

Citiți instrucțiunile de utilizare a aparatului Ninja® înainte de utilizare.

# NINJA®

FRITEUZĂ CU AER CALD  
EZVIEW MAX XL

# GHID DE PORNIRE RAPIDĂ

---

+ TABELE DE GĂTIRE  
+ 20 de REȚETE IREZISTIBILE

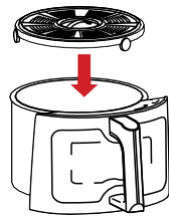
---

## AIR FRY (Prăjire cu aer cald) 101



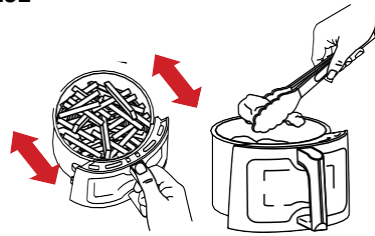
### PREÎNCĂLZIRE

Pentru cele mai bune performanțe de gătire și o consistență crocantă, preîncălziți întotdeauna friteuza cu aer cald Ninja® timp de 3 minute.



### PLACĂ DE GĂTIRE

Placa de gătire favorizează rumenirea uniformă. Vă recomandăm să o folosiți de fiecare dată când prăjiți cu aer cald.



### SCUTURAȚI SAU AMESTECAȚI

Pentru cele mai bune rezultate, scuturați frecvent alimentele sau amestecați-le cu ajutorul unui clește cu capetele acoperite cu silicon pentru a deveni cât de crocante doriți.

## UTILIZAREA FUNCȚIILOR FRITEUZEI CU AER CALD

Oferiți consistență crocantă oricărui aliment.

Friteuza cu aer cald Ninja® EzView circulă aer extrem de fierbinte în jurul alimentelor pentru a îndepărta umiditatea de pe suprafața lor și a le oferi o consistență crocantă și o culoare maro-aurie.

**RECOMANDARE DE PREÎNCĂLZIRE:** Preîncălziți aparatul timp de 3 minute înainte de a adăuga ingredientele. **Selectați funcția și temperatura dorite, fixați durata la 3 minute și apăsați pe START/PAUSE.**

FUNCȚIE

ACCESORII NECESARE

TEMPERATURĂ

DURATĂ

### MAX CRISP (Consistență crocantă maximă)

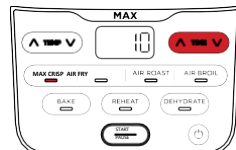
Potrivită pentru alimente congelate, cum ar fi cartofii pai și nuggets de pui



Placă de gătire



Reglarea temperaturii nu este disponibilă sau necesară atunci când utilizați funcția Max Crisp



Fixați durata, în minute, și selectați START/PAUSE pentru a începe

### AIR FRY

Funcție potrivită pentru alimente proaspete, cum ar fi cartofii pai tăiați de mână și aripoare de pui



Placă de gătire



Reglați temperatura după cum este necesar



Fixați durata, în minute, și apăsați pe START/PAUSE pentru a începe.

**Notă:** La fixarea duratei, pe afișajul digital apare HH:MM.

FUNCȚIE

ACCESORII NECESARE

TEMPERATURĂ

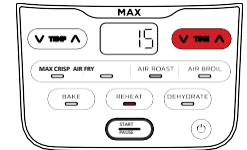
DURATĂ

### AIR ROAST (Frigere cu aer cald)

Funcție potrivită pentru rotisarea legumelor și cărnii.



Reglați temperatura după cum este necesar



Fixați durata, în minute, și selectați START/PAUSE pentru a începe

### AIR BROIL (Rumenire cu aer cald)

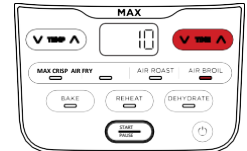
Funcție potrivită pentru pește și fripturi.



Placă de gătire



Reglați temperatura după cum este necesar



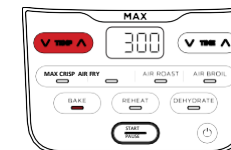
Fixați durata, în minute, și selectați START/PAUSE pentru a începe

### BAKE (Coacere)

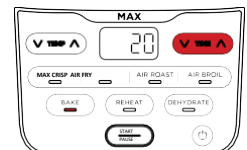
Funcție potrivită pentru prăjituri și deserturi.



Placă de gătire



Reglați temperatura după cum este necesar



Fixați durata, în minute, și selectați START/PAUSE pentru a începe

### REHEAT (Reîncălzire)

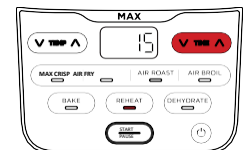
Funcție potrivită pentru a reîncălzi mâncarea rămasă.



Placă de gătire



Reglați temperatura după cum este necesar



Fixați durata, în minute, și selectați START/PAUSE pentru a începe

### DEHYDRATE (Deshidratare)

Funcție potrivită pentru chipsuri din legume/fructe, precum și pastramă.



Placă de gătire



Reglați temperatura după cum este necesar



Fixați durata, în trepte de 15 minute, și selectați START/PAUSE pentru a începe

Pentru idei de rețete și tabele de gătire, vizitați [ninja.ro](http://ninja.ro).

## RECOMANDĂRI ȘI SFATURI



### SCUTURAȚI, SCUTURAȚI ȘI IAR SCUTURAȚI

Verificați alimentele și scuturați frecvent coșul pentru o rumenire uniformă.



### ADAPTAREA REȚETELOR

În cazul în care gătiți o cantitate mai mică de alimente decât cea prevăzută de rețetă, nu uitați să reduceți durata de gătire. În cazul în care gătiți o cantitate puțin mai mare, creșteți timpul de gătire. Verificați alimentele frecvent.



### NU GĂTIȚI PREA MULTE ALIMENTE ÎN ACELAȘI TIMP

Aranjați ingredientele uniform, lăsând spațiu suficient între ele, pentru a asigura o rumenire uniformă.



### EVITAȚI FORMAREA DE FUM

Recomandăm utilizarea uleiurilor sau spray-urilor cu ulei de rapiță, nucă de cocos rafinată, avocado, vegetal și din semințe de struguri. Evitați utilizarea uleiului de măsline, a untului și a margarinei.



### TRANSFORMAȚI REȚETELE GĂTITE LA CUPTOR

Transformați rețetele gătite la cuptor utilizând funcția Roast sau Bake și reducând temperatura cu 4 °C. Verificați alimentele frecvent pentru a evita gătirea excesivă.



