



Ariete

**FRIGGI
SANO**

Ricettario - Recipe Book



Ariete
FRIGGI
SANO



INDEX



- pag. 4** 1. Patatine surgelate - Deep-frozen chips - Tiefgekühlte Pommes frites - رقائق بطاطا مجمدة
- pag. 6** 2. Patatine fatte in casa (bastoncino) - Home-made chips - Hausgemachte Pommes frites (Stäbchen) - بطاطا معدة في البيت (عصي)
- pag. 8** 3. Patatine fatte in casa (fette) - Home-made potato chips - Hausgemachte Pommes frites (Scheiben) - بطاطا معدة في البيت (شرائح)
- pag. 10** 4. Patatine fatte in casa (spicchi) - Home-made potato wedges - Hausgemachte Pommes frites (Schnitze) - بطاطا معدة في البيت (أسافين)
- pag. 12** 5. Polenta piccante - Spicy polenta - Scharfe Polenta - بولينتا حارة
- pag. 14** 6. Crocchette surgelate - Deep-frozen croquettes - Tiefgekühlte Kroketten - كروكيت مجمدة
- pag. 16** 7. Gamberi alla paulista - São Paulo-style shrimp - Garnelen nach Paulista-Art - جمبري على الطريقة البرازيلية
- pag. 18** 8. Polpette di merluzzo - Stockfish balls - Kabeljau-Frikadellen - كرات من سمك القد
- pag. 20** 9. Crocchette di pollo surgelate - Deep-frozen chicken nuggets - Tiefgekühlte Hähnchenkroketten - كروكيت دجاج مجمد
- pag. 22** 10. Filet mignon ai peperoni - Filet mignon with paprika - Filet Mignon mit Paprika - فيليه مينيون مع فلفل
- pag. 24** 11. Medaglioni di filet mignon con crema al gorgonzola - Medaillons of filet mignon with gorgonzola cream - Medaillons vom Filet Mignon mit Gorgonzola-Creme - ميداليات من فيليه المينيون مع كريم من جبن جورجونزولا
- pag. 26** 12. Pollo piccante - Spicy chicken - Scharfes Hähnchen - دجاج حار
- pag. 28** 13. Cupcake al limone - Lemon Cupcakes - Zitronen-Cupcake - كعك كيك بالليمون
- pag. 30** 14. Biscotti al cioccolato - Chocolate cookies - Schokoladenkekse - بسكويت بالشوكولاتة



FRIGGI SANO



ONE
SPOON
OIL



TIMER



HEALTHY



TASTY









-  Timer 30 minuti
-  Timer 30 minutes
-  Timer 30 Minuten
-  موقت 30 دقيقة







-  Temperatura regolabile fino a 200 gradi
-  Temperature control up to 200°
-  Bis 200 Grad einstellbare Temperatur
-  درجة الحرارة قابلة للضبط إلى غاية 200 درجة مئوية







-  Cestello antiaderente removibile per una facile pulizia
-  Removable non-stick basket, for an easy cleaning
-  Entferntbarer Antihaft-Korb für eine einfache Reinigung
-  سلة مقاومة للالتصاق قابلة للإبعاد من أجل تنظيفها بسهولة







-  Frigge con un cucchiaino di olio
-  Fries with a Tbsp of oil
-  Sie frittiert mit einem Esslöffel Öl
-  تقلي بواسطة ملعقة من الزيت



-  Distribuzione del calore uniforme e cottura ad aria rapida
-  Uniform distribution of the heat and fast air cooking
-  Gleichmäßige Wärmeverteilung und schnelles Heißluftgaren
-  توزيع الحرارة متجانس وطهي بالهواء الساخن



-  Ideale per friggere varie pietanze: verdure, carne, pesce!
-  Perfect for frying different ingredients: vegetables, meat, fish!
-  Ideal, um unterschiedliche Gerichte zu frittieren: Gemüse, Fleisch, Fisch!
-  سبة لقلي أطعمة مختلفة: خضار ولحوم وسمك!



1

PATATINE SURGELATE

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

- 200 g (0.44 lb.) di patatine surgelate
- 1 cucchiaio d'olio d'oliva
- Sale q.b.



PREPARAZIONE

Togliere le patatine dal congelatore 20 minuti prima dell'uso. Asciugare le patatine con carta assorbente. Rimuovere l'eventuale ghiaccio per un risultato uniforme e croccante. Mettere le patate in una ciotola e spennellarle con olio d'oliva o versare l'olio direttamente sulle patate, mescolare bene.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere le patate nel cestello della friggitrice e impostare il timer a 12-16 minuti. Scuotere il cestello della friggitrice un paio di volte durante la cottura. Salare a piacere prima di servire.

**Ingredients for 2 persons:**

- 200 g (0.44 lb.) deep-frozen chips
- 1 Tbsp olive oil
- Salt to taste

Preparation

Remove chips from the freezer about 20 minutes before use. Use paper towels to dry the chips. Remove any ice the chips may have formed so they will be fried evenly and crisply. Place chips in a bowl and use a basting brush to brush on olive oil or pour olive oil over the chips and mix thoroughly.

Cooking

Preheat the Hot Airy Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place chips in the frying basket and set the timer to 12-16 minutes.

Shake the frying basket once or twice while frying. Add salt to taste before serving.

1. DEEP-FROZEN CHIPS**Zutaten für 2 Personen:**

- 200 g (0.44 lb.) Tiefgekühlte Pommes frites
- 1 Esslöffel Olivenöl
- Salz nach Belieben

Zubereitung

Nehmen Sie die Pommes frites 20 Minuten vor der Verwendung aus dem Gefrierschrank. Trocknen Sie die Pommes frites mit saugfähigem Papier ab. Entfernen Sie für ein gleichmäßiges und knuspriges Ergebnis möglicherweise vorhandenes Eis. Geben Sie die Kartoffeln in eine Schüssel und bestreichen Sie sie mit Olivenöl oder geben Sie das Olivenöl direkt auf die Kartoffeln, vermischen Sie gut.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Kartoffeln in den Korb der Fritteuse und stellen Sie den Timer auf 12-16 Minuten. Rütteln Sie den Korb der Fritteuse ein paar Mal während der Garzeit. Salzen Sie vor dem Servieren nach Belieben.

1. TIEFGEKÜHLTE POMMES FRITES**1. بطاطا مجمدة**

المكونات لـ 2 شخص:

- 200 غم (0,44 ليبرا) من البطاطا المجمدة
- 1 ملعقة زيت زيتون
- ملح قدر الكفاية

التحضير

- تناول البطاطا من الفريزر قبل 20 دقيقة من استعمالها. جفف البطاطا بالورق الماص. أزل الثلج المتبقي على البطاطا من أجل الحصول على نتيجة متجانسة ومحتمّة. ضع البطاطا داخل صحن وادهنها بزيت الزيتون بواسطة فرشاة أو اسكب الزيت مباشرة على البطاطا، ثم اخلط بشكل جَد.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع البطاطا في سلّة المقلاة واقلي لمدة 12-16 دقيقة وإلى غاية أن تكتسب البطاطا لون بني ذهبي. خُصّ سلّة المقلاة بين الحين والآخر لكي تطهي المكونات بشكل متجانس. ملّح البطاطا حسب الطلب قبل تقديمها.



2

PATATINE FATTE IN CASA (bastoncino)

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

- 200 g (0.44 lbs.) di patate tagliate a bastoncini
- 1 cucchiaio d'olio d'oliva
- Sale q.b.



