

Assicurarsi di avere letto le Istruzioni di Ninja® in dotazione prima di utilizzare l'unità.

NINJA® Foodi® MAX

Friggitrice
ad aria Dual
Zone da 9,5l
con Smart Cook

GUIDA RAPIDA
ALL'UTILIZZO
E RICETTARIO



TABELLE DI COTTURA - RICETTE IRRESISTIBILI



Sommario

| | |
|---|----|
| Utilizzo della Friggitrice ad aria Ninja® Dual Zone MAX | 3 |
| Utilizzo della tecnologia DualZone (senza sonda) | 4 |
| Sonda digitale da cucina | 6 |
| Cottura in un'unica zona con la sonda | 7 |
| SYNC con la sonda | 8 |
| MATCH con la sonda | 9 |
| Tabella di cottura | 10 |
| Piatti principali e contorni | 15 |
| Dessert | 30 |

SIMBOLI



Cibo
vegetariano



Porzioni



Sonda digitale
da cucina

Per più ricette, visita il nostro sito
Web: ninjakitchen.it

Poiché siamo consapevoli che gli ingredienti e i gusti variano da Paese a Paese, abbiamo adattato le ricette ove necessario. Per questo può accadere che la ricetta nella tua lingua non corrisponda a quella descritta in altre lingue.

UTILIZZO DELLA FRIGGITRICE AD ARIA NINJA® DUAL ZONE MAX

6 PROGRAMMI DI COTTURA

MAX CRISP

Ideale per cuocere piccole quantità di cibo surgelato che potrebbero richiedere una temperatura più elevata

AIR FRY

Ideale per le alette di pollo da servire calde e i tuoi snack surgelati preferiti

ROAST

Ideale per verdure e carni cucinate arrosto

REHEAT

Ideale per riscaldare il cibo

DEHYDRATE

Ideale per preparare frutta, verdura e carne essicata

BAKE

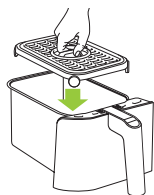
Ideale per preparare torte e altri dessert al forno

PER RISULTATI OTTIMALI

CRISPER PLATE

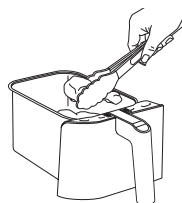
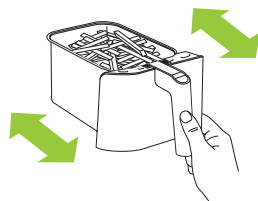
La piastra antiaderente consente di realizzare una doratura uniforme. Consigliamo di usarla ogni qual volta si frigge ad aria e per tutte le ricette di questa guida, salvo diversa indicazione.

Assicurarsi che la piastra antiaderente sia inserita sul fondo dello scomparto prima di aggiungere il cibo, ad eccezione delle ricette in cui tale accessorio non è richiesto.



SCUOTI O MESCOLA

Per risultati ottimali, scuoti o mescola di frequente il cibo oppure mescola con le pinze con punta in silicone per ottenere la croccantezza desiderata.



SUGGERIMENTO: Per friggere ad aria gli ingredienti pastellati, usare la tecnica di impanatura corretta. È importante cospargere i cibi innanzitutto con la farina, quindi con l'uovo e infine con pangrattato. Premere forte il pangrattato sugli ingredienti pastellati, così le briciole non verranno sparpagliate dalla ventola.

Tecnologia DualZone

SYNC

Cucinare 2 alimenti usando 2 funzioni, temperature o tempi di cottura diversi? Programma ogni zona e utilizza **SYNC** (SINCRONIZZA) per far sì che entrambe le zone terminino la cottura contemporaneamente.



MATCH

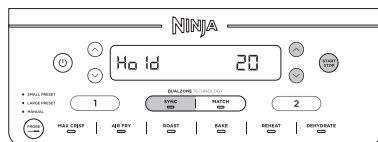
Cucinare lo stesso cibo in ogni zona? Imposta Zona 1 e utilizza **MATCH** (ABBINAMENTO) per duplicare automaticamente le impostazioni nella Zona 2.



Utilizzo della tecnologia DualZone (senza sonda)

SYNC

Cucinare 2 alimenti usando 2 funzioni, temperature o tempi di cottura diversi? Programma ogni zona e utilizza SYNC (SINCRONIZZA) per far sì che entrambe le zone terminino la cottura contemporaneamente.



PASSAGGIO 1: Programmare la Zona 1

- Mettere il cibo negli scomparti.
- L'unità si imposta automaticamente sulla Zona 1.
- Selezionare il programma di cottura desiderato (ad es. **AIR FRY** (COTTURA AD ARIA)).



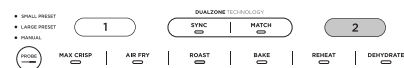
PASSAGGIO 2: Impostare la temperatura e il tempo

- Utilizzare le frecce DI SINISTRA per impostare la temperatura.
- Utilizzare le frecce DI DESTRA per impostare il tempo.



PASSAGGIO 3: Programmare la Zona 2

- Selezionare la Zona 2.
- Selezionare il programma di cottura desiderato (ad es. **ROAST** (COTTURA ARROSTO)) e ripetere il passaggio 2.



PASSAGGIO 4: Avviare la cottura

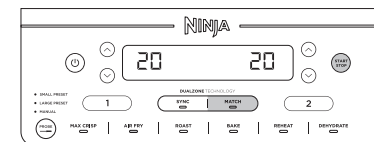
- Selezionare **SYNC** (SINCRONIZZA).
- Premere il pulsante **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO) per avviare la cottura.
- Nella zona con il tempo di cottura più breve apparirà la scritta HOLD (ATTESA).



NOTA: La cottura si mette in pausa automaticamente quando viene aperto uno scomparto. Reinserrire lo scomparto per riprendere la cottura.

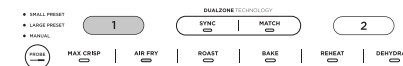
MATCH

Cucinare lo stesso cibo in ogni zona? Imposta Zona 1 e utilizza MATCH (ABBINAMENTO) per duplicare automaticamente le impostazioni nella Zona 2.



PASSAGGIO 1: Programmare la Zona 1

- Mettere il cibo negli scomparti.
- L'unità si imposta automaticamente sulla Zona 1.
- Selezionare il programma di cottura desiderato (ad es. **AIR FRY** (COTTURA AD ARIA)).



PASSAGGIO 2: Impostare la temperatura e il tempo

- Utilizzare le frecce DI SINISTRA per impostare la temperatura.
- Utilizzare le frecce DI DESTRA per impostare il tempo.



PASSAGGIO 3: Avviare la cottura

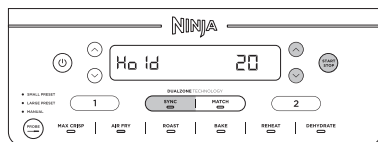
- Selezionare **MATCH** (ABBINAMENTO).
- Premere il pulsante **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO) per avviare la cottura.



NOTA: La cottura si mette in pausa automaticamente quando viene aperto uno scomparto. Reinserrire lo scomparto per riprendere la cottura.

Cottura in un'unica zona

Vuoi cucinare due cibi, ma non hai bisogno che entrambi terminino la cottura contemporaneamente? Riempi entrambe le zone e programmale manualmente una alla volta per avviare la cottura contemporaneamente.



PASSAGGIO 1: Programmare la Zona 1

- Mettere il cibo negli scomparti.
- L'unità si imposta automaticamente sulla Zona 1.
- Selezionare il programma di cottura desiderato (ad es. **AIR FRY** (COTTURA AD ARIA)).



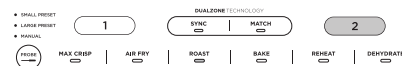
PASSAGGIO 2: Impostare la temperatura e il tempo

- Utilizzare le frecce DI SINISTRA per impostare la temperatura.
- Utilizzare le frecce DI DESTRA per impostare il tempo.



PASSAGGIO 3: Programmare la Zona 2

Ripetere i passaggi 1 e 2 per la Zona 2.



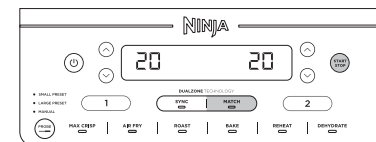
PASSAGGIO 4: Avviare la cottura

- Premere la manopola per avviare la cottura.



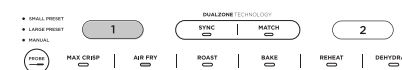
NOTA: La cottura si mette in pausa automaticamente quando viene aperto uno scomparto. Reinserrire lo scomparto per riprendere la cottura.

Vuoi cucinare una sola pietanza? Riempi una sola zona e usala come una friggitrice ad aria tradizionale.



PASSAGGIO 1: Programmare la Zona 1

- Mettere il cibo negli scomparti.
- L'unità si imposta automaticamente sulla Zona 1.
- Selezionare il programma di cottura desiderato (ad es. **AIR FRY** (COTTURA AD ARIA)).



PASSAGGIO 2: Impostare la temperatura e il tempo

- Utilizzare le frecce DI SINISTRA per impostare la temperatura.
- Utilizzare le frecce DI DESTRA per impostare il tempo.



PASSAGGIO 3: Avviare la cottura

- Premere la manopola per avviare la cottura.



NOTA: La cottura si mette in pausa automaticamente quando viene aperto uno scomparto. Reinserrire lo scomparto per riprendere la cottura.

Preparato alla perfezione con la sonda digitale da cucina

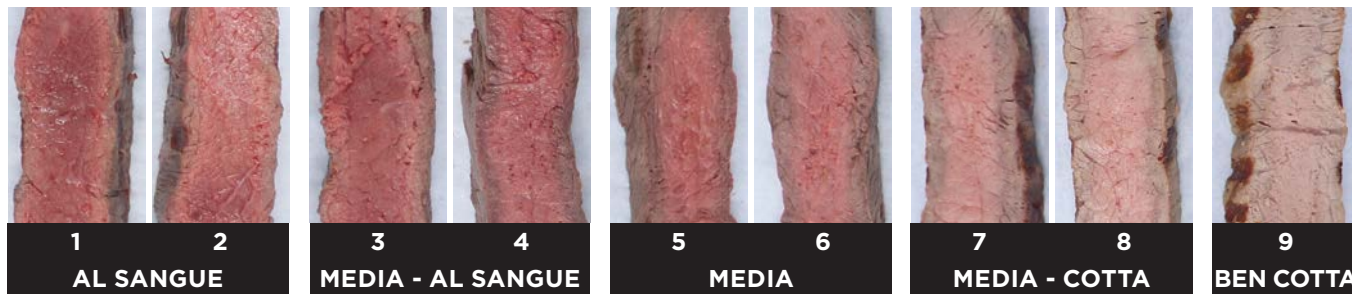
La sonda inserita monitora continuamente la temperatura interna del cibo in due punti per una cottura ancora più uniforme.
Per maggiori informazioni su come utilizzare la sonda, fai riferimento alle pagine 7-9.