### PRĂJIREA CU AER CALD A INGREDIENTELOR PROASPETE

Pentru gătirea optimă a legumelor proaspete, utilizați ca regulă cel puțin 1 lingură de ulei, dar puteți utiliza o cantitate mai mare sau mai mică pentru a atinge nivelul dorit de consistență crocantă.



### FIXAȚI ALIMENTELE

Pentru a evita ca alimentele ușoare să fie deplasate de ventilator, fixați-le cu scobitori.

## RECOMANDĂRI ȘI SFATURI PENTRU DESHIDRATARE



### FELIERE

Folosiți o răzătoare mandolină pentru a obține felii de fructe și legume subțiri și uniforme.

Fructele și legumele ar trebui să fie feliolate cât mai subțire posibil, fără a se dezintegra.



### USCAȚI ALIMENTELE ÎNAINTE DE A LE DESHIDRATA

Uscați prin tamponare fructele și legumele cât mai mult posibil înainte de a le introduce în coș.



### ÎNDEPĂRTAȚI GRĂSIMEA

Înainte de a deshidrata carne de vită sau de pasăre, îndepărtați toată grăsimea, deoarece nu se usucă și se poate altera.



### CÂT DUREAZĂ DESHIDRATAREA?

Majoritatea fructelor și legumelor au nevoie de 6-8 ore, iar pastrama de 5-7 ore. Cu cât deshidratați mai mult ingredientele, cu atât vor fi mai crocante.



### PREVENIȚI OXIDAREA

Fructele precum merele și perele se oxidează rapid după ce sunt tăiate. Pentru a întârzia oxidarea, introduceți-le în apă în care ați stors puțină lămâie, timp de 5 minute.



### NU SUPRAPUNEȚI ALIMENTELE

Așezați ingredientele astfel încât să fie drepte și apropiate între ele pentru a optimiza spațiul. Bucățile ar trebui să nu se suprapună sau să nu se așeze unele peste altele.



### PASTEURIZAREA PASTRAMEI

Înainte de a deshidrata carne sau pește, utilizați funcția Roast la 170 °C timp de 1 minut pentru a pasteuriza complet alimentele.



### DEPOZITARE

Pentru a conserva alimentele deshidratate cât mai mult timp posibil, păstrați-le la temperatura camerei într-un recipient etanș maximum 2 săptămâni.

# Tabel de gătire - Air Fry

## INGREDIENT CANTITATE PREPARARE ULEI ADĂUGAT TEMPERATURĂ DURATĂ DE GĂTIRE

### LEGUME

Sparanghel	2 legături	Întreg, tulpinile tăiate	2 lgte	200 °C	11-13 min.
Sfeclă	6 bucăți mici sau 4 bucăți mari	Bucată	Fără	200 °C	45-60 min.
Ardei grași (pentru frigere)	4 ardei	Întregi	Fără	200 °C	26 -30 min.
Broccoli	1	Inflorescențe de 2,5 cm	1 lg	200 °C	13-16 min.
Varză de Bruxelles	900 g	Jumătăți, fără cotor	1 lg	200 °C	18-22 min.
Dovleac plăcintar	900 g	În bucăți de 2,5-5 cm	1 lg	200 °C	23-26 min.
Morcovi	900 g	Fără coajă, în bucăți de 1,5 cm	1 lg	205 °C	20-24 min.
Conopidă	2 căpățâni (aproximativ)	Inflorescențe de 2,5 cm	2 lg	200 °C	20-24 min.
Porumb întreg	4 bucăți	Întregi, fără pănuși	1 lg	200 °C	12-15 min.
Fasole verde	2 pungi (340 g fiecare)	Curăț	1 lg	200 °C	12-14 min.
Varză kale (pentru chipsuri)	1/2 pungă (225 g)	Rupeți-o în bucăți, îndepărtați tulpinile	Fără	150 °C	8-10 min.
Ciuperci	2 pachete (280 g fiecare)	Clătite, tăiate în sferturi	1 lg	200 °C	10-12 min.
	900 g Sferturi de 2,5 cm	1 lg		200 °C	20-25 min.
Cartofi, pentru prăjit	450 g	Cartofi pai tăiați de mână*, subțiri	1/2-3 linguri, de rapiță	200 °C	20-24 min.
	900 g	Cartofi pai tăiați de mână*, groși	1/2-3 linguri, de rapiță	190 °C	23-26 min.
	4 bucăți întregi (180-230 g)	Perforați cu furculița în 3 locuri	Fără	200 °C	30-40 min.
Cartofi, dulci	900 g	Bucăți de 2,5 cm	1 lg	200 °C	20-24 min.
	4 bucăți, întregi (170-225 g)	Străpunși cu furculița în 3 locuri	Fără	200 °C	30-35 min.
Zucchini	900 g	Tăiați în sferturi pe lungime, apoi tăiați în bucăți de 2,5 cm	1 lg	190 °C	18-20 min.

### CARNE DE PASĂRE

Piept de pui	2 bucăți de piept (340-680 g fiecare)	Cu os	Ungeți cu ulei	190 °C	25-35 min.
	2 bucăți de piept (340-680 g fiecare)	Fără os	Ungeți cu ulei	190 °C	18-22 min.
Pulpe superioare de pui	4 pulpe superioare (6-10 oz fiecare)	Cu os	Ungeți cu ulei	200 °C	22-28 min.
	4 pulpe superioare (4-8 oz fiecare)	Fără os	Ungeți cu ulei	200 °C	18-22 min.
Aripioare de pui	1,350 kg	Secționare, fără vârf	1 lg	200 °C	22-26 min.

### PEȘTE ȘI FRUCTE DE MARE

Chiftele cu carne de crab	2 chiftele (6-8 oz fiecare)	Fără	Ungeți cu ulei	175 °C	12-15 min.
Cozi de homar	4 cozi (3 - 115 g fiecare)	Bucată întreagă	Fără	190 °C	5-8 min.
Fileuri de somon	2 fileuri (4 oz fiecare)	Fără	Ungeți cu ulei	200 °C	10-13 min.
Creveți	16 mari	Întregi, decojiți, cu coadă	1 lg	200 °C	9-11 min.

### CARNE DE VITĂ

Burgeri	4 chiftele (115 g fiecare), 80% carne slabă	1 inch grosime	Fără	190 °C	8-10 min.
Fripturi	2 bucăți de carne pentru friptură (8 oz fiecare)	Bucată întreagă	Fără	200 °C	10-20 min.

\*După ce tăiați cartofii, țineți bucățile tăiate în apă rece timp de cel puțin 30 minute pentru a îndepărta amidonul în exces. Uscați cartofii prin tamponare.

