HYSapientia®

Air Fryer Oven Recipes

BY HYSA KITCHEN

Deutsch Italiano español Français Polski

Deutscher Kochbuchkatalog

Cupcake P2

Grilllachs P3

Kabeljau P4

Gerösteter Seebarsch P5

Trockenfrüchte P6

Frittierte Chips P7

Chicken Nuggets P8

Würste P9

Speck P10

Hühnerschenkel P11

Hühnerbrust P12

Air Fryer Ofen Steak P13

Pizza Margherita In 4 einfachen Schritten P14

Schweinekoteletts P15

Lammfleisch gebraten mit Rosmarin P16

Gebratenes Jerk Chicken P17

Bayerischer Schweineknüppel P18

Rindfleisch-Eintopf P19

Schnitzel Wiener Stil P20

Paella P21

Honigkekse P22

Hackbraten P23

Lasagne Bolognese P24

Fisch-Lasagne P25

Focaccia P26

Ciabatta P27

Torte P28

Brot mit Tomate P29

Tortilla P30

Schwarzwälder Kirschtorte P31

Cupcake

Zeit 40mins/Temperatur 140℃

Zutaten

- 80ml Olivenöl (leichte und milchige Sorte)
- 130ml Hafermilch
- 1/2 Tsp Apfelessig
- 185g selbstfahrende Mehlbecher
- 1 tsp gemahlenen süßen Zimt
- 1/2 Tsp Backpulver
- Eine Prise Salz
- 150g Gießzucker
- Für die Glasur
- 250g vegane Stickbutter
- 250g Puderzucker
- Zimtzucker

Methode

1. Milch und Apfelessig in einem Glas vermischen und fünf Minuten stehen lassen, um anzudicken.

2. Die trockenen Zutaten glatt rühren. Die Mischung aus Olivenöl und Milch dazugeben und erneut zu einem glatten Teig verrühren.

3. Teilen Sie Ihre Kuchenmischung in 8 Cupcake-Boxen auf und stellen Sie in HYSapientia Luftfrittierofen auf Backmodus voreingestellt auf 140℃ und backen Sie für 40 Minuten.

4. Während der Kuchen abkühlt, die Butter mit einem elektrischen Handmixer blass und flauschig schlagen. Nach und nach den Puderzucker hinzugeben und weiter schlagen, dann die Keksmarmelade aufbrechen.

5. Zuckerguss über jeden abgekühlten Kuchen verteilen, mit Zimtzucker bestreuen.

Grilllachs

Zeit 20-25mins/Temperatur 200-230℃

Zutaten

- 1-tsp-Salz
- 1-tsp Pfeffer
- 1 tsp gemischte Kräuter
- 1-tsp Knoblauchgranulat (optional)
- 4 Lachsfilets, enthäutet oder entfernt
- ½ tbsp Olivenöl
- Gegrilltes Gemüse der Saison und Getreide wie Quinoa oder brauner Reis (optional)

Methode

1. Salz, Pfeffer, gemischte Kräuter und Knoblauchgranulat, falls verwendet, in einer Schüssel mischen und dann auf einen Teller streuen. Jedes Lachsfilet mit etwas Olivenöl einreiben und die Würze einrollen.

2. Legen Sie eine Schicht in den Ofen, stellen Sie den Fischmodus ein (das Fischmuster blinkt), stellen Sie die Temperatur von 200-230 Grad ein und kochen Sie für 20-25 Minuten, bis es durchgekocht ist. Wenn du größere Lachsfilets hast, musst du sie länger kochen, um sie nach zehn Minuten weiter zu überprüfen. Die Zutaten müssen zur Hälfte umgedreht werden. Servieren Sie mit Gemüse, Quinoa oder Reis, wenn Sie möchten.

Kabeljau

Zeit 20-25mins/Temperatur 200-230℃

Zutaten

- 3 tbsp reines Mehl
- 4 Kabeljau Lendenfilets
- 2 tbsp Olivenöl
- 1 Zitrone, in Scheiben geschnitten
- ½ kleine Büschel Thymian

Methode

1.Das Mehl in eine Schüssel geben und etwas Würze hinzufügen. Jedes Kabeljaufilet in das Mehl geben, bis es gleichmäßig bedeckt ist.

2. Die Hälfte des Öls in einer Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze erhitzen. Fügen Sie den Kabeljau hinzu und braten Sie für zwei Minuten pro Seite oder goldbraun.

3. Den Kabeljau in eine Pfanne geben. Zitronenscheiben und Thymian auf und um den Fisch legen und mit dem restlichen Öl beträufeln. Stellen Sie die Temperatur auf 200℃ ein und backen Sie für zehn Minuten oder bis sie durchgekocht sind.

Gerösteter Seebarsch

STEP1: Zeit 25mins/Temperatur 180℃
STEP2: Zeit 7-8mins/Temperatur 180℃

Zutaten

- 300 g rothäutige Kartoffeln, in Runden geschnitten
- 1 rote Paprika, in Streifen schneiden
- 2 tbsp natives Olivenöl extra
- 1 Rosmarinzweig, Blätter entfernt und fein gehackt
- 2-Seebarschfilets
- 25 g schwarze Oliven entkernt, halbiert
- ½ Zitrone, dünn geschnitten
- Handvoll Basilikumblätter

Methode

1. Erhitze den Ofen auf 180℃ und lege die Kartoffeln und Pfefferflocken auf eine große Antihaftbackform. Mit einem Esslöffel Öl beträufeln und mit Rosmarin, einer Prise Salz und gemahlenem Pfeffer bestreuen. Alles gut umrühren und 25 Minuten lang backen, bis die Kartoffeln golden und knusprig an den Rändern sind.

2. Die Filets darauf verteilen und über die Oliven streuen. Einige Zitronenscheiben über den Fisch legen und mit dem restlichen Öl beträufeln. Weitere 7-8 Minuten backen, bis der Fisch durchgekocht ist. Mit Basilikumblättern bestreuen und servieren.

Trockenfrüchte

Zeit 4hours/Temperatur 70℃

Zutaten

- 2 Mangos, dünn geschnitten
- 1-Kiwi, dünn geschnitten
- 2 Bananen, dünn geschnitten
- 6 Erdbeeren, dünn geschnitten
- 1 Apfel, entkernt und dünn geschnitten (optional)

Methode

1. Schälen Sie (optional) und schneiden Sie die Früchte Ihrer Wahl. Flocken können effektiv dehydrieren.

2. Stellen Sie den Ofen auf den Austrocknungsmodus (wie gezeigt). Die Temperatur ist auf 70℃ eingestellt und die Zeit beträgt 4 Stunden. (Früchte mit ausreichend Wasser können 30mins-1 hour verlängern).

Frittierte Chips

Zeit 20mins Temperatur 190℃

Zutaten

- 4-5 große Kartoffeln, ca. 1kg
- 1 tbsp Sonnenblumen- oder Olivenöl

Methode

1. Um gerade, saubere Kartoffelchips herzustellen, schäle die Kartoffeln und schneide alle abgerundeten Kanten ab, so dass sie rechteckige Stücke werden. Schneiden Sie die Stücke in Stäbchen, sie sollten zwischen Pommes und dicken Pommes liegen, wenn sie zu dünn sind, können sie knacken; Sie sind zu dick und kochen nicht durch (behalte die Schnitte auf, wenn du Kartoffelpüree magst oder Suppen dazu gibst). Oder, wenn es dir nichts ausmacht, kannst du ungeschälte Kartoffeln schneiden, ohne sie zu schneiden. Chips abspülen und mit einem sauberen Geschirrtuch trocken tupfen.

2. Fügen Sie das Öl hinzu, bevor Sie die Chips in den Fritteusenkorb gießen, dann gießen Sie die Chips in das Öl, um gleichmäßig zu beschichten. Mit dem Paddel programmieren Sie den Ofen auf den Bratmodus mit einer Temperatureinstellung von 190℃ und einer eingestellten Zeit von 20 Minuten.
(Sie können die Zeit einstellen, wenn Sie knusprig oder weich backen möchten). Die Art und Weise, die Zeit zu ändern, ist: Nachdem Sie den gewünschten Modus ausgewählt haben, drücken Sie die Zeiteinstellungstaste des Ofens, Sie können sehen, dass die Zeit blinkt, zu diesem Zeitpunkt können Sie das Fruchtfleisch oder Ihren Finger verwenden, um die gewünschte Einstellung zu mobilisieren. Ja, und schließlich drücken Sie die Starttaste. Sie müssen die Chips halb durch das Backen drehen, Sie können dies tun, indem Sie den Ofen anhalten.

Chicken Nuggets

Zeit 20mins Temperatur 190℃

Zutaten

- 400g Hähnchenbrustfilets
- 4 tbsp reines Mehl
- 1-Ei, leicht geschlagen
- 115g Panko Brotkrumen oder andere getrocknete Brotkrumen
- 2 tbsp pflanzliches oder Sonnenblumenöl

Methode

1. Das Huhn in mundgerechte Stücke schneiden. Die geschnittenen Stücke auf eine Schicht Plastikfolie legen, mit einer weiteren Schicht Plastikfolie abdecken und mit einem Nudelholz bis etwa 2-3mm dick und gleichmäßig schlagen.

2. Das Mehl über einen Teller gießen, eine Prise Salz hinzufügen und mischen. Die geschlagenen Eier in eine Schüssel geben und die Semmelbrösel in eine andere Schüssel geben.

3. Jedes Hähnchenstück in Mehl, dann in Ei (überschüssiges Schütteln) und schließlich in Paniermehl tauchen und auf eine leicht gefettete Backform geben. Wir fanden Breadcrumb Navigation weniger verwirrend mit einer Hand.

4. Stellen Sie die Ofentemperatur auf 190℃, gießen Sie die Hähnchenstücke in den Luftfrittierkorb und braten Sie für 20 Minuten.

Würste

Zeit 15-20mins/Temperatur 200-230℃

Zutaten

- 6 Würste nach Wahl

Methode

1. Die Wurst ein paar Mal mit einem scharfen Messer einstechen (dies ist optional, hilft aber, mehr Fett freizusetzen). Etwas Öl auf ein Backblech sprühen und Würstchen darauf legen.

2. Stellen Sie die Fritteuse auf 200-230℃ und kochen Sie für 20-25 Minuten, drehen Sie alle fünf Minuten, bis die Wurst durchgekocht ist.

Speck

Zeit 10min/Temperatur 230℃

Zutaten

- 6 Rashers Streifen Speck oder 3 Rashers Rücken Speck

Methode

1. Den Speck auf das Backblech legen und darauf achten, dass sich die Schichten nicht überlappen. Die Größe des Grills bestimmt, wie viel Speck Sie auf einmal kochen können.

2. Stellen Sie den Ofen auf Bratmodus (das Muster auf der Rotisserie blinkt) stellen Sie die Temperatur auf 200C und kochen Sie für 6-10 Minuten,6 Minuten für frisch gekochten Speck, aber 9-10 Minuten für knusprigen Speck.

Hühnerschenkel

Zeit 20mins/Temperatur 230℃

Zutaten

- 1-tsp-Paprika
- ½ Stück Kräutermischung
- ½ Tsp Knoblauchgranulat (optional)
- 4 Hühnerschenkel, Knochen in
- 1-tlp Olivenöl

Methode

1. Den Paprika in einer Schüssel mit den Kräutern und Knoblauchgranulaten, falls verwendet, zusammen mit ½ Tsp Salz und ½ Tsp gemahlenen schwarzen Pfeffer mischen. Auf einen Teller streuen. Die Hähnchenschenkel mit dem Öl einreiben und die Gewürzmischung unterrühren.

2. Legen Sie es in den Fritteusenkorb und schalten Sie den Ofen in den Hühnermodus (das Trommelsticksymbol blinkt). Sprühen Sie den Bratkorb mit Öl (um zu verhindern, dass das Essen während des Bratvorgangs am Bratkorb haftet), stellen Sie die Temperatur auf 230 Grad für 20-Minuten ein und drehen Sie das Essen auf halber Strecke durch. Um zu überprüfen, ob sie gebraten sind, stechen Sie den dicksten Teil des Oberschenkels mit einem Messer, um zu sehen, ob die Säfte klar sind. Sofort aus dem Ofen nehmen, damit die Haut nicht weich wird.

Hühnerbrust

Zeit 20mins/Temperatur 230℃

Zutaten

- 4 Hühnerbrust
- ½ tbsp Rapsöl
- 1-tsp-Salz
- 1 ½ tsp Knoblauchgranulat
- 1 tsp geräuchertes süßes Paprika
- 2 tsp gemischte Kräuter
- ½ Stück Pfeffer

Methode

1. Das Huhn in das Öl geben und beiseite stellen. In einer Schüssel Salz, Knoblauch, Paprika und gemischte Kräuter mit einem guten Mahl von schwarzem Pfeffer vermischen und dann auf einen Teller streuen.

2. Jede geölte Hähnchenbrust in die Würze rollen und auf das Backblech legen. Stellen Sie den Ofen auf Brathähnchen-Modus (das Trommelstickmuster blinkt) und auf 230 Grad für 20 Minuten, nach zehn Minuten drehen. Um zu überprüfen, ob es gekocht ist, führe ein Messer durch den dicksten Teil des Hähnchens, um zu sehen, ob die Säfte klar sind. Mit Gemüse oder Salaten servieren.

Air Fryer Ofen Steak

Zeit 12mins/Temperatur 230℃

Zutaten

- 4 tbsp. Butter, weich
- 2 Nelken Knoblauch, gehackt
- 2 tsp. frisch gehackte Petersilie
- 1 tsp. frisch gehackter Schnittlauch
- 1 tsp. frisch gehackter Thymian
- 1 tsp. frisch gehackter Rosmarin
- 1 (2 lb.) Knochen-in Ribeye
- Koscheres Salz
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Methode

1. Butter und Kräuter in einer kleinen Schüssel vermischen. In die Mitte eines Stücks Plastikfolie legen und zu einem Stamm rollen. Drehen Sie die Enden zusammen, um sie fest zu halten und stellen Sie sie 20-Minuten im Kühlschrank fest.

2. Das Steak auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Legen Sie die Steaks in den Korb der Fritteuse und kochen Sie bei 230℃ für 12℃ bei mittlerer Hitze, abhängig von der Dicke des Steaks, halbwegs.

4. Servieren Sie mit einem Klecks Kräuterbutter auf dem Steak.

Pizza Margherita In 4 einfachen Schritten

Zeit 7mins/Temperatur 230℃

Zutaten

Für die Basis
- 300g starkes Brotmehl
- 1-tsp Instanthefe (aus einem Beutel oder einer Wanne)
- 1-tsp-Salz
- 1-tbsp Olivenöl, plus extra für das Nieseln

Für die Tomatensauce
- 100ml passata
- Handvoll frisches Basilikum oder 1-tsp getrocknet
- 1 Knoblauchzehe, zerkleinert

Für das Topping
- 125g Kugelmozzarella, in Scheiben geschnitten
- Handvoll geriebener oder rasierter Parmesan (oder vegetarische Alternative)
- Handvoll Kirschtomaten, halbiert

Zum Abschluss
- Handvoll Basilikumblätter (optional)

Methode

1. Den Boden machen: Mehl in eine große Schüssel geben, dann Hefe und Salz unterrühren. Einen Brunnen machen, 200ml warmes Wasser und Olivenöl hineingießen und mit einem Holzlöffel verrühren, bis ein weicher, ziemlich feuchter Teig entsteht. Auf eine leicht bemehlte Oberfläche wenden und fünf Minuten lang kneten, bis sie glatt ist. Mit einem Geschirrtuch abdecken und beiseite stellen. Du kannst den Teig gehen lassen, wenn du willst, aber es ist nicht notwendig für eine dünne Kruste.