NOTA: Per le temperature raccomandate per una cottura sicura degli alimenti fare riferimento all'autorità locale competente in materia di norme alimentari.

Come ti piace la bistecca?

La percezione del livello di cottura varia da persona a persona.
La guida qui sotto mostra a cosa corrispondono visivamente i diversi PRESET (PREDEFINITO) quando selezioni la cottura della carne.
Ti presentiamo una gamma di opzioni per consentirti di personalizzare la cottura a piacere.



Cottura in un'unica zona con la sonda

Utilizzare la sonda per cuocere le costole in un'unica zona?

PASSAGGIO 1

Predisposizione

- Rimuovere l'alloggiamento della sonda posto sul lato sinistro dell'unità e svolgere il cavo per rimuovere la sonda.
- Rimuovere lo scomparto della Zona 1 (prima di collegare la sonda).

PASSAGGIO 3

Selezione del programma

- Collegare la sonda alla presa (posta sul lato sinistro del pannello di controllo).
- Selezionare la Zona 1 e il programma di cottura desiderato (ad es. **AIR FRY** (COTTURA AD ARIA)).

NOTA: La temperatura di cottura verrà impostata automaticamente in base al programma selezionato. La temperatura può essere regolata in base alle preferenze o a quanto indicato nelle ricette.

Impostando Max Crisp (Crocantezza max) non è possibile regolare la temperatura.

PASSAGGIO 5

Avvio della cottura

- Non è necessario effettuare il preriscaldamento.
- Una volta scelto il programma, premere il pulsante **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO) per iniziare la cottura.
- Sullo schermo verranno visualizzate sia la temperatura corrente della sonda sia quella programmata.

PASSAGGIO 2

Inserimento della sonda

- Inserire la sonda nell'alimento proteico seguendo le istruzioni del Manuale d'uso per accertarsi che sia posizionata correttamente.
- Mettere l'alimento proteico nel cestello e inserire nell'unità.



PASSAGGIO 4

Selezione della sonda

- **SMALL PRESET**
 - **LARGE PRESET**
 - **MANUAL**
- Utilizzare il pulsante **PROBE** (SONDA) per selezionare l'impostazione predefinita Small (Piccolo) o Large (Grande) per l'alimento proteico, a seconda delle dimensioni. Utilizzare le frecce sul lato destro del display per selezionare il tipo di cibo e le frecce sul lato sinistro del display per impostare il grado di cottura interna desiderato.
- Se si seleziona il pulsante **MANUAL** (MANUALE), utilizzare le temperature di cottura interna raccomandate nelle istruzioni.



PASSAGGIO 6

Fine della cottura

- A cottura terminata, l'unità emetterà un segnale acustico. Trasferire l'alimento proteico su un piatto e lasciar riposare per 5 minuti prima di servire. Poiché l'alimento proteico continua a cuocere anche dopo la rimozione dalla fonte di calore, questo passaggio è importante per renderlo ancora più succoso.

SYNC con la sonda

Desideri utilizzare la sonda per preparare le costole con patate?
Programma ogni zona e associa la sonda con la tecnologia **SYNC** per pianificare
e terminare la cottura in entrambe le zone allo stesso tempo.

PASSAGGIO 1

Impostazione della Zona 1 con la sonda

- Rimuovere l'alloggiamento della sonda posto sul lato sinistro dell'unità e svolgere il cavo per rimuovere la sonda.
- Rimuovere lo scomparto della Zona 1 (prima di collegare la sonda).
- Inserire la sonda nell'alimento proteico seguendo le istruzioni per accertarsi che sia posizionata correttamente.
- Mettere l'alimento proteico nello scomparto e inserire nell'unità.

NOTA: La sonda digitale da cucina può essere usata solo nella Zona 1.

PASSAGGIO 3

Programmazione la Zona 2

- Selezionare la Zona 2.
- Selezionare una funzione di cottura (ad es. **AIR FRY** (Cottura ad aria)).
- Impostare la temperatura e il tempo.

PASSAGGIO 2

Programmazione la Zona 1

- Collegare la sonda alla presa (posta sul lato sinistro del pannello di controllo).
- Selezionare la Zona 1 e il programma di cottura desiderato (ad es. **ROAST** (Cottura arrosto)).
- Usare le frecce sul lato sinistro del display per selezionare la temperatura di cottura desiderata.
- Utilizzare il pulsante **PROBE** (SONDA) per selezionare l'impostazione predefinita Small (Piccolo) o Large (Grande) per l'alimento proteico, a seconda delle dimensioni. Fare riferimento alla tabella delle impostazioni predefinite di cottura a pagina seguente per istruzioni.
- Utilizzare le frecce sul lato sinistro del display per selezionare il tipo di alimento proteico e le frecce sul lato destro del display per impostare il grado di cottura interna desiderato.

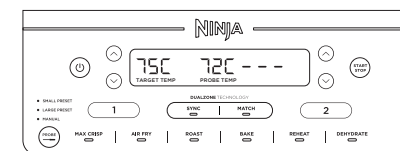
NOTA: Non è possibile utilizzare l'impostazione della sonda manuale se si seleziona SYNC (Sincronizza).

PASSAGGIO 4

Avvio della cottura

- Selezionare **SYNC** (SINCRONIZZA).
- Premere il pulsante **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO) per avviare la cottura.

NOTA: Durante la configurazione iniziale, la zona con il tempo di cottura più breve mostrerà la dicitura **HOLD** (ATTESA). Quando inizia la cottura, il display mostrerà sempre la temperatura programmata nella Zona 1 e della sonda, nonché le barre di progresso nella Zona 2 durante il ciclo di cottura. Selezionare la Zona 2 per visualizzare il tempo di cottura rimanente.



MATCH con la sonda

Cucinare lo stesso cibo in ogni zona? Imposta Zona 1 con la sonda e utilizza Match Cook (Abbinata cottura) per impostare automaticamente gli stessi parametri nella Zona 2.

PASSAGGIO 1

Impostazione della Zona 1 con la sonda

- Rimuovere l'alloggiamento della sonda posto sul lato sinistro dell'unità e svolgere il cavo per rimuovere la sonda.
- Rimuovere lo scomparto della Zona 1 (prima di collegare la sonda).
- Inserire la sonda nell'alimento proteico secondo quanto indicato nelle istruzioni.
- Mettere l'alimento proteico nello scomparto e inserire nell'unità.
- Collegare la sonda alla presa (posta sul lato sinistro del pannello di controllo).



NOTA: La sonda digitale da cucina può essere usata solo nella Zona 1.

PASSAGGIO 2

Programmare la Zona 1

- Selezionare la Zona 1 e il programma di cottura desiderato (ad es. **ROAST** (Cottura arrosto)).
- Utilizzare il pulsante **PROBE** (SONDA) per selezionare **SMALL PRESET** (Predefinito piccolo) o **LARGE PRESET** (Predefinito grande), a seconda delle dimensioni dell'alimento. Fare riferimento alla tabella delle impostazioni predefinite di cottura qui sotto per istruzioni.
- Se si seleziona il pulsante **MANUAL** (MANUALE), utilizzare le temperature di cottura interna raccomandate nelle istruzioni.
- Utilizzare le frecce sul lato sinistro del display per selezionare il tipo di alimento proteico e le frecce sul lato destro del display per impostare il grado di cottura interna desiderato.
- Selezionare **MATCH** (ABBINAMENTO), quindi premere il pulsante **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO) per avviare la cottura.



Tabella delle impostazioni predefinite di cottura

| PROTEINE | PRESET (PREDEFINITO) | ESEMPI | PESO (per scomparto) |
|----------|----------------------|-------------------------------------|------------------------------|
| Maiale | Piccolo | Salsicce | 2 (250 g ognuno) |
| | | Braciole di maiale con osso | 2 (250 g l'una) |
| | Grande | Filetto di maiale | 1 (1 kg l'uno) |
| | | Lonza di maiale/Arrosto | 1 ognuna (1,8-2,3 kg) |
| Pollo | Piccolo | Petto di pollo | 3-4 ognuno (150-250 g l'uno) |
| | | Sovracosce di pollo, con osso | 3-4 (100-150 g l'uno) |
| | Grande | Pollo intero | 1 (fino a 2 kg) |
| Manzo | Piccolo | Bistecca (da al sangue a ben cotta) | 2-4 (175-350 g l'una) |
| | Grande | Controgirello | 1 (1,3-1,8 kg) |
| Pesce | Piccolo | Filetti di salmone | 3-4 (120 g ognuno) |
| | Grande | Trancio di salmone | 1 (300-450 g) |

Tabella di cottura con frittura ad aria

Utilizzare questi tempi di cottura come guida, regolandoli in base alle proprie preferenze.