Cu cât sunt mai uscați, cu atât rezultatele sunt mai bune.

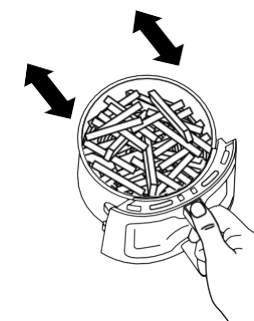
## Preîncălzire.

Lăsați aparatul să se preîncălzească timp de 3 minute înainte de a adăuga ingredientele.

## Pentru cele mai bune rezultate, scuturați sau amestecați des.

Vă recomandăm să verificați frecvent alimentele și să le scuturați sau amestecați pentru a obține rezultatele dorite.

Utilizați aceste durate de gătire pentru a vă ghida și adaptați-le în funcție de preferințele dvs.



Scuturați alimentele

SAU



Amestecați cu un clește cu capete acoperite cu silicon

# Tabel de gătire - Air Fry, continuare

## INGREDIENT CANTITATE PREPARARE ULEI ADĂUGAT TEMPERATURĂ DURATĂ DE GĂTIRE

### CARNE DE PORC ȘI CARNE DE MIEL

Bacon 4 felii, tăiate în jumătate Fără Fără 175 °C 8-10 min.

Cotlete de	2 cotlete groase, cu os (10-12 oz fiecare)	Cu os	Ungeți cu ulei	190 °C	14 min.
	4 cotlete fără os (8 oz fiecare)	Fără os	Ungeți cu ulei	190 °C	14-17 min.
Mușchiuleți de porc	2 bucăți (450-680 g fiecare)	Întregi	Ungeți cu ulei	190 °C	25-30 min.
Cârnați	6 cârnați	Bucată	Fără	200 °C	8-10 min.
<b>ALIMENTE</b>					
Fileuri de pui	5 bucăți	Fără	Fără	200 °C	18-21 min.
Nuggets de pui, semipreparate	900 g	Fără	Fără	200 °C	15-18 min.
Nuggets de pui, nepreparate	3 cutii (340 g fiecare)	Fără	Fără	200 °C	20-22 min.
Fileuri de pește	1 cutie (6 fileuri)	Fără	Fără	200 °C	14-16 min.
Batoane de pește	1 cutie (700 g)	Fără	Fără	200 °C	12-14 min.
Cartofi pai	450 g	Fără	Fără	175 °C	20-25 min.
Cartofi pai	900 g	Fără	Fără	185 °C	28-32 min.
Batoane de mozzarella	2 cutii (340 g fiecare)	Fără	Fără	190 °C	9-10 min.
Găluște	900 g	Fără	Fără	200 °C	14-17 min.
Rulouri de pizza	900 g	Fără	Fără	200 °C	14-16 min.
Creveți popcorn	2 cutii (400-450 g fiecare)	Fără	Fără	200 °C	14-15 min.
Cartofi dulci pai	450 g	Fără	Fără	190 °C	20-22 min.
Crochete de cartofi 900 g	Fără	Fără	Fără	180 °C	20 min.

# Tabel de gătire - Max Crisp

## INGREDIENT CANTITATE PREPARARE ULEI ADĂUGAT DURATĂ DE GĂTIRE

### ALIMENTE CONGELATE

Nuggets de pui	1 cutie (340 g)	Fără	Fără		7-9 min.
Aripioare de pui	900 g	Fără	1 lg		25 min.
Cartofi pai	450 g	Fără	Fără		15 min.
Cartofi pai	900 g	Fără	Fără		25 min.
Mini-crenvurști în aluat	400 g (20-24 buc.)	Fără	Fără		6 min.
Mini-crenvurști în	680 g (40-46 buc.)	Fără	Fără		8-10 min.
Batoane de mozzarella	690 g	Fără	Fără		6-8 min.
Rulouri de	1 pungă (550 g, 40 buc.)	Fără	Fără		6-8 min.
Găluște	680 g (20-24 buc.)	Fără	Fără		8-10 min.

**NOTĂ** Nu este disponibilă sau necesară reglarea temperaturii atunci când utilizați funcția Max Crisp.

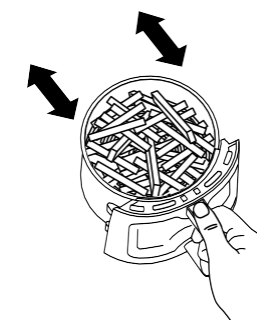
## Preîncălzire.

Lăsați aparatul să se preîncălzească timp de 3 minute înainte de a adăuga ingredientele.

## Pentru cele mai bune rezultate, scuturați sau amestecați des.

Vă recomandăm să verificați frecvent alimentele și să le scuturați sau amestecați pentru a obține rezultatele dorite.

Utilizați aceste durate de gătire pentru a vă ghida și adaptați-le în funcție de preferințele dvs.



Scuturați alimentele

SAU



Amestecați cu un clește cu capete acoperite cu silikon

# Tabel pentru deshidratare

INGREDIENTE	PREPARARE	TEMPERATURĂ	DURATĂ DESHIDRATARE
<b>FRUCTE ȘI LEGUME</b>			
Mere	În felii de 3 mm, fără cotor, clătite în apă cu lămâie, uscate prin tamponare	135°C	7-8 ore
Sparanghel	În bucăți de 2,5 mm, blanșate	135°C	6-8 ore
Banane	Fără coajă, în felii de 1 cm	135°C	8-10 ore
Sfeclă	Fără coajă, în felii de 3 mm	135°C	6-8 ore
Vinete	Fără coajă, în felii de 6 mm, blanșate	135°C	6-8 ore
Plante aromatice proaspete	Spălate, uscate prin tamponare, fără tulpini	135°C	4 ore
Ghimbir rădăcină	În felii de 1 cm	135°C	6 ore
Mango	Fără coajă, în felii de 1 cm, fără sămbure	135°C	6-8 ore
Ciuperci	Curățate cu o perie moale (nu se spală)	135°C	6-8 ore
Ananas	Fără coajă, fără miez, în felii de 1 - 1,25 cm	135°C	6-8 ore
Căpșuni	În jumătăți sau în felii de 1,25 cm	135°C	6-8 ore
Roșii	În felii de 3 mm sau rase; gătiți cu abur dacă intenționați să le rehidratați	135°C	6-8 ore
<b>CARNE, DE PASĂRE, PEȘTE</b>			
Pastramă de vită	În felii de 6 mm, marinat peste noapte (consultați rețeta Pastramă de pui, pagina 28)	65 °C	5-7 ore
Pastramă de pui	În felii de 6 mm, marinat peste noapte (consultați rețeta Pastramă de pui, pagina 28)	65 °C	5-7 ore
Pastramă de curcan	În felii de 6 mm, marinat peste noapte (consultați rețeta Pastramă de pui, pagina 28)	65 °C	5-7 ore
Pastramă de somon	În felii de 6 mm, marinat peste noapte (consultați rețeta Pastramă de pui, pagina 28)	65 °C	3-5 ore

# CARTOFI PAI CONGELAȚI

GĂTIRE: 30 MINUTE | CANTITATE: 5-6 PORȚII

## INGREDIENTE

900 g de cartofi pai congelați



## INSTRUCȚIUNI

**RECOMANDARE** Scutura des sau amestecați cu un clește cu capete acoperite cu silicon pentru o consistență crocantă uniformă.



Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 180 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.

**RECOMANDARE** Pentru a obține mai rapid alimente cu o consistență mai crocantă, selectați MAX CRISP și gătiți timp de 25 de minute, scuturând de două ori pe durata gătirii.



După ce aparatul s-a preîncălzit, adăugați cartofii pai în coș; introduceți coșul la loc. Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 30 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.



După 10 minute, scoateți coșul din aparat și scuturați cartofii sau amestecați-i cu un clește cu capete acoperite cu silicon. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul timp de încă 10 minute. Verificați dacă ați obținut consistența crocantă dorită și gătiți încă maximum 10 minute dacă este necesar. La final, serviți alături de sosul preferat.

# ARIPIOARE DE PUI CROCANTE

REȚETE DE BAZĂ

PREPARARE: 5 MINUTE | GĂTIRE: 24 MINUTE | CANTITATE: 2-4 PORȚII

## INGREDIENTE

900 g de aripioare de pui nepreparate congelate  
1 lingură ulei de rapiță  
1 lingură sare  
1 linguriță de piper negru

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând MAX CRISP și fixați durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 Într-un castron, amestecați aripioarele cu uleiul, sarea și piperul. După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți aripioarele pe placa de gătire; introduceți coșul la loc.
- 3 Selectați MAX CRISP și fixați durata la 24 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 4 După 12 minute, amestecați aripioarele cu un clește cu capete acoperite cu silicon. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 5 La final, amestecați aripioarele cu aromele dorite și serviți.

## AROME

Muștar de Dijon cu miere: Amestecați 60 ml de muștar de Dijon, 60 ml de maioneză și 2 linguri de miere. Serviți cu aripioarele după gătit.

Piper cu lămâie: Înainte de a găti aripioarele, amestecați-le cu 2 linguri de condiment cu piper și lămâie uscată, împreună cu ulei, sare și piper. Gătiți aripioarele conform instrucțiunilor.

Buffalo: Amestecați 60 ml de sos picant cu 2 linguri de unt topit. Amestecați aripioarele cu sos după gătit și serviți cu sos de brânză cu muștar.

Ghimbir cu soia și susan: Amestecați 60 ml de sos de soia, 60 ml de oțet de vin de orez, 2 linguri de zahăr brun, 2 linguri de ghimbir măcinat, 1 lingură de semințe de susan prăjite și 1 lingură de amidon de porumb. Amestecați aripioarele cu sos după gătit.

Miere, sos sriracha și limetă: Amestecați 2 linguri de sos sriracha, 2 linguri de suc proaspăt de limetă, 2 linguri de miere, 2 linguri de oțet de vin de orez și 1 lingură de zahăr. Amestecați aripioarele cu sos după gătit.



# CROCHETE DE CARTOFI CU OUĂ LA CUPTOR

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 28 MINUTE | CANTITATE: 4-6 PORȚII

## INGREDIENTE

5 ouă  
60 ml de lapte integral  
1 linguriță de sare  
1 linguriță de piper negru  
Spray pentru gătit  
Hârtie de copt  
2 cârnați andouille semipreparați (85 g fiecare), tăiați în felii de 6 mm  
120 g de brânză cheddar rasă  
450 g de crochete de cartofi congelate  
Ceapă verde, tăiată în felii, pentru servire

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Scoateți placa de gătire din coș. Preîncălziți aparatul selectând BAKE, fixați temperatura la 200 °C și durata la 6 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 Într-un castron, amestecați ouăle, laptele, sarea și piperul.
- 3 Scoateți coșul și pulverizați cu spray pentru gătit. Tăiați hârtia de copt pentru a se potrivi pe fundul coșului. Puneți hârtia de copt pe fundul coșului și turnați amestecul de ouă deasupra.
- 4 Introduceți coșul la loc și gătiți timp de 5 minute. După 5 minute, scoateți coșul și aranjați uniform feliile de cârnați deasupra ouălor, apoi presărați brânză deasupra. Puneți crochetele de cartofi congelate într-un strat uniform deasupra; introduceți coșul la loc.
- 5 Selectați BAKE, fixați temperatura la 390 °F și durata la 20 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 6 La final, lăsați să se odihnească 2 minute. Presărați ceapă verde și serviți.

**RECOMANDARE** Înlocuiți cârnații andouille cu orice alt tip de cârnați preparați.

# BATOANE DE PÂINE CU OU

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 16 MINUTE | CANTITATE: 4-6 PORȚII

## INGREDIENTE

1 lingură de sirop de arțar, plus suplimentar pentru servire  
4 ouă, ușor bătute  
240 ml lapte de cocos (sau lapte integral)  
50 g de zahar brun  
1 linguriță de scorțișoară măcinată  
1/2 linguriță de nucșoară măcinată  
1 pâine (aproximativ 400 g) feliată (de preferință challah, pâine franceză sau pâine cu maia), tăiată în batoane de 2,5 cm grosime  
Spray pentru gătit  
Fruite proaspete, pentru servire

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Într-o tavă de copt puțin adâncă, amestecați 1 lingură de sirop, ouăle, laptele, zahărul brun, scorțișoara și nucșoara. Puneți batoanele de pâine în amestec și lăsați-le să se înmoaie cel puțin 5 minute.
- 2 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, pulverizați placa de gătire cu spray pentru gătit. În tranșe, puneți batoanele în coș într-un singur strat, asigurându-vă că nu aglomerați coșul.
- 4 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 8 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 5 După 3 minute, scoateți coșul și întoarceți batoanele. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătirea timp de încă 3 minute. Dacă doriți, gătiți cel mult încă 2 minute.
- 6 Repetați pașii 4 și 5 pentru batoanele rămase.
- 7 La final, serviți imediat cu sirop de arțar și fructe proaspete.