PREPARAZIONE

Pelare le patate e tagliarle a bastoncini. Lavare le patate e asciugarle con carta assorbente. Mettere le patate in una ciotola e spennellarle con olio d'oliva o versate l'olio direttamente sulle patate, mescolare bene.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere le patate nell'apparecchio. Cambiare la temperatura a 180°C e impostare il timer a 18-25 minuti. Scuotere il cestello ogni 10 minuti. Salare a piacere prima di servire.

**Ingredients for 2 persons:**

- 200 g (0.44 lbs.) potatoes, cut in strips
- 1 Tbsp olive oil
- Salt to taste

Preparation

Peel and cut potatoes into thin strips. Wash and dry with a paper towel. Place potatoes in a bowl and use a basting brush to brush on olive oil or pour olive oil over the potatoes and mix thoroughly.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place potatoes in the device. Change the temperature to 180 °C and set the timer to 18-25 minutes. Shake the frying basket once every 10 minutes. Add salt to taste before serving.

2. HOME-MADE CHIPS**Zutaten für 2 Personen:**

- 200 g (0.44 lbs.) zu Stäbchen geschnittene Kartoffeln
- 1 Esslöffel Olivenöl
- Salz nach Belieben

Zubereitung

Schälen Sie die Kartoffeln und schneiden Sie sie zu Stäbchen. Waschen Sie die Kartoffeln und trocknen Sie sie mit saugfähigem Papier ab. Geben Sie die Kartoffeln in eine Schüssel und bestreichen Sie sie mit Olivenöl oder geben Sie das Olivenöl direkt auf die Kartoffeln, vermischen Sie gut.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Kartoffeln in das Gerät. Ändern Sie die Temperatur auf 180°C und stellen Sie den Timer auf 18-25 Minuten. Rütteln Sie den Korb alle 10 Minuten. Salzen Sie vor dem Servieren nach Belieben.

**2. HAUSGEMACHTE POMMES FRITES
(stäbchen)****2. بطاطا معدة في البيت (عصي)**

المكونات لـ 2 شخص:

- 200 غم (0,44 ليبرا) من البطاطا المقطعة على شكل عصي
- 1 ملعقة زيت زيتون
- ملح قدر الكفاية

التحضير

- قشر البطاطا وقطعها على شكل عصي. اغسل البطاطا وجففها بواسطة الورق الماص. ضع البطاطا داخل صحن، وادهنها بزيت الزيتون بواسطة فرشاة أو اسكب الزيت مباشرة على البطاطا، ثم اخلط بشكل جَد.
- سخن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع البطاطا داخل الجهاز. غير درجة الحرارة إلى 180 مئوية واضبط الموقت لمدة 18-25 دقيقة. خُصّ السلة كل 10 دقائق. ملّح البطاطا حسب الطلب قبل تقديمها.



PATATINE FATTE IN CASA (fette)

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

- 200 g (0.44 lbs.) di patate tagliate a fette
- 1 cucchiaio d'olio d'oliva
- Sale q.b.



PREPARAZIONE

Pelare le patate e tagliarle a fette. Lavare le patate e asciugarle con carta assorbente. Mettere le patate in una ciotola e spennellarle con olio d'oliva o versate l'olio direttamente sulle patate, mescolare bene.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere le patate nell'apparecchio. Cambiare la temperatura a 180°C e impostare il timer a 18-25 minuti. Scuotere il cestello ogni 10 minuti. Salare a piacere prima di servire.

**Ingredients for 2 persons:**

- 200 g (0.44 lbs.) potatoes, cut in thin strips
- 1 Tbsp olive oil
- Salt to taste

Preparation

Peel and cut potatoes into thin strips. Wash and dry with a paper towel. Place potatoes in a bowl and use a basting brush to brush on olive oil or pour olive oil over the potatoes and mix thoroughly.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place potatoes in the device. Change the temperature to 180 °C and set the timer to 18-25 minutes. Shake the frying basket once every 10 minutes. Add salt to taste before serving.

3. HOME-MADE POTATE CHIPS**Zutaten für 2 Personen:**

- 200 g (0.44 lbs.) zu Scheiben geschnittene Kartoffeln
- 1 Esslöffel Olivenöl
- Salz nach Belieben

Zubereitung

Schälen Sie die Kartoffeln und schneiden Sie sie in Scheiben. Waschen Sie die Kartoffeln und trocknen Sie sie mit saugfähigem Papier ab. Geben Sie die Kartoffeln in eine Schüssel und bestreichen Sie sie mit Olivenöl oder geben Sie das Olivenöl direkt auf die Kartoffeln, vermischen Sie gut.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Kartoffeln in das Gerät. Ändern Sie die Temperatur auf 180°C und stellen Sie den Timer auf 18-25 Minuten. Rütteln Sie den Korb alle 10 Minuten. Salzen Sie vor dem Servieren nach Belieben.

3. HAUSGEMACHTE POMMES FRITES (scheiben)**3. بطاطا معدة في البيت (شرائح)**

المكوّنات لـ 2 شخص:

- 200 غم (0,44 ليبرا) من البطاطا المقطّعة على شكل شرائح
- 1 ملعقة زيت زيتون
- ملح قدر الكفاية

التحضير

- قشر البطاطا وقطّعها على شكل شرائح. اغسل البطاطا وجفّفها بواسطة الورق الماصّ. ضع البطاطا داخل صحن، وادهنها بزيت الزيتون بواسطة فرشاة أو اسكب الزيت مباشرة على البطاطا، ثم اخلط بشكل جيّد.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع البطاطا داخل الجهاز. غير درجة الحرارة إلى 180 مئوية واضبط الموقّت لمدة 18-25 دقيقة. خُصّ السلة كل 10 دقائق. مَلح البطاطا حسب الطلب قبل تقديمها.



4

PATATINE FATTE IN CASA (spicchi)

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

- 200 g (0.44 lbs.) di patate tagliate a spicchi
- 1 cucchiaio d'olio d'oliva
- Sale q.b.



PREPARAZIONE

Tagliare le patate a spicchi (tagliare ogni patata in sei spicchi). Lavare le patate e asciugarle con carta assorbente.

Mettere le patate in una ciotola e spennellarle con olio d'oliva o versate l'olio direttamente sulle patate, mescolare bene.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C.

Mettere le patate nell'apparecchio. Cambiare la temperatura a 180°C e impostare il timer a 18-25 minuti. Scuotere il cestello ogni 10 minuti. Salare a piacere prima di servire.

**Ingredients for 2 persons:**

- 200 g (0.44 lbs.) potatoes, cut in wedges
- 1 Tbsp olive oil
- Salt to taste

Preparation

Cut potatoes into wedges (cut each potato into 6 pieces). Wash and dry with a paper towel. Place potatoes in a bowl and use a basting brush to brush on olive oil or pour olive oil over the potatoes and mix thoroughly.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place potatoes in the device. Change the temperature to 180 °C and set the timer to 18-25 minutes. Shake the frying basket once every 10 minutes. Add salt to taste before serving.

4. HOME-MADE POTATO WEDGES**Zutaten für 2 Personen:**

- 200 g (0.44 lbs.) zu Schnitze geschnittene Kartoffeln
- 1 Esslöffel Olivenöl
- Salz nach Belieben

Zubereitung

Schneiden Sie die Kartoffeln in Schnitze (schneiden Sie jede Kartoffel in sechs Schnitze). Waschen Sie die Kartoffeln und trocknen Sie sie mit saugfähigem Papier ab. Geben Sie die Kartoffeln in eine Schüssel und bestreichen Sie sie mit Olivenöl oder geben Sie das Olivenöl direkt auf die Kartoffeln, vermischen Sie gut.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Kartoffeln in das Gerät. Ändern Sie die Temperatur auf 180°C und stellen Sie den Timer auf 18-25 Minuten. Rütteln Sie den Korb alle 10 Minuten. Salzen Sie vor dem Servieren nach Belieben.