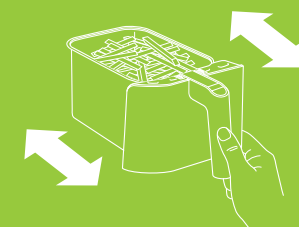
| INGREDIENTE | QUANTITÀ | PREPARAZIONE | MESCOLARE NELL'OLIO | GRADI C | TEMPO |
|--|---|---|---------------------------------|---------|--------------|
| VERDURE FRESCHE | | | | | |
| Asparagi | 400 g | Interi, eliminare la parte finale | 2 cucchiaini | 200 °C | 6-8 minuti |
| Barbabietole | 6 piccole o 4 grandi (circa 1 kg) | Intere | Nessuna | 200 °C | 40-60 minuti |
| Peperoni | 4 (600 g) | Intere | Nessuna | 200 °C | 15-16 minuti |
| Broccoli | 400 g | Tagliare a cimette di 2,5 cm | 1 cucchiaino | 200 °C | 11 minuti |
| Cavoletti di Bruxelles | 640 g | Tagliare a metà, togliendo il gambo | 2 cucchiaini | 200 °C | 13-15 minuti |
| Zucca gialla | 500-750 g | Tagliare a pezzi di 2,5 cm | 1 cucchiaino | 200 °C | 16-18 minuti |
| Carote | 500 g | Pelare, tagliare a pezzi di 1,5 cm | 1 cucchiaino | 200 °C | 14-16 minuti |
| Cavolfiore | 600 g | Tagliare a cimette di 2,5 cm | 2 cucchiaini | 200 °C | 10-12 minuti |
| Sedano rapa | 600 g | Pelare e tagliare in fette da 1,5 cm, 2 cucchiaini d'olio | 1 cucchiaino | 200 °C | 14-16 minuti |
| Pannocchie | 4 pannocchie | Pannocchie intere, togliere la buccia, tagliare le estremità | 1 cucchiaino | 200 °C | 15-18 minuti |
| Zucchine | 500 g | Tagliare in quarti nel senso della lunghezza, quindi tagliare a pezzi di 2,5 cm | 1 cucchiaino | 200 °C | 8-10 minuti |
| Fagiolini fini | 400 g | Tagliare le estremità | 1 cucchiaino | 200 °C | 7-8 minuti |
| Cavolo nero (croccante) | 225 g | Tagliare a pezzi, rimuovendo i gambi | Nessuna | 150 °C | 9 minuti |
| Funghi | 300 g | Puliti, tagliati in quarti | 1 cucchiaino | 200 °C | 10 minuti |
| Funghi Portobello | 250 g | Interi, spennellare con olio d'oliva | 1 cucchiaino | 180 °C | 10-12 minuti |
| Pastinache | 500 g | Pelare e tagliare in fette da 1,5 cm, 1 cucchiaino d'olio | 1 cucchiaino | 200 °C | 12-14 minuti |
| | 1 kg | Tagliare a spicchi di 2,5 cm | 1 cucchiaino | 200 °C | 22-26 minuti |
| Patate farinose, bianche, ad es. King Edward, Maris Piper o Russet | 500 g | Patatine tagliate a mano, sottili* | ½-3 cucchiaini di olio vegetale | 200 °C | 16-18 minuti |
| | 500 g | Patatine tagliate a mano, spesse* | ½-3 cucchiaini di olio vegetale | 200 °C | 18-20 minuti |
| | 500 g | Tagliare in pezzi di dimensioni uniformi | 2 cucchiaini, olio vegetale | 200 °C | 15-20 minuti |
| | 4 intere (185-250 g ognuna) | Forare con una forchetta per 3 volte | 1 cucchiaino | 200 °C | 36-40 minuti |
| Patate dolci | 1 kg | Tagliate a pezzi di 2,5 cm | 1 cucchiaino | 200 °C | 18-20 minuti |
| | 4 intere (185-250 g ognuna) | Forare con una forchetta per 3 volte | 1 cucchiaino | 200 °C | 32-40 minuti |
| Rapa | 500 g | Pelare e tagliare in fette da 1,5 cm, 2 cucchiaini d'olio | 1 cucchiaino | 200 °C | 15-17 minuti |
| POLLAME FRESCO | | | | | |
| Petti di pollo | 4 (600 g) | Nessuna | Spennellare con olio | 200 °C | 15-16 minuti |
| Sovracosce di pollo | 6 sovracosce (125-150 g ognuna/750-900 g) | Con osso e pelle | Spennellare con olio | 200 °C | 19-22 minuti |
| | 6-8 sovracosce (100 g ognuna/600-800 g) | Senza pelle/disossate | Spennellare con olio | 200 °C | 15-16 minuti |
| Alette di pollo | 1 kg | Nessuna | Spennellare con olio | 200 °C | 27-30 minuti |
| Petti d'anatra | 2 (400 g) | Tagliare la pelle, cuocere il petto girato verso il basso, girarlo a metà cottura | Spennellare con olio | 200 °C | 18-22 minuti |
| FRUTTI DI MARE E PESCE FRESCO | | | | | |
| Filetti di merluzzo | 4 (480 g) | Nessuna | Spennellare con olio | 200 °C | 6-8 minuti |
| Tortini di pesce | 2 (145 g l'uno) | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 12 minuti |
| Gamberi | 16 jumbo (165 g) | Nessuna | 1 cucchiaino | 200 °C | 3-4 minuti |
| Filetti di salmone | 4 (520 g) | Nessuna | Spennellare con olio | 200 °C | 12-14 minuti |

Per risultati ottimali, scuotere o mescolare spesso.

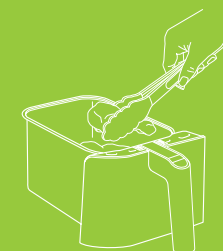
Raccomandiamo di controllare spesso i cibi durante la cottura e di scuotere o mescolare per raggiungere i risultati desiderati.

NOTA: scuotere o mescolare spesso salvo se indicato diversamente nella colonna di preparazione.

Scuotere il cibo



Mescolare con pinze con punta in silicone



*Dopo aver tagliato le patate, lasciare in ammollo in acqua fredda per almeno 30 minuti per eliminare l'amido in eccesso. Asciugare le patatine. Più le patatine sono asciutte, più saranno gustose.

Tabella di cottura con frittura ad aria, continuazione

Utilizzare questi tempi di cottura come guida, regolandoli in base alle proprie preferenze.

| INGREDIENTE | QUANTITÀ | PREPARAZIONE | MESCOLARE NELL'OLIO | TEMPERATURA | TEMPO DI COTTURA |
|-------------------------------|--------------------------------------|--|----------------------|-------------|------------------|
| MANZO FRESCO | | | | | |
| Hamburger | 4 (113 g l'uno) | Spessore 2,5 cm | Nessuna | 190 °C | 11-12 minuti |
| Bisteche* | 2 (230 g l'uno) | Intere | Spennellare con olio | 200 °C | 8-12 minuti |
| MAIALE FRESCO | | | | | |
| Pancetta | 4 fettine | Nessuna | Nessuna | 220 °C | 6 minuti |
| Bistecca di prosciutto | 1 (225 g) | Tagliare la cotenna a 2 cm, girare dopo 5 minuti | Spennellare con olio | 190 °C | 10-12 minuti |
| Braciole di maiale | 2 con osso (250 g ognuna) | Nessuna | Spennellare con olio | 200 °C | 12-13 minuti |
| | 4 disossate (100 g) | Nessuna | Spennellare con olio | 200 °C | 10-12 minuti |
| | 2 filetti di maiale (350-500 ognuno) | Nessuna | Spennellare con olio | 190 °C | 22-27 minuti |
| Salsicce | 4 (205 g) | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 8 minuti |
| | 8 (410 g) | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 10 minuti |
| AGNELLO FRESCO | | | | | |
| Costolette d'agnello | 4 (340 g) | Nessuna | Spennellare con olio | 180 °C | 11-12 minuti |
| Bisteche d'agnello | 3 (300 g) | Nessuna | Spennellare con olio | 180 °C | 12-13 minuti |
| CIBI SURGELATI | | | | | |
| Filetti di pesce con panatura | 4 (440 g) | Girare a metà cottura | Nessuna | 200 °C | 13-15 minuti |
| Funghi all'aglio con panatura | 300 g | Nessuna | Nessuna | 190 °C | 10-12 minuti |
| Bocconcini di pollo | 11 (270 g) | Nessuna | Nessuna | 190 °C | 8 minuti |
| Pollo alla Kiev | 4 (500 g) | Nessuna | Nessuna | 180 °C | 15 minuti |
| Pepite di pollo | 24 (400 g) | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 13-15 minuti |
| Filetti di pesce in pastella | 4 (440 g) | Girare a metà cottura | Nessuna | 180 °C | 18 minuti |
| Bastoncini di pesce | 10 (280 g) | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 15 minuti |
| Patate hash brown | 7 (390 g) | Strato singolo | Nessuna | 200 °C | 15 minuti |
| Crocchette di patate | 550 g | Nessuna | Nessuna | 190 °C | 18-19 minuti |
| Tempura di gamberi | 8 (140 g) | Girare a metà cottura | Nessuna | 190 °C | 8-9 minuti |
| Patate arrosto | 700 g | Nessuna | Nessuna | 190 °C | 20 minuti |
| Scampi impanati | 280 g | Nessuna | Nessuna | 180 °C | 12 minuti |
| Hamburger vegani | 4 (265 g) | Strato singolo | Nessuna | 180 °C | 10 minuti |
| Pepite vegane | 14 (320 g) | Strato singolo | Nessuna | 180 °C | 12 minuti |
| Salsicce vegetariane | 6 (270 g) | Nessuna | Nessuna | 190 °C | 9-10 minuti |
| Yorkshire pudding | 8 (150 g) | Nessuna | Nessuna | 180 °C | 3-4 minuti |

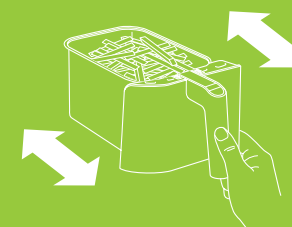
* Se preferisci una bistecca a cottura media, scegli il tempo minimo, mentre se preferisci una bistecca ben cotta imposta sul tempo massimo

Per risultati ottimali, scuotere o mescolare spesso.

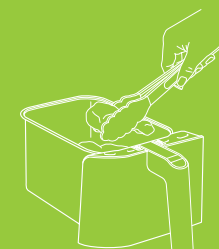
Raccomandiamo di controllare spesso i cibi durante la cottura e di scuotere o mescolare per raggiungere i risultati desiderati.

NOTA: scuotere o mescolare spesso salvo se indicato diversamente nella colonna di preparazione.

Scuotere il cibo



Mescolare con pinze con punta in silicone



NOTA: Non trovi il cibo che stai cercando nelle tabelle? Riduci il tempo di cottura indicato sulla confezione del 25%. Per risultati ottimali, controlla il cibo spesso e aumenta il tempo di cottura se necessario.

Tabella di cottura con frittura ad aria, continuazione

Utilizzare questi tempi di cottura come guida, regolandoli in base alle proprie preferenze.

| INGREDIENTE | QUANTITÀ | PREPARAZIONE | MESCOLARE NELL'OLIO | TEMPERATURA | TEMPO DI COTTURA |
|---------------------------------------|----------|---|-----------------------|-------------|------------------|
| PATATINE | | | | | |
| Patatine fatte in casa, spessore 1 cm | 500 g | Mettere in ammollo per 30 minuti, tamponare per asciugare | 1-3 cucchiaini d'olio | 200 °C | 16-18 minuti |
| Patatine fatte in casa, spessore 2 cm | 500 g | Mettere in ammollo per 30 minuti, tamponare per asciugare | 1-3 cucchiaini d'olio | 200 °C | 18-20 minuti |
| Patatine spesse surgelate da forno | 500 g | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 20 minuti |
| Patatine ondulate surgelate | 500 g | Nessuna | Nessuna | 210 °C | 18-20 minuti |
| Patatine arricciate surgelate | 700 g | Nessuna | Nessuna | 210 °C | 18-20 minuti |
| Patatine fritte surgelate | 500 g | Nessuna | Nessuna | 180 °C | 20 minuti |
| Patatine rustiche surgelate | 700 g | Nessuna | Nessuna | 220 °C | 22 minuti |
| Patate a spicchi surgelate | 650 g | Nessuna | Nessuna | 190 °C | 20 minuti |
| Patatine fritte con buccia surgelate | 500 g | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 18-20 minuti |
| Patatine a bastoncino surgelate | 500 g | Nessuna | Nessuna | 200 °C | 18 minuti |
| Patate dolci fritte surgelate | 500 g | Nessuna | Nessuna | 180 °C | 22-24 minuti |



Patatine rustiche



Fette spesse



Patatine ondulate



Patinine fritte



Patate a spicchi



Patate dolci fritte

Tabella di cottura con Max Crisp Ideale per i cibi surgelati

Utilizzare questi tempi di cottura come guida, regolandoli in base alle proprie preferenze.

| INGREDIENTE | QUANTITÀ | PREPARAZIONE | MESCOLARE NELL'OLIO | TEMPO DI COTTURA |
|------------------------------|----------|--------------|---------------------|------------------|
| CIBI SURGELATI | | | | |
| Anelli di cipolle pastellati | 300 g | Nessuna | Nessuna | 9-10 minuti |
| Crocchette di pollo | 400 g | Nessuna | Nessuna | 9-10 minuti |
| Pepite di pollo | 400 g | Nessuna | Nessuna | 10 minuti |
| Goujon di pesce | 275 g | Nessuna | Nessuna | 10 minuti |
| Patatine fritte | 500 g | Nessuna | Nessuna | 14 minuti |
| Bastoncini di mozzarella | 180 g | Nessuna | Nessuna | 7-8 minuti |
| Popcorn di pollo | 500 g | Nessuna | Nessuna | 12 minuti |
| Tocchetti di patate | 500 g | Nessuna | Nessuna | 12 minuti |
| Waffle di patate | 550 g | Nessuna | Nessuna | 14-16 minuti |

NOTA: quando si usa la funzione Max Crisp (Crocchezza max), non è possibile o necessario regolare la temperatura.