2. Zubereitung der Sauce: Mischen Sie Passata, Basilikum und zerkleinerten Knoblauch, dann würzen Sie nach Geschmack. Wenn Sie beginnen, die Basis zu formen, lassen Sie sie bei Raumtemperatur sitzen

3. Teig ausrollen: Wenn Sie den Teig steigen lassen, kurz kneten, dann in zwei Kugeln teilen. Auf einer bemehlten Oberfläche den Teig mit einem Nudelholz zu einem großen Kreis von ca. 25 cm breit ausrollen. Der Teig muss dünn sein, da er im Ofen aufgeht. Legen Sie die Runden auf zwei bemehlte Backbleche.

4. Top Backen: Den Ofen auf 230C erhitzen und mit der Rückseite eines Löffels die Sauce über den Boden verteilen. Mit Käse und Tomaten bestreuen, mit Olivenöl beträufeln und würzen. Sieben Minuten lang knusprig backen. Fügen Sie etwas mehr Olivenöl hinzu, wenn Sie Basilikumblätter verwenden. Wiederholen Sie die Schritte für die restliche Pizza.

Schweinekoteletts

STEP1: Zeit 25mins/Temperatur 180℃
STEP2: Zeit 20mins/Temperatur 180℃

Zutaten

- 1kg neue Kartoffeln, halbiert
- 4 tbsp Olivenöl
- 6 Knoblauchzehen, geschlagen
- kleine Handvoll Thymian
- 6 tbsp Honig
- 6 tbsp Vollkornsenf
- 4 dick geschnittene Knochen-in Schweinekoteletts (ca. 250g pro Stück)

Methode

1. Den Ofen auf 180℃ erhitzen, Kartoffeln, Öl, Knoblauch und Thymian in eine flache Auflaufform gießen und mit den Händen mit dem Öl bestreichen. Gute Saison. 25-Minuten backen, bis die Kartoffeln mit einem Messer gerade zart sind.

2. In einer kleinen Schüssel Honig und Senf verrühren. Schweinekoteletts mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Hälfte der Marinade bestreichen. Die Kartoffeln auf ein Blech legen und weitere zehn Minuten backen, dann die Koteletts umdrehen und über die restliche Glasur löffeln. 10-Minuten weiter backen, bis sie durchgekocht sind.

Lammfleisch gebraten mit Rosmarin

Zeit 25mins/Temperatur 200℃

Zutaten

- 4 Lammfleisch
- 4 Knoblauchzehen,
- einen großen Stiel Rosmarin,
- 8 tbsp helles Olivenöl

Methode

1. Lammkoteletts in einer Porzellan- oder Glasbackform anrichten, Knoblauch und Rosmarin darauf streuen und mit Olivenöl beträufeln. Marinieren Sie für mindestens vier Stunden (über Nacht, wenn Sie Zeit haben), gelegentlich wenden.

2. Vorheizen Sie den Ofen auf 200℃. Das Lamm großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Eine große schwere Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Fleischseite auf beiden Rosten etwa 1-2 Minuten anbraten, dann wenden und die andere Seite für eine weitere Minute kochen. Abschließend die Enden kurz anbraten, damit das freiliegende Fleisch angebraten wird. Entferne und wiederhole es für die restlichen zwei Racks.

3. Legen Sie die Roste in eine große Backform und legen Sie sie paarweise mit den Knochen aneinander befestigt. Braten Sie etwa 8 Minuten für sehr rosa Fleisch, 17-20 Minuten für mittleres Fleisch und 25 Minuten für gut gegartes Fleisch. Um das Lamm zu testen, stecken Sie die Spitze eines Spießes oder Messers in die Mitte des Fleisches, lassen Sie es für 30 Sekunden sitzen, dann testen Sie, indem Sie es auf die Innenseite Ihres Handgelenks auftragen, es sollte sich heiß anfühlen. Wenn es sich noch kalt anfühlt, koche das Lamm weiter, da es in der Mitte noch roh ist. Nach fünf Minuten erneut testen.

4. Legen Sie das Lamm auf einen erwärmten Teller, decken Sie es locker mit Folie ab und lassen Sie es vor dem Schnitzen etwa fünf Minuten an einem warmen Ort ruhen (wenn Sie länger warten müssen, müssen Sie das Lamm möglicherweise vor dem Servieren eine Minute oder so in den Ofen stellen, um die Temperatur wiederherzustellen). In Scheiben schneiden und auf einem warmen Teller mit einem Löffel Kichererbseneintopf servieren.

Gebratenes Jerk Chicken

Zeit 45mins/Temperatur 180℃

Zutaten

- 1,6kg ganzes Huhn
- 1 rote Zwiebel, geschält, in Keile geschnitten, die Wurzel intakt lassen
- 1 rote Paprika, entkernt, in Stücke gehackt
- 500g Süßkartoffeln, geschält, in Stücke geschnitten
- Salz und frisch gemahlenen Pfeffer, nach Wunsch
- 2 Esslöffel Sonnenblumenöl

Für die Jerk Paste Marinade

- 5 Frühlingszwiebeln, in Drittel geschnitten
- 3 große Knoblauchzehen, geschält
- 1 Scotch Motorhaube Chili, entkernt
- 4cm Stück Ingwer, geschält
- 10g Korianderstiele und Blätter reserviert, zum Servieren
- Schale und Saft von 1-Limette (die saftigen Hälften für die Füllung in die Hühnerhöhle aufbewahren)
- 1 Esslöffel Honig
- 1 Esslöffel Olivenöl
- ½ Teelöffel geriebene Muskatnuss
- 1 Teelöffel gemahlenes Piment
- 1 Esslöffel Sojasauce

Methode

1. Für die Jerk Sauce Marinade alle Zutaten in einer Küchenmaschine pulsieren, bis sich eine glatte Paste bildet.

2. Füllen Sie die Hähnchenhöhle mit der Hälfte des Limettensaftes und spießen Sie das Huhn. In die Pfanne geben.

3. Hähnchen gleichmäßig in vorbereiteter Marinade bestreichen. Hühnchen und Backblech mit Folie bedecken und mindestens sechs Stunden bis zu einem Tag in den Kühlschrank stellen.

4. Stellen Sie den HYSapientia Luftfrittierofen auf Rotisserie und die Temperatur auf 180 Grad

5. Hühnerbrustseite nach unten für 45 Minuten kochen.

6. Nehmen Sie das Huhn aus dem Ofen, nehmen Sie die Folie und legen Sie das Huhn vorsichtig in eine flache Schüssel, gießen Sie die Säfte aus dem Hohlraum in die Schüssel.

7. Rote Zwiebeln, Paprika und Süßkartoffeln gut würzen. Dann in das Tablett geben, um die restliche Jerk Paste zu überziehen. Die Hühnerbrustseite nach oben über das Gemüse legen und mit Öl beträufeln. Legen Sie die Pfanne ungedeckt auf das mittlere Gestell und kochen Sie für 45 Minuten.

8. Kochen ist abgeschlossen, wenn das Gemüse zart ist und das Huhn 75℃ auf einem sofortigen Lesethermometer liest. Hühnchen vorsichtig entfernen und in Folie einwickeln, dann zehn Minuten ruhen lassen.

9. Wenn Sie einen Gemüsekross bevorzugen, kehren Sie in den Ofen zurück und kochen Sie für weitere zehn Minuten. Servieren Sie heiß mit Huhn und Gemüse, bestreut mit Korianderblättern.

Bayerischer Schweineknüppel

Zeit 35-40mins/Temperatur 180℃

Zutaten

- 1 Schweineknöchel(e)
- 2-tsp-Salz
- ½ Stück Pfeffer
- Bier

Methode

1.Die Schweinehaxe in Stücke schneiden.

2.Pfeffer und Salz in einer kleinen Schüssel gut vermischen und die Knöchel damit würzen.

3.Setzen Sie die Schweineknöchel in HYSapientia Luftfrittierofen bei 180 Grad für eine Stunde.

4.Nach einer Stunde Bier oder Wasser über die Knöchel gießen und für weitere 35-40Minuten bei 180 Grad rösten.

Rindfleisch-Eintopf

Zeit 60Mins/Temperatur 230℃

Zutaten

- 2 Selleriestangen, dick geschnitten
- 1 Zwiebel, gehackt
- 2 wirklich große Karotten, längs halbiert dann sehr grob geschnitten
- 5 Lorbeerblätter
- 2 Thymianzweige, 1 ganze und 1 Blätter gepflückt
- 1 tbsp Pflanzenöl
- 1 tbsp Butter
- 2 tbsp reines Mehl
- Tomatenpüree
- 2 tbsp Worcestershire Sauce
- 2 Würfel Rinderbrühe, zerbröselt
- 850g Rindfleisch geschmort, in schöne große Stücke geschnitten

Methode

1.Legen Sie zwei dünn geschnittene Selleriestangen, eine gehackte Zwiebel, zwei große Karotten, 5-Lorbeerblätter und einen ganzen Thymianzweig in einen feuerfesten Auflauf mit einem Esslöffel Pflanzenöl und einem Esslöffel Butter Mitte.

2.10 Minuten lang weich machen, dann 2-tbsp Allzweckmehl hinzufügen und rühren, bis es nicht staubig aussieht, dann 2 tbsp Tomatenmark, 2 tbsp Worcestershire Sauce und 2 tbsp Rinderbrühe Würfel hinzufügen.

3.Gradually 600ml heißes Wasser hinzufügen, dann 850g Rindfleisch Eintopf hineingießen und 3-5 Minuten köcheln lassen.

4.Cover und backen Sie im Ofen bei 230℃ für eine Stunde, bis das Fleisch zart ist und die Sauce verdickt ist.

Schnitzel nach Wiener Art

Zeit 10-15 Minuten/Temperatur 200℃

Zutaten

- 2 Scheiben, nicht zu dünn
- 1 Ei
- 1 Esslöffel Milch
- Semmelbrösel
- 1 Teelöffel süßer Paprika
- Salz und Pfeffer
- Butter für Schnitzel

Methode

1.Das Steak ist ca. 1-2 cm dick, schlage es nicht.

2.Mit Salz und Pfeffer würzen.

3.Leicht mit Mehl bestäuben. Eier und Milch hinzufügen. Paprika in die Semmelbrösel mischen.

4.Das mit Mehl bestäubte Schnitzel zuerst in das Ei und dann in die Semmelbrösel tauchen. Gut andrücken und etwa 20 Minuten abkühlen lassen.

5.Das Butter schmelzen und die Brösel mit einem Silikonpinsel leicht von den Seiten abbürsten.

6.HYSapientia Heißluftfritteuse Ofen 200 ℃ 10 - 12 Minuten Wenden Sie die Schnitzel und backen Sie weitere 4 - 5 Minuten.

Erhöhen Sie die Zeit, wenn Sie eine dunklere braune Farbe möchten.

Paella

Zeit: 45 Minuten / Temperatur 180 ℃

Zutaten

- 3 Esslöffel natives Olivenöl
- 2 mittelgroße Zwiebeln, fein gehackt
- 1 rote Paprika, gewürfelt
- 150 g Chorizo in Scheiben geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 1 1/4 Teelöffel süßer Paprika
- Salz und schwarzer Pfeffer nach Geschmack
- 500 Gramm Bomba-Reis oder Paella-Reis
- 1/2 Würfel Hühnerbrühe
- 1,5 Liter Fisch- oder Hühnerbrühe
- 1 Teelöffel Safranfäden
- 500 Gramm Muscheln
- 500 g geschälte Garnelen
- Ein halbes Kilo Hühnerwürste in dünnen Scheiben
- 1 Tasse gefrorene Erbsen
- 2 Esslöffel gehackte frische Petersilie

Methode

1.Öl in einer Paellapfanne oder einer ofenfesten Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Die Zwiebel in das heiße Öl geben und 5 Minuten braten.

2.Samen aus den Paprika entfernen und in kleine Würfel schneiden, in eine Pfanne geben und mit den Zwiebeln braten, bis sie ein wenig weich werden.

3.Wurst und gehackten Knoblauch hinzufügen und 1 Minute kochen, umrühren. Tomatenmark und Paprika hinzufügen, umrühren und noch eine Minute braten.

4.Reichlich Salz und Pfeffer hinzufügen, dann Reis hinzufügen. Umfärben, dann Würfel in eine Tasse Brühe zerbröckeln und hinzufügen.

5.Lassen Sie alles kochen, bis das Liquid aufgenommen wurde, etwa 4-5 Minuten. Die restliche Brühe und Safranfäden hinzufügen, dann die Hitze erhöhen.

6.Die Paellapfanne mit Alufolie bedecken und im Ofen platzieren. 30-35 Minuten backen, bis das Liquid vollständig aufgenommen ist.

7.Paellapfanne aus dem Ofen nehmen und nachdem Muscheln, geschälte Garnelen, Wurst und Erbsen obenauf gelegt wurden, wieder bedecken und weitere 10-15 Minuten backen, bis die Muscheln sichtbar sind. Die Schalen sind offen und die Garnelen sind rosa.

8.Schließlich aus dem Ofen nehmen und bis zum Servieren bedecken. Wenn Sie ungeöffnete Muscheln sehen, entfernen Sie diese. Vor dem Servieren können Sie ein wenig Petersilie darüber streuen.

Honigkekse

Zeit 15 Minuten/Temperatur 160℃

Zutaten

- 1 Tasse weißer Zucker
- 1 Tasse Verkürzung
- 1 Tasse Honig
- 2 große Eier
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 TL gehackter Ingwer
- 4 Tassen Allzweckmehl

Methode

1.Zucker, Shortening und Honig in einem Topf bei niedriger Hitze schmelzen. Leise.

2.Eier, Vanille, Backpulver und Ingwer kombinieren. Allmählich zur abgekühlten Honigmischung hinzufügen. Mehl langsam zur Mischung hinzufügen. Umrühren, bis alles gut gemischt ist.

3.Teelöffel etwa 5 cm voneinander entfernt auf den Backblechen platzieren.

4.Den Ofen auf 160 Grad Celsius einstellen und 15 Minuten backen (die Zeit kann je nach persönlicher Vorliebe angepasst werden).

Hackbraten

Zeit 25-30 Minuten/Temperatur 170℃

Zutaten

- 2 Schalotten, geschält und fein gewürfelt
- 1 kleine Karotte(n), fein gewürfelt
- 1 Rote Bete, fein gewürfelt
- 1 Petersilienwurzel(n), fein gewürfelt
- 2 EL Olivenöl
- 300 Gramm Hackfleisch
- 1 Ei(er)
- 2 EL Panko
- 1 EL Dijon-Senf
- 1 TL Paprikapulver, süß oder Barhat-Gewürz
- 1 kleine Chili(s), fein gehackt
- 1 Prise Meersalz und gemahlener Pfeffer
- 50 g Feta-Käse, fein gewürfelt
- 1 Bund Kerbel, gehackt

Methode

1.Die Schalotten und gewürfelten Gemüse in Olivenöl anbraten, um ihnen etwas Farbe zu geben. Beiseite stellen, um abzukühlen.

2.Vermengen Sie das Hackfleisch gut mit den Eiern, Senf, Paprika oder Baharat-Gewürzen und Panko-Mehl. Cayennepfeffer nach Belieben hinzufügen.

3.Fügen Sie jetzt das Gemüse mit dem Feta und dem gehackten Kerbel hinzu, vermengen Sie alles erneut und würzen Sie mit Salz und Pfeffer.

