový olej, na potírání

- 1 UŠLEHEJTE** vejce a mléko v mělké misce. Poté smíchejte panko strouhanku, sůl a pepř v samostatné misce.
- 2 NAKRÁJEJTE** lilek na 13mm plátky.
- 3 OBALTE** plátky lilku v mouce, poté je namočte v rozšlehaném vejci a obalte ve strouhance. Znovu namočte do vejce a strouhanky.
- 4 VYBERTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 POTŘETE** plátky lilku z každé strany olivovým olejem.
- 6 VLOŽTE** obalené plátky lilku do přehřáté horkovzdušné fritézy v jedné vrstvě a pečte 8 minut při teplotě 205°C. Možná budete muset péct ve více dávkách.
- 7 OTOČTE** plátky lilku v polovině pečení.



Sendvič s grilovaným sýrem

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

43 g másla, rozpuštěného

4 plátky bílého toastového chleba

57 g sýru Cheddar, nastrohaného

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 POMAZEJTE** plátky chleba z každé strany máslem.
- 3 ROZDĚLTE** sýr rovnoměrně na 2 plátky chleba a přiklopte to zbylými 2 plátky chleba, abyste vytvořili 2 sendviče.
- 4 VLOŽTE** sendviče s grilovaným sýrem do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Chléb" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 NAKRÁJTE** sendviče a podávejte.



Cajunské kuře

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:

5 hodin, 15 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

454 g kuřecích prsou,
nakrájené na menší kousky
355 ml podmáslí
10 ml louisianské ostré omáčky
180 g hladká mouka
15 g soli
4 g černého pepře
7 g sušeného česnekového prášku
5 g sušené mleté cibule
5 g červené papriky
3 g mleté hořčice
2 g kajenského pepře
12 g kukuřičného škrobu
Nepřilnavý sprej na vaření

- MARINUJTE** kuřecí kousky v podmáslí a louisianské ostré omáčky po dobu 4 hodin nebo přes noc.
- PŘIDEJTE** všechny zbývající ingredience do velké mísy a dobře je promíchejte.
- OBALTE** marinované kuřecí kousky v obalovací směsi. Přebytek směsi z kuřecích kousků setřeste.
- VMÍCHEJTE** do ochucené mouky 1/3 marinády a dobře promíchejte. Tím se vytvoří malé vločky.
- NECHTE** obalené kuřecí kousky hodinu odležet, dokud povlak nebude lepkavý. Poté kuřecí kousky obalte v mouce. Takto připravené kuřecí kousky si dejte stranou.
- VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- POSTŘÍKEJTE** sprejem na vaření každou stranu kuřecích kousků a takto je vložte do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- PEČTE** kuřecí kousky po dobu 10 minut při teplotě 205°C, dokud nebudou zlatohnědé a křupavé.



Stromboli

4-5 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut
DOBA VAŘENÍ: 20 minut

283 g těsta na pizzu, chlazené
Hladká mouka, na posyp těsta
8 plátků šunky, vařené
3 plátků sýru Provolone
3 plátky sýru mozzarella
50 g pečené červené papriky,
nakrájené
1 g italského koření
1 vejce, rozšlehané
15 ml mléka
1 g soli
1 g sušeného oregana
1 g sušeného česnekového prášku
1 g černého pepře

- 1 NECHTE** těsto 30 minut odpočívat při pokojové teplotě.
- 2 POPRÁŠÍME** těsto moukou a rozválíme ho na tloušťku 6 mm.
- 3 NAVRSTVĚTE** šunku, sýru, pečenou papriku a italské koření na polovinu těsta. Těsto přeložte a uzavřete.
- 4 SMÍCHEJTE** vejce a mléko dohromady. Vršek těsta potřeme rozšlehaným vejcem.
- 5 POSYPTE** vršek přeloženého těsta solí, oreganem, česnekovým práškem a pepřem. Poté dejte stranou.
- 6 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 VLOŽTE** stromboli do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 8 PEČTE** 20 minut při teplotě 175°C. Během pečení stromboli každých 5 minut otáčejte.



Křupavé "smažené" rybí nugetky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 6 minut

DOBA VAŘENÍ: 6 minut

454 g bílé ryby, nakrájené
na proužky 38 x 13 mm
30 g hladké mouky
7 g koření Old Bay
2 vejce, rozšlehaná
180 g panko strouhanky
Nepřilnavý sprej na vaření
Tatarská omáčka, k podávání

- 1 NAKRÁJEJTE** rybu na proužky o velikosti 38 x 13 mm.
- 2 SMÍCHEJTE** v misce mouku a koření Old Bay.
- 3 OBALTE** každý kousek ryby v ochucené mouce. Poté kousky namočte do rozšlehaných vajec a obalte ve strouhance.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 POSTŘÍKEJTE** obalené ryby z obou stran sprejem na vaření a vložte je do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 6 VYBERTE** funkci "Mražené jídlo", nastavte čas na 6 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině vaření (funkce připomenutí protřepání vám dá vědět, kdy máte koše protřepat.
- 8 PODÁVEJTE** s tatarskou omáčkou.



Mini pizzy Fiesta

1 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 předem připravené těsto na pizzu
(178 mm)
Olivový olej, na potírání
57 g salsy
85 g směsi mexického sýra
20 g mražená kukuřice, rozmražená
30 g vařených černých fazolí
8 g mraženého hrášku, rozmraženého

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 POTŘETE** pizzu olivovým olejem.
- 3 VLOŽTE** pizzu do přehřáté horkovzdušné fritézy a pečte 10 minut při teplotě 160°C.
- 4 PŘIDEJTE** salsu, sýr, kukuřici, černé fazole a hrášek 5 minut před dokončením pečení.



Mini pizzy se salámem

1 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 předem připravené těsto na pizzu
(178 mm)

Olivový olej, na potírání

60 g omáčka Marinara

5-6 plátků salámu

85 g sýru mozzarella, nastrouhaný

25 g parmazánu

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 POTŘETE** pizzu olivovým olejem.
- 3 VLOŽTE** pizzu do předehřáté horkovzdušné fritézy a pečte 10 minut při teplotě 160°C.
- 4 PŘIDEJTE** omáčku Marinara, plátky salámu, mozzarellu a parmazán 5 minut před dokončením pečení.



Mini cheesburgery

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:

1 hodina, 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

454 g mletého hovězího masa (80/20)

3 g soli

1 g černého pepře

6 ml worcesterské omáčky

5 g dijonské hořčice

1 malá cibule, nastrouhaná

1 vejce, rozšlehané

40 ml olivového oleje

4 plátky sýru Cheddar

Mini bulky, k podávání

- 1 SMÍCHEJTE** mleté hovězí maso, sůl, černý pepř, worcesterskou omáčku, dijonskou hořčici, nastrouhanou cibuli a vejce, dokud se vše dobře nespojí.
- 2 VYTVARUJTE** z hovězího masa 4 stejně velké placičky a dejte je na 1 hodinu uležet do lednice.
- 3 VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 POTŘETE** masové placičky olivovým olejem a vložte je do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Steak", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 OTOČTE** masové placičky v polovině pečení, abyste zajistili rovnoměrné propečení a zhnědnutí.
- 7 PŘIDEJTE** plátky sýru Cheddar do každého z burgerů ve chvíli, kdy zbývá na časovači 1 minuta pečení.
- 8 PODÁVEJTE** v mini bulkách.



Krůtí burgery s asijským salátem

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

ASIJSKÝ SALÁT

175 g zelí, nakrájené
 ¼ malá červená cibule,
 nakrájená na tenké plátky
 ½ mrkve, nastrouhané
 2 zelená cibulka,
 nakrájená na tenké plátky
 2 g koriandru, nasekaného
 30 ml rýžového vinného octa
 30 ml sójové omáčky
 28 g hnědého cukru
 15 ml sezamového oleje
 14 g majonézy
 Sůl a pepř, podle chuti

MASOVÉ PLACIČKY

454 g mleté krůtí maso (85/15)
 2 stroužky česneku, nasekané
 Kousek zázvoru, 25mm, strouhaný
 2 zelené cibule, nakrájené
 32 g hoisinu
 15 ml sójové omáčky
 10 g chilli pasty Sambal Oelek
 3 g černého pepře
 90 g panko strouhanky

ASIJSKÝ SALÁT

- SMÍCHEJTE** dohromady zelí, cibuli, mrkev, zelenou cibulku a koriandr ve velké míse.
- VYŠLEHEJTE** ocet, sójovou omáčku, hnědý cukr, sezamový olej, majonézu, sůl a pepř v malé misce.
- PROMÍCHEJTE** zeleninu s octovým dresingem a nechte asijský salát 30 minut marinovat.