**RECOMANDARE** Lăsați pâinea afară câteva ore înainte de a o găti, ca să se usuce puțin - va absorbi mai mult ou în acest fel.

# CORNURI DIN ALUAT REFRIGERAT PENTRU MICUL DEJUN

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 12-14 MINUTE | CANTITATE: 4-6 PORȚII

## INGREDIENTE

1 pachet (115 g) de cremă de brânză, moale  
 60 g dulceață de fructe (căpșuni, zmeură, afine etc.)  
 3 linguri de zahar pudră  
 1 tub (225 g) de aluat refrigerat  
 Făină, pentru presărare  
 Spray pentru gătit

## INSTRUCȚIUNI

- Într-un castron, amestecați crema de brânză, dulceața de fructe și zahărul pudră. Folosind un mixer electric sau un tel, amestecați până la omogenizare. Puneți deoparte.
- Tăiați aluatul pentru croasanți în 4 pătrate. Presărați o cantitate mică de făină pe fiecare pătrat. Întindeți pătratele cu un sucitor până când au aproximativ 12,5 cm lățime și 12,5 cm lungime.
- Întindeți aproximativ **80 g de** amestec de cremă de brânză pe fiecare pătrat. Lăsați liber pe fiecare capăt al pătratului.
- Lucrând pe rând, luați un colț al pătratului și rulați-l spre celălalt capăt. Strângeți capetele pentru a nu permite amestecului să iasă. Repetați cu pătratele rămase.
- Introduceți placa de gătit în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 160 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- După ce aparatul s-a preîncălzit, pulverizați cornurile cu spray pentru gătit. Așezați pe placa de gătit.
- Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 160 °C și durata la 14 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- După 12 minute, scoateți coșul și verificați dacă s-au copt cornurile. Dacă doriți, introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul timp de încă 2 minute.
- La final, cornurile trebuie să fie maro-aurii. Lăsați cornurile să se răcească puțin înainte de servire.

# PEȘTE PRĂJIT CROCANT

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 8 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

2 linguri de ulei de măsline  
 125 g muștar de Dijon  
 1 linguriță de sare  
 2 căni/500 g de biscuiți cu unt, zdrobiți  
 250 g pesmet simplu  
 4 fileuri de cod sau eglefin nepreparate (170 g fiecare)  
 Spray pentru gătit

## INSTRUCȚIUNI

- Puneți uleiul de măsline, muștarul și sarea într-un castron; amestecați cu un tel. Adăugați biscuiții cu unt zdrobiți și pesmetul într-un alt bol, amestecând pentru a se omogeniza.
- Lucrând în tranșe mici, acoperiți fileurile de pește cu amestecul de muștar. Treceți bucățile de pește prin amestecul cu pesmet și acoperiți-le uniform. Puneți deoparte.
- Introduceți placa de gătit în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- Pulverizați fiecare file pane din abundență cu spray pentru gătit. După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți fileurile pe placa de gătit.
- Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 8 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- După 4 minute, scoateți coșul și întoarceți fileurile. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- La final, serviți peștele imediat.

# CÂRNAȚI ÎNVELIȚI ÎN BACON

PREPARARE: 5 MINUTE | GĂTIRE: 20-22 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

4 cârnați nepreparați (italieni puțin picanți/picanți, chorizo etc.)  
8 felii de bacon nepreparat  
4 scobitori, în bucăți de 1,25 cm  
4 chifle pentru hot dog, pentru servire

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 185°C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 În timp ce aparatul se preîncălzește, înfășurați fiecare cârnat cu 2 felii de bacon. Fixați fiecare capăt al feliei de bacon cu o jumătate de scobitoare.
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți cârnații pe placa de gătire.
- 4 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 185 °C și durata la 22 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 5 După 10 minute, scoateți coșul și întoarceți cârnații. Introduceți coșul la loc și gătiți încă 10 minute.
- 6 După 10 minute, verificați dacă s-au făcut cârnații. Dacă este necesar, gătiți cârnații încă 2 minute. La final, serviți cârnații în chifle cu condimente.



# MINI-RULADE DE CARNE CU BRÂNZĂ

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 32 MINUTE | CANTITATE: 6 PORȚII

## INGREDIENTE

900 g carne de vită tocată nepreparată (amestec 80/20)  
5 felii de bacon nepreparate (170 g), mărunțite  
120 g ceapă albă, tăiată cubulețe  
2 ouă, ușor bătute  
120 g de pesmet condimentat  
120 ml ketchup, plus suplimentar pentru servire  
60 g muștar galben  
2 linguri de sos relish dulce  
120 g de brânză cheddar rasă  
1 lingură de sare  
1 linguriță de piper negru  
8 felii de brânză americană  
4 chifle pentru hamburger

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 Într-un castron mare, amestecați carnea de vită, baconul, ceapa, ouăle, pesmetul, ketchupul, muștarul, sosul relish, brânza cheddar, sarea și piperul. Amestecați bine pentru a încorpora complet ingredientele. Formați amestecul în 8 mini-rulade (aproximativ 170-200 grame fiecare).
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți 4 rulade pe placa de gătire; introduceți coșul la loc.
- 4 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 16 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 5 După 10 minute, scoateți coșul și întoarceți ruladele. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul timp de încă 6 minute.
- 6 La final, puneți deasupra fiecărei rulade o felie de brânză. Acoperiți ruladele pentru a le păstra calde și puneți-le deoparte.
- 7 Repetați pașii 3 - 6 cu restul de rulade.
- 8 Așezați fiecare mini-ruladă pe o chiflă și asezonați-le cu ketchup sau cu condimentele preferate pentru burgeri înainte de servire.

# CREVEȚI CAJUN ȘI LEGUME

**PREPARARE:** 5 MINUTE | **GĂTIRE:** 16 MINUTE | **CANTITATE:** 3-4 PORȚII

## INGREDIENTE

- 1 pungă (450 g) legume mixte congelate (amestec asiatic)
- 2 linguri de ulei de măsline, se adaugă separat
- 1 linguriță de sare
- 1 creveți jumbo cruzi, congelați, decorticați și fără venă
- 2 linguri de amestec de condimente Cajun

## INSTRUCȚIUNI

- 1** Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând MAX CRISP și fixați durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2** În timp ce aparatul se preîncălzește, amestecați legumele congelate cu 1 lingură de ulei și sare într-un castron.
- 3** După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți legumele pe placa de gătire.
- 4** Selectați MAX CRISP și fixați durata la 6 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe. Scuturați legumele la jumătatea duratei de gătire.
- 5** În timp ce legumele se gătesc, amestecați creveții într-un castron cu lingura rămasă de ulei de măsline și amestecul de condimente Cajun.
- 6** La finalul gătirii, deschideți coșul și așezați creveții peste legume. Introduceți coșul la loc.
- 7** Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 10 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe. Scuturați coșul la jumătatea duratei de gătire.
- 8** La finalul gătirii, amestecați pentru a omogeniza și serviți imediat.