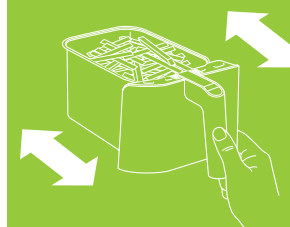
NOTA: Ideale per cuocere piccole quantità di cibo surgelato che potrebbero richiedere una temperatura più elevata.

Per risultati ottimali, scuotere o mescolare spesso.

Raccomandiamo di controllare spesso i cibi durante la cottura e di scuotere o mescolare per raggiungere i risultati desiderati.

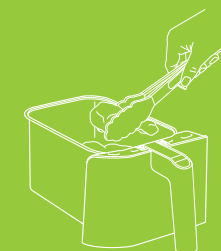
NOTA: scuotere o mescolare spesso salvo se indicato diversamente nella colonna di preparazione.

Scuotere il cibo



o

Mescolare con pinze con punta in silicone



NOTA: se prepari quantità di cibo ancora più piccole, imposta la temperatura consigliata, ma riduci il tempo. Per risultati migliori, controlla il cibo e scuotilo o mescolalo spesso finché non ottieni il risultato desiderato.

Tabella per arrosto

| INGREDIENTE | QUANTITÀ | PREPARAZIONE | MESCOLARE NELL'OLIO | TEMPERATURA | TEMPO DI COTTURA |
|--------------------------|----------|-----------------|----------------------|-------------|-------------------|
| CARNE FRESCA | | | | | |
| Pollo, intero | 1,38 kg | Legare le zampe | Spennellare con olio | 170 °C | 50 minuti |
| Manzo, scamone | 750 g | Nessuna | Spennellare con olio | 160 °C | 45-50 min (media) |
| Maiale, lonza, disossato | 800 g | Nessuna | Incidere il grasso | 180 °C | 60 minuti |

Per risultati ottimali, scuotere o mescolare spesso.

Raccomandiamo di controllare spesso i cibi durante la cottura e di scuotere o mescolare per raggiungere i risultati desiderati.

NOTA: scuotere o mescolare spesso salvo se indicato diversamente nella colonna di preparazione.

Tabella essiccazione

| INGREDIENTI | PREPARAZIONE | TEMPERATURA | TEMPO PER L'ESSICCAZIONE |
|---|---|-------------|--------------------------|
| FRUTTA E VERDURA FRESCHE | | | |
| Mele | Togliere il torsolo, tagliare a fette di 3 mm, risciacquare con acqua e limone, asciugare | 60 °C | 7-8 ore |
| Asparagi | Tagliare a fette di 2,5 cm, scottare | 60 °C | 6-8 ore |
| Banane | Pelare, tagliare a fette di 3 mm | 60 °C | 8-10 ore |
| Barbabietole | Pelare, tagliare a fette di 3 mm | 60 °C | 6-8 ore |
| Melanzana | Pelare, tagliare a fette di 3 mm, scottare | 60 °C | 6-8 ore |
| Erbe aromatiche | Risciacquare, asciugare e togliere i gambi | 60 °C | 4 ore |
| Radice di zenzero | Tagliare a fette di 3 mm | 60 °C | 6 ore |
| Mango | Pelare, tagliare a fette di 3 mm, togliere il nocciolo | 60 °C | 6-8 ore |
| Funghi | Pulire con una spazzola morbida (non lavare) | 60 °C | 6-8 ore |
| Ananas | Pelare, togliere la parte centrale, tagliare a fette di 3 mm - 1,25 cm | 60 °C | 6-8 ore |
| Fragole | Tagliare a metà oppure a fette di 1,25 cm | 60 °C | 6-8 ore |
| Pomodori | Tagliare a fette di 3 mm oppure grattugiare; cuocere a vapore se si desidera reidratare | 60 °C | 6-8 ore |
| CARNE FRESCA, POLLAME, PESCE | | | |
| Manzo, pollo, strisce di tacchino secco | Tagliare a fette di 6 mm, lasciare marinare per una notte | 70 °C | 5-7 ore |
| Strisce di salmone secco | Tagliare a fette di 6 mm, lasciare marinare per una notte | 70 °C | 3-5 ore |

Utilizzo della tecnologia DualZone: SYNC

Ora puoi cucinare piatti diversi con due tempi di cottura diversi e gustarli entrambi appena usciti dalla friggitrice. Dovrai solo programmare ogni zona e lasciare che l'impostazione **SYNC (SINCRONIZZA)** faccia tutto il resto.

NOTA: Per tutte le ricette di questa tabella, condire con sale e pepe a piacere.

| SCEGLI DUE RICETTE | AGGIUNGI UNA RICETTA PER ZONA | | IMPOSTARE ENTRAMBE LE ZONE E USARE SYNC | |
|---|---|---|---|-----------------------|
| | RICETTA | QUANTITÀ | MESCOLA O UNISCI GLI INGREDIENTI | PROGRAMMA |
| Tortini di pesce | 2 tortini di pesce | Spennellare con burro fuso | Frittura ad aria | 200 °C 12-15 minuti |
| Pomodori arrosto all'aceto balsamico | 500 g di pomodorini | 60 ml di aceto balsamico 1 cucchiaio di olio vegetale | Cottura arrosto | 200 °C 15 minuti |
| Braciole di maiale con miele e salvia | 2-3 braciole di maiale disossate (120 g ciascuna) | 1 cucchiaio di olio vegetale 1 cucchiaio di miele, 1/2 cucchiaino di salvia essiccata | Cottura arrosto | 200 °C 17-20 minuti |
| Patate con Cajun | 4 patate medie, a cubetti | 2 cucchiaini di olio vegetale 2 cucchiaini di Cajun | Frittura ad aria | 200 °C 30 minuti |
| Fagiolini verdi con mandorle | 500 g di fagiolini fini, tagliare le estremità | 2 cucchiaini di olio vegetale 60 g di mandorle affettate | Frittura ad aria | 200 °C 8-10 minuti |
| Salmone glassato al miso | 3 filetti di salmone (170 g ognuno) | 2 cucchiaini di pasta di miso, 1 cucchiaino di olio vegetale Spalmare sul salmone | Frittura ad aria | 200 °C 12-14 minuti |
| Cavoletti di Bruxelles con miele e nocciole | 500 g di cavoletti di Bruxelles, tagliati a metà | 2 cucchiaini di olio vegetale, 60 ml di miele, 60 g di nocciole tritate | Frittura ad aria | 200 °C 13-15 minuti |
| Sovracosce di pollo Buffalo | 4 sovracosce di pollo disossate con la pelle (110-140 g ognuna) | 240 ml di salsa buffalo, da mescolare con il pollo | Frittura ad aria | 200 °C 15-20 minuti |
| Hamburger di "carne" vegetale | 4 hamburger (125 g ognuno) di "carne" macinata vegetale | 1 cucchiaio di aglio tritato, 1 cucchiaio di cipolla tritata | Frittura ad aria | 190 °C 12 minuti |
| Cavolo alla mediterranea | 1 testa di cavolfiore, tagliata a cimette di 1,5 cm | 120 ml salsa tahina, 2 cucchiaini di olio vegetale | Frittura ad aria | 200 °C 17-20 minuti |
| Patatine fritte surgelate | 500 g | Condimento a piacere | Frittura ad aria | 180 °C 20 minuti |
| Pannocchie | 4 | Spennellare con burro fuso | Cottura arrosto | 180 °C 15 minuti |

NOTA: Per risultati ottimali, controllare il cibo 2 minuti prima della fine del tempo di cottura. Interrompere la cottura in qualsiasi momento quando si raggiunge il livello di croccantezza desiderato, accertandosi che il cibo abbia raggiunto una temperatura adeguata.



CORDON BLEU DI POLLO CON ZUCCHINE



PREPARAZIONE: 25 MINUTI | **AIR FRY (FRITTURA AD ARIA):** 35 MINUTI
QUANTITÀ: 2 PORZIONI

INGREDIENTI

2 petti di pollo, 180 g ciascuno
Sale e pepe q.b.
2 cucchiaini di olio di oliva
2 fette di prosciutto cotto
100 g di Emmentaler, a fettine
20 g di farina
2 uova
100 g di pangrattato dorato

ZUCCHINE

3 zucchine, tagliate a
rondelle da 1 cm
2 cucchiai di olio d'oliva
2 cucchiaini di erbe di
Provenza essiccate
o erbe miste
Sale e pepe q.b.