MASOVÉ PLACIČKY

- SMÍCHEJTE** všechny ingredience na placičky dohromady ve velké míse, dokud se nespojí.
- VYTVARUJTE** z krůtí směsi 4 placičky a dejte je vychladit do lednice.
- VYBERTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- VLOŽTE** krůtí placičky do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- PEČTE** krůtí placičky 10 minut při teplotě 205°C.
- PODÁVEJTE** v bulkách s asijským salátem.



Chuťovky



Chřest zabalený v prosciuttu

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

12 ks chřestu
12 ml olivového oleje
Sůl a pepř, podle chuti
12 plátků prosciutta

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 ODŘÍZNĚTE** dřevnaté konce chřestu a vyhodte je.
- 3 POKAPEJTE** špičky chřestu olejem. Dochutěte chřest solí a pepřem dle chuti.
- 4 OMOTEJTE** 1 plátek prosciutta kolem každého chřestu a vložte je do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Zelenina", nastavte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Kuřecí křídla třená nasucho

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 30 minut

9 g granulovaného česneku
1 kostka kuřecího bujonu
5 g soli
3 g černého pepře
1 g uzené papriky
1 g kajenského pepře
3 g koření Old Bay
3 g sušené mleté cibule
1 g sušeného oregana
453 g kuřecích křídel
Nepřilnavý sprej na vaření
Omáčka, k podávání

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** v misce všechno koření a dobře ho promíchejte.
- 3 OKOŘEŇTE** kuřecí křídla polovinou kořenící směsi a dostatečně postříkejte sprejem na vaření.
- 4 VLOŽTE** kuřecí křídla do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 30 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení.
- 7 PŘENDEJTE** kuřecí křídla do mísy a posypte je druhou polovinou kořenící směsi, dokud nebudou dobře obalená.
- 8 PODÁVEJTE** s omáčkou dle vlastního výběru.



Mongolská kuřecí křídla

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 15 minut
DOBA VAŘENÍ: 25 minut

680 g kuřecích křídel
30 ml rostlinného oleje
Sůl a pepř, podle chuti
60 ml sójové omáčky
85 g medu
20 ml rýžového vinného octa
15 g omáčky Sriracha
3 stroužky česneku, nasekané
4 g čerstvého zázvoru,
nastrouhaného
1 zelená cibulka, nakrájená,
na ozdobu

- 1 ZVOLTE** funkci "Předeřhřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 PROMÍCHEJTE** kuřecí křídélka s olejem, solí a pepřem, dokud nejsou dobře obalená.
- 3 VLOŽTE** obalená kuřecí křídélka do předeřhřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 VYBERTE** funkci "Kuře" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 SMÍCHEJTE** v hrnci sójovou omáčku, med, rýžový vinný ocet, omáčku Sriracha, česnek a zázvor.
- 6 PŘIVEĎTE K VARU**, dokud se chuť nespojí a poleva se mírně zredukuje, asi 10 minut.
- 7 PŘENDEJTE** kuřecí křídla do velké mísy a promíchejte je s polevou.
- 8 VRAŤTE** křídla do fritovacích košů a dokončete pečení ve zbývajících 5 minut.
- 9 OZDOBTE** zelenou cibulkou a podávejte.



Kuřecí křídla s medem a omáčkou Sriracha

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 30 minut

2 g uzené papriky
2 g sušeného česnekového prášku
2 g sušené mleté cibule
2 g soli
2 g černého pepře
25 g kukuřičného škrobu
453 g kuřecích křídel
Nepřilnavý sprej na vaření
90 g medu
100 g omáčky Sriracha
15 ml rýžového vinného octa
5 ml sezamového oleje

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** dohromady uzenou papriku, česnekový prášek, cibulový prášek, sůl, černý pepř a kukuřičný škrob.
- 3 OBALTE** křídla v ochuceném kukuřičném škrobu, dokud nebudou všechna křídla rovnoměrně potažena.
- 4 POSTŘÍKEJTE** křídla sprejem na vaření a míchejte je, dokud nebudou všechna křídla potažena olejem.
- 5 VLOŽTE** křídla do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 6 VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 30 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení.
- 8 UŠLEHEJTE** med, omáčku Sriracha, rýžový vinný ocet a sezamový olej ve velké míse.
- 9 NAMOČTE** upečená křídla v omáčce, dokud nejsou dobře obalená. Poté je můžete podávat.



Kuřecí křídla s česnekem a parmazánem

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 25 minut

25 g kukuřičného škrobu

20 g strouhaného parmazánu

9 g sušeného česnekového prášku

Sůl a pepř, podle chuti

680 g kuřecích křídel

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** v misce kukuřičný škrob, parmazán, česnekový prášek, sůl a pepř.
- 3 VLOŽTE** kuřecí křídla do směsi koření a obalujte je, dokud nejsou rovnoměrně potažená.
- 4 VYSTŘÍKEJTE** fritovací koše sprejem na vaření a vložte do nich kuřecí křídla, které také postříkáte sprejem na vaření.
- 5 VYBERTE** funkci "Kuře" a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte fritovací koše protřepat.
- 6 POSYPTÉ** kuřecí křídla zbylou směsí koření a podávejte.



Jerk kuřecí křídla

2-3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 25 minut

1 g mletého tymiánu
1 g sušeného rozmarýnu
2 g nového koření
4 g mletého zázvoru
3 g sušeného česnekového prášku
2 g sušené mleté cibule
1 g skořice
2 g červené papriky
2 g chili v prášku
1 g muškátového oříšku
Sůl, podle chuti
30 ml rostlinného oleje
0,5–1 kg kuřecích křídel
1 limetka, šťáva

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 SMÍCHEJTE** všechno koření a olej dohromady v misce a vytvořte marinádu.
- 3 VLOŽTE** kuřecí křídla do marinády a obalujte je, dokud nebudou rovnoměrně potažená.
- 4 VLOŽTE** kuřecí křídla do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Kuře" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení.
- 7 VYJMĚTE** křídla z fritézy po dokončení pečení a položte je na servírovací talíř.
- 8 VYMAČKEJTE** na křídla čerstvou limetkovou šťávu a takto je podávejte.



Domácí tortilla chipsy

2-3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 minuty
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

3 kukuřičné tortilly (152-mm),
každá nakrájená na 8 kusů
20 ml olivového oleje
2 g soli
Salsa, k podávání

- 1 ROZKROJTE** tortilly napůl, pak každou polovinu na čtvrtiny, takže získáte celkem 8 kusů na jednu tortillu.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 NAMOČTE** tortilla chipsy do olivového oleje a soli, dokud nebudou všechny chipsy dobře a rovnoměrně obalené.
- 4 VLOŽTE** tortilla chipsy do předehřáté horkovzdušné fritézy a pečte 8 minut při teplotě 150°C.
- 5 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení.
- 6 PODÁVEJTE** tortilla chipsy se salsou dle vlastního výběru.



Vepřové párky v příkrývce

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

½ plátu listového těsta,
rozmražené
16 uzených koktejlových párků
15 ml mléka

- 1** **VYBERTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2** **NAKRÁJEJTE** listové těsto na proužky o velikosti 64 x 38 mm.
- 3** **POLOŽTE** koktejlový párek na jeden konec proužku listového těsta a poté těsto obtočte kolem párku. Těsto utěsněte trochou vody, aby drželo.
- 4** **POTŘETE** vrchní stranu (švem dolů) obaleného párku mlékem a takto vložte do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5** **PEČTE** 10 minut při teplotě 205°C nebo do zlatohnědé.



Houby plněné klobásou

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 23 minut

6 extra velkých hub Crimini
45 ml olivového oleje
¼ velké cibule, nakrájené na kostičky
1 stroužek česneku, nasekaný
113 g sladké italské klobásy
14 g strouhanky italského stylu
58 g sýru mozzarella, strouhaného,
plus další sýr na posypání
20 g strouhaného parmazánu
4 g čerstvé nasekané petrželky
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 ODSTRANĚTE** stonky hub z kloboučků. Nasekejte stonky a dejte je stranou.
- 2 VYDLABEJTE** lžičkou vnitřek kloboučků hub, abyste vytvořili více místa pro nádivku. Vydlabané houby si dejte stranou.
- 3 ZAHŘEJTE** pánev na středně vysokou teplotu a nechte ji rozežhřát.
- 4 PŘIDEJTE** na pánev 20 ml olivového oleje, nasekané stonky hub a na kostičky nakrájenou cibuli.
- 5 PŘIDEJTE** česnek a vařte 1 minutu.
- 6 PŘIDEJTE** italskou klobásu a opečte ji dohněda, asi 5 minut. Tu si pak dejte stranou.
- 7 SMÍCHEJTE** opečenou klobásu se strouhankou, mozzarellou, parmazánem a petrželkou.
- 8 PODLE CHUTI** směs osolte a opepřete.
- 9 NAPLNĚTE** houby, dokud nebudou plné a navrch dejte další sýr mozzarella.
- 10 POKAPEJTE** houby zbytkem olivového oleje.
- 11 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 12 VLOŽTE** naplněné houby do předehřáté horkovzdušné fritězy.
- 13 PEČTE** houby 12 minut při teplotě 160°C, dokud sýr není zlatavě hnědý a nadýchaný.