**4. HAUSGEMACHTE POMMES FRITES
(schnittze)****4. بطاطا معدة في البيت (أسافين)**

المكونات لـ 2 شخص:

- 200 غم (0,44 ليبرا) من البطاطا المقطعة على شكل أسافين
- 1 ملعقة زيت زيتون
- ملح قدر الكفاية

التحضير

- قَطِّعِ البطاطا على شكل أسافين (قَطِّعِ كل حبة بطاطا إلى ستة أسافين). اغسل البطاطا وجفِّفها بواسطة الورق الماص. ضع البطاطا داخل صحن، وادهنها بزيت الزيتون بواسطة فرشاة أو اسكب الزيت مباشرة على البطاطا، ثم اخلط بشكل جيّد.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع البطاطا داخل الجهاز. غيّر درجة الحرارة إلى 180 مئوية واضبط الموقّت لمدة 18-25 دقيقة. خُصّ السلة كل 10 دقائق. مَلِّحِ البطاطا حسب الطلب قبل تقديمها.



5

POLENTA PICCANTE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 600 ml. d'acqua fredda
- 160 gr. di polenta precotta
- 2 cucchiaini di maionese
- 1 1/2 cucchiaino di farina di frumento
- 1 peperoncino, rimuovere il picciolo e i semi
- Sale q.b.



CONSIGLIO!

È possibile usare polenta fatta in casa invece di polenta precotta. Per assicurarsi che la polenta sia piccante, spennellarla con olio d'oliva e cospargerla di peperoncino prima di friggere.

PREPARAZIONE

Mescolare tutti gli ingredienti in una pentola e riscaldare leggermente finché gli ingredienti si solidificheranno un poco. Cospargere la mistura su un foglio di carta da forno quadrato e unto. La mistura deve essere piatta e uniforme. Mettere la mistura in frigo, lasciar freddare e solidificare. Rimuovere la polenta dal frigorifero e tagliarla in spesse fette di 1,5 cm (0,6 in).

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere le fette nel cestello per 15-20 minuti e scuotere il cestello durante la frittura per evitare che la polenta si bruci.

**Ingredients for 4 persons:**

- 600 ml. cold water
- 160 g. precooked polenta
- 2 Tbsp mayonnaise
- 1 1/2 Tbsp wheat flour
- 1 Capsicum baccatum chilli pepper, remove stem and seeds
- Salt to taste

Tip!

You may also use home-made instead of deep-frozen polenta. To ensure the polenta is spicy, brush with olive oil and strew with pepper before frying.

Preparation

Mix all ingredients in a pot and heat slightly until the ingredients are somewhat solid. Spread the solid mixture on a square, greased baking sheet. The mixture should be flat and even. Place the mixture in the refrigerator until it is cold and solid. Remove the polenta from the refrigerator and cut it into 1.5 cm (0.6 in) thick strips.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place the strips in the frying basket for 15-20 minutes and shake the frying basket while frying to prevent scorching.

5. SPICY POLENTA**Zutaten für 4 Personen:**

- 600 ml kaltes Wasser
- 160 g vorgegarte Polenta
- 2 Esslöffel Mayonnaise
- 1 1/2 Esslöffel Weizenmehl
- 1 Chilischote, entfernen Sie den Stiel und die Samen
- Salz nach Belieben

5. SCHARFE POLENTA**Ratschlag!**

Es ist möglich, anstatt der vorgekochten Polenta hausgemachte Polenta zu verwenden. Um sicherzustellen, dass die Polenta scharf ist, bestreichen Sie sie mit Olivenöl und bestreuen Sie sie vor dem Frittieren mit Chili.

Zubereitung

Vermischen Sie alle Zutaten in einem Topf und erhitzen Sie ihn leicht, damit die Zutaten sich etwas verfestigen. Verteilen Sie die Mischung auf einem quadratischen und gefetteten Blatt Backpapier. Die Mischung muss flach und gleichmäßig sein. Stellen Sie die Mischung in den Kühlschrank, lassen Sie sie abkühlen und erstarren. Nehmen Sie die Polenta aus dem Kühlschrank und schneiden Sie sie in 1,5 cm (0,6 in) dicke Scheiben.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Scheiben für 15-20 Minuten in den Korb und rütteln Sie den Korb während des Frittierens, um zu verhindern, dass die Polenta anbrennt.

**5. بولينتا حارة**

المكونات لـ 4 أشخاص:

- 1 1/2 ملعقة من دقيق القمح
- 1 كأس من البولنتا الشبه مطهية
- 2 ملعقة من المايونيز
- 1 قرن فلفل أحمر، بعد أن تزيل عنه الأعناق والبذور
- ملح قدر الكفاية
- 2 كأس من الماء البارد

نصيحة!

- يمكن استعمال بولينتا معدة في البيت بدلاً من البولنتا الشبه مطهية. لكي تضمن أن تكون البولنتا حارة، ادهنها بزيت الزيتون ورش عليها فلفل حار قبل أن تغليها.
- اخلط المكونات داخل طنجرة، ثم سخّن بشكل خفيف إلى غاية أن تصلب المكونات قليلاً. ضع الخليط في الثلاجة إلى غاية أن يبرد ويتصلب. ضع الخليط على ورق فرن مربع الشكل ومدهون بالزيت. يجب أن تكون الخلطة مسطحة ومتجانسة. ضع الخليط في الثلاجة، ثم انتظر إلى حين أن تبرد وتتصلب. أبعّد البولنتا من الثلاجة وقطّعها على شكل شرائح بسمك 1,5 سم (0,6 بوصة).

الطهي

سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الشرائح في السلة لمدة 15-20 دقيقة. خُصّ السلة أثناء عملية الطهي خوفاً من أن تحترق البولنتا.



CROCCHETTE SURGELATE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 200 g (0.44 lb.) di crocchette surgelate



PREPARAZIONE

Mettere le crocchette nella friggitrice senza scongelare. Prima asciugare le crocchette con carta assorbente. Rimuovere l'eventuale ghiaccio per un risultato uniforme e croccante.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere le crocchette nel cestello. Impostare il timer a 5-10 minuti. Scuotere il cestello della friggitrice un paio di volte durante la cottura.

**Ingredients for 4 persons:**

- 200 g (0.44 lb.) deep-frozen croquettes

Preparation

Place the deep-frozen croquettes into the Hot Air Fryer without thawing. Dry the croquettes beforehand with a paper towel. Remove any ice the croquettes may have formed to ensure they will be fried evenly and crisply.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place the croquettes in the frying basket. Set the timer to 5-10 minutes. Shake the frying basket once or twice while frying so the croquettes brown evenly.

6. DEEP-FROZEN CROQUETTES**Zutaten für 4 Personen:**

- 200 g (0.44 lb.) Tiefgekühlte Kroketten

Zubereitung

Geben Sie die Kroketten in die Fritteuse ohne Sie aufzutauen. Trocknen Sie die Kroketten mit saugfähigem Papier ab. Entfernen Sie für ein gleichmäßiges und knuspriges Ergebnis möglicherweise vorhandenes Eis.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Kroketten in den Korb. Stellen Sie den Timer auf 5-10 Minuten ein. Rütteln Sie den Korb der Fritteuse ein paar Mal während der Garzeit.