PREPARAZIONE

- 1 In una ciotola, mescolare le zucchine preparate con l'olio e le erbe. Condire a piacimento.
- 2 Inserire la piastra antiaderente nello scomparto della Zona 2 e mettere le zucchine all'interno.
- 3 Disporre i petti di pollo su un tagliere, tagliarli con un coltello, ma non completamente, così da poterli aprire a libro; premere per appiattirli. Coprirli con un foglio di carta da forno. Appiattire il pollo con il mattarello fino a ottenere uno spessore di ½ cm. Disporre una fetta di prosciutto e 50 g di formaggio a fettine all'interno del petto di pollo appiattito. Arrotolare il prosciutto e il formaggio all'interno del petto, iniziando dall'estremità più sottile.
- 4 Prendere tre ciotole poco profonde. In una mettere la farina, il sale e il pepe, in un'altra sbattere le uova e nell'ultima versare il pangrattato. Infarinare accuratamente i pezzi di pollo girandoli più volte, passarli nell'uovo e infine nel pangrattato. Passare nuovamente i petti nell'uovo e poi nel pangrattato.
- 5 Inserire la piastra antiaderente nello scomparto della Zona 1 e mettere i petti di pollo all'interno. Inserire la sonda nella parte più spessa di uno dei petti di pollo, posizionare il filo della sonda nell'apposita fessura in cima allo scomparto, quindi inserire la sonda nella presa in fondo a sinistra del display. Inserire lo scomparto nell'unità.
- 6 Selezionare la Zona 1, quindi **AIR FRY**, impostare la temperatura a 190 °C e selezionare **SMALL PRESET** (Impostazione predefinita piccolo); usare poi le frecce a sinistra per selezionare il tipo di carne (pollo). Selezionare la Zona 2, quindi **AIR FRY**, impostare la temperatura a 190 °C e il tempo su 20 minuti. Selezionare **SYNC** (SINCRONIZZA). Premere **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO).
- 7 Scuotere le zucchine un paio di volte prima della fine del tempo impostato per una cottura più uniforme. Al termine della cottura servire subito insieme al contorno di zucchine.

ARROSTO DI MANZO CON PATATE



PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **ROAST (COTTURA ARROSTO):** 25 MINUTI
QUANTITÀ: 4 PORZIONI

INGREDIENTI

1 cucchiaio di olio di oliva
1,3 kg di controfiletto di manzo
Sale e pepe q.b.

PATATE

800 g di patate novelle, tagliate
a metà nel senso della lunghezza
2 cucchiaini di olio di oliva
Qualche rametto di rosmarino
spezzettato grossolanamente
Sale e pepe q.b.

PREPARAZIONE

- 1 Ungere il controfiletto di manzo con l'olio d'oliva e condire con sale e pepe.
- 2 In una ciotola mescolare le patate preparate con l'olio e il rosmarino e condire a piacere.
- 3 Inserire la piastra antiaderente nello scomparto della Zona 1 e mettere il controfiletto all'interno. Inserire la sonda nella parte più spessa del filetto, posizionare il filo della sonda nell'apposita fessura in cima allo scomparto, quindi inserire la sonda nella presa in fondo a sinistra del display. Inserire lo scomparto nell'unità.
- 4 Inserire la piastra antiaderente nello scomparto della Zona 2 e mettere le patate all'interno.
- 5 Selezionare la Zona 1, quindi **ROAST** (ARROSTO), impostare la temperatura a 190 °C e selezionare **LARGE PRESET** (Impostazione predefinita grande), usare quindi le frecce a sinistra per selezionare il tipo di carne (manzo) e quelle a destra per il risultato desiderato. Selezionare la Zona 2, quindi **ROAST**, impostare la temperatura a 190 °C e il tempo su 30 minuti. Selezionare **SYNC** (SINCRONIZZA). Premere **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO).
- 6 Controllare e girare le patate un paio di volte prima della fine del tempo impostato per una cottura più uniforme.
- 7 Al termine della cottura lasciare riposare la carne e servire insieme alle patate.





FILETTO DI MAIALE CON VERDURE ARROSTO



PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **ROAST (COTTURA ARROSTO):** 35 MINUTI
QUANTITÀ: 3-4 PORZIONI

INGREDIENTI

1 cucchiaio di olio di oliva
700 g di filetto di maiale
Sale e pepe q.b.

VERDURE ARROSTO

3 zucchine tagliate a fettine da 1 cm
1 peperone rosso, tagliato a fette spesse 2,5 cm
1 peperone giallo, tagliato a fette spesse 2,5 cm
2 peperoni rossi, tagliati in 8 pezzi
4 spicchi d'aglio, schiacciati
2 cucchi di olio d'oliva
Sale e pepe q.b.

PREPARAZIONE

- 1 Ungere il filetto di maiale con l'olio d'oliva e condire con sale e pepe.
- 2 Disporre le verdure preparate in una ciotola con olio e aglio, mescolare e condire a piacere.
- 3 Inserire la piastra antiaderente nello scomparto della Zona 1 e mettere il filetto di maiale all'interno. Inserire la sonda nella parte più spessa del filetto, posizionare il filo della sonda nell'apposita fessura in cima allo scomparto, quindi inserire la sonda nella presa in fondo a sinistra del display. Inserire lo scomparto nell'unità.
- 4 Inserire la piastra antiaderente nello scomparto della Zona 2 e mettere le verdure all'interno.
- 5 Selezionare la Zona 1, quindi **ROAST**, impostare la temperatura a 190 °C e selezionare **LARGE PRESET** (Impostazione predefinita grande), usare quindi le frecce a sinistra per selezionare il tipo di carne (maiale) e quelle a destra per il risultato desiderato. Selezionare la Zona 2, quindi **ROAST**, impostare la temperatura a 190 °C e il tempo su 25 minuti. Selezionare **SYNC** (SINCRONIZZA). Premere **START/STOP** (AVVIO/ARRESTO).
- 6 Controllare e girare le verdure un paio di volte prima della fine del tempo impostato per una cottura più uniforme.
- 7 Al termine della cottura, lasciare riposare la carne e servirla insieme alle verdure arrosto.

FAJITAS DI POLLO CON PATATE ARROSTO PICCANTI

PREPARAZIONE: 10 MINUTI | **COTTURA:** 25 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

FAJITAS

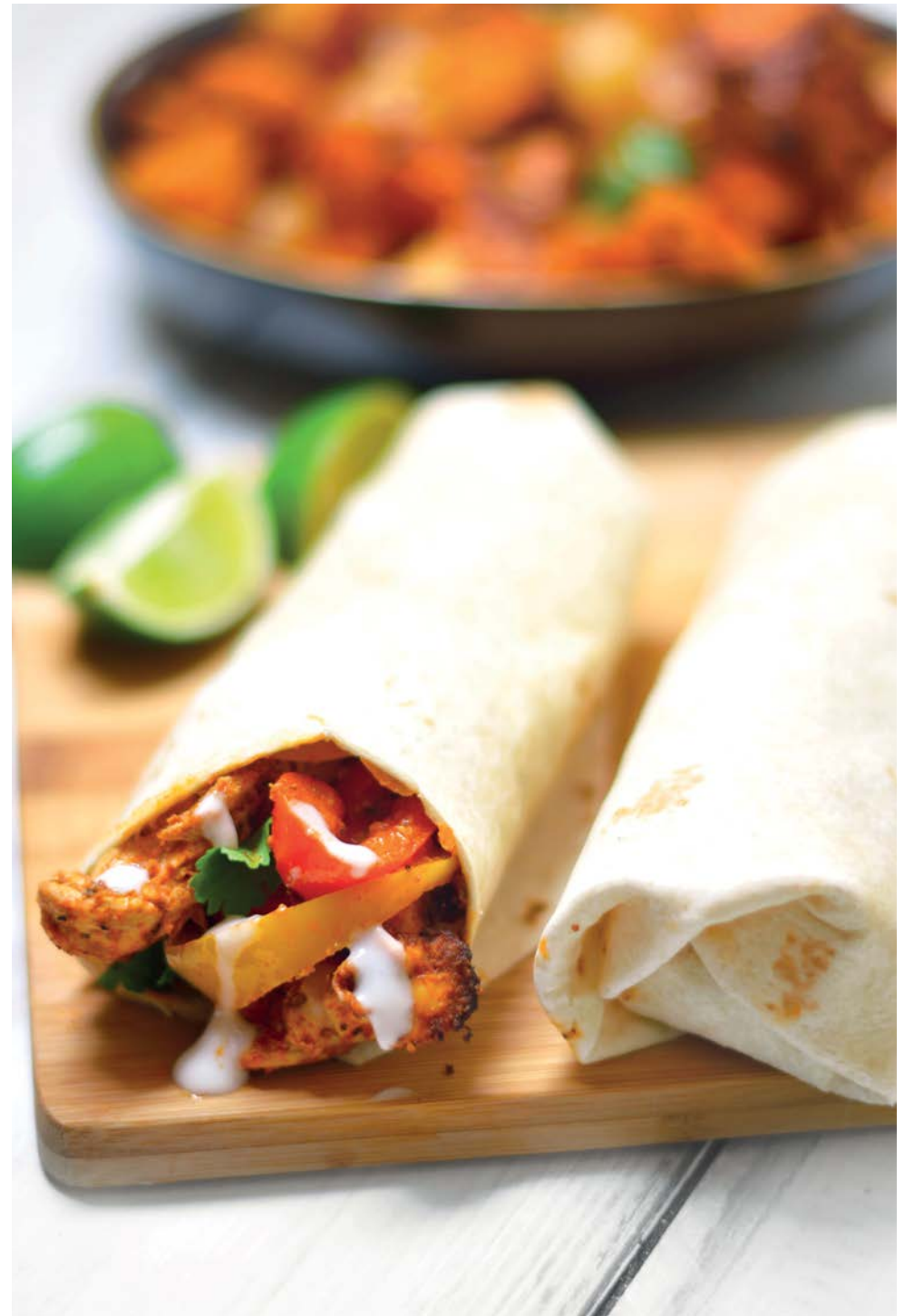
3 petti di pollo
1 cucchiaino di paprica affumicata
1 cucchiaio di coriandolo macinato
1 cucchiaino di cumino macinato
1 cucchiaino di aglio in polvere
1/2 cucchiaino di fiocchi di peperoncino tritato
1 cucchiaino di origano secco
4 cucchiari di olio di oliva
Succo di 1 lime
Sale e pepe nero appena macinato
1 cipolla a fette
1 peperone rosso a fette
1 peperone giallo a fette
8 tortillas medie

PATATE SPEZIATE

1 kg di patate novelle, tagliate in quarti
3 cucchiari di olio di oliva
2 cucchiaini di paprica piccante
1 cucchiaio di aglio in polvere
1 cucchiaino di paprica affumicata
1 cucchiaino di sale marino

ISTRUZIONI

- 1 Tagliare i petti di pollo in strisce sottili.
- 2 Versare le spezie, le erbe aromatiche, il succo di un lime e l'olio in una ciotola grande, condire a piacimento e mescolare insieme.
- 3 Aggiungere i pezzi di pollo, la cipolla e i peperoni, mescolare fino a ricoprire tutto con la marinatura.
- 4 In un'altra ciotola, mescolare le patate con l'olio e le spezie.
- 5 Inserire la piastra di frittura in entrambi i cestelli. Versare il pollo e le verdure nel cestello della zona 1 e le patate nel cestello della zona 2, quindi inserire nell'unità.
- 6 Selezionare zona 1, girare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200°C e il tempo su 20 minuti. Selezionare zona 2, selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 180°C e il tempo su 25 minuti. Selezionare **SYNC**. Selezionare **START/STOP** per iniziare.
- 7 Dopo 10 minuti, mescolare o scuotere entrambi i cestelli. Ripetere dopo 15 minuti.
- 8 Quando il timer della zona 1 arriva a 0, controllare che il pollo sia cotto. La cottura è completa quando la temperatura interna raggiunge almeno 75°C su un termometro a lettura istantanea.
- 9 Servire il pollo e le verdure dopo averle avvolte con le tortillas e le patate come contorno.