"Smažené" kousky mozzarely

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

6 kusů sýra v proužcích
16 g hladké mouky
3 g kukuřičného škrobu
3 g soli
1 g černého pepře
2 vejce, rozšlehaná
15 ml mléka
50 g panko strouhanky
2 g sušených petrželových vloček
Nepřilnavý sprej na vaření
Marinara nebo tatarská omáčka,
k podávání

- 1 NAKRÁJEJTE** proužky sýra na třetiny, vznikne 18 kusů.
- 2 SMÍCHEJTE** v misce mouku, kukuřičný škrob, sůl a pepř. V samostatné misce ušlehejte vejce a mléko. Smíchejte panko strouhanku a petrželové vločky v další misce.
- 3 OBALTE** moukou každý kus sýra. Poté je namočte v rozšlehaném vejci a obalte ve strouhance. Druhý a třetí krok opakujte a znovu namočte do rozšlehaného vejce a strouhanky.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** kousky obalené mozzarely do mrazáku, zatímco se horkovzdušná fritéza předehřívá.
- 6 VLOŽTE** obalené kousky mozzarely do předehřáté fritězy a dostatečně je postříkejte sprejem na vaření.
- 7 VYBERTE** funkci "Mražené jídlo", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat.
- 9 PODÁVEJTE** s omáčkou Marinara nebo tatarskou omáčkou, dle vaší chuti.



"Smažené" okurky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

4 velké nakládané okurky
60 g hladká mouka
2 vejce, rozšlehaná
25 g strouhanky
2 g červené papriky
1 g kajenského pepře
Nepřilnavý sprej na vaření
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 OSUŠTE** pořádně nakládané okurky kuchyňskou utěrkou a nakrájejte je na proužky.
- 2 PŘIPRAVTE SI** 3 mělké misky. Do první misky dejte mouku. Do druhé misky rozklepněte vejce. Do třetí misky smíchejte strouhanku a koření, dokud se směs dobře nezpracuje a nepromíchá.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 180°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 OBALTE** osušené okurky nejdříve v mouce, poté ve vejci a nakonec ve strouhance. Strouhanku jemně přitlačte rukama na okurky. Obalené okurky dejte na táč a ze všech stran je postříkejte sprejem na vaření.
- 5 VLOŽTE** kyselé okurky do předehřáté fritézy a pečte je 10 minut při teplotě 180°C. V polovině pečení je obraťte a v případě potřeby znovu lehce postříkejte sprejem na vaření.
- 6 PODÁVEJTE** "smažené" okurky s vaší oblíbenou omáčkou.



Plněné jalapeños zabalené ve slanině

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 16 minut

6 středně velkých jalapeños,
podélně rozpůlených a bez semínek
112 g mletého vepřového masa
57 g sýru Cheddar
Sůl a pepř, podle chuti
6 plátků slaniny, rozpůlených

- 1 **ROZKROJTE** jalapeños podélně napůl a odstraňte všechna semínka. Rozpůlené jalapeños si dejte stranou.
- 2 **SMÍCHEJTE** v misce mleté vepřové maso, Cheddar, sůl a pepř a míchejte, dokud se vše dobře nespojí.
- 3 **NAPLŇTE** každou půlku jalapeños 20 g vepřové směsi.
- 4 **PŘILOŽTE** půlky jalapeños zpět k sobě a každé obalte slaninou.
- 5 **ZVOLTE** funkci "Předežhátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 **VLOŽTE** jalapeños zabalené ve slanině do předežháté horkovzdušné fritézy.
- 7 **VYBERTE** funkci "Slanina", nastavte čas na 16 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 **PODÁVEJTE** s vaší oblíbenou omáčkou.



Krevety zabalené ve slanině

4-5 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 16 minut

16 jumbo krevet, oloupaných
3 g sušeného česnekového prášku
2 g červené papriky
2 g sušené mleté cibule
1 g mletého černého pepře
8 plátků slaniny, nakrájené podélně

- 1 VLOŽTE** jumbo krevety do misky a posypte kořením.
- 2 OMOTEJTE** proužky slaniny kolem krevet, začněte nahoře a dokončete u ocasu, a zajistěte je párátky.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** polovinu zabalených krevet do předehřáté fritézy.
- 5 VYBERTE** funkci "Slanina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza. Po dokončení pečení odložte hotové krevety stranou.
- 6 OPAKUJEME** stejný postup s další dávkou krevet.
- 7 SCEĎTE** přebytečný tuk na papírovou utěrku a podávejte.



Kokosové krevety

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 8 minut

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

30 g hladké mouky

5 g soli

1 g černého pepře

1 g sušeného česnekového prášku

2 g červené papriky

2 vejce velikosti L, rozšlehaná

15 ml mléka

28 g panko strouhanky

40 g neslazeného strouhaného kokosu

227 g velkých krevet, oloupaných,

s ponechanými ocásky

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** v jedné misce mouku a polovinu koření. V druhé misce ušlehejte vejce a mléko.
- 2 SMÍCHEJTE** panko strouhanku, kokos a druhou polovinu koření v další misce.
- 3 OBALTE** každou krevetku v mouce, namočte ji do vejce a poté obalte ve strouhankové směsi. Druhý a třetí krok postupu opakujte a znovu namočte krevety do vejce a strouhanky. Obalené krevety dejte stranou.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** krevety rovnoměrně do předehřáté horkovzdušné fritězy a postříkejte je nepřilnavým sprejem na vaření.
- 6 VYBERTE** funkci "Mražené jídlo", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 OBRAŤTE** krevety v polovině pečení (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy je potřeba koše protřepat).



Skotské vejce

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 15 minut

283 g mleté vepřové klobásy
2 g sušený česnekový prášek
1 g sušené mleté cibule
1 g sušené šalvěje
2 g soli
1 g černého pepře
4 vejce, středně uvařená, oloupaná
60 g hladké mouky
1 vejce, rozšlehané
40 g strouhanky italského stylu
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** klobásu, česnekový prášek, cibulový prášek, šalvěj, sůl a pepř. Tuto směs si rozdělte na čtyři kuličky.
- 2 OBALTE** všechny 4 vejce v této směsi tak, aby byla vejce zcela zakrytá.
- 3** Všechna vejce pokrytá klobásovou směsí obalte v mouce, poté je namočte do rozšlehaného vejce a nakonec obalte vejce ve strouhance. Druhý a třetí krok opakujte a znovu je namočte do rozšlehaného vejce a obalte ve strouhance.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 POSTŘÍKEJTE** skotská vejce sprejem na vaření.
- 6 VLOŽTE** skotská vejce do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 7 VYBERTE** funkci "Mražené jídlo", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení skotská vejce obraťte (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy máte jídlo obrátit).



Kuřecí špízy s bylinkami a česnekem

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:

1 hodina, 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

60 ml olivového oleje
3 stroužky česneku, nastrohané
2 g sušeného oregana
1 g sušeného tymiánu
2 g soli
1 g černého pepře
1 citron, šťáva
454 g kuřecích stehen, bez kosti,
bez kůže
2 dřevěné špejle, rozpůlené

- 1 **SMÍCHEJTE** olivový olej, česnek, oregano, tymián, sůl, černý pepř a citronovou šťávu ve velké míse.
- 2 **VLOŽTE** kuřecí stehna do hotové marinády a marinujte 1 hodinu.
- 3 **ZVOLTE** funkci "Předehtátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 **NAKRÁJEJTE** marinované kuře na 38mm kousky a napíchejte je na rozpůlené dřevěné špejle.
- 5 **VLOŽTE** špízy do předehtáté horkovzdušné fritézy.
- 6 **VYBERTE** funkci "Kuře", nastavte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Kuřecí špízy s jogurtem

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:

4 hodiny, 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

123 g bílého řeckého jogurtu

20 ml olivového oleje

1 g kmínu

1 g mleté červené papriky

1 citron, šťáva a kůra

5 g soli

1 g čerstvě mletého černého pepře

4 stroužky česneku, nasekané

454 g kuřecích stehen, bez kosti,
bez kůže

2 dřevěné špejle, rozpůlené

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** jogurt, olivový olej, kmín, červenou papriku, citronovou šťávu, citronovou kůru, sůl, pepře a česnek ve velké míse.
- 2 VLOŽTE** kuřecí stehna do marinády a marinujte v lednici alespoň 4 hodiny.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 NAKRÁJEJTE** marinované kuře na 38mm kousky a napíchejte je na rozpůlené dřevěné špejle.
- 5 VLOŽTE** špízy do předehřáté horkovzdušné fritézy a postříkejte je sprejem na vaření.
- 6 PEČTE** špízy 10 minut při teplotě 205°C.