# MUȘCHIULEȚI DE PIEPT DE PUI CU SOS RANCH

**PREPARARE:** 10 MINUTE | **MARINARE:** 1 ORĂ  
**GĂTIRE:** 24 MINUTE | **CANTITATE:** 4-6 PORȚII

## INGREDIENTE

- 900 g de mușchuleți de piept de pui nepreparați
- 1 lingură de ulei de măsline
- 1 plic (28 g) amestec de condimente pentru sos ranch
- 1 lingură de sare
- 160 g de fulgi de porumb, zdrobiți fin

## INSTRUCȚIUNI

- 1** Într-un castron mare, amestecați carnea de pui cu ulei. Adăugați condimentele pentru sos ranch și amestecați pentru a se acoperi. Acoperiți castronul cu folie alimentară și dați-l la frigider timp de 1 oră.
- 2** Într-un castron separat, amestecați sarea cu fulgii de porumb zdrobiți. În tranșe, acoperiți puiul marinat cu amestecul de fulgi de porumb. Apăsăți bine fulgii pe pui pentru a acoperi complet.
- 3** Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 4** După ce aparatul s-a preîncălzit, așezați jumătate din pui în coș într-un singur strat.
- 5** Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 12 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 6** După 6 minute, scoateți coșul și întoarceți carnea de pui. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul timp de încă 4 minute.
- 7** Repetați pașii 4-6 cu restul de carne de pui.
- 8** La final, serviți imediat alături de sos.



# BISCUIȚI ÎN STIL CUBANEZ

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 26 MINUTE | CANTITATE: 8 PORȚII

## INGREDIENTE

1 tub (450 g) aluat de biscuiți refrigerat  
60 g muștar de Dijon, se adaugă separat  
4 bucăți de murături cu mărar tocate  
16 felii de șuncă (cu miere, prăjită la cuptor etc.)  
8 felii de brânză elvețiană

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând **BAKE**, fixați temperatura la 160°C și durata la 3 minute. Selectați **START/PAUSE** pentru a începe.
- 2 Scoateți aluatul de biscuiți din ambalaj și separați biscuiții.
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți 4 biscuiți în coș; introduceți coșul la loc.
- 4 Selectați **BAKE**, fixați temperatura la 325 °F și durata la 10 minute. Selectați **START/PAUSE** pentru a începe.
- 5 După 8 minute, verificați dacă biscuiții s-au copt. Dacă este necesar, gătiți încă 2 minute.
- 6 Repetați pașii 3 și 4 cu restul de biscuiți.
- 7 La final, lăsați biscuiții să se răcească puțin. Când s-au răcit suficient pentru a-i atinge, începeți prin a apăsa pe biscuiți cu palma. Întindeți câte 1 1/2 lingurițe de muștar Dijon pe fiecare biscuit, apoi adăugați 1 lingură de murături tocate deasupra. Pliati 2 bucăți de șuncă și așezați-le deasupra. La final, așezați câte o felie de brânză peste fiecare biscuit.
- 8 Puneți 4 biscuiți asamblați în coș; introduceți coșul la loc. Selectați **AIR FRY**, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați **START/PAUSE** pentru a începe. Repetați cu biscuiții rămași.
- 9 Lăsați să se răcească puțin înainte de servire.



# MUȘCHIELEȚ DE PORC ÎN STIL ITALIAN CU LEGUME FRIPTE

PREPARARE: 20 MINUTE | MARINARE: 2-4 ORE | GĂTIRE: 23 MINUTE | CANTITATE: 4-6 PORȚII

## INGREDIENTE

1 mușchiuleț de porc dezosat, nepreparat (675 g - 900 g), tăiat în jumătate pe lățime  
60 ml de sos italian  
225 g cartofi roșii mici noi, tăiați în jumătăți  
2 roșii Roma, tăiate cubulețe  
1 dovlecel, tăiat în semi-rondele  
1 dovleac de vară, feliat în semi-rondele  
1 ardei gras roșu, tăiat cubulețe  
3 căței de usturoi, fără coajă, tocați  
2 linguri de ulei de măsline extra virgin  
Frunze de busuioc verde, rupte  
3 lingurițe de sare, se adaugă separat

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Puneți mușchiulețul de porc într-un castron sau într-o pungă mare ziplock. Acoperiți carnea de porc cu sos italian. Acoperiți și lăsați la frigider timp de 2 până la 4 ore.
- 2 Într-un castron mare, amestecați cartofii, roșiile, dovlecelul, dovleacul și usturoiul cu ulei, busuioc și 2 lingurițe de sare.
- 3 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând **AIR ROAST**, fixați temperatura la 190°C și durata la 3 minute. Selectați **START/PAUSE** pentru a începe.
- 4 În timp ce aparatul se preîncălzește, scoateți carnea de porc din marinadă și asezonați cu lingurița de sare rămasă.
- 5 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți amestecul de legume pe placa de gătire. Puneți carnea de porc peste legume.
- 6 Selectați **AIR ROAST**, fixați temperatura la 375 °F și durata la 30 minute. Selectați **START/PAUSE** pentru a începe.
- 7 După 10 minute, scoateți coșul. Amestecați legumele și întoarceți carnea de porc. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 8 După 20 minute, verificați dacă mușchiulețul de porc s-a făcut. Dacă este necesar, gătiți încă 3 minute.
- 9 La final, lăsați mușchiulețul de porc să se odihnească 5 minute înainte de a-l felia.