6. TIEFGEKÜHLTE KROKETTEN**6. كروكيت دجاج مجمد**

المكونات لـ 3 أشخاص:

- 200 غم (0,44 ليبرا) من كروكيت الدجاج المجمد التحضير

- أخرج كروكيت الدجاج من الفريزر قبل 20 دقيقة من الاستعمال. جفّف أولاً كروكيت الدجاج بواسطة الورق الماصّ. أبعد عن الكروكيت الثلج المتبقي لكي تحصل على نتيجة متجانسة ومحمّصة.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع كروكيت الدجاج في السلة. اضبط الموقّت لمدة 10-15 دقيقة. خُصّ السلة مرتين أثناء عملية الطهي للحصول على نتيجة متجانسة.



GAMBERI ALLA PAULISTA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 300 gr. di gamberi freschi e lavati di media taglia
- Succo di 1/2 limone
- 1 1/2 cucchiaino farina di frumento
- 1 spicchio d'aglio, schiacciato
- Sale q.b.



CONSIGLIO!

Cospargere i gamberi di prezzemolo finemente tritato prima di servire. È possibile usare gamberi surgelati al posto dei gamberi freschi. Scongela i gamberi prima di friggerli per accorciare i tempi di preparazione.

PREPARAZIONE

Rimuovere le teste e sgusciare i gamberi. Condire i gamberi con sale, succo di limone e aglio. Lasciar asciugare i gamberi in uno scolapasta. Appoggiare due strati di carta assorbente su piatto e spargerci i gamberi per asciugarli. Setacciare la farina e poi infarinare completamente i gamberi. I gamberi devono essere asciutti altrimenti si attaccano l'uno all'altro.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere i gamberi nel cestello della friggitrice e friggere per 20 minuti fino a che non assumeranno una colorazione bruno dorata. Scuotere il cestello della friggitrice di tanto in tanto per cuocere gli ingredienti in modo uniforme.

**Ingredients for 4 persons:**

- 300 gr. fresh and washed mid-sized shrimp
- Juice of 1/2 lemon
- 1 1/2 Tbsp wheat flour
- 1 garlic cloves, pressed
- Salt to taste

Strew shrimp with chopped parsley before serving. You may also use deep-frozen instead of fresh shrimp. Thaw shrimp before frying to shorten preparation time.

Preparation

Remove the heads and peel shrimp. Season shrimp with salt, lemon juice and garlic. Let shrimp drip-dry in a colander. Lay two layers of paper on gridiron and spread shrimp on it. Mix wheat flour well and roll shrimp in it. The shrimp should not be moist to prevent them from sticking to one another.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place shrimp in the frying basket and fry for 20 minutes until golden brown. Shake the frying basket from time to time to cook the ingredients evenly.

7. SÃO PAULO-STYLE SHRIMP**Zutaten für 4 Personen:**

- 300 g frische und gereinigte Garnelen mittlerer Größe
- Saft einer 1/2 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 1 1/2 Esslöffel Weizenmehl
- Salz nach Belieben

7. GARNELEN NACH PAULISTA-ART**Ratschlag!**

Bestreuen Sie die Garnelen vor dem Servieren mit fein geschnittener Petersilie. Es ist möglich, tiefgekühlte Garnelen anstelle von frischen Garnelen zu verwenden. Tauen Sie die Garnelen vor dem Frittieren auf, um die Zubereitungszeiten zu verkürzen.

Zubereitung

Entfernen Sie die Köpfe und schälen Sie die Garnelen. Würzen Sie die Garnelen mit Salz, Zitronensaft und Knoblauch. Lassen Sie die Garnelen in einem Sieb trocknen. Legen Sie zwei Schichten saugfähiges Papier auf einen Teller und verteilen Sie auf diesem die Garnelen zum Abtrocknen. Sieben Sie das Mehl und bemehlen Sie anschließend die Garnelen vollständig. Die Garnelen müssen trocken sein, ansonsten bleiben Sie aneinanderkleben.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Garnelen in den Korb der Fritteuse und frittieren Sie für 20 Minuten bis sie eine goldbraune Färbung annehmen. Rütteln Sie ab und zu den Korb der Fritteuse, um die Zutaten gleichmäßig zu garen.

**7. جمبري على الطريقة البرازيلية**

- المكونات لـ 4 أشخاص:
- 1/2 كغم (1.1 ليبرا) جمبري طازج ومغسول من الحجم المتوسط
- عصير 1/2 ليمونة
- 2 فصّ ثوم مسحوق
- ملح قدر الكفاية
- 1 1/2 ملعقة دقيق قمح

نصيحة!

رش على الجمبري بقونس مفروم بشكل ناعم قبل تقديمه. يمكن استعمال جمبري مجمّد بدلاً من الجمبري الطازج. أذبّ السمك قبل القيام بقلبه لتخفيض مدة التحضير.

التحضير

- أزل الرؤوس وقشّر الجمبري. تبلّ الجمبري بالملح وعصير الليمون والثوم. ضع الجمبري يجفّ داخل مصفاة معكرونة. ضع طبقتين من الورق الماصّ على صحن وانثر الجمبري عليه لكي يجفّ.
- نخلّ الدقيق، ثمّ رشّ دقيق على كامل الجمبري. يجب أن يكون الجمبري جافّ، وإلا تنفصل القطع عن بعضها.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الجمبري في سلّة المقلاة واقلي لمدة 20 دقيقة وإلى غاية أن يكتسب الجمبري لون بني ذهبي. خُصّ سلّة المقلاة بين الحين والآخر لكي تطهي المكونات بشكل متجانس.



POLPETTE DI MERLUZZO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 100 g di merluzzo, pulito, precotto, sfilettato
- 200 g di patate
- 1 tuorlo
- 90 gr. di prezzemolo e cipolle finemente tritate
- 1 spicchio d'aglio, schiacciato
- 2 cucchiaini di farina di frumento
- Olio d'oliva per ungersi le mani
- Sale e pepe nero q.b.



PREPARAZIONE

Cuocere e schiacciare le patate. Lasciar freddare le patate. Mescolare le patate schiacciate e il merluzzo sfilettato, poi aggiungere gli altri ingredienti. Sale e pepe nero q.b. La mistura deve avere una consistenza adatta a formare delle polpette.

Aggiungere anche farina di frumento. Ungersi le mani con olio d'oliva e formare delle polpette con il composto.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere le polpette nella parte bassa del cestello per 10 minuti. Scuotere il cestello della friggitrice di tanto in tanto per cuocere gli ingredienti in modo uniforme.

**Ingredients for 4 persons:**

- 100 g stockfish, clean, precooked, boned
- 200 g potatoes
- 1 egg yolk
- 90 gr. parsley and minced onion
- 1 garlic clove, pressed
- 2 Tbsp wheat flour
- Olive oil for greasing hands
- Salt and black pepper to taste

Preparation

Cook and mash potatoes. Let mashed potatoes cool. Mix mashed potatoes and boned stockfish together, then add other ingredients. Salt and pepper to taste. The mixture should have a consistency good for forming balls. Also add wheat flour. Grease your hands with olive oil and roll balls from the mixture.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place the balls into the lower part of the frying basket for 10 minutes. Shake the frying basket from time to time to fry the ingredients evenly.