Hovězí špízy v korejském stylu

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:

1 hodina, 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 6 minut

20 g sójové pasty Ssamjang
20 g chilli pasty Gochujang
15 ml sójové omáčky
15 ml sezamového oleje
15 ml medu
5 ml rýžového vinného octa
454 g hovězího masa (Flap steak),
nakrájeného na kousky
2 dřevěné špejle, rozpůlené

- 1 SMÍCHEJTE** sójovou pastu Ssamjang, chilli pastu Gochujang, sójovou omáčku, sezamový olej, med a ocet v misce.
- 2 NAKRÁJEJTE** maso na 38mm kousky a vložte je do marinády. Nechte je 1 hodinu marinovat.
- 3 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 NAPÍCHEJTE** kousky hovězího masa na rozpůlené špízy a vložte je do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 ZVOLTE** funkci "Steak" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Vepřové špízy Teriyaki

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

8 g kukuřičného škrobu
118 ml vody
60 ml sójové omáčky
55 g světle hnědého cukru
1 stroužek česneku, nasekaný
2 g strouhaného zázvoru
Černý pepř, podle chuti
454 g vepřové kotlety,
nakrájené na 38mm kousky
2 dřevěné špejle, rozpůlené
Nepřilnavý sprej na vaření
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 UŠLEHEJTE** kukuřičný škrob dohromady s vodou.
- 2 SMÍCHEJTE** v malém hrnci kaši z kukuřičného škrobu, sójovou omáčku, hnědý cukr, česnek a zázvor. Omáčku vařte na vysoké teplotě, dokud se nerozvaří a nezhoustne, asi 5 minut.
- 3 OKOŘEŇTE** omáčku dle chuti černým pepřem a poté ji nechte vychladnout.
- 4 NAPÍCHEJTE** vepřové maso rovnoměrně na dřevěné špízy.
- 5 MARINUJTE** špízy v teriyaki omáčce po dobu 30 minut.
- 6 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 VLOŽTE** špízy do předehřáté horkovzdušné fritézy a postříkejte je sprejem na vaření.
- 8 VYBERTE** funkci "Steak", upravte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 9 POTÍREJTE** špízy každé 2 minuty během pečení teriyaki omáčkou.
- 10 DOCHUŤTE** špízy solí a pepřem a poté je můžete podávat.



Jehněčí špízy Shawarma

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 12 minut

DOBA VAŘENÍ: 8 minut

340 g mletého jehněčího masa
2 g kmínu
2 g červené papriky
3 g sušeného česnekového prášku
2 g sušené mleté cibule
1 g skořice
1 g kurkumy
1 g semen fenyklu
1 g mletého semínka koriandru
3 g soli
4 bambusové špejle (229 mm)

- 1 SMÍCHEJTE** všechny ingredience v míse a dobře je promíchejte.
- 2 NAPÍCHEJTE** na každou špejli 85 g masa a poté vložte špízy na 10 minut do lednice.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 VLOŽTE** špízy do předehřáté horkovzdušné fritézy, vyberte funkci "Steak", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 PODÁVEJTE** s citronovým jogurtovým dresinkem nebo samostatně.



Přílohy



Domácí hranolky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 30 minut
DOBA VAŘENÍ: 28 minut

2 brambory
1 l studené vody
15 ml oleje
3 g sušeného česnekového prášku
2 g červené papriky
Sůl a pepř, podle chuti
Kečup nebo tatarská omáčka

- 1 NAKRÁJEJTE** brambory na proužky o velikosti 76 x 25 mm a namočte je na 15 minut do 1 l vody.
- 2 SCEĎTE** brambory, opláchněte je ve studené vodě a osušte je papírovými utěrkami.
- 3 PŘIDEJTE** k bramborám olej a koření a míchejte je do té doby, dokud nebudou rovnoměrně obalené.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** brambory do předehřáté horkovzdušné fritéze.
- 6 ZVOLTE** funkci "Hranolky", nastavte čas na 28 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 7 VYJMĚTE** fritovací koše z fritézy po dokončení pečení a dochuťte hranolky solí a pepřem.
- 8 PODÁVEJTE** s kečupem nebo tatarskou omáčkou.



Hranolky ze sladkých brambor

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

2 velké sladké brambory

15 ml oleje

10 g soli

2 g černého pepře

2 g červené papriky

2 g sušeného česnekového prášku

2 g sušené mleté cibule

- 1 NAKRÁJEJTE** sladké brambory na nudličky o tloušťce 25 mm.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 VLOŽTE** nakrájené brambory do velké mísy a promíchejte je s olejem, dokud nebudou všechny proužky rovnoměrně obalené.
- 4 SMÍCHEJTE** sůl, černý pepř, červenou papriku, česnekový prášek a cibulový prášek. Vše dobře promíchejte.
- 5 VLOŽTE** hranolky do předehřáté horkovzdušné fritézy a pečte je 10 minut při teplotě 205°C. V polovině pečení nezapomeňte fritovací koše protřepat.



Cajunské francouzské hranolky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 30 minut
DOBA VAŘENÍ: 28 minut

2 brambory
1 l studené vody
15 ml oleje
7 g cajunského koření
1 g kajenského pepře
Kečup nebo tatarská omáčka

- 1 NAKRÁJEJTE** brambory na proužky o velikosti 76 x 25 mm a namočte je na 15 minut do 1 litru studené vody.
- 2 SCEĎTE** je, opláchněte je studenou vodou a osušte je papírovými utěrkami.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předežhátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 POLEJTE** brambory olejem a míchejte je do té doby, dokud nebudou rovnoměrně obalené.
- 5 VLOŽTE** brambory do předežháté horkovzdušné fritézy.
- 6 ZVOLTE** funkci "Hranolky", nastavte čas na 28 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 7 VYJMĚTE** fritovací koše z fritézy po dokončení pečení a dochuťte hranolky cajunským kořením a kajenským pepřem.
- 8 PODÁVEJTE** s kečupem nebo tatarskou omáčkou.



Cuketové hranolky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

2 středně velké cukety
60 g hladké mouky
12 g soli
2 g černého pepře
2 vejce, rozšlehaná
15 ml mléka
84 g italské kořeněné panko
strouhanky
25 g strouhaného parmazánu
Nepřilnavý sprej na vaření
Tatarská omáčka, k podávání

- 1 NAKRÁJEJTE** cukety na proužky o tloušťce 19 mm.
- 2 SMÍCHEJTE** mouku, sůl a pepř v misce. V samostatné misce rozšlehejte vejce a mléko. V jiné misce smíchejte strouhanku a parmazán.
- 3 OBALTE** každý kousek cukety moukou, namočte do rozšlehaného vejce a obalte ve strouhance. Obalené hranolky si dejte stranou.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** cuketové hranolky rovnoměrně do předehřáté horkovzdušné fritézy a postříkejte je sprejem na vaření.
- 6 VYBERTE** funkci "Mražené jídlo", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy je potřeba koše protřepat).
- 8 PODÁVEJTE** s tatarskou omáčkou.



Avokádové hranolky

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 15 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

2 avokáda

50 g panko strouhanky

2 g sušeného česnekového prášku

2 g sušené mleté cibule

1 g uzené papriky

1 g kajenského pepře

Sůl a pepř, podle chuti

60 g hladké mouky

2 vejce, rozšlehaná

Nepřilnavý sprej na vaření

Kečup nebo tatarská omáčka

- 1 NAKRÁJEJTE** avokáda na 25 mm silné proužky.
- 2 SMÍCHEJTE** strouhanku, česnekový prášek, cibulový prášek, uzenou papriku, kajenský pepř, sůl a pepř v misce.
- 3 OBALTE** každý proužek avokáda v mouce, poté je namočte do rozšlehaných vajec a obalte ve strouhankové směsi.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** avokádové hranolky do předehřáté horkovzdušné fritézy a postříkejte je sprejem na vaření. Hranolky pečte 10 minut při teplotě 205°C.
- 6 OBRAŤTE** avokádové hranolky v polovině pečení a znovu je postříkejte sprejem na vaření.
- 7 PODÁVEJTE** s kečupem nebo tatarskou omáčkou.