# PIEPT DE PUI UMPLUT CU PROSCIUTTO ȘI BRÂNZĂ

PREPARARE: 20 MINUTE | GĂTIRE: 26 MINUTE | CANTITATE: 4-6 PORȚII

## INGREDIENTE

3 bucăți de piept de pui nepreparat, fără piele și fără os (170-225 g fiecare), despicate și aplatizate  
6 felii de prosciutto  
1 legătură de sparanghel, curățat  
60 g roșii uscate la soare în ulei  
240 g mozzarella rasă, se adaugă separat  
1 lingură de sare  
1 linguriță de piper negru măcinat  
Spray pentru gătit

## INSTRUCIUNI

- 1 Așezați bucățile de piept de pui despicate și aplatizate, cu partea interioară în sus, pe o suprafață de lucru curată. Așezați câte 2 felii de prosciutto pe fiecare piept. Așezați deasupra o legătură mică de sparanghel (aproximativ 5 bucăți de sparanghel de mărime standard sau 3 bucăți mari) peste prosciutto, pe o parte a fiecărui piept. Puneți roșiile uscate la soare și 120 g de mozzarella în mod egal pe bucățile de piept. Condimentați cu sare și piper.
- 2 Pe rând, fixați sparanghelul cu degetele și rulați carnea de pui peste sparanghel și celelalte ingrediente ale umpluturii. Repetați cu restul bucăților de piept de pui. Folosiți scobitori pentru a fixa bucățile de piept de pui umplute.
- 3 Introduceți placa de gătit în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 4 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți bucățile de piept umplute în coș. Pulverizați ulei pentru gătit pe fiecare bucată. Introduceți coșul în aparat.
- 5 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 26 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 6 După 12 minute, scoateți coșul și întoarceți carnea de pui. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 7 În ultimele 2 minute, scoateți coșul și acoperiți carnea de pui cu mozzarella rămasă. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 8 La final, lăsați carnea de pui să se odihnească timp de 5 minute înainte de a servi.

**RECOMANDARE** Dacă nu știți cum să despați și aplatizați pieptul de pui, puteți ruga măcelarul să facă acest lucru pentru dvs.

# CARTOFI ÎN STIL GRECESC

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 18 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

1 450 g de cartofi roșii, tăiați în sferturi  
2 linguri de ulei de măsline  
1 linguriță de sare  
2 lingurițe oregano uscat  
1 linguriță piper negru  
1 linguriță de boia  
60 g ceapă roșie, tăiată cubulețe  
120 g brânză feta sfărâmată  
1 roșie, tăiată cubulețe  
60 g măsline negre feliate  
2 lingurițe suc de lămâie  
Mărar proaspăt, pentru servire

## INSTRUCIUNI

- 1 Introduceți placa de gătit în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 Într-un castron mare, amestecați cartofii cu ulei de măsline, sare, oregano, piper și boia.
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți cartofii în coș; introduceți coșul la loc.
- 4 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 18 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe. Scuturați coșul la jumătatea duratei de gătit.
- 5 După 13 minute, adăugați ceapa în coș și scuturați pentru a se omogeniza; introduceți coșul la loc.
- 6 La final, transferați cartofii într-un castron. Adăugați feta, roșiile, măslinele și sucul de lămâie și amestecați pentru a le combina. Adăugați deasupra mărar proaspăt și serviți.

# VARZĂ DE BRUXELLES ȘI BACON GRATINATE

PREPARARE: 10 MINUTE | GĂTIRE: 26 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

1 450 g varză de Bruxelles, curățată, tăiată în sferturi  
1 ceapă roșie mică, curățată, în felii subțiri  
3 felii de bacon, în felii subțiri  
120 g parmezan ras, se adaugă separat  
2 linguri ulei de măsline  
1 linguriță sare  
1 linguriță de piper negru măcinat fin  
Hârtie de copt  
1 240 g brânză cheddar rasă  
60 g pesmet condimentat  
120 ml smântână grasă de gătit  
Pătrunjel verde, tocat, pentru servit

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Scoateți placa de gătire din coș. Preîncălziți aparatul selectând AIR ROAST, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 Într-un castron mare, amestecați varza de Bruxelles, ceapa roșie, baconul, 60 g de parmezan, uleiul de măsline, sarea și piperul.
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, tăiați hârtia de copt pentru a se potrivi pe fundul coșului. Puneți hârtia de copt pe fundul coșului și așezați amestecul deasupra.
- 4 Selectați AIR ROAST, fixați temperatura la 205 °C și durata la 24 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 5 După 8 minute, scoateți coșul și amestecați; introduceți coșul la loc.
- 6 Într-un castron, amestecați 60 g de parmezan, brânza cheddar și pesmetul.
- 7 După 16 minute, scoateți coșul și adăugați smântâna grasă în amestecul cu varză de Bruxelles. Presărați amestecul cu pesmet pe deasupra. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 8 La final, scoateți amestecul gratinat din coș. Presărați pătrunjelul și serviți imediat.

**RECOMANDARE** Nu adăugați bacon pentru a face acest fel de mâncare vegetarian.

# CARTOFI PAI TĂIAȚI DE MÂNĂ, CU USTUROI ȘI PARMEZAN

PREPARARE: 15 MINUTE | ÎNMUIERE: 30 MINUTE | GĂTIRE: 24-26 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

450 g cartofi roșii (aproximativ 3 cartofi medii), tăiați în bețișoare subțiri  
2 linguri ulei de rapiță, se adaugă separat  
2 căței de usturoi, curățați, tocați mărunt  
1 linguriță de praf de usturoi  
1 linguriță de sare  
2 linguri de pătrunjel verde, tocat  
60 g parmezan ras

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Înmuiiați cartofii tăiați în apă rece timp de 30 de minute pentru a îndepărta excesul de amidon. După 30 de minute, goliți apa și uscați cartofii complet prin tamponare. Cu cât sunt mai uscați, cu atât vor fi mai crocanți.
- 2 Puneți cartofii tăiați pai și 1 lingură de ulei de rapiță într-un castron mare; amestecați pentru a se combina.
- 3 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 4 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți cartofii pai pe placa de gătire; introduceți coșul la loc.
- 5 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 185 °C și durata la 26 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 6 După 12 minute, scoateți coșul și scuturați cartofii pai sau amestecați-i cu un clește cu capete acoperite cu silicon. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 7 În timp cartofii pai se gătesc, combinați uleiul de rapiță rămas, usturoiul tocat, praful de usturoi, sarea, pătrunjelul și parmezanul într-un castron mare.
- 8 Verificați cartofii după 24 minute. Pentru cartofii pai mai crocanți, continuați să gătiți încă 2 minute.
- 9 La finalul gătirii, amestecați cartofii pai prăjiți într-un bol cu amestecul de usturoi și parmezan și serviți imediat.



**RECOMANDARE** Este esențial să scuturați coșul în timpul gătirii pentru a obține cartofii pai crocanți și rumeniți, așa că scuturați sau amestecați frecvent utilizând un clește cu capete acoperite cu silicon.

# PASTRAMĂ DE PUI

PREPARARE: 15 MINUTE | MARINARE: 4-8 ORE | GĂTIRE: 6 ORE | CANTITATE: 1.350 G

## INGREDIENTE

450 g piept de pui nepreparat, fără piele și fără os, în fâșii subțiri de 6 mm.