4.Legen Sie alle gefetteten Teile in den schnellen Reinigungskorb, stellen Sie den HYSapientia Luftfriteuse-Ofen auf 170℃ ein und backen Sie 25-30 Minuten.

5.Wenn Sie Ihrem Braten etwas Besonderes geben möchten, können Sie dünne Scheiben Speck auf der Außenseite verteilen.

Lasagna Bolognese

Zeit 30 Minuten/Temperatur 180℃

Zutaten

Für die Lasagne
- 100 g Lasagne
- geriebener Käse

Für die Bolognese-Sauce
- 75 g süßer Speck
- 0,5 Karotten
- 0,5 Zwiebeln
- 0,5 Stangen Sellerie
- 250 g Hackfleisch
- 100 ml Rotwein
- 200 ml Tomatenpüree
- 100ml Milch
- feines Salz
- Natives Olivenöl extra
- Pfeffer

Methode

1.Zunächst müssen Sie den Pâté vorbereiten und den Speck auf eigene Faust anbräunen. Lasst es über hoher Hitze auf den Feuer legen, bis etwas Fett schmilzt.

2.Geben Sie das Olivenöl, den Sellerie, die gehackten Karotten und Zwiebeln hinzu und vermischen Sie alles mit einem Löffel. Lass es für ein paar Minuten braten.

3.Wenn wir das Hackfleisch in den Topf gießen, zerdrücken wir das Hackfleisch etwas und mischen es gut. Nach 5 Minuten entfernen wir den Glanz mit dem Wein und kochen noch einmal 5 Minuten.

4.Zu diesem Zeitpunkt geben wir die Tomatenpüree hinzu, würzen mit Salz und Pfeffer und rühren um.

5.Abdecken und über sehr niedriger Hitze für mindestens eineinhalb Stunden kochen, um unsere Soße zu verdicken.

6.Gießen Sie die Milch in den Topf und kochen Sie für weitere 5 Minuten. Die Konsistenz muss uniform sein und vor allem cremig, falls notwendig kochen Sie es für 10 Minuten.

7.Sobald der Pâté bereit ist, können wir die Lasagne zusammenbauen: legen Sie ein paar Löffel Pâté auf den Boden des Topfes.

8.Decken Sie mit einem Lasagneblatt ab, dann bedecken Sie mit mehr Bolognese.

9.Geben Sie ein paar Esslöffel Béchamel auf die Mehlschwitze.

10.Wir bestreuen mit einer Handvoll geriebenem Käse.

11.Wir decken mit einem weiteren Blatt ab und wiederholen: Pâté, Béchamel, geriebener Käse. Für die letzte Schicht können wir sowohl die Béchamel als auch den Käse hinzufügen für ein super appetitliches Gratin!

12.Legen Sie es in den Ofen und backen Sie es in einem vorgeheizten Ofen bei 180℃ für 30 Minuten.

13.Wir nahmen es aus dem Ofen, warteten ein paar Minuten, bis es sich beruhigte, und dann waren wir bereit, unsere dampfenden Spaghetti Bolognese zu servieren!

Fisch-Lasagne

Zeit 15 Minuten/Temperatur 180℃

Zutaten

Für die Lasagne
- 125 g Blech bereit für Lasagne
- 200 g Béchamel
- geriebener Käse

Für die Béchamel
- 250ml Milch
- 30g Mehl
- 30 g Butter
- Muskatnuss
- feines Salz

Für das Fischdressing
- 75 g Lachsfilets
- 75 g Garnelen
- 75 g Wolfsbarsch
- 50 g Meeräsche
- 1 Knoblauchzehe
- 25 ml Weißwein
- Petersilie
- Natives Olivenöl extra
- feines Salz

Methode

1.Schneiden Sie den Lachs, die Garnelenschalen und den Seebarsch in gleichmäßige Stücke.

2.Erhitzen Sie das Öl in einer Pfanne, geben Sie den geschälten Knoblauch hinzu und braten Sie alle Fischfilets und Rotbarben.

3.Entfernen Sie den Wein, kochen Sie über mittlerer Hitze für ein paar Minuten, würzen Sie mit Salz und fügen Sie den gehackten Petersilie hinzu.

4.In einem separaten Topf bereiten Sie die Sauce durch Schmelzen des Butters über niedriger Hitze vor.

5.Geben Sie das Mehl hinzu und gießen Sie die Milch nach und nach, immer unter Rühren mit einem Schneebesen.

6.Sobald die Bechamel dickflüssig geworden ist, fügen Sie Salz und Muskatnuss hinzu und vermengen Sie alles erneut gut.

7.Jetzt haben wir unsere Lasagne zusammengestellt. Geben Sie ein paar Esslöffel Bechamel (wir haben zwei kleine verwendet) auf den Boden des Behälters, bedecken Sie die erste Schicht trockener Lasagne, dann fügen Sie etwas Fisch hinzu. Bedecken Sie mit mehr Bechamel und etwas geriebenem Käse.

8.Überlappen Sie die Schichten, bis die Füllung vollständig ist, und am Ende fügen Sie eine großzügige Menge Bechamel und Käse hinzu. Kochen Sie die Fischlasagne in der HYSapentia Air Fryer bei 180℃ für 15 Minuten.

Focaccia

Zeit 20-25 Minuten/Temperatur 180℃

Zutaten

- 134 ml Wasser
- 8,333 g Bierhefe
- 2g Zucker
- 17 g Olivenöl
- 84 g Mehl
- 84 g Manitobamehl
- 6,7 g feines Salz
- Grobes Salz
- Rosmarin

Methode

1.Wir gießen Wasser in eine Schüssel. Es muss warm sein, da wir den zerbröckelten Brauerhefe darin auflösen müssen.

2.Wir fügen Zucker und Olivenöl hinzu. Wir fangen an, das Mehl nach und nach hinzuzufügen und ständig umzurühren, bis es aufgebraucht ist. Schließlich fügen wir einen Teelöffel Salz hinzu.

3.Wir arbeiten weiter gut, bis wir einen elastischen und klebrigen Teig erhalten. Wir decken unsere Schüssel mit Frischhaltefolie ab und lassen sie 2 Stunden lang gehen, Sie werden sehen, dass der Teig sich verdoppelt.

4.Wir bereiten den Backofen vor, indem wir einen Schuss Olivenöl hineingeben und sorgfältig mit Olivenöl bestreuen. Gießen Sie den Focacciateig in die Pfanne und rollen Sie ihn aus. Lassen Sie es noch einmal 30 Minuten gehen.

5.Wir sind bereit für die Endbearbeitung: ein Sprühen von Koser Salz, Rosmarinblättern und Olivenöl auf der Oberfläche unserer Focaccia. Backen Sie im Ofen bei 180℃ für 20-25 Minuten.

Ciabatta

Zeit 25-30 Minuten/Temperatur 180℃

Zutaten

- 143 g Mehl
- 100ml Wasser
- 5,714 g Olivenöl
- 0,857 g trockene Bierhefe
- feines Salz
- Hartweizenmehl

Methode

1.In einer Schüssel kombinieren wir Mehl und Bierhefe. Wir mischen gut mit einer Gabel.

2.Wir mischen Olivenöl und Salz. Wir lachen weiter.

3.Wir fügen das Wasser nach und nach hinzu, wir müssen einen weichen Teig erhalten.

4.Mit etwas Semolina bestreuen und den Teig an einem warmen Ort für mindestens 3 Stunden aufgehen lassen. Er muss sich verdoppeln.

5.Sobald unser Teig gut aufgegangen ist, bestreuen wir ein Pastetenbrett mit Semolina und rollen unseren Teig zu einem ziemlich dicken Rechteck von etwa 2 cm aus.

6.Wir lassen unsere Rechtecke 30-40 Minuten lang mit einem Handtuch bedeckt.

7.Nach der Aufgehzeit bestreuen wir mit Semolina und teilen den Teig in 6-7 Stücke, um Rechtecke zu bilden. Ich habe einen Spachtel verwendet, um sie zu trennen, aber ein Messer funktioniert genauso gut.

8.Geben Sie die Tozzetti in ein Backblech mit Semolina und backen Sie im Ofen bei 180℃ für 25-30 Minuten. Sobald sie kalt sind, sind sie bereit, unsere Mahlzeiten zu begleiten und sind auch für ein Picknick köstlich.

Torte

Zeit 15-25 Minuten/Temperatur 160℃

Zutaten

- 1 Tasse weißer Zucker
- 3 große Eier
- 1 Dose (400 g) gezuckerte Kondensmilch
- 1 Dose (350 ml) Kondensmilch
- 1 Esslöffel Vanilleextrakt

Methode

1.Schmelze den Zucker in einem mittelgroßen Topf bei mittlerer bis niedriger Hitze, bis er flüssig und goldgelb ist. Gieße das heiße Sirup sorgfältig in eine ungefähr 23 cm große runde Glasbackform und drehe die Form, um Boden und Seiten gleichmäßig zu beschichten. Behalte die Form zurück.

2.Schlage die Eier in einer großen Schüssel auf. Füge Kondensmilch, Evaporated Milch und Vanille hinzu und schlage, bis alles glatt ist. Gieße die Eimischung in die Backform und bedecke sie mit Alufolie.

3.Stelle den Ofen auf 160℃ ein und backe für 15-25 Minuten.

Zum Servieren gieße den Flan sorgfältig auf einen mit einem Rand versehenen Teller und lasse die Karamelsauce über den Flan fließen.

Brot mit Tomate

Zeit 5 Minuten/Temperatur 230℃

Zutaten

- 4 Scheiben Dorfbrot
- 2 Tomaten
- 40 g frisches Basilikum
- 2 Knoblauchzehen
- 80 g gesalzene Butter

Methode

1.Zuerst schmelzen wir das Butter in einer kleinen Pfanne.

2.Dann hacken wir frische Kräuter und Knoblauch und fügen sie der geschmolzenen Butter hinzu.

3.Wir backen die Brotscheiben im Ofen im Toastmodus, bis sie goldbraun sind.

4.Wir schneiden die Tomaten in Scheiben.

5.Sobald das Brot getoastet ist, belegen wir es mit Tomatenscheiben und träufeln das Knoblauch-Kräuter-Butter darüber.

6.Wir stellen es auf den Tisch.

Tortilla

Zeit 20–35 Mins/Temperatur 160–180℃

Zutaten

- 1 große Kartoffel, geschält und in ca. 2,5 cm große Würfel geschnitten
- 1 Esslöffel natives Olivenöl extra
- ⅛ Tasse Porree, in etwa 0,5 cm große Stücke schneiden
- 5 Eier
- ¼ Tasse geriebener Pecorino Romano-Käse
- Salz und schwarzer Pfeffer nach Geschmack
- ⅛ Tasse gehackte frische glatte Petersilie

Methode

1.Die Kartoffelwürfel waschen und in eine Schüssel mit kaltem Wasser für etwa 10 Minuten einweichen.

2.Kartoffeln abgießen und trocken tupfen. Übertragen Sie sie in eine Schüssel und geben Sie Olivenöl hinzu. Legen Sie sie in einen Backkorb.

3.Im Ofen bei 160℃ für 18 Minuten backen und schließlich die Temperatur auf 20℃ für weitere 3 Minuten erhöhen.

4.Inzwischen Eier, Pecorino Romano Käse, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen und in eine antihaftbeschichtete Kuchenform von etwa 15 cm Durchmesser gießen. Gekochte Kartoffeln und Porree hinzufügen. Die Kuchenform im Ofen platzieren. Bis die Oberseiten der Tortillas goldbraun sind, etwa 15 Minuten backen.

5.Aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten abkühlen lassen. Mit italienischem Petersilie bestreuen, bevor Sie servieren.

Schwarzwälder Kirschtorte

Zeit 40 Minuten/Temperatur 140℃

Zutaten

- 175 g gesalzene Butter plus extra für die Dose
- 200 g dunkle Schokolade
- 300 g normales Mehl
- 375 g goldener Streuzucker
- 25 g Kakao
- 1 TL Natron
- 2 Eier
- 200 g Buttermilch oder Naturjoghurt

Montieren

- 425g Dose Kirschen entkernt, abgetropft mit 2 EL Saft beiseite gestellt
- 100 g Sauerkirschmarmelade
- 4 EL Kirsch (oder mehr Saft aus der Dose, wenn es alkoholfrei sein soll)
- 500ml Doppelrahm
- 3 EL Puderzucker
- 1 kleines Körbchen frische Kirschen (optional)

Methode

1.Fetten und belegen Sie die Unterseiten von 3 x 20 cm Kuchenformen. Kochen Sie Wasser. Butter und 75g gehackte Schokolade in einem kleinen Topf schmelzen und bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren, bis sie vollständig geschmolzen sind.

2.In einer Rührschüssel Mehl, Zucker, Kakaopulver und Backpulver mit einer Prise Salz vermengen. Eier mit Buttermilch oder Joghurt verquirlen. Die geschmolzene Schokoladenmischung und Eimasse zu den Trockenprodukten geben, 100 ml kochendes Wasser hinzufügen und kurz mit einem Elektroquirl bearbeiten, bis der Kuchenteig frei von Klumpen ist.

3.Die Masse auf die Formen aufteilen und 40 Minuten backen. Um zu überprüfen, ob sie gar sind, einen Spieß einführen und sicherstellen, dass er sauber herauskommt.

4.Kuchen mit einer Gabel ein paar Mal anstechen. 2 Esslöffel des reservierten Kirschsafts mit Kirsch (oder mehr Saft) vermengen und über den Kuchen träufeln. Kuchen abkühlen lassen.

5.Übrige abgetropfte Kirschen und Marmelade vermengen. 200 ml Sahne in einem kleinen Topf erhitzen und kurz unter dem Siedepunkt halten. Übrige Schokolade hacken, in eine hitzebeständige Schüssel geben, über die heiße Sahne geben und unter ständigem Rühren schmelzen, bis sie vollständig geschmolzen ist. Bis zur Verwendung zur Seite stellen.

6.Wenn der Kuchen abgekühlt ist, Sahne und Puderzucker zusammen mit einem Schneebesen aufschlagen, bis sie leicht geschlagen sind. Über beide Kuchen streichen, dann Marmeladenkirschen darauf geben. Kuchen übereinander stapeln. Schokoladencreme über den dritten Kuchen streichen und auf die anderen stapeln. Frische Kirschen im und um den Kuchen stapeln, bevor Sie ihn servieren.

Tipps

Alle Rezepte sind keine festen Muster, Sie können nach Ihrem persönlichen Geschmack die Kochmethode ändern oder die Menge an Gewürzen und Kochzeit erhöhen oder verringern.

Luftfriteusen-Backöfen sind so konzipiert, dass Sie gesündere und praktischere Mahlzeiten zubereiten und genießen können. Es kann Ihnen helfen, die Gesundheitsrisiken und Kapazitätsbeschränkungen einer Luftfriteuse zu vermeiden. Es ist kein vollständiger Ersatz für alle Ihre Küchengeräte, aber es wird herausragen.

Alle voreingestellten Funktionen sind nicht auf eine Art von Lebensmitteln beschränkt. Zum Beispiel können Sie im Toast-Modus auch Knoblauch und Tomaten rösten. Verwenden Sie Ihre Vorstellungskraft.