Řecké hranolky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 30 minut
DOBA VAŘENÍ: 28 minut

2 brambory
1 l studené vody
40 ml rostlinného oleje
3 g sušeného česnekového prášku
2 g červené papriky
56 g feta sýru, rozdrobeného
4 g nasekané petrželky
3 g čerstvého oregana
Sůl a pepř, podle chuti
Plátky citronu, k podávání

- 1 NAKRÁJEJTE** brambory na proužky o velikosti 76 x 13 mm a namočte je na 15 minut do 1 l studené vody.
- 2 SCEĎTE** brambory, opláchněte je studenou vodou a osušte je papírovými utěrkami.
- 3 PŘIDEJTE** k bramborám olej, česnekový prášek a papriku a míchejte, dokud nebudou proužky brambor rovnoměrně obalené.
- 4 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VLOŽTE** brambory do přehřáté horkovzdušné fritězy.
- 6 ZVOLTE** funkci "Hranolky", nastavte čas na 28 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 7 VYJMĚTE** fritovací koše z fritězy po dokončení pečení a nasypete na hranolky sýr feta, petrželku, oregano, sůl a pepř.
- 8 PODÁVEJTE** s plátky citronu.



Bramborové měsíčky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minut

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

2 velké brambory, opláchnuté
23 ml olivového oleje
3 g sušeného česnekového prášku
1 g sušené mleté cibule
3 g soli
1 g černého pepře
5 g strouhaného parmazánu
Kečup nebo tatarská omáčka

- 1 NAKRÁJEJTE** brambory na měsíčky o délce 102 mm.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 NAMOČTE** brambory do olivového oleje a promíchejte je s kořením a parmazánem, dokud nebudou dobře obalené.
- 4 VLOŽTE** brambory do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 ZVOLTE** funkci "Hranolky", nastavte čas na 20 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 PROTŘEPEJTE** fritovací koše v polovině pečení (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy fritovací koše protřepat).
- 7 PODÁVEJTE** s kečupem nebo tatarskou omáčkou.



Bramborové lupínky

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 40 minut
DOBA VAŘENÍ: 25 minut

2 l vody
15 g soli
2 velké brambory
20 ml olivového oleje
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 SMÍCHEJTE** vodu a sůl ve velké míse, dokud se všechna sůl nerozpustí.
- 2 NAKRÁJEJTE** brambory na tenké plátky. Důrazně doporučujeme použít mandolínu (použijte 1.5mm čepel).
- 3 NAMOČTE** brambory na 30 minut do slané vody.
- 4 BRAMBORY** scedte a osušte.
- 5 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 165°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 POKAPEJTE** plátky brambor olivovým olejem.
- 7 VRSTVĚTE** plátky brambor do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 8 PEČTE** brambory 25 minut při teplotě 165°C. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše.
- 9 OSOLTE A OPEPŘETE** brambory po upečení.



Cibulové kroužky

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 20 minut

1 bílá cibule
84 g panko strouhanky
2 g uzené papriky
5 g soli
2 vejce
224 ml podmáslí
60 g hladké mouky
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 NAKRÁJEJTE** cibuli na 13 mm silná kolečka a vrstvy rozdělte na kroužky.
- 2 SMÍCHEJTE** v misce strouhanku, papriku a sůl. Hotovou směs si dejte stranou.
- 3 UŠLEHEJTE** vejce a podmáslí dohromady, dokud se zcela nepromíchají.
- 4 OBALTE** každý cibulový kroužek v mouce, poté ho ponořte do rozšlehaných vajec a poté obalte ve strouhankové směsi.
- 5 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 190°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 POSTŘÍKEJTE** cibulové kroužky sprejem na vaření.
- 7 VLOŽTE** cibulové kroužky v jedné vrstvě do přehřáté horkovzdušné fritézy a pečte je po dávkách 10 minut při teplotě 190°C do zlatova. Nezapomeňte během pečení několikrát použít sprej na vaření, abyste zajistili, že budou rovnoměrně propečené.
- 8 PODÁVEJTE** s vaší oblíbenou omáčkou.



Kvetoucí cibule

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:
2 hodiny, 15 minut

DOBA VAŘENÍ: 25 minut

1 velká cibule
120 g hladké mouky
7 g červené papriky
12 g soli
7 g sušeného česnekového prášku
3 g chili v prášku
1 g černého pepře
1 g sušeného oregana
295 ml vody
56 g strouhanky italského typu
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 OLOUPEJTE** cibuli a odřízněte vršek. Položte odříznutou stranou dolů na prkénko.
- 2 KRÁJEJTE** cibuli směrem dolů, od středu ven, až po prkénko. Toto opakujte, abyste kolem cibule udělali 8 rovnoměrně rozmístěných zářezů. Ujistěte se, že štěrбина prochází všemi vrstvami, ale nechte cibuli spojenou uprostřed. Nakrájenou cibuli si dejte stranou.
- 3 ZAKRYJTE** cibuli v ledové vodě po dobu alespoň 2 hodin, poté ji osušte.
- 4 SMÍCHEJTE** hladkou mouku, červenou papriku, sůl, česnekový prášek, chilli v prášku, černý pepř, oregano a vodu, dokud nevznikne těsto.
- 5 ZVOLTE** funkci "Předehtátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 OBALTE** cibuli těstem, rozprostřete vrstvy a ujistěte se, že každá vrstva je pokryta těstem. Poté vrchní a spodní část cibule posypeme strouhankou.
- 7 POSTŘÍKEJTE** dno fritézy sprejem na vaření a vložte cibuli dovnitř, odříznutou stranou nahoru. Nastříkejte vrchní stranu cibule sprejem na vaření.
- 8 PEČTE** cibuli 10 minut při teplotě 205°C 10 minut. Poté snižte teplotu na 175°C a pečte ji dalších 15 minut.



Brambory Hasselback

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minut

DOBA VAŘENÍ: 40 minut

4 středně velké brambory, omyté
30 ml olivového oleje
12 g soli
1 g černého pepře
1 g sušeného česnekového prášku
28 g rozpuštěného másla
8 g čerstvě nasekaná petrželka,
na ozdobu

- 1 UMYJTE A VYDRHNĚTE** brambory. Poté je osušte papírovou utěrkou.
- 2 VYTVOŘTE** do brambory zářezy vzdálené 6 mm od sebe, zastavte se těsně před úplným rozkrojením, aby plátky zůstaly spojené asi 13 mm na spodní straně brambory.
- 3 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné friteze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 POLEJTE** brambory olivovým olejem a rovnoměrně je ochuťte solí, černým pepřem a česnekovým práškem.
- 5 VLOŽTE** brambory do přehřáté horkovzdušné fritezy a pečte je 30 minut při teplotě 175°C.
- 6 POTŘETE** brambory rozpuštěným máslem a pečte dalších 10 minut při teplotě 175°C.
- 7 PODÁVEJTE** s čerstvě nasekanou petrželkou.



Pečené brambory

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 20 minut

227 g baby brambor,
očištěné a rozpůlené
30 ml olivového oleje
3 g soli
1 g černého pepře
2 g sušeného česnekového prášku
1 g sušeného tymiánu
1 g sušeného rozmarýnu

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 195°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 NAMOČTE** půlky brambor do olivového oleje a promíchejte je s kořením.
- 3 VLOŽTE** brambory do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 ZVOLTE** funkci "Hranolky", nastavte čas na 20 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).



Mrkve pečená na medu

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 12 minut

454 g vícebarevné mrkve,
oloupané a omyté
15 ml olivového oleje
30 ml medu
2 snítky čerstvého tymiánu
Sůl a pepř, podle chuti

- 1 OSUŠTE** mrkev papírovou utěrkou. Poté ji dejte stranou.
- 2 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 VLOŽTE** mrkev do mísy s olivovým olejem, medem, tymiánem, solí a pepřem.
- 4 VLOŽTE** naloženou mrkev do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 ZVOLTE** funkci "Kořenová zelenina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 6 PODÁVEJTE** horké.



Pečená brokolice s česnekem

3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 3 minuty

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 velká brokolice,
nakrájená na růžičky
15 ml olivového oleje
3 g sušeného česnekového prášku
3 g soli
1 g černého pepře

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 POKAPEJTE** brokolici olivovým olejem a pořádně ji promíchejte, dokud nebude rovnoměrně obalená.
- 3 POSYPTE** brokolici kořením.
- 4 VLOŽTE** brokolici do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 ZVOLTE** funkci "Zelenina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Mrkev s medem a sójovou omáčkou

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 12 minut

454 g mladé mrkve, opláchnuté,
vydrhnuté a osušené

15 ml olivového oleje

5 ml medu

5 ml sójové omáčky

Sůl a pepř, podle chuti

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 NALOŽTE** mrkev do olivového oleje a pořádně ji promíchejte. Poté přidejte med a sójovou omáčku. Znovu pořádně promíchejte.
- 3 VLOŽTE** naloženou mrkev do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 ZVOLTE** funkci "Kořenová zelenina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 5 DOCHUŤTE** mrkev solí a pepřem po dokončení pečení.