8. STOCKFISH BALLS**Zutaten für 4 Personen:**

- 100 g Kabeljau, gereinigt, vorgekocht, filetiert
- 200 g Kartoffeln
- 1 Eigelb
- 90 g fein gehackt Petersilie und Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 2 Esslöffel Weizenmehl
- Olivenöl zum fetten der Hände
- Salz und schwarzer Pfeffer nach Belieben

Zubereitung

Kochen und zerdrücken Sie die Kartoffeln. Lassen Sie die Kartoffeln abkühlen. Vermischen Sie die zerdrückten Kartoffeln und den filetierten Kabeljau. Fügen Sie anschließend die anderen Zutaten hinzu. Salz und schwarzer Pfeffer nach Belieben. Die Mischung muss eine für das Formen der Frikadellen geeignete Konsistenz haben. Fügen Sie auch Weizenmehl hinzu. Fetten Sie Ihre Hände mit Olivenöl und formen Sie aus der Mischung Frikadellen.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Frikadellen für 10 Minuten in den unteren Teil des Korbs. Rütteln Sie ab und zu den Korb der Fritteuse, um die Zutaten gleichmäßig zu garen.

8. KABELJAU-FRIKADELLEN**8. كرات من سمك القدّ**

المكوّنات لـ 4 أشخاص:

- 100 غم من سمك القدّ النظيف والشبه مطهي ومنزوع منه الحسك
- 200 غم من البطاطا
- 1 صفار البيض
- 90 كاس من البقدونس والبصل المفروم بشكل ناعم
- 1 فصّ ثوم مسحوق
- 2 ملعقة من دقيق القمح
- زيت زيتون لدهن اليدين
- ملح وفلفل أسود حسب الطاب

التحضير

- اطهي واسحق البطاطا. أترك البطاطا تبرد. اخلط البطاطا المسحوقة وسمك القدّ المنزوع منه الحسك، ثم أضف المكوّنات الأخرى. أضف الملح والفلفل الأسود حسب الطلب. يجب أن تكون الخلطة ذات قوام مناسب لتشكيل كرات الفلفل. أضف كذلك دقيق قمح. ادهن يديك بزيت الزيتون وابدأ بتشكيل الكرات بواسطة الخلطة.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الكرات داخل الجزء السفلي من السلة واطهي لمدة 10 دقائق. حُصّ سلة القلاية بين الحين والآخر من أجل طهي المكوّنات بشكل متجانس.



CROCCHETTE DI POLLO SURGELATE

INGREDIENTI PER 3 PERSONE:

- 200 g (0.44 lb.) di crocchette di pollo surgelate



PREPARAZIONE

Togliere le crocchette di pollo dal congelatore 20 minuti prima dell'uso. Prima asciugare le crocchette di pollo con carta assorbente.

Rimuovere l'eventuale ghiaccio per un risultato uniforme e croccante.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C.

Mettere le crocchette di pollo nel cestello. Impostare il timer a 10-15 minuti.

Scuotere il cestello della friggitrice un paio di volte durante la cottura per un risultato uniforme.

**Ingredients for 3 persons:**

- 200 g (0.44 lb.) deep-frozen nuggets

Preparation

Remove the nuggets from the freezer about 20 minutes before use. Dry the nuggets with a paper towel. Remove any ice the nuggets may have formed so they will be fried evenly and crisply.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place the nuggets in the frying basket. Set the timer to 10-15 minutes.

Shake the frying basket once or twice while frying so the nuggets crisp evenly.

9. DEEP-FROZEN CHICKEN NUGGETS**Zutaten für 3 Personen:**

- 200 g (0.44 lb.) tiefgekühlte Hähnchenkroketten

Zubereitung

Nehmen Sie die Hähnchenkroketten 20 Minuten vor der Verwendung aus dem Gefrierschrank. Trocknen Sie die Hähnchenkroketten mit saugfähigem Papier ab. Entfernen Sie für ein gleichmäßiges und knuspriges Ergebnis möglicherweise vorhandenes Eis.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Hähnchenkroketten in den Korb. Stellen Sie den Timer auf 10-15 Minuten. Rütteln Sie den Korb der Fritteuse ein paar Mal während der Garzeit für ein gleichmäßiges Ergebnis.

9. TIEFGEKÜHLTE HÄHNCHENKROKETTEN**9. كروكيت مجمّد**

المكوّنات لـ 4 أشخاص:

- 200 غم (0,44 ليبرا) من الكروكيت المجمّد

التحضير

- ضع الكروكيت في المقلاة بدون تذويب الثلج عنها. جفّف أولاً الكروكيت بواسطة الورق الماصّ. أزل الثلج المتبقي على الكروكيت لكي تحصل على نتيجة متجانسة ومحّمّصة.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الكروكيت داخل السلّة واضبط الموقّت لمدة 5-10 دقيقة. خُصّ السلة مرتين أثناء عملية الطهي.

10

FILETTO MIGNON AI PEPERONI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 300 g di filet mignon tagliato in striscioline sottili
- 1 cucchiaio d'olio d'oliva
- 1 peperone rosso tagliato in striscioline sottili
- 1 cipolla tagliata grossolanamente
- 1 cucchiaio di salsa Worcestershire
- Sale e pepe nero q.b.



CONSIGLIO!

È possibile usare salsa di soia invece della salsa Worcestershire e aggiungere 1/2 cup di funghi tagliati (150 gr.).

PREPARAZIONE

Mettere le fettine di filetto, di peperone e di cipolla su un foglio di carta da forno, e con un pennello, spennellarle con un mix di olio d'oliva e salsa Worcestershire. Cospargere con pepe nero q.b.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere il composto nel cestello per circa 30 minuti. Scuotere il cestello ogni 10 minuti per cuocere gli ingredienti in modo uniforme. Mettere gli ingredienti cotti su un foglio di carta da forno e aggiungere sale q.b.

**Ingredients for 4 persons:**

- 300 g filet mignon in fine strips
- 1 onion, coarsely diced
- 1 Tbsp olive oil
- 1 Tbsp Worcestershire sauce
- 1 red paprika (cut in strips)
- Salt and black pepper to taste

10. FILET MIGNON WITH PAPRIKA**Tip!**

You may substitute soy sauce for Worcestershire sauce and add 1/2 cup of chopped mushrooms.

Preparation

Place filet mignon, paprika strips and onion on a baking sheet, use a basting brush to brush on a mix of olive oil and Worcestershire sauce. Season to taste with black pepper.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place mixture in the frying basket for approx. 30 minutes. Shake the frying basket once every 10 minutes to cook the ingredients evenly. Place cooked ingredients on a baking sheet and salt to taste.

**Zutaten für 4 Personen:**

- 300 g in feine Streifen geschnittenes Filet Mignon
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 in feine Streifen geschnittene rote Paprika
- 1 Esslöffel Worcestershiresauce
- 1 grob geschnittene Zwiebel
- Salz und schwarzer Pfeffer nach Belieben

10. FILET MIGNON MIT PAPRIKA**Ratschlag!**

Es ist möglich, anstelle der Worcestershiresauce Sojasauce zu verwenden und 1/2 Tasse geschnittene Pilze hinzuzufügen (150 g).

Zubereitung

Geben Sie die Filet- und Paprikascheiben und die geschnittene Zwiebel auf ein Blatt Backpapier und bepinseln Sie sie mit einer Mischung aus Olivenöl und Worcestershiresauce. Bestreuen Sie mit schwarzem Pfeffer nach Belieben.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Mischung für etwa 30 Minuten in den Korb. Rütteln Sie den Korb alle 10 Minuten, um die Zutaten gleichmäßig zu garen. Geben Sie die gegarten Zutaten auf ein Blatt Backpapier und fügen Sie nach Belieben Salz hinzu.