Möchten Sie kulinarische Tipps mit anderen HYSapientia-Kollegen austauschen?
Tritt der HYSA KITCHEN-Familie bei: Kulinarische Familie HYSpientia

HYSapientia wird die neuesten Entwicklungen neuer Produkte (Zubehör) auf sozialen Medien veröffentlichen, folge uns auf sozialen Medien für mehr aktuelle Informationen:

Facebook: HYSapientia.de
Pinterest: HYSapientia
Twitter: @Hysaofficial

Gleichzeitig folge unserem YouTube-Kanal: HYSapientia oder INS: HYSapientia. Wir werden weiterhin die Backofen-Kochvideos aktualisieren, koche mit uns! Tritt der großen Familie von HYSA KITCHEN bei!!

Catalogo Italiano di Libri di Cucina

Cupcake **P34**

Salmone alla griglia **P35**

Merluzzo **P36**

Spigola Arrosto **P37**

Frutta disidratata **P38**

Patatine Fritte in Aria **P39**

Crocchette Di Pollo **P40**

Salsicce **P41**

Pancetta **P42**

Cosce Di Pollo **P43**

Petti di pollo **P44**

Bistecca al forno con friggitrice ad aria **P45**

Pizza Margherita In 4 Semplici Passaggi **P46**

Braciole Di Maiale **P47**

Carré Di Agnello Arrosto Al Rosmarino **P48**

Pollo arrosto con jerk **P49**

Stinco Di Maiale Bavarese **P50**

Spezzatino Di Manzo **P51**

Schnitzel alla viennese **P52**

Paella **P53**

Biscotti al Miele **P54**

Polpettone **P55**

Lasagne alla Bolognese **P56**

Lasagne di pesce **P57**

Focaccia **P58**

Ciabatta **P59**

Sformato **P60**

Pane Con Pomodoro **P61**

Tortilla **P62**

Torta Foresta Nera **P63**

Cupcake

Tempo 40 minuti/Temperatura 140℃

ingredienti

- 80 ml di olio d'oliva (varietà light e al latte)
- 130 ml di latte d'avena
- 1/2 cucchiaino di aceto di sidro
- Tazza di farina autolievitante da 185 g
- 1 cucchiaino di cannella dolce in polvere
- 1/2 cucchiaino di lievito in polvere
- Un pizzico di sale
- 150 g di zucchero semolato
- Per la glassa
- 250 g di burro vegano in stick
- 250 g di zucchero a velo
- Zucchero alla cannella

Metodo

1. Unire il latte e l'aceto di mele in un barattolo e lasciare riposare per 5 minuti per addensarsi.

2. Mescolare gli ingredienti secchi fino a quando non saranno lisci. Versare il composto di olio d'oliva e latte e mescolare di nuovo per ottenere una pastella liscia.

3. dividere il mix di torta in 8 scatole di cupcake e mettere in forno HYSapientia air frigger in modalità forno preimpostato a 140 ℃ e cuocere per 40 minuti.

4. Mentre la torta si raffredda, sbattere il burro con un mixer elettrico a mano fino a diventare pallido e soffice. Aggiungere gradualmente lo zucchero a velo continuando a battere, quindi rompere la marmellata di biscotti.

5. Stendere la glassa su ogni torta raffreddata, cospargere con zucchero alla cannella.

Salmone grigliato

Tempo 20-25mins/Temperatura 200-230℃

Ingredienti

- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaino di pepe
- 1 cucchiaino di erbe miste
- 1 cucchiaino di aglio granulato (facoltativo)
- 4 filetti di salmone, pelati o rimossi
- ½ cucchiaio di olio d'oliva
- verdure cotte di stagione e cereali come quinoa o riso integrale, da servire (facoltativo)

Metodo

1. Unire il sale, il pepe, le erbe miste e i granuli di aglio, se usati, in una ciotola, poi spargere su un piatto. Strofinare ogni filetto di salmone con un po' di olio d'oliva e arrotolare il condimento per ricoprire.

2. Mettere uno strato in forno, impostare la modalità pesce (il modello di pesce lampeggia), impostare la temperatura di 200-230 gradi e cuocere per 20-25 minuti fino a quando non è cotto. Se avete filetti di salmone più grandi, dovrete cuocerli più a lungo - continuate a controllare dopo 10 minuti. Gli ingredienti devono essere girati a metà strada. Servire con verdure, quinoa o riso se preferite.

Merluzzo bianco

Tempo 20-25mins/Temperatura 200-230℃

Ingredienti

- 3 cucchiai di farina normale
- 4 filetti di lombo di merluzzo
- 2 cucchiai di olio d'oliva
- 1 limone affettato
- ½ mazzetto di timo

Metodo

1. Versare la farina in una ciotola e aggiungere un po' di condimento. Versare ogni filetto di merluzzo nella farina fino a ricoprire uniformemente.

2.Scaldare metà dell'olio in una padella antiaderente a fuoco medio-alto. Aggiungere il baccalà e friggere per 2 minuti per lato o fino a doratura.

3. Trasferire il baccalà in una padella. Posizionare le fette di limone e timo sopra e intorno al pesce e cospargere con l'olio rimanente. Impostare la temperatura a 200 gradi e cuocere per 10 minuti o fino a cottura ultimata.

Fagiolo arrosto

Fase1:Tempo 25mins/Temperatura 180℃
Fase2:Tempo 7-8mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 300 g di patate a buccia rossa affettate a rondelle
- 1 peperone rosso tagliato a strisce
- 2 cucchiai di olio extravergine di oliva
- 1 rametto di rosmarino, foglie rimosse e tritate finemente
- 2 filetti di branzino
- 25 g di olive nere denocciolate, dimezzate
- ½ limone affettato sottilmente
- manciata di foglie di basilico

Metodo

1. Scaldare il forno a 180 ℃ e mettere le patate e i fiocchi di pepe su una grande teglia antiaderente. Condire con 1 cucchiaio di olio e cospargere di rosmarino, un pizzico di sale e pepe macinato. Mescolate bene il tutto e infornate per 25 minuti girando a metà strada, fino a quando le patate saranno dorate e croccanti intorno ai bordi.

2. Disporre i filetti sopra e cospargere le olive. Disporre qualche fetta di limone sul pesce e cospargere con l'olio rimanente. Cuocere per altri 7-8 minuti, fino a quando il pesce è cotto. Cospargere con foglie di basilico e servire.

Frutta disidratata

Tempo 4hours/Temperatura 70℃

Ingredienti

- 2 manghi tagliati a fette sottili
- 1 kiwi affettato sottilmente
- 2 banane affettate sottilmente
- 6 fragole affettate sottilmente
- 1 mela, nocciola e affettata sottilmente (opzionale)

Metodo

1. Sbucciare (facoltativo) e affettare il frutto di vostra scelta. I fiocchi possono disidratare efficacemente

2. Impostare il forno in modalità disidratazione (come mostrato). La temperatura è impostata su 70 gradi e il tempo è di 4 ore. (frutta con acqua sufficiente può estendere 30mins-1hour).

Chips fritti all'aria

Tempo 20mins Temperatura 190℃

Ingredienti

- 4-5 patate grandi, circa 1kg
- 1 cucchiaio di olio di girasole o di oliva

Metodo

1. Per fare patatine lisce e pulite, sbucciare le patate e tagliare eventuali bordi arrotondati in modo che diventino pezzi rettangolari. Tagliare i pezzi in
bastoncini - dovrebbero essere tra patatine fritte e patatine spesse, se troppo sottili possono rompersi; troppo spessi e non cuociono (risparmiate i tagli se vi piace il purè di patate o aggiunto alle zuppe). Oppure, se non ti dispiace la pulizia, puoi affettare patate non pelate senza tagliare. Sciacquare le patatine e asciugare con un asciugamano pulito.

2. Aggiungere l'olio prima di versare le patatine nel cestino della friggitrice, quindi versare le patatine nell'olio per ricoprire uniformemente. Utilizzare la paletta per programmare il forno in modalità friggere con una temperatura impostata di 190 gradi e un tempo impostato di 20 minuti.
(È possibile impostare il tempo se si desidera cuocere croccante o morbido). Il modo per cambiare l'ora è: dopo aver selezionato la modalità di cui hai bisogno, premi il pulsante di impostazione dell'ora del forno, puoi vedere l'ora lampeggia, in questo momento puoi usare la polpa o il dito per mobilitare l'impostazione di cui hai bisogno. Si', e infine premi il pulsante di avvio. Devi girare le patatine a metà cottura, puoi farlo mettendo in pausa il forno.

Nocciole di pollo

Tempo 20mins Temperatura 190℃

Ingredienti

- 400 g di filetti di petto di pollo
- 4 cucchiai di farina normale
- 1 uovo leggermente sbattuto
- 115 g panko panko o altro pangrattato essiccato
- 2 cucchiai di olio vegetale o di girasole

Metodo

1. Tagliare il pollo a pezzetti. Posizionare i pezzi tagliati su uno strato di pellicola, coprire con un altro strato di pellicola e battere con un mattarello fino a circa 2-3mm di spessore e uniformità.

2. Versare la farina su un piatto, aggiungere un pizzico di sale e mescolare. Mettete le uova sbattute in una ciotola e il pangrattato in un'altra ciotola.

3. Immergere ogni pezzo di pollo nella farina, poi nell'uovo (scuotendo l'eccesso), e infine nel pangrattato e trasferire in una teglia leggermente unta. Abbiamo trovato che la navigazione del pangrattato fosse meno confusa con una mano sola.

4. Impostare la temperatura del forno a 190 ℃, versare i pezzi di pollo nel cestino della friggitrice aria e friggere per 20 minuti.

Salsicce

Tempo 15-20mins/Temperatura 200-230℃

Ingredienti

- 6 salsicce a scelta

Metodo

1. Pungere la salsiccia un paio di volte con un coltello affilato (questo è facoltativo, ma aiuta a rilasciare più grasso). Spruzzare un po' d'olio su una teglia da forno e mettere sopra le salsicce

2. Impostare la friggitrice a 200-230 ℃ e cuocere per 20-25 minuti, girando ogni 5 minuti, fino a quando la salsiccia è cotta attraverso.

Bacon

Tempo 10mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

- 6 rashers bacon striato, o 3 rashers bacon posteriore

Metodo

1. Mettere la pancetta sulla griglia del forno - assicurarsi che gli strati non si sovrappongano. La dimensione della griglia determinerà quanta pancetta si può cucinare contemporaneamente

2. Impostare il forno in modalità arrosto (il modello sul rotisserie lampeggia) impostare la temperatura a 200C e cuocere per 6-10 minuti - 6 minuti per la pancetta appena cotta, ma 9-10 minuti per la pancetta più croccante.

Cosce di pollo

Tempo 20mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

- 1 cucchiaino di paprika
- ½ cucchiaino di erbe miste
- ½ cucchiaino di aglio granulato (facoltativo)
- 4 cosce di pollo, ossee
- 1 cucchiaino di olio d'oliva

Metodo

1. Unire la paprika in una ciotola con le erbe e i granuli di aglio, se usati, insieme a ½ cucchiaino di sale e ½ cucchiaino di pepe nero macinato. Spargetevi su un piatto. Strofinare le cosce di pollo con l'olio, quindi ricoprire il mix di spezie.

2. Mettere nel cesto friggitrice aria e girare il forno in modalità Pollo (l'icona della coscia lampeggia). Spruzzare il cestello con olio (per evitare che il cibo si attacchi al cestello durante il processo di tostatura), impostare la temperatura a 230 gradi per 20 minuti e girare il cibo a metà strada. Per verificare se sono fritti, perforare la parte più spessa della coscia con un coltello per vedere se i succhi si esauriscono. Togliere immediatamente dal forno per evitare che la pelle si ammorbidisca.

Petti di pollo

Tempo 20mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

- 4 petti di pollo
- ½ cucchiaio di olio di colza
- 1 cucchiaino di sale
- 1 ½ cucchiaino di aglio granulato
- 1 cucchiaino di paprika dolce affumicata
- 2 cucchiaini di erbe miste
- ½ cucchiaino di pepe

Metodo

1. Coprire il pollo nell'olio e mettere da parte. In una ciotola unire il sale, l'aglio, la paprika e le erbe miste con una buona macinazione di pepe nero, quindi spargere su un piatto.

2. Arrotolare ogni petto di pollo oliato nel condimento e metterlo sulla griglia del forno. Impostare il forno in modalità pollo alla griglia (il motivo della coscia lampeggia) e a 230 gradi per 20 minuti, girando dopo 10 minuti. Per verificare se è cotto, infila un coltello nella parte più spessa del pollo per vedere se i succhi si esauriscono. Servire con verdure o insalate.

Air Fryer Oven Steak

Tempo 12mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

- 4 cucchiai. burro ammorbidito
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 2 cucchiaini. prezzemolo appena tritato
- 1 cucchiaino. erba cipollina appena tritata
- 1 cucchiaino. timo appena tritato
- 1 cucchiaino. rosmarino appena tritato
- 1 (2 lb.) ribeye osseo
- Sale kosher
- Pepe nero macinato appena

Metodo

1. In una ciotola, unire il burro e le erbe aromatiche. Posizionare al centro di un pezzo di pellicola e arrotolare in un tronco. Girare le estremità insieme per tenere strette e mettere in frigorifero 20 minuti fino a quando non si ferma.

2.Condire la bistecca su entrambi i lati con sale e pepe.

3. Mettere le bistecche nel cesto della friggitrice e cuocere a 230 ℃ per 12 minuti a fuoco medio, a seconda dello spessore della bistecca, girando a metà strada.

4. Servire con un cucchiaio di burro alle erbe sopra la bistecca.

Pizza Margherita In 4 Semplici Passaggi

Tempo 7mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

Per la base
- 300g farina di pane forte
- 1 cucchiaino di lievito istantaneo (da una bustina o una vasca)
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaio di olio d'oliva, più extra per gocciolare

Per la salsa di pomodoro
- 100ml passata
- Una manciata di basilico fresco o 1 cucchiaino essiccato
- 1 spicchio d'aglio schiacciato

Per il condimento
- 125g di mozzarella a fette
- Una manciata di parmigiano grattugiato o rasato (o alternativa vegetariana)
- Una manciata di pomodorini ciliegi tagliati a metà

Per finire
- manciata di foglie di basilico (facoltativo)

Metodo

1. Fare la base: Mettere la farina in una ciotola capiente, quindi montare il lievito e il sale. Fate un pozzo, versate 200 ml di acqua tiepida e olio d'oliva, e mescolate con un cucchiaio di legno fino ad ottenere un impasto morbido e abbastanza umido. Girare su una superficie leggermente infarinata e impastare per 5 minuti fino a quando non sarà liscia. Coprire con un canovaccio e mettere da parte. Potete far lievitare l'impasto se volete, ma non è necessario per una crosta sottile.

2. Preparare la salsa: Unire la passata, il basilico e l'aglio schiacciato, quindi condire a piacere. Mentre inizi a modellare la base, lasciala riposare a temperatura ambiente

3. Stendere l'impasto: se fate lievitare l'impasto, impastate velocemente, poi dividetelo in due palline. Su una superficie infarinata, utilizzare un mattarello per stendere l'impasto in un grande cerchio largo circa 25 cm. L'impasto deve essere sottile in quanto lievita in forno. Disporre le rondelle su due teglie infarinate.

4.Cuocere: Scaldare il forno a 230C e usare il retro di un cucchiaio per stendere la salsa sulla base. Cospargere con formaggio e pomodori, cospargere di olio d'oliva e condire. Cuocere per 7 minuti fino a quando non sarà croccante. Aggiungete un po' di olio d'oliva, se usate foglie di basilico. Ripetere i passaggi per la pizza rimanente.