Pečený květák

2-3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 minuty
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

284 g květáku, nakrájeného na
růžičky
10 ml olivového oleje
3 g soli
1 g černého pepře

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 VLOŽTE** růžičky květáku do mísy, pokapejte je olivovým olejem, přidejte sůl a pepř a pořádně vše promíchejte, aby se růžičky rovnoměrně obalily.
- 3 VLOŽTE** růžičky květáku do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 ZVOLTE** funkci "Zelenina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Pečený květák s kurkumou

2-3 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 minuty

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

284 g květáku, nakrájeného na
růžičky
10 ml olivového oleje
2 g kurkumy
2 g sušeného česnekového prášku
1 g sušené mleté cibule
3 g soli
1 g černého pepře

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 VLOŽTE** růžičky květáku do mísy a pokapejte je olivovým olejem, dokud nebude všechen květák dobře obalený.
- 3 PŘIDEJTE** do mísy s květákem koření a vše pořádně promíchejte.
- 4 VLOŽTE** růžičky květáku do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 ZVOLTE** funkci "Zelenina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Pečená kukuřice

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 2 minuty
DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 kukuřičný klas, očištěný a nakrájený
na polovinu
14 g másla, rozpuštěného
2 g soli

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 POTŘETE** kukuřici rozpuštěným máslem a osolte ji.
- 3 VLOŽTE** kukuřici do přehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 ZVOLTE** funkci "Kořenová zelenina", nastavte čas na 10 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 OBRAŤTE** kukuřici v polovině pečení (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy kukuřici obrátit).



Pečená máslová dýně

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 12 minut

1 máslová dýně, zbavená semínek
a nakrájená na 25mm kostky
15 ml olivového oleje, plus další
na pokapání

1 g čerstvého tymiánu

6 g soli

1 g černého pepře

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 POKAPEJTE** kostky máslové dýně olivovým olejem a dochuťte je tymiánem, solí a pepřem.
- 3 VLOŽTE** ochucenou dýni do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 4 ZVOLTE** funkci "Kořenová zelenina" a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 5 POKAPEJTE** upečenou dýni olivovým olejem a podávejte.



Pečený lilek

1-2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 lilek, oloupaný
30 ml olivového oleje
3 g soli
2 g sušeného česnekového prášku
1 g černého pepře
1 g sušené mleté cibule
1 g mletého kmínu

- 1 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 NAKRÁJEJTE** oloupaný lilek na plátky silné 13 mm.
- 3 SMÍCHEJTE** olej a koření ve velké misce, dokud se vše dobře nepromíchá. Poté postupně přidávejte lilek a míchejte, dokud nebudou všechny kousky dobře obalené.
- 4 VLOŽTE** lilek do přehřáté horkovzdušné fritézy a pečte ho 10 minut při teplotě 205°C.



Česnekový chléb

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

1 francouzská bageta
4 stroužky česneku, nasekané
43 g másla pokojové teploty
15 ml olivového oleje
10 g strouhaného parmazánu
8 g čerstvě nasekané petrželky

- 1 ROZKROJTE** bagetu podélně napůl a poté každý tento kus také napůl po šířce a vytvořte čtyři 152 mm dlouhé plátky.
- 2 ZVOLTE** funkci "Předehtátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 3 SMÍCHEJTE** česnek, máslo a olivový olej, abyste vytvořili pastu.
- 4 ROZETŘETE** pastu rovnoměrně na plátky bagety a posypte je parmazánem.
- 5 VLOŽTE** bagetu do předehtáté horkovzdušné fritézy.
- 6 ZVOLTE** funkci "Chléb" a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 OZDOBTE** čerstvě nasekanou petrželkou po dokončení pečení a podávejte.



Sýrové muffiny s kukuřičnou krupicí

6 MUFFINŮ

DOBA PŘÍPRAVY: 8 minut
DOBA VAŘENÍ: 15 minut

60 g hladké mouky
79 g kukuřičné krupice
38 g bílého cukru
6 g soli
7 g prášku do pečiva
118 ml mléka
45 g másla, ropuštěného
1 vejce
165 g kukuřice
3 jarní cibulky, nakrájené
120 g strouhaného sýru Cheddar
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1** SMÍCHEJTE v misce mouku, kukuřičnou krupici, cukr, sůl a prášek do pečiva.
- 2** VYŠLEHEJTE mléko, máslo a vejce, dokud se vše dobře nespojí.
- 3** PŘIMÍCHEJTE suché ingredience do mokrých. Vmíchejte kukuřici, jarní cibulku a nastrouhaný sýr Cheddar.
- 4** ZVOLTE funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5** VYSPREJUJTE košíčky na muffiny sprejem na vaření a nalijte do nich těsto, tak aby byly košíčky plné do 3/4.
- 6** VLOŽTE muffiny do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 7** ZVOLTE funkci "Chléb", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8** PODÁVEJTE muffiny s větším množstvím másla nebo si je vychutnejte tak, jak jsou.



Sušenky z podmáslí s Cheddarem

4 SUŠENKY

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 12 minut

5 g prášku do pečiva

5 g soli

4 g cukru

1 g jedlé sody

210 g hladké mouky, plus další
na posypání

113 g nesoleného másla,
vychlazeného,
nakrájeného na 6mm kousky

62 g nastrouhaného sýru Cheddar

112 g podmáslí, chlazeného

Máslo, rozpuštěné, na pomazání

- 1 **SMÍCHEJTE** prášek do pečiva, sůl, cukr, jedlou sodu a mouku.
- 2 **NAPORCUJTE** vychlazené máslo pomocí mixéru na pečivo nebo kuchyňského robota, dokud nebude připomínat hrubou strouhanku.
- 3 **SMÍCHEJTE** sýr Cheddar a podmáslí, dokud se nespojí v těsto. Těsto by mělo nemělo být mokré.
- 4 **VYTVARUJTE** z těsta čtverec o tloušťce 13 mm.
- 5 **ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 **NAKRÁJEJTE** sušenky pomocí kulatého vykrajovátko na sušenky.
- 7 **VYLOŽTE** přehřáté fritovací koše pečícím papírem.
- 8 **POTŘETE** vršek sušenek rozpuštěným máslem a vložte je do fritovacích košů na pečící papír.
- 9 **PEČTE** sušenky 12 minut při teplotě 175°C.



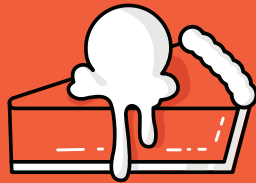
Růžičková kapusta s pancettou

2-4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 5 minut
DOBA VAŘENÍ: 8 minut

284 g růžičkové kapusty, rozpůlené
2 plátky pancetty,
nakrájené na kostičky
20 ml olivového oleje
2 g sušeného česnekového prášku
Sůl a pepř, podle chuti
5 g čerstvě nastrohaného
parmazánu

- 1 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 2 ODŘÍZNĚTE** stonky z růžičkových kapustiček a poté je překrojte napůl.
- 3 SMÍCHEJTE** v misce půlky růžičkové kapusty, pancettu nakrájenou na kostičky, olivový olej, česnekový prášek, sůl a pepř. Vše velmi dobře promíchejte.
- 4 VLOŽTE** ochucené růžičkové kapusty do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 5 ZVOLTE** funkci "Kořenová zelenina", nastavte čas na 8 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza. V polovině pečení nezapomeňte protřepat fritovací koše (funkce upozornění protřepání vám dá vědět, kdy koše protřepat).
- 6 OZDOBÍME** růžičkové kapusty nastrohaným parmazánem po dokončení pečení a poté podáváme.