60 ml de sos sriracha

2 linguri de sos de soia

1 lingură de sare

3 linguri de zahăr brun

1 linguriță de piper negru

1 linguriță de boia afumată

## INSTRUCIUNI

- 1 Amestecați toate ingredientele împreună, cu excepția cărnii de pui. Puneți amestecul într-o pungă mare de plastic resigilabilă.
- 2 Adăugați fâșiile de carne de pui și acoperiți-le cu amestec. Lăsați la marinat în frigider timp de 4-6 ore sau peste noapte.
- 3 Eliminați marinada în exces.
- 4 Scoateți placa de gătire din coș. Așezați jumătate din fâșiile de carne drept pe fundul coșului, într-un singur strat. Puneți placa de gătire deasupra fâșiilor de carne. Așezați fâșiile de carne rămase pe placa de gătire.
- 5 Introduceți coșul în aparat. Selectați DEHYDRATE, fixați temperatura la 65 °C și durata la 6 ore. Selectați START/PAUSE pentru a începe. Verificați după 4 ore și gătiți până obțineți textura dorită.
- 6 La final, scoateți pastrama și păstrați-o într-un recipient etanș.



# BATOANE CROCANTE DE SPARANGHEL

PREPARARE: 15 MINUTE | GĂTIRE: 8 MINUTE | CANTITATE: 2-4 PORȚII

## INGREDIENTE

60 g făină

1 1/2 lingurițe de sare

2 ouă, ușor bătute

60 g pesmet condimentat

60 g parmezan ras

1 legătură de sparanghel mare, curățat

Spray pentru gătit

## SOS SRI-RANCH-A

2 linguri de sriracha

60 ml sos ranch

1 linguriță suc de limesă

## INSTRUCIUNI

- 1 Puneți făina și sarea într-un castron puțin adânc sau pe o farfurie; amestecați pentru a le omogeniza. Puneți ouăle într-un alt castron. Puneți pesmetul și parmezanul într-un al treilea castron; amestecați pentru a le omogeniza.
- 2 Lucrând în loturi mici, pulverizați ulei pe sparanghel. Amestecați cu făină. Îndepărtați excesul și apoi, acoperiți sparanghelul cu ou. Treceți sparanghelul prin amestecul cu pesmet după aceea, amestecați pentru a se acoperi uniform. Așezați sparanghelul acoperit cu panadă pe o tavă sau farfurie.
- 3 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 4 După ce aparatul s-a preîncălzit, așezați sparanghelul pe placa de gătire într-un singur strat (dacă nu intră toate bucățile, puneți-le deoparte pe cele rămase). Pulverizați cu spray pentru gătit și introduceți coșul la loc.
- 5 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 8 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 6 După 4 minute, scoateți coșul și scuturați sparanghelul sau amestecați cu un clește cu capete acoperite cu silicon. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 7 În timp ce sparanghelul se gătește, amestecați toate ingredientele pentru sos într-un castron. Dacă au mai rămas bucăți de sparanghel, repetați pașii 4-6.
- 8 La final, serviți sparanghelul imediat alături de sos.



# SANDVIȘURI DE BISCUIȚI CU BEZEA ȘI CUPE CU UNT DE ARAHIDE

PREPARARE: 3 MINUTE | GĂTIRE: 2 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

4 biscuiți graham mari  
4 cupe cu unt de arahide (20 g  
fiecare)  
4 bezele

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 185°C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 2 În timp ce aparatul se preîncălzește, rupeți biscuiții graham în jumătăți.
- 3 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți 4 jumătăți de biscuiți graham pe placa de gătire. Apoi, puneți deasupra pe fiecare o cupă cu unt de arahide; introduceți coșul la loc.
- 4 Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 185 °C și durata la 2 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 5 După 1 minut, puneți deasupra fiecărei cupe cu unt de arahide o bezea; introduceți coșul la loc și gătiți încă 1 minut.
- 6 La final, puneți deasupra fiecărui sandviș a doua jumătate de biscuit graham. Serviți imediat.



FRITEUZĂ CU AER CALD

# BUCĂȚELE CU UNT DE ARAHIDE, JELEU ȘI BANANE

PREPARARE: 15 MINUTE | GĂTIRE: 24 MINUTE | CANTITATE: 4 PORȚII

## INGREDIENTE

Unt cremos de arahide sau de  
migdale, după preferință  
8 felii de pâine albă sau integrală  
Gem, jeleu sau dulceață (de struguri,  
căpșuni sau zmeură), după preferință  
2 banane coapte, feliate  
60 g zahăr  
2 lingurițe de scorțișoară măcinată  
Spray pentru gătit  
Cremă de ciocolată cu alune de  
pădure, pentru servire  
Cremă de bezea, pentru servire

## INSTRUCȚIUNI

- 1 Începeți prin a construi sandvișurile: întindeți untul de nuci pe o felie de pâine și jeleul sau gemul pe cealaltă. Adăugați jumătate de banană feliată și apoi închideți sandvișul. Repetați cu ingredientele rămase.
- 2 Într-un castron mic, amestecați zahărul și scorțișoara. Puneți deoparte.
- 3 Introduceți placa de gătire în coș și introduceți coșul în aparat. Preîncălziți aparatul selectând AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 3 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 4 În timp ce aparatul se preîncălzește, pulverizați ambele părți ale sandvișurilor cu spray pentru gătit. Presărați pe fiecare parte amestec de zahăr și scorțișoară.
- 5 După ce aparatul s-a preîncălzit, puneți un sandviș pe placa de gătire. Selectați AIR FRY, fixați temperatura la 200 °C și durata la 6 minute. Selectați START/PAUSE pentru a începe.
- 6 După 3 minute, scoateți coșul și întoarceți sandvișul. Introduceți coșul la loc pentru a relua gătitul.
- 7 Repetați pașii 5 și 6 cu restul sandvișurilor.
- 8 La final, lăsați să se răcească puțin înainte de a tăia în felii. Serviți alături de cremă de ciocolată cu alune de pădure sau bezea dacă doriți.

**NINJA<sup>®</sup>**  
**FRITEUZĂ CU AER CALD**  
**EZVIEW MAX XL**

Pentru întrebări sau pentru a vă înregistra produsul,  
vizitați-ne online la adresa [ninja.ro](http://ninja.ro)

AF170Series\_IG\_QSG\_20Recipe\_REV\_Mv1

NINJA este o marcă comercială înregistrată deținută de SharkNinja Operating LLC.

© 2022 SharkNinja Operating LLC.