POLLO ARROSTO CON VERDURE A RADICE

PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **COTTURA:** 50 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

1 pollo intero (1,35 kg)
1 cucchiaio e mezzo di olio di oliva
Alcuni rametti di timo
½ limone, tagliato in quarti
4 spicchi d'aglio, non sbucciati e schiacciati con il dorso del coltello
Sale e pepe secondo i gusti

PER LE VERDURE

450 g di patate Charlotte (ca. 8), tagliate a metà nel senso della lunghezza
250 g di carote piccole (ca. 4), sbucciate e tagliate a metà nel senso della lunghezza
250 g di pastinache di media grandezza (ca. 2), sbucciate e tagliate in quattro nel senso della lunghezza
2 cipolle rosse di media grandezza, sbucciate e ciascuna tagliata in 4 spicchi
3 cucchiai di olio di oliva
Alcuni rametti di rosmarino, spezzettati grossolanamente

ISTRUZIONI

- 1 Condire la cavità del pollo con sale e pepe. Farcire la cavità con il limone, il timo e l'aglio. Spennellare l'olio sul pollo e condire la parte esterna.
- 2 Mettere le verdure preparate in una ciotola con l'olio, mescolare e condire a piacere.
- 3 Inserire la piastra di frittura nel cestello della Zona 1 e mettere il pollo all'interno. Inserire la piastra di frittura nel cestello della Zona 2 e mettere le verdure all'interno.
- 4 Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 190 °C e il tempo su 50 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 190 °C e il tempo su 35 MINUTI. Selezionare **SYNC**. Premere il quadrante per avviare la cottura.
- 5 Dopo 25 MINUTI selezionare la Zona 1 e impostare la temperatura su 160 °C. Premere la manopola per continuare la cottura.
- 6 Aggiungere il rosmarino alle verdure nella Zona 2 e girarle.
- 7 Controllare e girare le verdure ancora un paio di volte prima della fine del tempo impostato per una cottura e doratura più uniformi. La cottura è completa quando il pollo raggiunge i 75 °C.
- 8 Affettare e servire il pollo con le verdure.

SUGGERIMENTO: Usare la marinatura rimasta sul fondo del cestello per fare un delizioso brodo.



KOFTA DI MANZO E VERDURE ARROSTO

PREPARAZIONE: 20 MINUTI | **COTTURA :** 25 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

PER LE VERDURE

500 g di carote, affettate
1 cipolla rossa, tagliata a dadini
2 spicchi d'aglio, tritati
250 g di ceci (scolati)
1 cucchiaino di cumino macinato
½ cucchiaino di coriandolo macinato
1 cucchiaino di sale
2 cucchiari di olio di oliva
2 cucchiari di prezzemolo a foglia piatta, tritato

PER IL KOFTA

500 g di macinato bovino
50 g di prezzemolo fresco a foglia piatta (foglie e gambi)
2 rametti di menta, senza foglie
1 cipolla rossa
3 spicchi d'aglio
3 cucchiari di olio di oliva
½ cucchiaino di pepe garofanato
1 cucchiaino di cumino macinato
½ cucchiaino di coriandolo macinato
1 cucchiaino di sale

ISTRUZIONI

- 1** Nel cestello della Zona 1, rimuovere la piastra di frittura e mescolare tutte le verdure eccetto il prezzemolo. Inserire nell'unità.
- 2** In una ciotola, spezzettare il manzo. Tritare finemente insieme il prezzemolo, la menta, le cipolle e l'aglio e aggiungerli al manzo. Aggiungere le spezie, il sale e l'olio e impastare con le mani pulite fino a ottenere un composto omogeneo. Formare 8 salsicce di dimensioni uguali e metterle sulla piastra di frittura del cestello della Zona 2. Inserire nell'unità.
- 3** Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 190 °C e il tempo di cottura su 25 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **MAX CRISP**, impostare il tempo di cottura su 10 MINUTI. Selezionare **SYNC**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 4** Dopo 10 MINUTI, mescolare le verdure. Ripetere dopo 20 MINUTI e girare il kofta.
- 5** Al termine della cottura, aggiungere il prezzemolo tritato alle verdure e servire con il kofta.

SUGGERIMENTO: Servire con 250 g di yogurt greco mescolato a 1 cucchiaino di harissa.





CALZONE CON RICOTTA E SALAME

PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **COTTURA:** 8-9 MINUTI | **QUANTITÀ:** 2 PORZIONI

INGREDIENTI

350 g di impasto grezzo per pizza fatto in casa o acquistato in negozio

150 g di ricotta

125 g di mozzarella, scolata e tagliata a dadini da 1,5 cm

6 cucchiaini di salsa per pizza

40 g di salame, tagliato a fette di 1 cm

Una manciata di foglie di basilico, spezzettate grossolanamente

Sale e pepe secondo i gusti

Farina, per stendere con il mattarello

Olio staccante in spray

Olio extra-vergine di oliva, per accompagnamento (facoltativo)

ISTRUZIONI

- 1** Iniziare dividendo l'impasto in due palline uguali. Stendere ogni pallina allargando in un cerchio di 26 cm su una superficie infarinata.
- 2** Spalmare metà della ricotta su ogni cerchio lasciando una distanza di 2,5 cm dal bordo. Condire con sale e pepe. Spalmare 2 cucchiaini di salsa per pizza sopra la ricotta su ogni impasto steso. Cospargere metà della mozzarella, del basilico e del salame su ogni cerchio.
- 3** Inumidire leggermente i bordi dell'impasto con dell'acqua e chiudere a metà per fare una mezzaluna. Premere i bordi delle due metà uno sull'altro per chiuderli, poi picchiettare e ripiegarli per sigillare bene l'impasto.
- 4** Inserire la piastra di frittura in entrambi i cestelli. Spruzzare le piastre con dell'olio e posizionare un calzone su ogni cestello. Spalmare un cucchiaino di salsa per pizza sopra ogni calzone, evitando i bordi ondulati. Spruzzare dell'olio sul calzone e inserire entrambi i cestelli sull'unità.
- 5** Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 220 °C e il tempo su 9 MINUTI. Selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 6** Iniziare a controllare dopo 8 MINUTI. L'ultimo minuto è fondamentale. Il piatto sarà pronto in 8 MINUTI ma per ottenere un calzone un po' più croccante e dorato, lasciar cuocere per altri 20-30 secondi. Controllare attentamente che la parte superiore del calzone non si bruci se viene lasciato cuocere per 9 MINUTI.
- 7** Spruzzare con gocce di olio di oliva extra-vergine caldo prima di servire, se lo si desidera.

SUGGERIMENTO: Per fare un calzone vegetariano, non aggiungere il salame.

MAIALE ARROSTO E PATATE DOLCI FRITTE

PREPARAZIONE: 20 MINUTI | **COTTURA:** 24 MINUTI | **QUANTITÀ:** 2-4 PORZIONI

INGREDIENTI

MAIALE E PATATE DOLCI FRITTE

240 g di farina

1 cucchiaino di paprica affumicata

1 cucchiaino di aglio in polvere

1 cucchiaino di sale marino

1 cucchiaino di pepe nero macinato

1/2 cucchiaino di peperoncino in polvere

2 uova grandi

2-4 bracioline di maiale disossate, tagliate a metà nel senso della lunghezza e spesse 1 cm

500 g di patate dolci fritte congelate

ISTRUZIONI

- 1 Versare la farina, la paprica, l'aglio in polvere, il sale, il pepe e il peperoncino in polvere in una ciotola e mescolare bene.
- 2 Versare le uova in una ciotola poco profonda e sbattere accuratamente per 60 secondi. Versare la farina aromatizzata in un'altra ciotola poco profonda.
- 3 Immergere le bracioline di maiale una alla volta nell'uovo, quindi nella farina aromatizzata, poi nuovamente nell'uovo e quindi ancora una volta nella farina. Mettere da parte.
- 4 Inserire le piastre di frittura in entrambi i cestelli. Aggiungere le bracioline di maiale nel cestello della Zona 1 e le patate nel cestello della Zona 2. Inserire entrambi i cestelli nell'unità.
- 5 Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo su 15 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 180 °C e il tempo su 24 MINUTI. Selezionare **SYNC**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 6 Dopo 10 MINUTI, rimuovere il cestello della Zona 2 e scuoterlo per 10 secondi. Reinserire il cestello per continuare la cottura. Ripetere dopo 15 e 20 MINUTI.
- 7 Dopo 8 MINUTI, rimuovere il cestello della Zona 2 e girare le bracioline di maiale usando delle pinze con punta in silicone.
- 8 A cottura ultimata, servire le bracioline di maiale con le patate.





PATATE FARCITE AL FORMAGGIO

PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **COTTURA:** 40 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

4 patate grandi (da 250 a 300 g ciascuna)
1 cipolla a dadini
200 g di pancetta affumicata, tagliata a pezzettini
100 g di formaggio Cheddar, grattugiato
100 g di formaggio Cheddar, tagliato a fette
2 cucchiai di crème fraîche
Sale
Pepe

ISTRUZIONI

- 1 Lavare le patate, punzecchiarle sulla buccia con una forchetta per diverse volte. Inserire la piastra di frittura nel cestello della Zona 1 e mettere le patate all'interno. Prima di inserire la piastra di frittura, mettere le cipolle e la pancetta nel cestello della Zona 2, mescolare e inserire nell'unità.
- 2 Selezionare la Zona 1, quindi ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo di cottura su 40 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo di cottura su 15 MINUTI. Selezionare **SYNC**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 3 Dopo 20 MINUTI, girare le patate. Dopo altri 15 MINUTI, mescolare il contenuto del cestello 2.
- 4 A cottura ultimata, controllare che le patate siano morbide infilando la punta di un coltello. Lasciare raffreddare le patate, quindi tagliarle a metà e con un cucchiaino svuotarle.
- 5 In una ciotola, schiacciare la polpa delle patate, la crème fraîche, la pancetta, la cipolla, il formaggio grattugiato; poi condire con sale e pepe. Riempire la buccia svuotata delle patate con il preparato. Mettere il Cheddar a fette su ogni patata farcita.
- 6 Inserire la piastra di frittura nel cestello della Zona 2, dividere le patate nei due cestelli e inserire nell'unità. Ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo di cottura su 8 MINUTI e selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 7 Al termine della cottura, usare pinze con punta in silicone per posizionare le patate su un piatto e servire immediatamente con dell'insalata.