Dezerty



Skořicové rolky

8-10 SKOŘICOVÝCH ROLEK

DOBA PŘÍPRAVY:

1 hodina, 20 minut

DOBA VAŘENÍ: 12 minut

KRÉMOVÁ SÝROVÁ POLEVA

120 g smetanového sýra,
pokojové teploty
120 g moučkového cukru
114 g neslaného másla,
pokojové teploty
3 ml vanilkového extraktu

SKOŘICOVÉ ROLKY

237 ml teplého mléka
57 g neslaného másla, rozpuštěného
50 g bílého cukru
½ balíčku aktivního sušeného droždí
280 g hladké mouky,
plus další na posypání
2 g prášku do pečiva
6 g soli
57 g neslaného másla, změklého
100 g tmavě hnědého cukru
7 g mleté skořice

- 1 **SMÍCHEJTE** všechny ingredience na polevu, dokud se dobře nespojí a nezůstanou žádné hrudky. Hotovou polevu dejte stranou.
- 2 **SMÍCHEJTE** teplé mléko, rozpuštěné máslo, bílý cukr a aktivní suché droždí ve velké míse. Hotovou směs nechte 1 minutu kynout.
- 3 **VMÍCHEJTE** do směsi 240g hladké mouky, dokud se vše dobře nespojí. Hotové těsto přikryjte na 1 hodinu ručníkem a dejte na teplé místo vašeho domu.
- 4 **SMÍCHEJTE** zbývající mouku, prášek do pečiva a sůl.
- 5 **UHNĚTEME** těsto na ploše poprášené moukou a rozválíme ho do tloušťky 6 mm.
- 6 **ROZETŘEME** změkklé máslo na těsto, navrch nasympeme tmavě hnědý cukr a skořiči.
- 7 **ZAČNĚTE ZAMOTÁVAT** těsto dlouhým okrajem, dokud se nevytvoří rolka.
- 8 **NAKRÁJEJTE** těsto na plátky o průměru 25 - 38 mm, položte je na plech vymazaný máslem a přikryjte je utěrkou na 30 minut.
- 9 **ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 165°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 10 **VLOŽTE** do přehřáté horkovzdušné fritézy pečící papír a na něj umístěte skořicové rolky.
- 11 **PEČTE** skořicové rolky 12 minut při teplotě 165°C.
- 12 **NAMAŽTE** krémovou sýrovou polevu na hotové skořicové rolky a podávejte.



Čokoládové suflé

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut
DOBA VAŘENÍ: 13 minut

Máslo, na vymazání misek
Cukr, na obalování
85 g hořké čokolády, nasekané
28 g neslaného másla
2 vejce, žloutky oddělené od bílků
3 ml čistého vanilkového extraktu
18 g hladké mouky
36 g cukru
Moučkový cukr, na posypání

- 1 VYMAŽTE** dvě malé zapékačké misky máslem. Poté vysypejte obě misky cukrem, rovnoměrně ho rozprostřete a přebytečný obsah vysypte.
- 2 ROZEHŘÍVEJTE** hořkou čokoládu a máslo společně v mikrovlnné troubě v 30sekundových intervalech, dokud se čokoláda zcela nerozpustí (asi 30 sekund až 1 minutu).
- 3 ZAŠLEHEJTE** vaječné žloutky a vanilkový extrakt do rozpuštěné čokolády. Poté vmíchejte mouku, dokud nezůstanou žádné hrudky a dejte čokoládovou směs stranou vychladnout.
- 4 VYŠLEHEJTE** bílky ve velké míse elektrickým šlehačem při střední rychlosti, dokud při zvednutí metly budou zůstat na povrchu sněhu špičky.
- 5 PŘIDÁVEJTE** po troškách k bílkům cukr a pokračujte ve šlehání střední rychlostí. Poté postupně zvyšujte rychlost, dokud se bílky nebudou měnit v pěnu a začnou tuhnout.
- 6 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 165°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 VMÍCHÁME** asi 60 g bílků do čokoládové směsi, aby zesvětlala. Poté ke zbývajícím bílkům přidáme čokoládovou směs a jemně, ale důkladně vše promícháme.
- 8 LŽÍCÍ** vložíme těsto do zapékačkových misek a ty vložíme do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 9 PEČEME** 13 minut při teplotě 165°C.
- 10 POPRÁŠÍME** suflé moučkovým cukrem a ihned podáváme.



Banánovo-ořechový chléb

1 MALÝ BOCHNÍK

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 40 minut

28 g nesoleného másla, změkklého

100 g cukru

1 vejce, rozšlehané

2 přezrálé banány, rozmačkané

2 ml vanilkového extraktu

20 g hladké mouky

3 g jedlé sody

2 g soli

40 g nasekaných vlašských ořechů

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 UŠLEHÁME** dohromady změkklé máslo a cukr.
- 2 SMÍCHEJTE** vejce, rozmačkané banány a vanilku. Dejte stranou.
- 3 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 4 SMÍCHEJTE** dohromady mouku, jedlou sodu a sůl.
- 5 VMÍCHEJTE** suché ingredience do mokrých, dokud se vše pořádně nespojí. Poté vmícháme nasekané vlašské ořechy.
- 6 VYMAŽTE** máslem 1 mini pečicí formu na chléb a poté ji naplňte těstem. Formu s těstem vložte do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 7 VYBERTE** funkci "Dezerty", nastavte čas na 40 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Mini jablečné taštičky

2 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY: 35 minut

DOBA VAŘENÍ: 10 minut

1 jablko, oloupané a nakrájené
na kostičky
18 g cukru krystal
18 g neslaného másla
2 g mleté skořice
1 g mletého muškátového oříšku
1 g mletého nového koření
1 plát předem připraveného
koláčového těsta
1 vejce, rozšlehané
5 ml mléka

- 1 VLOŽTE** nakrájená jablka, cukr krystal, máslo, skořici, muškátový oříšek a nové koření do hrnce a na mírném středním ohni přiveďte k varu.
- 2 VAŘTE** 2 minuty, poté stáhněte z plotny.
- 3 NECHTE** jablka vychladnout nezakrytá při pokojové teplotě po dobu 30 minut.
- 4 NAKRÁJEJTE** koláčové těsto na kolečka o průměru 127 mm.
- 5 PŘIDEJTE** jablečnou náplň do středu každého kolečka a pomocí prstu naneste vodu na vnější konce.
- 6 VYTVARUJTE** taštičky a na vrchní straně vyřízněte malý otvor.
- 7 ZVOLTE** funkci "Předehtátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 175°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 SMÍCHEJTE** vejce s mlékem, abyste vytvořili vajíčkovou hmotu a potřete vršky každé taštičky.
- 9 VLOŽTE** taštičky do předehtáté horkovzdušné fritézy a pečte 10 minut při teplotě 175°C, dokud taštičky nebudou zlatavě hnědé.



Rustikální hruškový koláč s vlaškými ořechy

4 PORCE

DOBA PŘÍPRAVY:
1 hodina, 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 45 minut

TĚSTO

100 g hladké mouky
1 g soli
12 g cukr krystal
84 g nesoleného másla, studeného
nakrájeného na 13mm kousky
30 ml vody, ledově vychlazené
1 vejce, rozšlehané
12 g třtinového cukru Turbinado
Nepřilnavý sprej na vaření
20 g medu
5 ml vody
Opražené vlašské ořechy, nasekané

NÁPLŇ

1 velká hruška, oloupaná,
nakrájená na tenké plátky
5 g kukuřičného škrobu
24 g hnědého cukru
1 g mleté skořice
Špetka soli

- 1 **SMÍCHEJTE** 90 g mouky, soli a cukru krystal ve velké míse, dokud se vše dobře nespojí.
- 2 **NAPORCUJTE** do směsi máslo pomocí mixéru na pečivo nebo kuchyňského robota, dokud se nevytvoří drobenka.
- 3 **PŘIDEJTE** studenou vodu a míchejte, dokud se vše nespojí.
- 4 **VYTVARUJTE** v míse těsto, zakryjte ho potravinářskou fólií a dejte ho na 1 hodinu odležet do lednice.
- 5 **SMÍCHEJTE** všechny ingredience na náplň v míse, dokud se dobře nespojí.
- 6 **ROZVÁLEJTE** vychlazené těsto, dokud nebude mít průměr 216 mm.
- 7 **PŘIDEJTE** 10 g mouky na povrch těsta a ponechte 38 mm okraje bez mouky.
- 8 **POKLÁDEJTE** plátky hrušek do ozdobných, překrývajících se koleček na pomoučněnou část těsta. Na plátky hrušek nalijte zbývající hruškovou šťávu a poté přeložte okraj přes náplň.
- 9 **POTŘETE** okraje rozšlehaným vejcem a celý koláč posypte třtinovým cukrem Turbinado.
- 10 **ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 11 **VYSTRÍKEJTE** předehřátou horkovzdušnou fritézu sprejem na vaření a vložte koláč dovnitř.
- 12 **ZVOLTE** funkci "Chléb", nastavte čas na 45 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 13 **SMÍCHEJTE** med a vodu a po upečení koláč potřete touto směsí.
- 14 **OZDOBTE** opraženými nasekanými vlaškými ořechy a podávejte.