Costolette di maiale

FASE1:Tempo 25mins/Temperatura 180℃
FASE2:Tempo 20mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 1 kg di patate nuove dimezzate
- 4 cucchiai di olio d'oliva
- 6 spicchi d'aglio, schiacciati
- piccola manciata di timo
- 6 cucchiai di miele
- 6 cucchiai di senape integrale
- 4 costolette di maiale disossate tagliate spesse (circa 250g cadauna)

Metodo

1. Scaldare il forno a 180 ℃, versare le patate, l'olio, l'aglio e il timo in una teglia poco profonda e gettare con le mani per ricoprire con l'olio. Buona stagione. Cuocere per 25 minuti, fino a quando le patate sono appena morbide quando traforate con un coltello.

2. In una ciotola mescolare insieme il miele e la senape. Condire le costolette di maiale con sale e pepe, quindi spennellare con metà della marinata. Mettere le patate su un vassoio e cuocere per altri 10 minuti, poi girare le costolette e cucchiaio sopra la glassa rimanente. Continuare a cuocere per 10 minuti, fino a cottura ultimata.

Arrosto Rack di agnello con rosmarino

Tempo 25mins/Temperatura 200℃

Ingredienti

- 4 rack di agnello
- 4 spicchi d'aglio,
- un grosso gambo di rosmarino,
- 8 cucchiai di olio d'oliva leggero

Metodo

1. Disporre le costolette di agnello in una teglia di porcellana o vetro, cospargere aglio e rosmarino sopra, e cospargere di olio d'oliva. Marinare per almeno 4 ore (durante la notte se avete tempo), girando di tanto in tanto.

2. Preriscaldare il forno a 200℃. Condire generosamente l'agnello con sale e pepe. Scaldare una padella grande e pesante a fuoco medio e rosolare il lato della carne su entrambi i ripiani per circa 1-2 minuti, poi girare e cuocere l'altro lato per un altro minuto. Infine, rosolare brevemente le estremità in modo che tutta la carne esposta sia scottata. Rimuovere e ripetere per i restanti due rack.

3. Mettere le rastrelliere in una teglia grande e metterle a coppie con le ossa attaccate l'una all'altra. Arrosto circa 8 minuti per carne molto rosa, 17-20 minuti per carne media, e 25 minuti per carne ben fatta. Per testare l'agnello, inserire la punta di uno spiedino o coltello nel centro della carne, lasciarlo riposare per 30 secondi, quindi testarlo applicando all'interno del polso, dovrebbe sentire caldo. Se si sente ancora freddo, continuare a cuocere l'agnello perché sarà ancora crudo nel mezzo. Prova di nuovo dopo 5 minuti.

4. Trasferire l'agnello in un piatto riscaldato, coprire scioltamente con la pellicola e lasciare riposare in luogo caldo per circa 5 minuti prima dell'intaglio (se si deve aspettare più a lungo, potrebbe essere necessario riportare l'agnello in forno per un minuto o giù di lì prima di servire, per ripristinare la temperatura). Affettate e servite su un piatto caldo con un cucchiaio di stufato di ceci.

Roast Jerk Pollo

Tempo 45mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 1,6 kg di pollo intero
- 1 cipolla rossa sbucciata, tagliata a spicchi, lasciando intatta la radice
- 1 peperone rosso, deseeded, tagliato a pezzi
- 500g di patate dolci, pelate, tagliate a pezzi
- Sale e pepe macinato appena desiderato
- 2 cucchiai di olio di girasole

Per The Jerk Paste Marinade

- 5 cipollotti tagliati in terzi
- 3 spicchi d'aglio grandi, pelati
- 1 peperoncino con cappuccio scotch, deseeded
- Pezzo di 4 cm di zenzero sbucciato
- 10g gambi di coriandolo e foglie riservate, da servire
- Zeppa e succo di 1 lime (salvare le metà spremute per farcire nella cavità del pollo)
- 1 cucchiaio di miele
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- ½ cucchiaino di noce moscata grattugiata
- 1 cucchiaino di spezie macinate
- 1 cucchiaio di salsa di soia

Metodo

1. Per la marinata di salsa jerk, pulsare tutti gli ingredienti in un robot da cucina fino a formare una pasta liscia.

2. Riempire la cavità del pollo con metà del succo di lime e infilzare il pollo. Mettilo nella padella.

3. Stendere il pollo uniformemente nella marinata preparata. Coprire il pollo e la teglia con la pellicola e mettere in frigorifero per almeno 6 ore e fino a 1 giorno.

4. Impostare il forno HYSapientia a Rotisserie e la temperatura a 180 gradi

5. Cuocere il petto di pollo verso il basso per 45 minuti.

6. Togliere il pollo dal forno, rimuovere la pellicola, e posizionare con cura il pollo in un piatto poco profondo, versando i succhi dalla cavità nel piatto.

7. Condire bene cipolle rosse, peperoni e patate dolci. Quindi gettate nel vassoio per ricoprire la pasta di jerk rimanente. Posizionare il petto di pollo verso l'alto sopra le verdure e cospargere di olio. Riportare la padella sul ripiano centrale, scoperto, e cuocere per 45 minuti.

8. La cottura è completa quando le verdure sono tenere e il pollo legge 75℃ su un termometro di lettura istantanea. Togliere con cura il pollo e avvolgerlo nella pellicola, quindi lasciare riposare per 10 minuti.

9. Se preferite un croccante vegetale, tornare in forno e cuocere per altri 10 minuti. Servire caldo con pollo e verdure, cosparso di foglie di coriandolo.

Knuckle of Maik bavarese

Tempo 35-40mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 1 nocca di maiale
- 2 cucchiaini di sale
- ½ cucchiaino di pepe
- Birra

Metodo

1. Tagliare la nocca di maiale a pezzi.

2.Mescolare bene il pepe e il sale in una ciotola piccola e condire le nocche con esso.

3.Mettere la nocca di maiale nel forno della friggitrice HYSapientia a 180 gradi per un'ora.

4. Dopo un'ora, versare birra o acqua sulla nocca e arrostire per altri 35-40 minuti a 180 gradi.

Stufato di manzo

Tempo 60Mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

- 2 bastoncini di sedano a fette spesse
- 1 cipolla tritata
- 2 carote molto grandi, dimezzate lungo poi affettate molto a pezzi
- 5 foglie di alloro
- 2 rametti di timo, 1 intero e 1 foglia raccolta
- 1 cucchiaio di olio vegetale
- 1 cucchiaio di burro
- 2 cucchiai di farina normale
- 2 cucchiai di passata di pomodoro
- 2 cucchiai di salsa Worcestershire
- 2 cubetti di brodo di manzo sbriciolati
- 850g stufato di manzo , tagliato in bei pezzi grandi

Metodo

1.Mettere 2 bastoncini di sedano a fette sottili, 1 cipolla tritata, 2 carote grandi, 5 foglie di alloro e 1 rametto di timo intero in una casseruola ignifuga con 1 cucchiaio di olio vegetale e 1 cucchiaio di burro al centro.

2.Ammorbidire per 10 minuti, quindi aggiungere 2 cucchiai di farina universale e mescolare finché non appare polverosa, quindi aggiungere 2 cucchiai di concentrato di pomodoro, 2 cucchiai di salsa Worcestershire e 2 cubetti di brodo di manzo macinato.

3.Gradualmente aggiungere 600ml di acqua calda, quindi versare 850g di stufato di manzo e cuocere a fuoco lento per 3-5 minuti.

4.Cover e infornare nel forno impostato a 230℃ per 1 ora, fino a quando la carne è tenera e la salsa si è addensata.

Schnitzel stile viennese

Tempo 10-15mins/Temperatura 200℃

Ingredienti

- 2 fette, non troppo sottili
- 1 uovo
- 1 cucchiaio di latte
- pangrattato
- 1 cucchiaino di paprika dolce
- sale e pepe
- Burro per schnitzel

Metodo

1. La bistecca è di circa 1-2cm di spessore, non battere.

2.Condire con sale e pepe.

3. Spolverare leggermente con la farina. Aggiungere le uova e il latte. Mescolare i peperoni nel pangrattato.

4. Immergere la cotoletta infarinata prima nell'uovo e poi nel pangrattato. Premere bene e lasciare raffreddare per circa 20 minuti.

5.Sciogliere il burro e spennellare leggermente le briciole dai lati con una spazzola in silicone.

6.HYSapientia Friggitrice ad aria calda Forno 200 ℃ 10 - 12 minuti Girare le costolette e cuocere per altri 4 - 5 minuti.

Aumenta il tempo se vuoi un marrone più scuro

Paella

Tempo: 45mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 3 cucchiai di olio d'oliva vergine
- 2 cipolle medie tritate finemente
- 1 peperone rosso tagliato a dadini
- 150 gr di chorizo tagliato a fette
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
- 1 1/4 cucchiaino di paprika dolce
- Sale e pepe nero, a piacere
- 500 grammi di riso bomba o paella
- 1/2 cubetto di brodo di pollo
- 1,5 litri di brodo di pesce o pollo
- 1 cucchiaino di fili di zafferano
- 500 grammi di cozze
- 500 g di gamberi pelati
- Mezzo chilo di salsicce di pollo a fette sottili
- 1 tazza di piselli surgelati
- 2 cucchiai di prezzemolo fresco tritato

Metodo

1. Scaldare l'olio d'oliva in una padella di paella o in una padella sicura al forno a fuoco medio. Aggiungere la cipolla all'olio caldo e friggere per 5 minuti.

2. Togliete i semi dai peperoni e tagliateli a cubetti piccoli, metteteli in una padella e friggeteli con le cipolle finché non si ammorbidiscono un po'.

3. Aggiungere la salsiccia e l'aglio tritato e cuocere, mescolando, per 1 minuto. Aggiungere il concentrato di pomodoro e la paprika, mescolare e friggere per un altro minuto.

4. Aggiungere abbondante sale e pepe, quindi aggiungere il riso. Mescolate a colorare, poi sbriciolate i cubetti in una tazza di brodo e versate.

5. Lasciare cuocere il tutto fino a quando il liquido non è assorbito, circa 4-5 minuti. Versare il restante brodo e i fili di zafferano, quindi aumentare il fuoco.

6.Coprite la paella con un foglio di alluminio e mettetela in forno. Lasciate cuocere per 30-35 minuti, fino a quando vedete che il liquido è completamente assorbito.

7. Togliere la paella dal forno e dopo aver posto sopra le cozze, i gamberi pelati, la salsiccia e i piselli, tirarla fuori, coprire di nuovo e cuocere altri 10-15 minuti fino a quando le cozze sono visibili. I gusci sono aperti e i gamberi sono rosa.

8. Infine, togliere dal forno e coprire fino a quando è pronto per servire. Se vedi cozze non aperte, rimuovile. Potete cospargere sopra un po' di prezzemolo prima di servire.

Biscotti al miele

Tempo 15mins/Temperatura 160℃

Ingredienti

- 1 tazza di zucchero bianco
- 1 tazza di accorciamento
- 1 tazza di miele
- 2 uova grandi
- 1 cucchiaino di estratto di vaniglia
- 1 cucchiaino di lievito in polvere
- 1 cucchiaino di zenzero tritato
- 4 tazze di farina universale

Metodo

1.Sciogliere lo zucchero, l'accorciamento e il miele in una casseruola a fuoco basso. Silenzio.

2.Unire le uova, la vaniglia, il lievito e lo zenzero. Aggiungere gradualmente alla miscela di miele raffreddato. Aggiungere lentamente la farina al composto. Mescolare fino a quando tutto è ben amalgamato.

3. Disporre cucchiaini a circa 5 cm di distanza sulle teglie.

4.Impostare il forno a 160 gradi Celsius e cuocere per 15 minuti (il tempo può essere regolato secondo le preferenze personali)

Polpette

Tempo 25-30mins/Temperatura 170℃

Ingredienti

- 2 scalogno sbucciati e tagliati a dadini
- 1 carota piccola (e), tagliata a dadini
- 1 barbabietola tagliata a dadini
- 1 radice di prezzemolo tagliata a dadini
- 2 cucchiai di olio d'oliva
- 300 grammi di carne macinata
- 1 uovo(i)
- 2 cucchiai di panko
- 1 cucchiaio di senape di Digione
- 1 cucchiaino di paprika in polvere, spezie dolci o barhat
- 1 peperoncino piccolo, tritato finemente
- 1 pizzico di sale marino e pepe macinato
- 50 g di formaggio feta tagliato a dadini
- 1 mazzetto di cerfoglio tritato

Metodo

1. Fate rosolare lo scalogno e le verdure tagliate a dadini in olio d'oliva per dare loro un po' di colore. Mettete da parte a raffreddare.

2.Mescolare bene il manzo macinato con le uova, la senape, le spezie di paprika o baharat e la farina di panko. Aggiungere pepe di Caienna se lo si desidera.

3. Ora aggiungete le verdure con la feta e il cerfoglio tritato, mescolate bene di nuovo e condite con sale e pepe.

4.Place tutte le parti unte nel cestello di pulizia rapida, impostare il forno HYSapientia friggitrice aria a 170℃ e cuocere per 25-30 minuti

5. Se vuoi dare al tuo arrosto quel qualcosa in più, puoi spalmare sottili fette di pancetta all'esterno.

Lasagna Bolognese

Tempo 30mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

Per le lasagne
- 100g di lasagne
- formaggio grattugiato

Per la salsa bolognese
- 75 g di pancetta dolce
- 0,5 carote
- 0,5 cipolle
- 0,5 costolette di sedano
- 250 g di carne macinata
- 100ml vino rosso
- 200 ml di passata di pomodoro
- 100 ml di latte
- sale fine
- olio extra vergine di oliva
- pepe

Metodo

1.First è necessario preparare il patè e rosolare la pancetta da solo. Mettiamolo sul fuoco a fuoco alto finché non si scioglie un po' di grasso.

2.Aggiungere l'olio d'oliva, il sedano, le carote tritate e la cipolla e mescolare con un cucchiaio. Friggiamo per qualche minuto.

3.Quando versiamo la carne macinata nella padella, tritiamo un po' la carne macinata e la mescoliamo bene. Dopo 5 minuti togliere la glassa con il vino e cuocere per altri 5 minuti.

4.A questo punto, aggiungere la passata di pomodoro, condire con sale e pepe, e mescolare fino a ricoprire.

5.Coprire e cuocere a fuoco molto basso per almeno un'ora e mezza per addensare la nostra salsa.

6.Versare il latte nella pentola e cuocere per altri 5 minuti. La consistenza deve essere uniforme e soprattutto cremosa, se necessario lasciate cuocere per 10 minuti.

7.Una volta che il patè è pronto, possiamo assemblare le lasagne: mettere qualche cucchiaio di patè sul fondo della padella.

8.Coprire con un foglio di lasagne, quindi coprire con più bolognese.

9.Far scorrere alcuni cucchiai di besciamella sul roux.

10.We cospargere con una manciata di formaggio grattugiato.

11.Copriamo con un altro foglio e ripetiamo: patè, besciamella, formaggio grattugiato. Per lo strato finale possiamo aggiungere sia la besciamella che il formaggio per un gratin super appetitoso!

12.Mettere in forno e cuocere in forno preriscaldato a 180℃ per 30 minuti.

13.L'abbiamo tirato fuori dal forno, aspettato qualche minuto per calmarsi, e poi eravamo pronti a servire i nostri spaghetti alla bolognese al vapore!

Lasagna di pesce

Tempo 15mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

Per le lasagne
- Foglio da 125 g pronto per lasagne
- 200g bechamel
- formaggio grattugiato

Per il bechamel
- 250 ml di latte
- 30g di farina
- 30g di burro
- noce moscata
- sale fine

Per il condimento di pesce
- 75 g di filetti di salmone
- 75 g di gamberi
- 75 g branzino
- 50 g triglia
- 1 spicchi d'aglio
- 25 ml di vino bianco
- prezzemolo
- olio extra vergine di oliva
- sale fine

Metodo

1.Cut il salmone, conchiglie di gamberi e branzino in pezzi uguali.