**10. فيليه مينيون مع فلفل**

المكوّنات لـ 4 أشخاص:

- 300 غم من فيليه المينيون على شكل شرائح رقيقة
- 1 بصلة مقطّعة بحجم كبير
- 1 ملعقة زيت زيتون
- 1 ملعقة من صلصة رسيستيرشاير
- 1 فلفل أحمر مقطّعة على شكل شرائح رقيقة
- ملح وفلفل أسود قدر الكفاية

نصيحة!

- يمكن استعمال صلصة صويا بدلاً من صلصة رسيستيرشاير وإضافة 1/2 كأس من الفطر المقطّعة.

التحضير

- ضع قطع الفيليه والفلفل والبصل على ورق الفرن، وبواسطة فرشاة ادهنها بمزيج من الزيت و صلصة رسيستيرشاير. رشّ فلفل أسود وملح حسب الطلب.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الخليط داخل السلة واطهي لمدة 30 دقيقة. خُصّ السلة كل 10 دقائق لطهي المكوّنات بشكل متجانس. ضع المكوّنات على ورق الفرن وأضف ملح حسب الطلب.



MEDAGLIONI DI FILETTO MIGNON CON CREMA AL GORGONZOLA

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

- 4 medaglioni di filet mignon, di circa 3 cm di spessore
- Sale e pepe nero q.b.
- 1 cucchiaio di gorgonzola
- 250 gr. di formaggio spalmabile
- 2 cucchiai di latte



CONSIGLIO!

Non salare la carne fino a dopo la cottura nella friggitrice; ciò fa sì che il sapore rimanga inalterato e evita che la carne si secchi.

PREPARAZIONE DEI MEDAGLIONI:

Condire i medaglioni da entrambe le parti con pepe nero (meglio se appena macinato).

CREMA AL GORGONZOLA:

Far sciogliere il formaggio spalmabile e il gorgonzola in una padella e aggiungere il latte. Quindi rimuovere la padella dal fuoco.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere i medaglioni nel cestello e cuocere per 10 minuti. Girare i medaglioni a metà cottura per un risultato uniforme. Rimuovere i medaglioni dall'apparecchio e posarli su un foglio di carta da forno. Salare i medaglioni a piacere e aggiungere la crema al gorgonzola.

**Ingredients for 2 persons:**

- 4 medaillons of filet mignon, approx. 3 cm thick
- Black pepper and salt to taste
- 1 Tbsp gorgonzola
- 250 g. cream cheese
- 2 Tbsp milk

11. MEDAILLONS OF FILET MIGNON WITH GORGONZOLA CREAM**Tip!**

Do not salt the meat until after cooking in the Hot Airy Fryer; this helps preserve the flavour and prevents drying out.

Preparation**Medaillons:**

Season medaillons on both sides with black pepper (preferably freshly ground).

Gorgonzola cream:

Melt cream cheese and gorgonzola in a pan and add in milk. Then remove the pan from heat.

Cooking

Preheat the Hot Airy Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place medaillons in the frying basket and cook for 10 minutes. Turn medaillons at half time so they cook evenly. Remove medaillons from the device and place on a baking sheet. Season medaillons to taste with salt, then add gorgonzola cream.

**Zutaten für 2 Personen:**

- 4 Medaillons vom Filet Mignon, mit etwa 3 cm Dicke
- Salz und schwarzer Pfeffer nach Belieben
- 1 Esslöffel Gorgonzola
- 250 g streichfähiger Käse
- 2 Esslöffel Milch

11. MEDAILLONS VOM FILET MIGNON MIT GORGONZOLA-CREME**Ratschlag!**

Salzen Sie das Fleisch erst nach der Garzeit in der Fritteuse; dadurch bleibt der Geschmack unverändert und man verhindert, dass das Fleisch trocken wird.

Zubereitung der Medaillons:

Würzen Sie die Medaillons von beiden Seiten mit schwarzem Pfeffer (vorzugsweise frisch gemahlen).

Gorgonzola-Creme:

Schmelzen Sie den streichfähigen Käse und den Gorgonzola in einer Pfanne und fügen Sie Milch hinzu. Nehmen Sie anschließend die Pfanne vom Herd.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Medaillons in den Korb und garen Sie für 10 Minuten. Wenden Sie die Medaillons nach der Hälfte der Garzeit für ein gleichmäßiges Ergebnis. Nehmen Sie die Medaillons aus dem Gerät und legen Sie sie auf ein Blatt Backpapier. Salzen Sie die Medaillons nach Belieben und fügen Sie die Gorgonzola-Creme hinzu.

**11. ميداليات فيليه مع كريم الجورجونزولا**

المكوّنات لـ 2 شخص:

- 4 ميداليات من فيليه المينيون بسمك 3 سم تقريباً
- 1 كأس من الجبن الطري
- ملح وفلفل أسود قدر الكفاية
- 2 ملعقة من الحليب
- 1 ملعقة من جبن الجورجونزولا

نصيحة!

لا تملح اللحم قبل طهوها في المقلاة. بهذا الشكل تحافظ على طعمها وتتلاشى من أن تجف أثناء الطهي.

تحضير الميداليات:

- تبلّ الميداليات من كلا الجانبين بالفلفل الأسود (يفضل إذا كان مطحون للتو).

كريم الجورجونزولا:

- ذوّب الجبن الطري والجورجونزولا داخل مقلاة واضف إليهما الحليب. عند ذلك، ابعد المقلاة عن النار.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الميداليات داخل السلّة واطهي لمدة 10 دقائق. اقلب الميداليات في منتصف عملية الطهي للحصول على نتيجة متجانسة. أبعّد الميداليات عن الجهاز وضعها على ورق الفرن. ملّح الميداليات حسب الطلب، ثم أضف كريم الجورجونزولا.



12

POLLO PICCANTE

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

- 300 g di pollo tagliato a pezzi
- 4 spicchi d'aglio, schiacciati
- 120 gr. di prezzemolo tritato
- Sale e pepe nero q.b.



CONSIGLIO!

È possibile usare pollo surgelato.

PREPARAZIONE

Condire il pollo con aglio, sale e pepe nero q.b.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C.

Mettere il pollo a fette nel cestello per 30-38 minuti.

Scuotere il cestello della friggitrice di tanto in tanto per cuocere gli ingredienti in modo uniforme.

Cospargere le fette di pollo di prezzemolo finemente tritato prima di servire.

**Ingredients for 2 persons:**

- 300 g chicken, cut in pieces
- 4 garlic cloves, pressed
- 120 g, chopped parsley
- Salt and black pepper to taste

Tip!

You may also use deep-frozen chicken. Thaw chicken for 20 minutes before use to shorten preparation time.

Preparation

Season chicken to taste with garlic, salt and black pepper.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place sliced chicken in the frying basket for 30-38 minutes. Shake the frying basket from time to time to fry the ingredients evenly. Strew sliced chicken with chopped parsley before serving.

12. SPICY CHICKEN**Zutaten für 2 Personen:**

- 300 g in Stücke geschnittenes Hähnchen
- 4 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 120 g gehackte Petersilie
- Salz und schwarzer Pfeffer nach Belieben

Ratschlag!

Es ist möglich, tiefgekühltes Hähnchen zu verwenden.

Zubereitung

Würzen Sie das Hähnchen mit Knoblauch, Salz und schwarzem Pfeffer nach Belieben

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie das in Scheiben geschnittene Hähnchen für 30-38 Minuten in den Korb. Rütteln Sie ab und zu den Korb der Fritteuse, um die Zutaten gleichmäßig zu garen. Bestreuen Sie vor dem Servieren die Scheiben mit der fein gehackten Petersilie.