ARANCINI AL FORMAGGIO, PROSCIUTTO E FUNGHI

PREPARAZIONE: 45 MINUTI (PLUS 30 MINUTI IN FRIGORIFERO)
COTTURA: 20 MINUTI | **QUANTITÀ:** 12 PALLINE

INGREDIENTI

250 g di riso Arborio
50 g di burro non salato
50 g di Parmigiano, grattugiato
2 cucchiaini di olio di oliva
250 g di champignon, tagliati grossolamente
2 spicchi d'aglio, tritati
90 g di prosciutto tagliato a fette spesse, sminuzzato in quadretti da 1 cm
25 g di prezzemolo a mazzetti
2 uova medie, sbattute
Ca. 50 g di formaggio Gruyère, tagliato in 12 dadini da 2 cm
Sale e pepe secondo i gusti
Olio staccante in spray

MISCELA PER IMPANATURA

75-100 g di pangrattato giapponese panko

ISTRUZIONI

- 1 Innanzitutto, far bollire il riso in acqua salata finché non è morbido (ca. 15 MINUTI) e scolarlo bene. Miscelare con burro e parmigiano. Spalmare il preparato su un vassoio poco profondo e lasciare raffreddare.
- 2 Scaldare l'olio d'oliva in una padella antiaderente e far saltare i funghi fino all'evaporazione dell'acqua. Aggiungere l'aglio e cucinare per 2 MINUTI. Mettere da parte e far raffreddare.
- 3 Quando il riso si è raffreddato, mescolarvi i funghi, il prosciutto, il prezzemolo e le uova e condire a piacere. Spalmare uno strato sottile del preparato e lasciare raffreddare.
- 4 Dividere il preparato in 12 porzioni uguali. Riempire una ciotola con acqua fredda e immergere ogni volta le mani prima di formare delle palline con il preparato. Fare un piccolo incavo in ogni pallina e metterci un cubetto di formaggio. Chiudere il preparato di riso sopra il formaggio. Posizionare man mano ogni pallina su un vassoio ricoperto con carta da forno.
- 5 Inserire la piastra di frittura in entrambi i cestelli. Spruzzare le piastre con olio e mettere da parte.
- 6 Far rotolare ogni pallina direttamente sul pangrattato giapponese panko e posizionarla sui cestelli. Spruzzare dell'olio sulle palline di riso e inserire entrambi i cestelli sull'unità.
- 7 Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 190 °C e il tempo su 20 MINUTI. Selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 8 Quando le palline di riso sono cotte, servirle calde.





KEBAB DI AGNELLO CON FETTE DI MELANZANE

PREPARAZIONE: 20 MINUTI | **COTTURA:** 15-17 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

400 g di carne di agnello macinata, tenuta fredda in frigo
20 g di pangrattato fresco, immerso brevemente in acqua fredda e strizzato
1 cipollotto, finemente tritato
1 spicchio d'aglio, tritato
2 cucchiaini di miscela di spezie Baharat
1 cucchiaio e mezzo di coriandolo tritato finemente
1 cucchiaio e mezzo di prezzemolo tritato finemente
2 cucchiai di olio di oliva
2 melanzane (ca. 600 g in totale), ognuna tagliata in 6 fette
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di pepe
Prezzemolo e coriandolo extra tritati grossolanamente, per guarnire
Peperoncino di Aleppo in fiocchi, da cospargere (facoltativo)
Olio staccante in spray
Pane pita caldo, per accompagnamento
Per questa ricetta sono necessari quattro spiedini di legno da 20 cm, lasciati in ammollo in acqua.

ISTRUZIONI

- 1** In una ciotola mescolare il macinato d'agnello, il pangrattato, il cipollotto, l'aglio e la miscela Baharat con il prezzemolo e il coriandolo finemente tritati. Aggiungere sale e pepe. Dividere la miscela in quattro parti e arrotolare ogni porzione intorno a uno spiedino lasciando 4 cm dalle estremità.
- 2** Mescolare le melanzane con 2 cucchiai di olio e condire a piacere.
- 3** Inserire la piastra di frittura nel cestello della Zona 1, spruzzare dell'olio sulla piastra e posizionare man mano i kebab uno opposto all'altro. Inserire il cestello nell'unità.
- 4** Inserire la piastra di frittura nel cestello della Zona 2 e mettere le melanzane all'interno. Inserire il cestello nell'unità.
- 5** Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo su 9 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo su 15 MINUTI. Selezionare **SYNC**. Premere il quadrante per avviare la cottura.
- 6** Fare attenzione a girare le melanzane almeno due volte durante la cottura in modo da conferire una doratura uniforme. Controllare verso la fine della cottura. Potrebbe essere necessario lasciare cuocere ancora qualche MINUTO.
- 7** A cottura ultimata, servire caldo con pita tiepida. Guarnire con il prezzemolo e il coriandolo tritati grossolanamente e cospargere con peperoncino di Aleppo, se lo si desidera.

SUGGERIMENTO: Servire con salsa allo yogurt e menta unendo 150 ml di yogurt greco o intero con una manciata di menta tritata e sale a piacere.

PESCE FRITTO CON PATATINE

PREPARAZIONE: 10 MINUTI | **COTTURA:** 24-26 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

PER LE PATATINE

700 g di patate King Edward o Maris Piper

2 cucchiaini di olio di semi di girasole

Sale marino

2 cucchiaini di semolino (facoltativo)

Prezzemolo fresco e spicchi di limone per guarnire

PER IL PESCE

2 fette di pane raffermo, senza crosta e spezzettato

1 spicchio d'aglio

Scorza di 1 limone

5 g di foglie e gambi di prezzemolo fresco

Sale marino e pepe, a piacere

4 filetti di merluzzo spessi da 120 g, senza pelle, asciutti

2 cucchiaini di olio

Servire con salsa tartara e purè di piselli

ISTRUZIONI

- 1 Sbucciare le patate e tagliarle a fettine di 1,5 cm di spessore. Mettere in una ciotola, coprire con acqua e lasciare in ammollo per 30 MINUTI per rimuovere l'amido in eccesso. Sciacquare e tamponare per asciugare le patate.
- 2 In una ciotola pulita, aggiungere le patatine, l'olio, il sale e il semolino. Mescolare insieme fino ad assicurarsi che le patatine siano ricoperte. Inserire le piastre di frittura in entrambi i cestelli e aggiungere le patatine nel cestello della Zona 1.
- 3 Mettere il pane, l'aglio, il limone, il prezzemolo e il condimento in un robot da cucina. Frullare fino ad ottenere un pangrattato fine. Aggiungere l'olio e mescolare finché non si ottiene un composto omogeneo. Applicare il preparato di pangrattato sul merluzzo. Schiacciando con il retro del cucchiaio. Spruzzare con olio il cestello della Zona 2 e posizionare attentamente il merluzzo impanato nel cestello.
- 4 Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo su 26 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 170 °C e il tempo su 14 MINUTI. Selezionare **SYNC**. Premere il quadrante per avviare la cottura.
- 5 Dopo 10 MINUTI, scuotere il cestello della Zona 1, ripetere l'operazione dopo 15 e 20 MINUTI. Controllare dopo 24 MINUTI se il pesce è cotto.
- 6 Al termine della cottura, rimuovere il pesce e le patatine e servire con salsa tartara e purè di piselli.





SALMONE ARROSTO CON ASPARAGI AL PARMIGIANO

PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **COTTURA:** 15 MINUTI | **QUANTITÀ:** 2-4 PORZIONI

INGREDIENTI

- 3 cucchiaini di spezie per insaporire il pesce
- 3 cucchiaini di zucchero di canna
- 3 filetti di salmone (170 g ognuno)
- 4 cucchiaini di olio di oliva
- 450 g di asparagi, tagliare la parte finale
- 30 g di parmigiano grattugiato
- Sale e pepe secondo i gusti

ISTRUZIONI

- 1** In una ciotola piccola mescolare le spezie per insaporire il pesce con lo zucchero di canna.
- 2** Aggiungere sulla parte superiore dei filetti di salmone un cucchiaino di olio, poi coprirli con una quantità abbondante di miscela a base di zucchero. Mettere da parte.
- 3** In una ciotola, mescolare gli asparagi con il cucchiaino di olio restante, il sale e il pepe.
- 4** Inserire le piastre di frittura in entrambi i cestelli. Mettere i filetti nel cestello della Zona 1, con la pelle verso il basso, quindi inserire il cestello nell'unità. Mettere gli asparagi nel cestello della Zona 2, quindi inserire il cestello nell'unità.
- 5** Girare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo su 15 MINUTI. Selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 6** Dopo 8 MINUTI, rimuovere il cestello della Zona 2 dall'unità e girare gli asparagi usando delle pinze con punta in silicone. Reinserrare il cestello per continuare la cottura.
- 7** Dopo 13 MINUTI, rimuovere il cestello della Zona 2 dall'unità, cospargere gli asparagi con la metà del parmigiano e scuotere leggermente il cestello. Reinserrare il cestello per continuare la cottura.
- 8** A cottura ultimata, trasferire i filetti e gli asparagi su un piatto da portata. Cospargere gli asparagi con il parmigiano restante e servire.

FALAFEL CON VERDURE ARROSTO E MAIONESE ALLA PAPRICA AFFUMICATA



PREPARAZIONE: 10 MINUTI | **COTTURA:** 22 MINUTI | **QUANTITÀ:** 3 PORZIONI

INGREDIENTI

PER I FALAFEL

400 g di ceci in scatola, scolati e sciacquati
2 cucchiaini di olio di semi di girasole
1 cipolla rossa piccola, sbucciata e tagliata in quarti
1 spicchio d'aglio, sbucciato
5 g di prezzemolo fresco
5 g di coriandolo fresco
1 cucchiaino di cumino macinato
1 cucchiaino di coriandolo macinato
1 cucchiaino di harissa
20 g di farina
1/2 cucchiaino di sale
Spray per cottura

PER LE VERDURE ARROSTO

300 g di zucca gialla, tagliata a dadini da 1,5 cm
150 g di zucchine, tagliate a pezzi da 2,5 cm
4 peperoni dolci, tagliati a metà o in quarti
1 cipolla rossa piccola, sbucciata e tagliata a rondelle
2 cucchiaini di olio di oliva
1 cucchiaino di succo di limone
1 spicchio d'aglio, sbucciato e schiacciato
1 cucchiaino di foglie di timo fresco
1 cucchiaino di cumino
Sale e pepe secondo i gusti

PER SERVIRE

Pane pita, foglie di insalata e maionese con una spolverata di paprica affumicata

ISTRUZIONI

- 1 Collocare tutti gli ingredienti dei falafel in un robot da cucina e azionare fino a ottenere un composto abbastanza omogeneo. (La consistenza dovrebbe essere ancora leggermente grossolana.)
- 2 Dopo aver inumidito le dita, con il mix formare 6 palline e adagiarle su un foglio di carta da forno poco più largo della piastra di frittura. Lasciare riposare in frigorifero per 20 minuti per farle rassodare.
- 3 Nel frattempo, mescolare tutte le verdure con olio, succo di limone, aglio, timo e cumino e condire a piacere. Assicurarsi che siano ben impastate. Inserire le piastre di frittura in entrambi i cestelli. Togliere le verdure dalla marinatura (e conservare la marinatura rimasta), mettere le verdure nel cestello della zona 1. Inserire il cestello nell'unità.
- 4 Usando la carta da forno come tappetino, adagiare con cura i falafel sulla piastra di frittura nel cestello della zona 2. Spruzzare con olio. Inserire il cestello nell'unità. Selezionare zona 1, girare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 180°C e il tempo su 22 minuti. Selezionare zona 2, selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200°C e il tempo su 17 minuti. Selezionare **SYNC**. Premere **START/STOP** per iniziare.
- 5 Dopo 10 minuti, mescolare o scuotere le verdure arrosto. Spennellare con la marinatura rimanente. Ripetere dopo 18 minuti.
- 6 Servire i falafel, tagliare a metà il pane pita, riempirlo di insalata, guarnirlo con la maionese con la paprica affumicata e servire le verdure arrosto come contorno.