2.Scaldare l'olio in una padella, aggiungere l'aglio sbucciato e cuocere tutti i filetti di pesce e triglie rosse.

3.Deglasare con il vino, cuocere a fuoco medio per qualche minuto, salare e aggiungere il prezzemolo tritato.

4.In una casseruola separata, preparare la salsa sciogliendo il burro a fuoco basso.

5.Aggiungere la farina e, sempre mescolando con una frusta, aggiungere il latte poco alla volta.

6.Una volta che la bechamel si è addensata, aggiungere il sale e la noce moscata e mescolare bene di nuovo.

7. A questo punto abbiamo assemblato le nostre lasagne. Versare qualche cucchiaio di bechamel (ne abbiamo usati due piccoli) sul fondo della padella, coprire con il primo strato di lasagne secche, quindi aggiungere un po' di pesce. Coprire con altra besciamella e un po' di formaggio grattugiato.

8. Sovrapponiamo gli strati fino a quando il ripieno è completo, e alla fine aggiungiamo una generosa quantità di bechamel e formaggio. Cuocere le lasagne di pesce nella friggitrice HYSapentia a 180 ℃ per 15 minuti.

Focaccia

Tempo 20-25mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 134ml di acqua
- 8,333 g di lievito di birra
- 2g di zucchero
- 17 g di olio d'oliva
- 84 g di farina
- 84 g di farina di manitoba
- 6,7 g di sale fine
- sale grosso
- rosmarino

Metodo

1. In una ciotola versiamo acqua. Deve essere caldo perché dobbiamo sciogliere il lievito di birra sbriciolato in esso.

2.Aggiungere lo zucchero e l'olio d'oliva. Iniziamo ad aggiungere la farina poco a poco, mescolando costantemente fino a quando non si esaurisce. Infine aggiungere un cucchiaino di sale.

3. Lavoriamo ancora bene fino ad ottenere un impasto elastico e appiccicoso. Copriamo la nostra ciotola con pellicola trasparente e lasciamo lievitare per 2 ore, vedrete l'impasto raddoppiare di volume.

4.Prepariamo la padella per il forno con un filo di olio d'oliva, che cospargiamo accuratamente con olio d'oliva. Versare l'impasto della focaccia sulla padella e stendere. Lasciare lievitare per altri 30 minuti.

5. Siamo pronti per gli ultimi ritocchi: una spolverata di sale kosher, foglie di rosmarino e olio d'oliva sulla superficie della nostra focaccia. Cuocere in forno a 180 ℃ per 20-25 minuti.

Ciabatta

Tempo 25-30mins/Temperatura 180℃

Ingredienti

- 143 g di farina
- 100 ml di acqua
- 5,714 g olio d'oliva
- 0,857 g di lievito di birra secco
- sale fine
- farina di frumento duro

Metodo

1.In una ciotola, unire la farina e il lievito di birra. Mescoliamo bene con una forchetta.

2.We mescolare olio d'oliva e sale. Continuiamo a scherzare.

3. Aggiungiamo l'acqua un po' alla volta, dobbiamo ottenere un impasto morbido.

4.Cospargere con un po' di semola e lasciare lievitare l'impasto in un luogo caldo per almeno 3 ore. Deve raddoppiare di dimensioni.

5.Una volta che il nostro impasto è ben lievitato, cospargete una spianatoia con semola e stendete il nostro impasto in un rettangolo abbastanza spesso, circa 2 cm.

6. Lasciamo i nostri rettangoli coperti con un asciugamano per 30-40 minuti.

7.Dopo il tempo di lievitazione, cospargere di semola e dividere l'impasto in 6-7 pezzi per formare dei rettangoli. Ho usato una spatola per separarli, ma un coltello avrebbe funzionato altrettanto bene.

8.Versare i tozzetti in una teglia con la semola e cuocere in forno a 180℃ per 25-30 minuti. Una volta freddi, sono pronti ad accompagnare i nostri pasti, e sono anche deliziosi per un picnic.

Flan

Tempo 15-25mins/Temperatura 160℃

Ingredienti

- 1 tazza di zucchero bianco
- 3 uova grandi
- 1 lattina (400g) di latte condensato zuccherato
- 1 lattina (350ml) di latte condensato
- 1 cucchiaio di estratto di vaniglia

Metodo

1.Sciogliere lo zucchero in una casseruola media a fuoco medio-basso fino a quando non sarà liquefatto e dorato. Versare con attenzione lo sciroppo caldo in circa 9 pollici di teglia rotonda di vetro, girando la piastra per rivestire il fondo e i lati uniformemente; riserva.

2.Sbattere le uova in una ciotola capiente. Aggiungere latte condensato, latte evaporato e vaniglia; Battere finché non è liscio. Versare il composto di uova in una pirofila; coprire con un foglio di alluminio.

3.Set il forno a 160℃ e cuocere per 15-25 minuti

Per servire, versare attentamente su un piatto bordato; Fate scorrere la salsa al caramello sul flan.

Pane con pomodoro

Tempo 5mins/Temperatura 230℃

Ingredienti

- 4 fette di pane del villaggio
- 2 pomodori
- 40 g di basilico fresco
- 2 spicchi d'aglio
- 80 g di burro salato

Metodo

1.In primo luogo, sciogliere il burro in una piccola casseruola.

2.Poi tritiamo erbe fresche e aglio e aggiungiamo al burro fuso.

3.Cuocere le fette di pane in forno in modalità toast fino a doratura.

4. Quando tagliamo i pomodori a fette.

5.Una volta che il pane è tostato, coprire con fette di pomodoro e cospargere di burro aglio-erbe.

6. Lo mettiamo sul tavolo.

Tortilla

Tempo 20-35mins/Temperatura 160-180℃

Ingredienti

- 1 patata grande, pelata e tagliata a cubetti di circa 2,5cm
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- ⅛ Tazza di porri, tagliati in pezzi di circa 0,5cm
- 5 uova
- ¼ tazza di pecorino romano grattugiato
- sale e pepe nero a piacere
- ⅛ prezzemolo fresco a foglia piatta tritato

Metodo

1.Lavare i cubetti di patate e immergere in una ciotola riempita di acqua fredda per circa 10 minuti.

2.Scolare le patate e tamponare. Trasferire in una ciotola e aggiungere olio d'oliva. metterli in un cesto da forno

3.Bake nel forno a 160℃ per 18 minuti e infine aumentare la temperatura a 20℃ per altri 3 minuti

4.Nel frattempo mescolare le uova, il pecorino romano, sale e pepe in una ciotola e versare in una teglia antiaderente circa 15 cm di diametro. Aggiungere patate cotte e porri. Mettere la tortiera nel forno. Cuocere fino a quando le tortillas non saranno dorate, circa 15 minuti.

5.Togliere dal forno e raffreddare per 5 minuti. Cospargere con prezzemolo italiano prima di servire.

Torta della Foresta Nera

Tempo 40mins/Temperatura 140℃

Ingredienti

- 175g di burro salato, più extra per la latta
- 200g cioccolato fondente
- 300g di farina normale
- 375g di zucchero fuso dorato
- 25g di cacao
- 1 cucchiaino di bicarbonato di soda
- 2 uova
- 200 g di latticello o yogurt naturale

Da assemblare

- 425g lattina di ciliegie denocciolate, scolate con 2 cucchiai di succo riservato
- 100g confettura di ciliegie morello
- 4 cucchiai di kirsch (o più succo dalla lattina se vuoi che sia analcolico)
- 500ml doppia crema
- 3 cucchiai di zucchero a velo
- 1 piccola ciliegia fresca (opzionale)

Metodo

1. Ungere e rivestire i fondi di 3 x 20cm tortini. Bollitore. Mettere burro e 75g di cioccolato tritato in una casseruola e riscaldare delicatamente, mescolando, fino a quando non saranno completamente sciolti.

2.In una ciotola mescolare farina, zucchero, cacao in polvere e bicarbonato di sodio con un pizzico di sale. Sbattere le uova con il latticello o lo yogurt. Grattare la miscela di cioccolato fuso e il composto di uova negli ingredienti secchi, aggiungere 100ml di acqua bollente e sbattere brevemente con una frusta elettrica fino a quando la pastella della torta non sarà priva di grumi.

3.Dividere il composto tra le teglie e cuocere per 40 minuti. Per verificare se sono fatti, inserire uno spiedino e controllare che venga fuori pulito.

4.Prick la torta con una forchetta un paio di volte. Mescolare 2 cucchiai di succo di ciliegia riservato con il kirsch (o più succo) e cospargere la torta. Raffredda la torta.

5.Combine restanti ciliegie scolate e marmellata. Versare 200 ml di panna in una piccola casseruola e riscaldare a fuoco lento. Tritare il cioccolato rimanente, metterlo in una ciotola termoresistente, versare sopra la panna calda e mescolare fino a quando non si scioglie. Mettete da parte finché non siete pronti a diffondersi.

6.Quando la torta si sarà raffreddata, sbattere insieme la restante panna e lo zucchero a velo fino a quando non sarà leggermente montata. Stendere su entrambe le torte, quindi cucchiaio sopra le ciliegie marmellata. Stack le torte uno sopra l'altro. Stendere la crema di cioccolato sulla terza torta e metterla sopra gli altri. Stack ciliegie fresche dentro e intorno alla torta prima di servire

Consigli

Tutte le ricette non sono schemi fissi, è possibile modificare il metodo di cottura o aumentare o diminuire la quantità di condimento e tempo di cottura in base al proprio gusto personale.

I forni ad aria sono progettati per consentirti di preparare pasti più salutari e comodi e goderti i tuoi pasti. Ti aiuta ad evitare i rischi per la salute e i limiti di capacità che può avere una friggitrice ad aria. Non sostituisce completamente tutti i tuoi utensili da cucina, ma si distinguerà tra tutti.

Tutte le funzioni preimpostate non sono limitate a un solo tipo di cibo. Ad esempio, in modalità tostatura, puoi anche arrostire aglio e pomodori. Usa la tua immaginazione.

Vuoi scambiare consigli culinari con i compagni HYSapientia? Unisciti alla famiglia HYSA KITCHEN: Famiglia culinaria HYSapientia

HYSapientia pubblicherà gli ultimi sviluppi di nuovi prodotti (accessori) sui social media, segui i nostri social media per ulteriori informazioni:

Facebook: :HYSapientia.it
Pinterest: HYSapientia
Twitter: @Hysaofficial

Nel frattempo, seguici sul nostro canale YouTube: HYSapientia o INS: HYSapientia. Continueremo a aggiornare i video di cottura al forno, cucina con noi! Unisciti alla grande famiglia di HYSA KITCHEN!

CATÁLOGO DE RECETAS ESPAÑOLAS

Magdalena **P66**

salmón a la parrilla **P67**

Bacalao **P68**

Lubina Asada **P69**

Fruta Deshidratada **P70**

Patatas fritas al aire **P71**

Nuggets de pollo **P72**

Salchichas **P73**

Tocino **P74**

Muslos de pollo **P75**

Pechugas de pollo **P76**

Filete al horno con freidora de aire **P77**

Pizza Margarita En 4 Sencillos Pasos **P78**

Chuletas De Cerdo **P79**

Costillar De Cordero Asado Al Romero **P80**

Pollo Jerk Asado **P81**

Codillo de cerdo bávaro **P82**

Estofado de carne **P83**

Schnitzel estilo vienés **P84**

Paella **P85**

Galletas De Miel **P86**

pastel de carne **P87**

Lasaña Boloñesa **P88**

lasaña de pescado **P89**

focaccia **P90**

ciabatta **P91**

Flan **P92**

Pan Con Tomate **P93**

Tortilla **P94**

Torta del bosque negro **P95**

Magdalena

Tiempo 40 minutos/Temperatura 140 ℃

Ingredientes

- 80ml de aceite de oliva (variedad light y leche)
- 130 ml de leche de avena
- 1/2 cucharadita de vinagre de sidra
- Taza de harina leudante de 185 g
- 1 cucharadita de canela dulce molida
- 1/2 cucharadita de levadura en polvo
- una pizca de sal
- 150 g de azúcar en polvo
- para el glaseado
- 250 g de mantequilla de barra vegana
- 250 g de azúcar glas
- azúcar de canela

Método

1.Combine la leche y el vinagre de manzana en un frasco y deja reposar durante 5 minutos para espesar.

2.Mezcla los ingredientes secos hasta que estén suaves. Vierte el aceite de oliva y la mezcla de leche y mezcla de nuevo para obtener una masa suave.

3.Divide tu mezcla para pastel en 8 moldes para cupcakes y colócalos en el horno de aire HYSapientia en el modo de horneado preestablecido a 140℃ y hornea durante 40 minutos.

4.Mientras tu pastel se enfría, bate la mantequilla con una batidora eléctrica de mano hasta que esté pálida y esponjosa. Agrega gradualmente el azúcar en polvo mientras continúas batiendo, luego rompe la mermelada de galletas.

5.Extiende el glaseado sobre cada pastel enfriado, espolvorea con azúcar y canela.

salmón a la parrilla

Tiempo 20-25 minutos/Temperatura 200-230 ℃

Ingredientes

- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de pimienta
- 1 cucharadita de hierbas mixtas
- 1 cucharadita de ajo granulado (opcional)
- 4 filetes de salmón, sin piel o sin piel
- ½ cucharada de aceite de oliva
- verduras de temporada cocidas y granos como la quinua o el arroz integral, para servir (opcional)

Método

1.Combina la sal, la pimienta, las hierbas mixtas y los gránulos de ajo, si los usas, en un tazón y esparce en un plato. Frota cada filete de salmón con un poco de aceite de oliva y enróllalo en el condimento para cubrirlo.

2.Pon una capa en el horno, ajusta el modo de pescado (el patrón de pescado parpadea), ajusta la temperatura de 200-230 grados y cocina durante 20-25 minutos hasta que esté cocido. Si tienes filetes de salmón más grandes, necesitarás cocinarlos por más tiempo - revisa después de 10 minutos. Los ingredientes deben voltearse a la mitad del tiempo. Sirve con verduras, quinoa o arroz si lo prefieres.

Bacalao

Tiempo 20-25 minutos/Temperatura 200-230 ℃

Ingredientes

- 3 cucharadas de harina común
- 4 filetes de lomo de bacalao
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 limón, en rodajas
- ½ manojo pequeño de tomillo

Método

1.Vierte la harina en un tazón y añade un poco de condimento. Cubre cada filete de bacalao en la harina hasta que esté uniformemente cubierto.

2.Calienta la mitad del aceite en una sartén antiadherente a fuego medio-alto. Añade el bacalao y fríe por 2 minutos por lado o hasta que estén dorados.

3.Transfiere el bacalao a una bandeja para hornear. Coloca las rodajas de limón y el tomillo sobre y alrededor del pescado y rocía con el aceite restante. Ajusta la temperatura a 200 grados y hornea durante 10 minutos o hasta que esté cocido por completo.

Lubina Asada

PASO 1: Tiempo 25 minutos/Temperatura 180 ℃
PASO 2: Tiempo 7-8 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 300 g de papas de piel roja cortadas en rodajas
- 1 pimiento rojo, cortado en tiras
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 1 rama de romero, sin hojas y finamente picado
- 2 filetes de lubina
- 25 g de aceitunas negras sin hueso, partidas por la mitad
- ½ limón, en rodajas finas
- puñado de hojas de albahaca

Método

1.Precalienta el horno a 180℃ y coloca las papas y las hojuelas de pimiento en una bandeja grande para hornear antiadherente. Rocía con 1 cucharada de aceite y espolvorea con romero, una pizca de sal y pimienta molida. Revuelve todo bien y hornea durante 25 minutos, volteando a la mitad, hasta que las papas estén doradas y crujientes en los bordes.