12. SCHARFES HÄHNCHEN**12. دجاج حارّ**

المكوّنات لـ 4 أشخاص:

- 300 غم من الدجاج المقطّع على شكل قطع
- 4 فصوص ثوم مسحوق
- 120 كأس بقدونس مفروم
- ملح وفلفل أسود قدر الكفاية

نصيحة!

يمكن استعمال دجاج مجمّد

التحضير

- تبّل الدجاج بالثوم والملح والفلفل الأسود حسب الطلب

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع الدجاج داخل السلة واطهي لمدة 30-38 دقيقة. خُصّ سلة القلاية بين الحين والآخر من أجل طهي المكوّنات بشكل متجانس. رشّ على قطع الدجاج بقدونس مفروم قبل تقديمه.

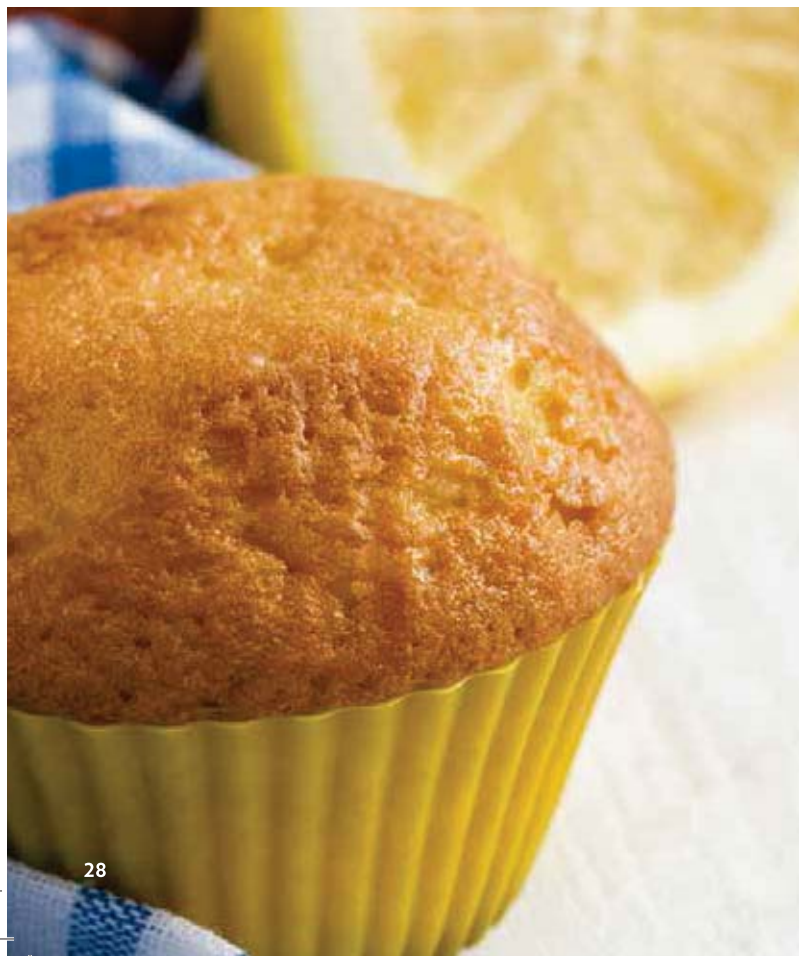


13

CUPCAKE AL LIMONE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

- 65 gr. di farina di frumento
- 100 gr. di zucchero
- 1 cucchiaino di lievito per dolci
- 2 cucchiai di latte
- 110 ml. d'olio di semi
- 1 uovo
- 1 cucchiaio di succo di limone
- Scorza di un limone
- 6 stampini per cupcake



CONSIGLIO!

Se volete potete usare altra frutta o cioccolata.
Cuocere 3 stampini alla volta (o in base alla grandezza)

PREPARAZIONE

Versare la farina, lo zucchero e il lievito per dolci in una ciotola. Aggiungere l'uovo, il latte, il succo di limone e l'olio. Mescolare tutti gli ingredienti e versare il composto negli stampini per cupcake. Cospargere con scorza di limone.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere gli stampini nell'apparecchio per 15-18 minuti a 200°C. Controllare se i cupcake sono pronti con uno stuzzicadenti: se lo stuzzicadenti rimane pulito i cupcake sono pronti. Rimuovere i cupcake con una paletta e lasciarli freddare prima di rimuoverli dagli stampini.

**Ingredients for 6 persons:**

- 65 gr. wheat flour
- 2 Tbsp milk
- 1 Tbsp lemon juice
- 100 gr. sugar
- 110 ml. oil
- Lemon zest from 1 lemon
- 1 tsp. baking powder
- 1 egg
- 6 cupcake tins

Tip!

If you want, you can use other fruits or chocolate. Bake 3 cupcake at a time (depending on the size of the mould)

Preparation

Sift flour, sugar and baking powder into a bowl. Add egg, milk, lemon juice and oil. Mix all ingredients well and pour into cupcake tins. Strew with lemon zest.

Cooking

Preheat the Hot Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place the baking tins inside for 15-18 minutes at 200°C. Or check if cupcakes are done by sticking in a toothpick - if the toothpick comes up without any batter, the cupcakes are done. Remove the cupcakes with a turner and let them cool before removing from the tins.

13. LEMON CUPCAKES**Zutaten für 6 Personen:**

- 65 g Weizenmehl
- 2 Esslöffel Milch
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 100 Zucker
- 110 ml Keimöl
- Zitronenschale
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Ei
- 6 Cupcake-Formen

13. ZITRONEN-CUPCAKE**Ratschlag!**

Wenn Sie möchten, können Sie anderes Obst oder Schokolade verwenden. Garen Sie jeweils 3 Formen (oder je nach Größe)

Zubereitung

Geben Sie das Mehl, den Zucker und das Backpulver in eine Schüssel. Fügen Sie das Ei, die Milch, den Zitronensaft und das Öl hinzu. Vermischen Sie alle Zutaten und geben Sie die Mischung in die Cupcake-Formen. Bestreuen Sie abschließend mit Zitronenschale.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Formen für 15-18 Minuten bei 200°C in das Gerät. Überprüfen Sie mit einem Zahnstocher, ob die Cupcakes fertig sind. Entnehmen Sie die Cupcakes mit einem Pfannenwender und lassen Sie sie auskühlen bevor Sie die aus den Formen nehmen.

**13. كَب كِيكْ بِاللِيمُون**

المكوّنات لـ 6 أشخاص:

- ½ كأس من دقيق القمح
- 1 بيضة
- ½ كأس من السكر
- 1 ملعقة من عصير الليمون
- 1 كأس من خميرة الحلوى
- قشر ليمون
- 2 ملعقة من الجليب
- 6 قوالب كَب كِيكْ
- ½ كأس من زيت البذور

نصيحة!

- إذا أردتم، يمكنكم استعمال فاكهة أخرى أو شوكولاتة. أطهي 3 "كَب كِيكْ" كل مرة (أو بناء على الحجم)

التحضير

- أسكب الدقيق والسكر وخميرة الحلوى داخل صحن. أضف البيض والحليب وعصير الليمون والزيت. اقلط جميع المكوّنات، ثم اسكب الخليط داخل قوالب الكَب كِيكْ. رش قشر الليمون.

الطهي

- سخّن المقلاة لمدة 4-6 دقائق بدرجة 200 مئوية. ضع القوالب داخل الجهاز لمدة 15-18 دقيقة بدرجة 200 مئوية. تحقّق من نضج الكَب كِيكْ بواسطة نكّاشة أسنان: إذا بقيت نكّاشة الأسنان نظيفة، فهذا يدلّ على أن الكَب كِيكْ أصبح جاهز. أبعِد الكَب كِيكْ بواسطة ملعقة مسطّحة، واتركها تبرد قبل أن تبعدها من القوالب.