MELANZANE RIPIENE CON MOZZARELLA



PREPARAZIONE: 10 MINUTI | **COTTURA:** 20 MINUTI | **QUANTITÀ:** 4 PORZIONI

INGREDIENTI

2 melanzane grandi o 3
melanzane medie (circa 800 g)
2 cucchiaini di olio di oliva
150 g di salsa di pomodoro
e basilico
200 g di pomodorini,
tagliati in quarti
15 g di foglie di basilico, tritate
200 g di mozzarella,
tagliata a cubetti
Sale e pepe

ISTRUZIONI

- 1 Tagliare le melanzane a metà nel senso della lunghezza, rimuovendo il gambo. Spennellare l'olio d'oliva sulla polpa, condire con sale e pepe.
- 2 Inserire la piastra di frittura in ogni cestello, posizionare le melanzane tagliate e rivolte verso il basso nei cestelli e inserire questi ultimi nell'unità.
- 3 Ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 190 °C, il tempo di cottura su 20 MINUTI e selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 4 A cottura ultimata, rimuovere le melanzane usando delle pinze con punta in silicone e togliere piano piano la polpa con un cucchiaino svuotandole. In una ciotola, mescolare la polpa delle melanzane con la salsa al pomodoro e basilico, la mozzarella e le foglie di basilico tritate. Condire con sale e pepe. Usare questo preparato per farcire le melanzane. Mettere le metà delle melanzane farcite nei cestelli con il ripieno verso l'alto.
- 5 Inserire entrambi i cestelli nell'unità. Ruotare la manopola per selezionare **AIR FRY**, impostare la temperatura su 200 °C e il tempo di cottura su 10 MINUTI e selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 6 Al termine della cottura, usare una spatola in silicone per servire le melanzane calde con dell'insalata o della pasta.

MUFFIN ALLA BANANA E AL TOFFEE



PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **COTTURA:** 15-20 MINUTI | **QUANTITÀ:** 12 PORZIONI

INGREDIENTI

200 g di farina autolievitante
1 cucchiaino di Mixed Spice
(miscela di spezie per dolci)
1/2 cucchiaino di sale
2 banane mature, circa 320 g con
la buccia
200 g di zucchero di canna chiaro
100 ml di olio vegetale
2 uova grandi, sbattute
1 cucchiaino di essenza di vaniglia
50 g di gocce di cioccolato
100 g di caramello denso o dolce
de leche
12 scaglie di banane essiccate
per decorare

ISTRUZIONI

- 1** Setacciare la farina, il mix di spezie e il sale in una ciotola.
- 2** In una ciotola grande, sbucciare e schiacciare le banane fino a ottenere un composto omogeneo. Mescolare lo zucchero, l'olio, le uova, l'essenza di vaniglia e sbattere fino a incorporare l'olio.
- 3** Aggiungere gradualmente gli ingredienti secchi al composto di banana e mescolare con una frusta, aggiungendo le gocce di cioccolato.
- 4** Inserire le piastre di frittura in entrambi i cestelli. Disporre 6 stampi per muffin a doppio spessore in ciascun cestello, versare il composto tra gli stampi per muffin riempiendoli per 3/4. Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **BAKE**, impostare la temperatura su 160 °C e il tempo su 15 MINUTI. Selezionare **MATCH**. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 5** Dopo 12 MINUTI, rimuovere il cestello della Zona 1 e controllare se i muffin sono cotti. Inserire uno stuzzicadenti al centro: se viene fuori pulito, i muffin sono cotti. Togliere i muffin dal cestello e lasciare raffreddare su una griglia per 5 MINUTI prima di servire. Guarnire ciascun muffin con un cucchiaino di caramello e una scaglia di banana.

SUGGERIMENTO: Per questi muffin sono ideali gli stampi singoli in silicone per torte.





BROWNIE AL CIOCCOLATO E BURRO DI ARACHIDI



PREPARAZIONE: 15 MINUTI | **COTTURA:** 35-40 MINUTI | **QUANTITÀ:** 8-10 PORZIONI

INGREDIENTI

80 g di burro di arachidi, ripartito
40 g di burro
120 g di cioccolato fondente, ripartito
175 g di zucchero semolato
2 uova grandi, sbattute
60 g di farina autolievitante
30 g di cacao in polvere

ISTRUZIONI

- 1 Ungere il cestello della zona 1 (senza la piastra di frittura inserita) con lo spray per cottura o l'olio, rivestire la base con un pezzo di carta da forno.
- 2 Tenere da parte 40 g di burro di arachidi e 30 g di cioccolato. Spezzettare il cioccolato fondente e aggiungerlo in una padella insieme al burro di arachidi e al burro. Fondere lentamente e lasciare raffreddare. Nel frattempo, in una ciotola grande, sbattere insieme lo zucchero e le uova fino a ottenere un composto denso e cremoso. Aggiungere il mix di cioccolato e mescolare insieme.
- 3 Setacciare la farina insieme al cacao in polvere in una ciotola e incorporare con un cucchiaino di metallo grande. Versare con un cucchiaino il mix per brownie nel cestello precedentemente rivestito. Sciogliere il burro di arachidi lasciandolo nel forno a microonde per 40 secondi. Cospargere la parte superiore dei brownie.
- 4 Inserire il cestello della zona 1 nell'unità. Selezionare zona 1, selezionare **BAKE**, impostare la temperatura su 160°C e il tempo su 35-40 minuti. Premere il pulsante **START/STOP** per avviare la cottura.
- 5 Quando la zona 1 raggiunge 5 minuti, controllare se i brownie sono cotti. La cottura è completa quando i brownie sono morbidi al tatto nella parte centrale.
- 6 Sciogliere il cioccolato restante lasciandolo nel forno a microonde per 20 secondi, mescolare per 20 secondi e mescolare nuovamente. Cospargere i brownie di cioccolato sciolto. Lasciare raffreddare nel cestello.
- 7 Lasciare raffreddare prima di estrarre, utilizzando la carta da forno per farli scivolare. Tagliare a quadretti.

PERE COTTE CON BISCOTTI SHORTBREAD



PREPARAZIONE: 20 MINUTI (PLUS 20-30 MINUTI IN FRIGORIFERO)

COTTURA: 40 MINUTI | **QUANTITÀ:** 6 PORZIONI

INGREDIENTI

PER I BISCOTTI SHORTBREAD

65 g di burro non salato, a temperatura ambiente

30 g di zucchero di canna chiaro o muscovado chiaro

75 g di farina

15 g di amido di mais

Un pizzico di sale marino fine

PER LE PERE COTTE

6 pere Conference (ca. 150 g ognuna)

2 limoni piccoli

1 arancia piccola

80 ml di miele

15 g di burro non salato

2 cucchiai di acqua

Crème fraîche, per accompagnamento

ISTRUZIONI

- 1 Sbattere il burro, lo zucchero e il sale insieme in una ciotola per circa un minuto. Unire la farina e l'amido di mais mescolando bene, quindi aggiungerli alla miscela sbattuta e mescolare per rendere il composto omogeneo. Mettere in frigo a riposare.
- 2 Stendere il preparato su un foglio di carta da forno di forma rettangolare di 16 x 12 cm. Mettere su un vassoio e far raffreddare per 20-30 MINUTI o finché non si sarà rassodato.
- 3 In una ciotola, spremere 1 limone e aggiungere acqua fredda sufficiente a coprire le pere. Sbucciare le pere e metterle man mano nella ciotola. Con un pelaverdure, sbucciare 3-4 strisce di arancia e del resto del limone. Spremere entrambi e aggiungere il succo in un pentolino insieme alla buccia, il miele, il burro e 2 cucchiari d'acqua. Riscaldare finché il burro non sarà sciolto.
- 4 Quando l'impasto dei biscotti Shortbread si è rassodato, punzecchiare con una forchetta e tagliare più o meno in 6 quadrati.
- 5 Rimuovere le piastre di frittura da entrambi i cestelli. Sistemare le pere per lungo nel cestello della Zona 1. Versare l'intera miscela di succo e miele sulle pere, quindi inserire il cestello nell'unità. Posizionare i biscotti Shortbread nel cestello della Zona 2, assicurandosi di lasciare spazio intorno a essi, quindi inserire il cestello nell'unità.
- 6 Selezionare la Zona 1, ruotare la manopola per selezionare **ROAST**, impostare la temperatura su 190 °C e il tempo su 40 MINUTI. Selezionare la Zona 2, ruotare la manopola per selezionare **BAKE**, impostare la temperatura su 150 °C e il tempo su 35 MINUTI. Premere la manopola per avviare la cottura.
- 7 Fare attenzione a girare le pere e irrorarle 2-3 volte durante la cottura. Controllare la consistenza con la punta del coltello, se sono troppo morbide cuocerle ancora per un po.
- 8 Rimuovere i biscotti Shortbread dal cestello con la spatola in silicone e posizzarli su una griglia per farli raffreddare. Il succo di cottura può essere ridotto in un pentolino alla consistenza desiderata. Servire le pere e i biscotti Shortbread con crème fraîche.



NINJA[®]

Foodi[®]

MAX

**Friggitrice
ad aria Dual
Zone da 9,5l**

con Smart Cook

AF451EU_IG_IT_QSG_MP_231003_Mv1

© 2023 Shark Ninja Operating LLC.

FOODI and NINJA sono marchi registrati di SharkNinja Operating LLC.