2.Coloca los filetes encima y espolvorea las aceitunas. Coloca unas rodajas de limón sobre el pescado y rocía con el aceite restante. Hornea durante otros 7-8 minutos, hasta que el pescado esté cocido por completo. Espolvorea con hojas de albahaca y sirve.

Fruta Deshidratada

Tiempo 4 horas/Temperatura 70 ℃

Ingredientes

- 2 mangos, en rodajas finas
- 1 kiwi, en rodajas finas
- 2 plátanos, en rodajas finas
- 6 fresas, en rodajas finas
- 1 manzana, sin corazón y en rodajas finas (opcional)

Método

1.Pela (opcional) y corta en rodajas la fruta de tu elección. Las hojuelas pueden deshidratarse de manera efectiva.

2.Ajusta el horno en modo de deshidratación (como se muestra). La temperatura se ajusta a 70 grados y el tiempo es de 4 horas. (Las frutas con suficiente agua pueden extenderse de 30 minutos a 1 hora).

Patatas fritas al aire

Tiempo 20 minutos Temperatura 190 ℃

Ingredientes

- 4-5 papas grandes, alrededor de 1 kg
- 1 cucharada de aceite de girasol o de oliva

Método

1.Para hacer patatas fritas rectas y ordenadas, pela las patatas y recorta cualquier borde redondeado para que se conviertan en piezas rectangulares. Corta las piezas en palitos, deben estar entre papas fritas y papas gruesas, si son demasiado delgados pueden agrietarse; demasiado gruesos y no se cocinarán por completo (guarda los cortes si te gustan las papas trituradas o añádelos a las sopas). O, si no te importa la orden, puedes rebanar las patatas sin pelar ni recortar. Enjuaga las patatas y sécalas con una toalla de té limpia.

2.Agrega el aceite antes de verter las patatas en la canasta del horno de aire, luego vierte las patatas en el aceite para que se cubran uniformemente. Usa el remo para programar el horno en modo de fritura con una configuración de temperatura de 190 grados y un tiempo establecido de 20 minutos. (Puedes ajustar el tiempo si deseas que estén crujientes o suaves). La forma de cambiar el tiempo es: después de seleccionar el modo que necesitas, presiona el botón de ajuste de tiempo del horno, verás que el tiempo está parpadeando, en este momento puedes usar el remo o tu dedo para ajustar lo que necesitas. Sí, y finalmente presiona el botón de inicio. Necesitas voltear las patatas a la mitad de la cocción, puedes hacer esto pausando el horno.

Nuggets de pollo

Tiempo 20 minutos Temperatura 190 ℃

Ingredientes

- 400 g de filetes de pechuga de pollo
- 4 cucharadas de harina común
- 1 huevo, ligeramente batido
- 115 g de pan rallado panko u otro pan rallado seco
- 2 cucharadas de aceite vegetal o de girasol

Método

1.Corta el pollo en trozos del tamaño de un bocado. Coloca los trozos cortados sobre una capa de film transparente, cúbrela con otra capa de film transparente, y golpea con un rodillo hasta que queden con un grosor uniforme de unos 2-3mm.

2.Vierte la harina en un plato, añade una pizca de sal y mezcla. Pon los huevos batidos en un bol y el pan rallado en otro.

3.Sumerge cada trozo de pollo en la harina, luego en el huevo (quitando el exceso), y finalmente en el pan rallado. Coloca cada trozo en una bandeja para horno ligeramente engrasada. Para hacer más fácil la navegación por las migas de pan, te recomendamos usar una mano para cada paso.

4.Pon el aire freidora a calentar a 190℃, agrega los trozos de pollo en la cesta y fríe durante 20 minutos.

Salchichas

Tiempo 15-20 minutos/Temperatura 200-230 ℃

Ingredientes

- 6 salchichas de tu elección

Método

1.Pincha la salchicha varias veces con un cuchillo afilado (esto es opcional, pero ayuda a liberar más grasa). Rocía un poco de aceite en una bandeja para hornear y coloca las salchichas encima.

2.Configura el freidora de aire a 200-230℃ y cocina durante 20-25 minutos, volteando cada 5 minutos, hasta que la salchicha esté cocida por completo.

Tocino

Tiempo 10 minutos/Temperatura 230 ℃

Ingredientes

- 6 lonjas de tocino entreverado o 3 lonjas de tocino

Método

1.Coloca el tocino en la rejilla del horno - asegúrate de que las capas no se superpongan. El tamaño de la parrilla determinará cuánto tocino puedes cocinar a la vez.

2.Configura el horno en modo de asado (el patrón en el asador parpadea), ajusta la temperatura a 200℃ y cocina durante 6-10 minutos - 6 minutos para tocino recién cocido, pero de 9 a 10 minutos para tocino más crujiente.

Muslos de pollo

Tiempo 20 minutos/Temperatura 230 ℃

Ingredientes

- 1 cucharadita de pimentón
- ½ cucharadita de hierbas mixtas
- ½ cucharadita de ajo granulado (opcional)
- 4 muslos de pollo, con hueso
- 1 cucharadita de aceite de oliva

Método

1.Mezcla el pimentón en un tazón con las hierbas y los granos de ajo, si los usas, junto con ½ cucharadita de sal y ½ cucharadita de pimienta negra molida. Espárcelo en un plato. Frota los muslos de pollo con el aceite y luego cúbrelos con la mezcla de especias.

2.Coloca en la canasta del freidora de aire y activa el modo de Pollo (el ícono de la pierna de pollo parpadea). Rocía la canasta con aceite (para evitar que la comida se pegue durante el proceso de asado), ajusta la temperatura a 230 grados durante 20 minutos y voltea la comida a la mitad del tiempo. Para verificar si están fritos, perfora la parte más gruesa del muslo con un cuchillo para ver si los jugos salen claros. Sácalos del horno inmediatamente para evitar que la piel se ablande.

Pechugas de pollo

Tiempo 20 minutos/Temperatura 230 ℃

Ingredientes

- 4 pechugas de pollo
- ½ cucharada de aceite de colza
- 1 cucharadita de sal
- 1 ½ cucharadita de gránulos de ajo
- 1 cucharadita de pimentón dulce ahumado
- 2 cucharaditas de hierbas mixtas
- ½ cucharadita de pimienta

Método

1.Cubra el pollo con aceite y reserve. En un tazón, mezcle la sal, el ajo, el pimentón y las hierbas mixtas con una buena cantidad de pimienta negra recién molida, y espolvoree sobre un plato.

2.Pase cada pechuga de pollo aceitada por la mezcla de condimentos y colóquela en la rejilla del horno. Configure el horno en modo de asado de pollo (el patrón de muslo parpadea) y a 230 grados durante 20 minutos, volteando después de 10 minutos. Para verificar si está cocido, pase un cuchillo por la parte más gruesa del pollo para ver si los jugos salen claros. Sirva con verduras o ensaladas.

Filete al horno con freidora de aire

Tiempo 12 minutos/Temperatura 230 ℃

Ingredientes

- 4 cucharadas mantequilla ablandada
- 2 dientes de ajo, picados
- 2 cucharaditas perejil recién picado
- 1 cucharadita cebollino recién picado
- 1 cucharadita tomillo recién picado
- 1 cucharadita romero recién picado
- 1 (2 libras) de chuletón con hueso
- Sal kosher
- Pimienta negra recién molida

Método

1.En un recipiente pequeño, combine la mantequilla y las hierbas. Colóquelo en el centro de un trozo de papel film y enrolle en forma de cilindro. Gire los extremos para apretar y refrigere durante 20 minutos hasta que se endurezca.

2.Sazone la carne por ambos lados con sal y pimienta.

3.Coloque los filetes en la cesta de la freidora de aire y cocine a 230℃ durante 12 minutos a fuego medio, dependiendo del grosor del filete, volteando a la mitad del tiempo.

4.Sirva con una cucharada de mantequilla de hierbas encima del filete.

Pizza Margarita En 4 Sencillos Pasos

Tiempo 7 minutos/Temperatura 230 ℃

Ingredientes

para la base
- 300 g de harina de pan fuerte
- 1 cucharadita de levadura instantánea (de un sobre o una tarrina)
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharada de aceite de oliva, más extra para rociar

Para la salsa de tomate
- 100 ml de puré
- un puñado de albahaca fresca o 1 cucharadita seca
- 1 diente de ajo, machacado

para la cobertura
- 125 g de mozzarella en bolas, en rodajas
- un puñado de queso parmesano rallado o rallado (o una alternativa vegetariana)
- puñado de tomates cherry, cortados a la mitad

Para terminar
- puñado de hojas de albahaca (opcional)

Método

1.Prepara la masa: Pon la harina en un bol grande, luego agrega la levadura y la sal y mezcla. Haz un pozo, vierte 200 ml de agua tibia y aceite de oliva, y revuelve con una cuchara de madera hasta obtener una masa suave y bastante húmeda. Coloca la masa en una superficie ligeramente enharinada y amasa durante 5 minutos hasta que quede suave. Cubre con un paño de cocina y deja reposar. Puedes dejar que la masa se levante si quieres, pero no es necesario para una base delgada.

2.Prepara la salsa: Mezcla la passata, la albahaca y el ajo machacado, y sazona al gusto. Mientras comienzas a dar forma a la base, deja que la salsa repose a temperatura ambiente.

3.Estira la masa: Si dejaste que la masa se levantara, dale un amasado rápido y luego divídela en dos bolas. En una superficie enharinada, usa un rodillo para estirar la masa en un círculo grande de aproximadamente 25 cm de ancho. La masa debe ser delgada ya que se elevará en el horno. Coloca las bases en dos bandejas para hornear enharinadas.

4.Agrega los ingredientes y hornea: Precalienta el horno a 230℃ y usa el dorso de una cuchara para extender la salsa sobre la base. Espolvorea con queso y tomates, rocía con aceite de oliva y sazona. Hornea durante 7 minutos hasta que quede crujiente. Agrega un poco más de aceite de oliva, si usas hojas de albahaca. Repite los pasos para hacer la otra pizza.

Chuletas De Cerdo

PASO 1: Tiempo 25 minutos/Temperatura 180 ℃
PASO 2: Tiempo 20 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 1 kg de patatas nuevas, cortadas por la mitad
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 6 dientes de ajo machacados
- un pequeño puñado de tomillo
- 6 cucharadas de miel
- 6 cucharadas de mostaza de grano entero
- 4 chuletas de cerdo con hueso y de grosor grueso (aproximadamente 250g cada una)

Método

1.Precalienta el horno a 180℃. Vierte las patatas, el aceite, el ajo y el tomillo en una fuente para horno poco profunda y mezcla con las manos para cubrir con el aceite. Sazona al gusto. Hornea durante 25 minutos, hasta que las patatas estén tiernas al pincharlas con un cuchillo.

2.En un bol pequeño, mezcla la miel y la mostaza. Sazona las chuletas de cerdo con sal y pimienta, luego cepilla con la mitad del adobo. Coloca las patatas en una bandeja y hornea por otros 10 minutos, luego da vuelta a las chuletas y rocía el adobo restante por encima. Continúa horneando por 10 minutos más, hasta que estén cocidas por completo.

Costillar De Cordero Asado Al Romero

Tiempo 25 minutos/Temperatura 200 ℃

Ingredientes

- 4 costillares de cordero
- 4 dientes de ajo,
- un gran tallo de romero,
- 8 cucharadas de aceite de oliva ligero

Método

1.Coloque los chuletas de cordero en una fuente de horno de vidrio o cerámica, espolvoree ajo y romero encima y rocíe con aceite de oliva. Marine durante al menos 4 horas (toda la noche si tiene tiempo), volteando ocasionalmente.

2.Precaliente el horno a 200℃. Sazone generosamente el cordero con sal y pimienta. Caliente una sartén grande y pesada a fuego medio y dore el lado de la carne por ambos lados durante aproximadamente 1-2 minutos, luego voltear y cocinar el otro lado durante 1 minuto adicional. Finalmente, dore los extremos brevemente para que toda la carne expuesta se selle. Retire y repita con los dos racks restantes.

3.Coloque los racks en una bandeja para hornear grande y colóquelos en pares con los huesos unidos entre sí. Ase durante unos 8 minutos para carne muy rosada, 17-20 minutos para carne mediana y 25 minutos para carne bien cocida. Para probar el cordero, inserte la punta de un pincho o un cuchillo en el centro de la carne, déjelo reposar durante 30 segundos y pruebe aplicándolo en el interior de su muñeca, debería sentirse caliente. Si todavía se siente frío, continúe cocinando el cordero ya que aún estará crudo en el medio. Vuelva a probar después de 5 minutos.

4.Transfiera el cordero a un plato caliente, cúbralo ligeramente con papel de aluminio y déjelo reposar en un lugar cálido durante unos 5 minutos antes de cortar (si tiene que esperar más de esto, es posible que deba volver a colocar el cordero en el horno durante un minuto o dos antes de servir, para restaurar la temperatura). Cortar y servir en un plato caliente con una cucharada de guiso de garbanzos.

Pollo Jerk Asado

Tiempo 45 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 1,6 kg de pollo entero
- 1 cebolla morada, pelada, cortada en gajos, dejando la raíz intacta
- 1 pimiento rojo, sin semillas, picado en trozos
- 500 g de batatas, peladas, cortadas en trozos
- Sal y pimienta recién molida, al gusto
- 2 cucharadas de aceite de girasol

Para el adobo de pasta Jerk

- 5 cebolletas, cortadas en tercios
- 3 dientes de ajo grandes, pelados
- 1 chile scotch bonnet, sin semillas
- Jengibre pelado, trozo de 4 cm.
- 10 g de tallos y hojas de cilantro reservados, para servir
- Ralladura y jugo de 1 lima (guarde las mitades jugosas para rellenar la cavidad del pollo)
- 1 cucharada de miel
- 1 cucharada de aceite de oliva
- ½ cucharadita de nuez moscada rallada
- 1 cucharadita de pimienta de Jamaica molida
- 1 cucharada de salsa de soja

Método

1.Para la marinada de salsa jerk, mezcle todos los ingredientes en un procesador de alimentos hasta que se forme una pasta suave.

2.Rellene la cavidad del pollo con la mitad del jugo de lima y ensarte el pollo. Colóquelo en la sartén.

3.Cubra uniformemente el pollo con la marinada preparada. Cubra el pollo y la bandeja para hornear con papel aluminio y colóquelos en el refrigerador durante al menos 6 horas y hasta 1 día.

4.Configure el horno de aire HYSapientia en modo de asador y la temperatura a 180 grados.

5.Cocine el pollo con el pecho hacia abajo durante 45 minutos.

6.Retire el pollo del horno, retire el papel aluminio y coloque cuidadosamente el pollo en un plato hondo, vertiendo los jugos de la cavidad en el plato.

7.Sazone bien las cebollas rojas, los pimientos y los boniatos. Luego, mézclelos en la bandeja para cubrir cualquier pasta jerk sobrante. Coloque el pollo con el pecho hacia arriba sobre las verduras y rocíe con aceite. Vuelva a colocar la bandeja en el estante del medio, sin cubrir, y cocine durante 45 minutos.