14

BISCOTTI AL CIOCCOLATO

- 125 gr. di farina di frumento
- 100 gr. di zucchero di canna
- 100 gr. di zucchero semolato
- 60 gr. di cacao in polvere
- 1 uovo
- 60 gr. di cioccolato fondente, tagliato a piccoli pezzi
- 1 cucchiaino di lievito per dolci
- 1 cucchiaino di bicarbonato
- 1 pizzico di sale
- 2 cucchiaini di burro, a temperatura ambiente
- 1 cucchiaino di zucchero vanigliato
- 1 pezzo di carta di alluminio per foderare il fondo del cestello



CONSIGLIO!

È possibile usare 80 gr di noci al posto della cioccolata. È possibile conservare i biscotti in un contenitore di vetro con coperchio e riscaldarli per 15 secondi nel microonde prima di servirli.

PREPARAZIONE

Mischiare tutti gli ingredienti con le mani (eccetto la cioccolata) in una ciotola fino a che sarà possibile formare delle palline. Se necessario aggiungere farina fino a ottenere un composto uniforme. Stendere l'impasto su una superficie piatta e cospargerlo con i pezzettini di cioccolata. Impastare di nuovo. Formare dei biscotti di circa 3 cm di diametro.

COTTURA

Preriscaldare la friggitrice per 4-6 minuti a 200°C. Mettere i biscotti a 1.5 cm l'uno dall'altro nel cestello foderato con carta d'alluminio. Cuocere 3/4 biscotti alla volta in base allo spazio utile nella friggitrice per 5 minuti a temperatura media (160°C-180°C). È possibile cuocere i biscotti per altri 2 minuti per un risultato più croccante. Usare uno strumento adatto per rimuovere i biscotti e lasciarli freddare sopra una teglia.

**Ingredients for 15 persons:**

- 125 gr. wheat flour
- 100 gr. cane sugar
- 100 gr. white sugar
- 60 gr. cocoa powder
- 1 egg
- 60 gr. dark chocolate, cut into pieces
- 1 tsp. baking powder
- 1 tsp. baking soda
- 1 pinch salt
- 2 Tbsp butter, unsalted, at room temperature
- 1 tsp. vanilla sugar
- 1 piece of aluminium foil to line the bottom of the frying basket

Tip!

Substitute 1/2 cup of nuts for the dark chocolate for a different flavour. You can store the cookies in a glass container with lid and warm them for 15 seconds in a microwave oven before serving.

Preparation

Mix all ingredients (except chocolate) by hand in a bowl until you can form balls from the mixture. Add more flour if necessary to form an even mixture. Roll out the batter on a flat surface and sprinkle with pieces of dark chocolate. Mix again well. Form approx. 3 cm large cookies.

Cooking

Preheat the Air Fryer for 4-6 minutes to 200 °C. Place the cookies apart in the frying basket covered with aluminum foil (about 1.5cm between the cookies). Bake 3/4 cookies (depending on the space) at a time for 5 minutes at medium heat (160 °C - 180 °C). Depending on your preference, you can bake the cookies for 2 more minutes for a crisper result. Use an appropriate kitchen utensil to remove the cookies and let them cool on a tray.

14. CHOCOLATE COOKIES**Zutaten für 15 Personen:**

- 125 g Weizenmehl
- 1 Ei
- 100 g brauner Zucker
- 60 g dunkle Schokolade, in kleine Stückchen geschnitten
- 100 g Kristallzucker
- 60 g Kakaopulver
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Teelöffel Bikarbonat
- 1 Prise Salz
- 2 Esslöffel Butter, bei Raumtemperatur
- 1 Teelöffel Vanillezucker
- 1 Stück Aluminiumfolie, um den Boden des Korbs auszukleiden

14. SCHOKOLADENKEKSE**Ratschlag!**

Es ist möglich, 80 g Nüsse anstelle der Schokolade zu verwenden. Es ist möglich, die Kekse in einem Glasbehälter mit Deckel aufzubewahren und sie vor dem Servieren 15 Sekunden in der Mikrowelle zu erwärmen.

Zubereitung

Vermischen Sie in einer Schüssel alle Zutaten mit den Händen (mit Ausnahme der Schokolade) bis es möglich ist, kleine Kugeln zu formen.

Falls erforderlich, fügen Sie Mehl hinzu, um eine gleichmäßige Mischung zu erhalten. Verteilen Sie den Teig auf einer ebenen Fläche und bestreuen Sie ihn mit den Schokoladenstückchen. Verkneten Sie den Teig erneut. Formen Sie Kekse mit etwa 3 cm Durchmesser.

Garzeit

Heizen Sie die Fritteuse 4-6 Minuten bei 200°C vor. Geben Sie die Kekse in einem Abstand von 1,5 cm voneinander in den mit Aluminiumfolie ausgelegten Korb. Garen Sie jeweils 3/4 Kekse in Abhängigkeit vom Nutzraum in der Fritteuse für 5 Minuten bei mittlerer Temperatur (160°C-180°C). Es ist möglich, die Kekse für weitere 2 Minuten für ein knusprigeres Ergebnis zu garen. Verwenden Sie ein geeignetes Werkzeug, um die Kekse herauszunehmen und lassen Sie sie auf einem Backblech abkühlen.

14. بسكويت بالشوكولاتة

المكونات لـ 15 شخص:

- 1 كأس من دقيق القمح
- 1/2 كأس من مسحوق الكاكاو
- 1 ملعقة من البيكربونات
- 1 ملعقة من السكر الونيلية
- 1 كأس من سكر الفصيص
- 1 بيضة
- قليل من الملح
- 1 قطعة من ورق الألمنيوم لتغطية أرضية السلّة
- 1/2 كأس من السكر الناعم
- 1 ملعقة من خميرة الحلوى
- 2 ملعقة من الزبدة بدرجة حرارة الغرفة
- 1/2 كأس من الشوكولاتة السمراء مقسمة إلى قطع صغيرة

نصيحة!

- يمكن استعمال 1/2 كأس من الجوز بدلاً من الشوكولاتة. يمكن فظ البسكويت داخل وعاء من الزجاج مع غطاء وتسخينه لمدة 15 دقيقة داخل فرن الميكرويف قبل تقديمه.

التحضير

- اخلط جميع المكونات باليد (باستثناء الشوكولاتة) داخل وعاء إلى غاية أن يصبح بالإمكان تشكيل كرات. عند الضرورة أضف دقيق قمع إلى غاية أن تحصل على خليط متجانس. مدّ الخلطة على سطح مستو ورش عليها قطع الشوكولاتة. اعجن من جديد. شكّ بسكويت بقطر 3 سم تقريباً.

الطهي

- سخّن المقلاة مسبقاً لمدة 4-6 دقائق وبدرجة 200 مئوية. ضع البسكويت داخل السلّة المبطنة بورق الألمنيوم مع مراعاة ترك مسافة 1,5 سم بين القطعة والأخرى. اطهي 4/3 قطع من البسكويت في كل مرة بناء على المساحة المتوفرة داخل المقلاة ولمدة 5 دقائق وبدرجة حرارة متوسطة (160-180 درجة مئوية). يمكن طهي البسكويت لمدة 2 دقيقة أخرى للحصول على بسكويت محمّر. استعمال أداة مناسبة لإبعاد البسكويت، ثم ضعه على صنيّة لكي يبرد.



Ariete

FRIGGI SANO





Ariete

FRIGGI
SANO