Citronový dort

1 MALÝ BOCHNÍK

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 30 minut

120 g hladké mouky
4 g prášku do pečiva
Špetka soli
84 g neslaného másla, změklého
130 g cukru krystal
1 vejce velikosti L
15 g čerstvá citronová šťáva
1 citron, nastrouhaná kůra
56 g podmáslí

- 1 SMÍCHEJTE** v míse mouku, prášek do pečiva a sůl.
- 2 VLOŽTE** změkklé máslo do elektrického mixéru a šlehejte, dokud nebude světlé a nadýchané (asi 3 minuty).
- 3 PŘIDÁVEJTE** cukr do vyšlehaného másla a 1 minutu šlehejte.
- 4 PŘIDÁVEJTE** do másla s cukrem moučnou směs, dokud se zcela nezapracuje (asi 1 minutu).
- 5 PŘIDEJTE** vejce, citronovou šťávu a citronovou kůru. Míchejte na nízké rychlosti, dokud nebude vše pořádně smícháno dohromady.
- 6 ZA STÁLÉHO MÍCHÁNÍ** při střední rychlosti pomalu vlévejte podmáslí do těsta.
- 7 NALIJTE** těsto do pečicí formy až po okraj. Možná vám nějaké těsto zbyde.
- 8 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 160°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 9 VLOŽTE** formu s dortem do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 10 ZVOLTE** funkci "Chléb", nastavte čas na 30 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Borůvkovo-citronové muffiny

6-8 MUFFINŮ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 15 minut

5 ml citronové šťávy

112 ml kokosového nebo sójového mléka

120 g hladké mouky

4 g prášku do pečiva

2 g jedlé sody

1 g soli

50 g cukru krystal

60 ml kokosového oleje, tekutého

1 citron, nastrouhaná kůra

5 ml vanilkového extraktu

75 g čerstvých borůvek

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** citronovou šťávu a kokosové mléko v malé misce a poté dejte stranou.
- 2 SMÍCHEJTE** dohromady mouku, prášek do pečiva, jedlou sodu a sůl v samostatné misce a dejte stranou.
- 3 SMÍCHEJTE** v další misce cukr, kokosový olej, citronovou kůru a vanilkový extrakt. Poté tuto směs smícháme se směsí citronové šťávy a kokosového mléka a pořádně vše dohromady promícháme.
- 4 VMÍCHEJTE** postupně suchou směs do mokré, dokud nebude hladká. Poté do směsi jemně vmícháme borůvky.
- 5 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VYSTRÍKEJTE** košíčky na muffiny sprejem na vaření a nalijte do nich těsto, tak aby byly košíčky plné do 3/4.
- 7 VLOŽTE** opatrně košíčky na muffiny do přehřáté horkovzdušné fritězy. Zvolte funkci "Dezerty", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 VYJMĚTE** hotové muffiny z fritězy po dokončení pečení a nechte je 10 minut vychladnout. Poté je podávejte.



Čokoládovo-kávové muffiny

8 MUFFINŮ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 15 minut

120 g hladké mouky
60 g kakaového prášku
150 g světle hnědého cukru
2 g prášku do pečiva
2 g kávového prášku
3 g jedlé sody
1 g soli
1 vejce velikosti L
170 ml mléka
5 ml vanilkového extraktu
5 ml jablečného octa
80 ml rostlinného oleje
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** ve velké míse mouku, kakaový prášek, cukr, prášek do pečiva, kávový prášek, jedlou sodu a sůl.
- 2 VYŠLEHEJTE** vejce, mléko, vanilkový extrakt, jablečný ocet a olej v samostatné misce.
- 3 VMÍCHEJTE** mokré ingredience do suchých, dokud se pořádně nespojí.
- 4 VYSTŘÍKEJTE** košíčky na muffiny sprejem na vaření a nalijte do nich těsto, tak aby byly košíčky plné do 3/4.
- 5 ZVOLTE** funkci "Přehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VLOŽTE** opatrně muffiny do přehřáté horkovzdušné fritězy. Možná je budete muset péct v dávkách, protože se dovnitř fritězy všechny nevejdou.
- 7 ZVOLTE** funkci "Dezerty", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Kokosové kuličky

5-6 PORCÍ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 15 minut

100 g slazeného kondenzovaného mléka

1 vaječný bílek

2 ml mandlového extraktu

2 ml vanilkového extraktu

Špetka soli

185 g strouhaného neslazeného kokosu

- 1 SMÍCHEJTE** v misce kondenzované mléko, vaječný bílek, mandlový extrakt, vanilkový extrakt a sůl.
- 2 PŘIDEJTE** 160 g strouhaného kokosu a míchejte, dokud se vše dobře nespojí. Hotová směs by měla držet tvar.
- 3 VYTVARUJTE** rukama kuličky o velikosti 38 mm. Na samostatný talíř nasypeme 25 g strouhaného kokosu.
- 4 OBALTE** kuličky ve strouhaném kokosu, dokud nebudou rovnoměrně pokryté.
- 5 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VLOŽTE** kokosové kuličky do předehřáté horkovzdušné fritézy.
- 7 ZVOLTE** funkci "Dezerty", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 8 NECHTE** hotové kuličky po dokončení pečení 5-10 minut vychladnout a poté je podávejte.



Pomerančovo-brusinkové muffiny

6-8 MUFFINŮ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 15 minut

120 g hladké mouky

66 g cukru

4 g prášku do pečiva

2 g jedlé sody

Špetka soli

100 g brusinek

1 vejce

80 ml pomerančové šťávy

60 ml rostlinného oleje

1 pomeranč, nastrouhaná kůra

Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** ve velké míse mouku, cukr, prášek do pečiva, jedlou sodu, sůl a brusinky.
- 2 VYŠLEHEJTE** vejce, pomerančovou šťávu, olej a pomerančovou kůru v samostatné míse.
- 3 VMÍCHEJTE** mokré ingredience do suchých, dokud se pořádně nespojí.
- 4 VYSTŘÍKEJTE** košíčky na muffiny sprejem na vaření a nalijte do nich těsto, tak aby byly košíčky plné do 3/4.
- 5 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritěze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 6 VLOŽTE** opatrně muffiny do předehřáté horkovzdušné fritězy. Možná je budete muset péct v dávkách, protože se dovnitř fritězy všechny nevejdou.
- 7 ZVOLTE** funkci "Dezerty", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.



Čokoládové muffiny

6-8 MUFFINŮ

DOBA PŘÍPRAVY: 10 minut

DOBA VAŘENÍ: 15 minut

50 g cukr krystal
125 ml kokosového nebo sójového mléka
60 ml kokosového oleje, tekutého
5 ml vanilkového extraktu
120 g hladké mouky
14 g kakaového prášku
4 g prášku do pečiva
2 g jedlé sody
Špetka soli
85 g kousků hořké čokolády
25 g pistácií, nasekaných (volitelné)
Nepřilnavý sprej na vaření

- 1 SMÍCHEJTE** cukr, kokosové mléko, kokosový olej a vanilkový extrakt v malé misce a poté dejte stranou.
- 2 SMÍCHEJTE** mouku, kakaový prášek, prášek do pečiva, jedlou sodu a sůl v samostatné misce a dejte stranou.
- 3 VMÍCHEJTE** postupně suché ingredience do mokrých, dokud nebude těsto hladké. Poté vmíchejte kusy hořké čokolády a pistácie.
- 4 ZVOLTE** funkci "Předehřátí" na horkovzdušné fritéze, nastavte teplotu na 150°C a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 5 VYSTRÍKEJTE** košíčky na muffiny sprejem na vaření a nalijte do nich těsto, tak aby byly košíčky plné do 3/4.
- 6 VLOŽTE** opatrně muffiny do předehřáté horkovzdušné fritézy. Zvolte funkci "Dezerty", nastavte čas na 15 minut a stiskněte tlačítko Start/Pauza.
- 7 VYJMĚTE** muffiny z fritézy po dokončení pečení a před podáváním je nechte 10 minut vychladnout.



Více produktů značky Cosori

Pokud jste s touto fritézou spokojeni, řada produktů Cosori zde nekončí. Podívejte se na www.cosori.com, kde najdete řadu našeho krásného nádobí. Mohou být doma i ve vaší kuchyni!

Hledáte více inspirace?

Zavázali jsme se, že vám poskytneme komunitu, která ve vás vzbudí toho nejlepšího kuchaře pro domácí vaření. Podělte se o své recepty a zapojte se do konverzace! Neustále zveřejňujeme zábavné způsoby, jak používat všechny naše produkty Cosori.



Podělte se s námi o své recepty!

#ICOOKCOSORI

Rádi uvidíme, co jste vytvořili. Připojte se k rostoucí komunitě vášnivých domácích kuchařů a získejte každý den nápady na recepty a zdravou inspiraci.