8.La cocción está completa cuando las verduras estén tiernas y el pollo alcance los 75℃ en un termómetro de lectura instantánea. Retire cuidadosamente el pollo y envuélvalo en papel aluminio, luego déjelo reposar durante 10 minutos.

9.Si prefiere las verduras más crujientes, vuelva a colocarlas en el horno y cocine durante otros 10 minutos. Sirva caliente con pollo y verduras, espolvoreado con hojas de cilantro.

Codillo de cerdo bávaro

Tiempo 35-40 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 1 codillo(s) de cerdo
- 2 cucharaditas de sal
- ½ cucharadita de pimienta
- Cerveza

Método

1.Corta la pata de cerdo en trozos.

2.Mezcla bien la pimienta y la sal en un tazón pequeño y sazona la pata con ella.

3.Coloca la pata de cerdo en el horno de aire HYSapientia a 180 grados durante una hora.

4.Después de una hora, vierte cerveza o agua sobre la pata y ásala durante otros 35-40 minutos a 180 grados.

Estofado de carne

Tiempo 60 minutos/temperatura 230 ℃

Ingredientes

- 2 palitos de apio, en rodajas gruesas
- 1 cebolla, picada
- 2 zanahorias muy grandes, cortadas por la mitad a lo largo y luego en rodajas muy gruesas
- 5 hojas de laurel
- 2 ramitas de tomillo, 1 entera y 1 en hojas recogidas
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1 cucharada de mantequilla
- 2 cucharadas de harina común
- 2 cucharadas de puré de tomate
- 2 cucharadas de salsa Worcestershire
- 2 cubos de caldo de res, desmoronados
- 850 g de ternera para guisar, cortada en trozos grandes y bonitos

Método

1.Coloque 2 ramas de apio cortadas en rodajas finas, 1 cebolla picada, 2 zanahorias grandes, 5 hojas de laurel y 1 ramita de tomillo en una cacerola resistente al fuego con 1 cucharada de aceite vegetal y 1 cucharada de mantequilla en el medio.

2.Sofría durante 10 minutos, luego agregue 2 cucharadas de harina común y revuelva hasta que no parezca polvorienta, luego agregue 2 cucharadas de pasta de tomate, 2 cucharadas de salsa Worcestershire y 2 cubos de caldo de carne.

3.Agregue gradualmente 600 ml de agua caliente, luego vierta 850 g de guiso de carne y cocine a fuego lento durante 3-5 minutos.

4.Cubra y hornee en el horno a 230 ℃ durante 1 hora, hasta que la carne esté tierna y la salsa se haya espesado.

Schnitzel estilo vienés

Tiempo 10-15 minutos/Temperatura 200 ℃

Ingredientes

- 2 rebanadas, no muy finas
- 1 huevo
- 1 cucharada de leche
- pan rallado
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- sal y pimienta
- Mantequilla para el schnitzel

Método

1.El bistec tiene aproximadamente 1-2cm de grosor, no hay que golpearlo.

2.Sazonar con sal y pimienta.

3.Espolvorear ligeramente con harina. Agregar huevo y leche. Mezclar los pimientos en el pan rallado.

4.Sumergir el schnitzel enharinado primero en el huevo y luego en el pan rallado. Presionar bien y dejar enfriar durante unos 20 minutos.

5.Derretir la mantequilla y cepillar ligeramente las migas de los lados con un pincel de silicona.

6.HYSapientia Horno de aire caliente a 200 ℃, 10 - 12 minutos. Dar la vuelta a los filetes y hornear durante otros 4-5 minutos.

Aumentar el tiempo si se desea un tono marrón más oscuro.

Paella

Tiempo: 45 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 3 cucharadas de aceite de oliva virgen
- 2 cebollas medianas, finamente picadas
- 1 pimiento rojo, cortado en cubitos
- 150 gr de chorizo cortado en rodajas
- 2 dientes de ajo, picados
- 1 cucharada de pasta de tomate
- 1 1/4 cucharaditas de pimentón dulce
- Sal y pimienta negra, al gusto
- 500 gramos de arroz bomba o arroz paella
- 1/2 cubo de caldo de pollo
- 1,5 litros de caldo de pescado o pollo
- 1 cucharadita de hebras de azafrán
- 500 gramos de mejillones
- 500 g de gambas peladas
- Medio kilo de salchichas de pollo en lonchas finas
- 1 taza de guisantes congelados
- 2 cucharadas de perejil fresco picado

Método

1.Caliente el aceite de oliva en una paellera o sartén apta para horno a fuego medio. Agregue la cebolla al aceite caliente y fría durante 5 minutos.

2.Retire las semillas de los pimientos y córtelos en cubos pequeños, agréguelos a la sartén y fría con las cebollas hasta que se ablanden un poco.

3.Agregue la salchicha y el ajo picado y cocine, revolviendo, durante 1 minuto. Agregue la pasta de tomate y el pimentón, revuelva y fría por otro minuto.

4.Agregue suficiente sal y pimienta, luego agregue el arroz. Revuelva para que se dore, luego desmorone los cubos en una taza de caldo y vierta.

5.Deje que todo se cocine hasta que se absorba el líquido, unos 4-5 minutos. Vierta el caldo restante y los hilos de azafrán, luego aumente el fuego.

6.Cubra la paellera con papel aluminio y colóquela en el horno. Deje que se hornee durante 30-35 minutos, hasta que vea que el líquido se ha absorbido por completo.

7.Saque la paellera del horno y después de haber colocado los mejillones, langostinos pelados, salchicha y guisantes encima, vuelva a meterla, cubra de nuevo y hornee otros 10-15 minutos hasta que los mejillones estén abiertos y los langostinos estén rosados.

8.Finalmente, retire del horno y cubra hasta que esté listo para servir. Si ve mejillones cerrados, retírelos. Puede espolvorear un poco de perejil encima antes de servir.

Galletas De Miel

Tiempo 15 minutos/Temperatura 160 ℃

Ingredientes

- 1 taza de azúcar blanca
- 1 taza de manteca
- 1 taza de miel
- 2 huevos grandes
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de jengibre picado
- 4 tazas de harina para todo uso

Método

1.Derretir el azúcar, la manteca y la miel en una cacerola a fuego lento.

2.Mezclar los huevos, la vainilla, el polvo de hornear y el jengibre. Agregar gradualmente a la mezcla de miel enfriada. Añadir lentamente la harina a la mezcla. Revolver hasta que todo esté bien mezclado.

3.Colocar cucharaditas a unos 5 cm de distancia en las bandejas de hornear.

4.Configurar el horno a 160 grados Celsius y hornear durante 15 minutos (el tiempo se puede ajustar según la preferencia personal).

pastel de carne

Tiempo 25-30 minutos/Temperatura 170 ℃

Ingredientes

- 2 chalotes, pelados y finamente picados
- 1 zanahoria(s) pequeña(s), finamente picada
- 1 remolacha, finamente picada
- 1 raíz(es) de perejil, finamente picada
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 300 gramos de carne picada
- 1 huevo
- 2 cucharadas de panko
- 1 cucharada de mostaza Dijon
- 1 cucharadita de pimentón en polvo, especia dulce o barhat
- 1 chile(s) pequeño(s), finamente picado
- 1 pizca(s) de sal marina y pimienta molida
- 50 g de queso feta, finamente picado
- 1 manojo de perifollo, picado

Método

1.Sofreír los chalotes y las verduras cortadas en cubos en aceite de oliva para que se doren. Dejar enfriar.

2.Mezclar bien la carne picada con los huevos, mostaza, pimentón o especias baharat y pan rallado panko. Agregar pimienta de cayena si se desea.

3.Ahora agregar las verduras con el queso feta y la hierba chervil picada, mezclar bien de nuevo y sazonar con sal y pimienta.

4.Colocar todas las partes engrasadas en la cesta de limpieza rápida, ajustar el HYSapientia horno de aire a 170℃ y hornear durante 25-30 minutos.

5.Si desea darle un toque extra a su asado, puede colocar lonchas finas de tocino en el exterior.

Lasaña Boloñesa

Tiempo 30 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

para la lasaña
- 100 g de lasaña
- queso rallado

Para la salsa boloñesa
- 75 g tocino dulce
- 0.5 zanahorias
- 0.5 cebollas
- 0.5 costillas de apio
- 250 g de ternera picada
- 100 ml de vino tinto
- puré de tomate 200ml
- 100 ml de leche
- sal fina
- aceite de oliva virgen extra
- pimienta

Método

1.Primero debes preparar la salsa y dorar el tocino por separado. Ponlo al fuego a fuego alto hasta que se derrita un poco de grasa.

2.Agrega el aceite de oliva, el apio, las zanahorias picadas y la cebolla y mezcla con una cuchara. Fríe por unos minutos.

3.Cuando vertemos la carne picada en la sartén, la desmenuzamos un poco y la mezclamos bien. Después de 5 minutos, retiramos el exceso de grasa con el vino y cocinamos durante otros 5 minutos.

4.En este punto, agrega el puré de tomate, sazona con sal y pimienta, y revuelve para cubrir.

5.Cubre y cocina a fuego muy bajo durante al menos una hora y media para espesar nuestra salsa.

6.Vierte la leche en la olla y cocina durante otros 5 minutos. La consistencia debe ser uniforme y sobre todo cremosa, si es necesario, déjala cocinar durante 10 minutos.

7.Una vez que la salsa está lista, podemos armar la lasaña: pon unas cucharadas de salsa en el fondo del molde.

8.Cubre con una lámina de lasaña, luego cubre con más salsa boloñesa.

9.Desliza unas cucharadas de bechamel sobre la salsa.

10.Espolvorea con un puñado de queso rallado.

11.Cubrimos con otra lámina y repetimos: salsa, bechamel, queso rallado. ¡Para la capa final podemos agregar tanto la bechamel como el queso para un gratinado súper apetitoso!

12.Coloca en el horno y cocina en un horno precalentado a 180 ℃ durante 30 minutos.

13.Lo sacamos del horno, esperamos unos minutos a que se enfríe un poco y luego ¡estamos listos para servir nuestra humeante lasaña boloñesa!

lasaña de pescado

Tiempo 15 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

Para la lasaña
- 125 g de láminas de lasaña listas para usar
- 200 g de bechamel
- queso rallado

Para la bechamel
- 250 ml de leche
- 30 g de harina
- 30 g de mantequilla
- nuez moscada
- sal fina

Para el aderezo de pescado
- 75 g de filetes de salmón
- 75 g de langostinos
- 75 g de lubina
- 50 g de salmonete
- 1 diente de ajo
- 25 ml de vino blanco
- perejil
- aceite de oliva virgen extra
- sal fina

Método

1.Cortar el salmón, las cáscaras de langostinos y la lubina en trozos iguales.

2.Calentar el aceite en una sartén, añadir el ajo pelado y cocinar todos los filetes de pescado y salmonete.

3.Desglasar con el vino, cocinar a fuego medio durante unos minutos, sazonar con sal y añadir el perejil picado.

4.En una cacerola aparte, preparar la salsa derritiendo la mantequilla a fuego lento.

5.Agregar la harina y, siempre mezclando con un batidor, añadir la leche poco a poco.

6.Una vez que la bechamel se ha espesado, agregar la sal y la nuez moscada y mezclar bien de nuevo.

7.En este punto hemos montado nuestra lasaña. Verter unas cucharadas de bechamel (usamos dos pequeñas) en el fondo de la bandeja, cubrir con la primera capa de láminas de lasaña secas, luego añadir un poco de pescado. Cubrir con más bechamel y un poco de queso rallado.

8.Superponer las capas hasta que se complete el relleno, y al final añadir una cantidad generosa de bechamel y queso. Cocinar la lasaña de pescado en la freidora de aire HYSapentia a 180℃ durante 15 minutos.

focaccia

Tiempo 20-25 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 134 ml de agua
- 8,333 g de levadura de cerveza
- 2 g de azúcar
- 17 g de aceite de oliva
- 84 g de harina
- 84 g de harina de manitoba
- 6,7 g de sal fina
- sal gruesa
- Romero

Método

1.En un recipiente vertemos agua. Debe estar tibia porque debemos disolver la levadura de cerveza desmenuzada en ella.

2.Agregamos azúcar y aceite de oliva. Comenzamos a añadir la harina poco a poco, revolviendo constantemente hasta que se termine. Finalmente agregamos una cucharadita de sal.

3.Seguimos trabajando bien hasta obtener una masa elástica y pegajosa. Cubrimos nuestro recipiente con papel film y dejamos que la masa suba durante 2 horas, verás que la masa se duplica de tamaño.

4.Preparamos el molde para el horno con un chorrito de aceite de oliva, que esparcimos cuidadosamente por el fondo. Vertemos la masa de la focaccia en el molde y extendemos. Dejamos reposar por otros 30 minutos.

5.Estamos listos para los toques finales: un espolvoreado de sal kosher, hojas de romero y aceite de oliva en la superficie de nuestra focaccia. Horneamos en el horno a 180℃ durante 20-25 minutos.

Ciabatta

Tiempo 25-30 minutos/Temperatura 180 ℃

Ingredientes

- 143 g de harina
- 100 ml de agua
- 5.714 g de aceite de oliva
- 0,857 g de levadura de cerveza seca
- sal fina
- harina de trigo duro

Método

1.En un bol, combinamos la harina y la levadura de cerveza. Mezclamos bien con un tenedor.

2.Mezclamos aceite de oliva y sal. Seguimos mezclando.

3.Agregamos agua poco a poco, debemos obtener una masa suave.

4.Espolvoreamos un poco de sémola y dejamos que la masa suba en un lugar cálido durante al menos 3 horas. Debe duplicar su tamaño.

5.Una vez que nuestra masa está bien leudada, espolvoreamos una tabla para pastelería con sémola y extendemos nuestra masa en un rectángulo bastante grueso, de unos 2 cm.

6.Dejamos nuestros rectángulos cubiertos con una toalla durante 30-40 minutos.

7.Después del tiempo de leudado, espolvoreamos con sémola y dividimos la masa en 6-7 piezas para formar rectángulos. Utilicé una espátula para separarlos, pero un cuchillo funcionaría igual de bien.

8.Vertemos los tozzetti en una bandeja para hornear con la sémola y cocinamos en el horno a 180℃ durante 25-30 minutos. Una vez fríos, están listos para acompañar nuestras comidas, y también son deliciosos para un picnic.

Flan

Tiempo 15-25 minutos/Temperatura 160 ℃

Ingredientes

- 1 taza de azúcar blanca
- 3 huevos grandes
- 1 lata (400 g) de leche condensada azucarada
- 1 lata (350 ml) de leche condensada
- 1 cucharada de extracto de vainilla

Método

1.Derretir el azúcar en una cacerola mediana a fuego medio-bajo hasta que esté líquido y dorado. Verter cuidadosamente el jarabe caliente en un molde redondo de vidrio de aproximadamente 9 pulgadas, girando el molde para cubrir uniformemente el fondo y los lados; reservar.

2.Batir los huevos en un tazón grande. Agregar leche condensada, leche evaporada y vainilla; batir hasta que esté suave. Verter la mezcla de huevo en un molde para hornear; cubrir con papel aluminio.

3.Ajustar el horno a 160℃ y hornear durante 15-25 minutos.

Para servir, verter cuidadosamente en un plato con borde; dejar que la salsa de caramelo fluya sobre el flan.

Pan Con Tomate

Tiempo 5 minutos/Temperatura 230 ℃

Ingredientes

- 4 rebanadas de pan de pueblo
- 2 tomates
- 40 g de albahaca fresca
- 2 dientes de ajo
- 80 g de mantequilla salada

Método

1.Primero, derretimos la mantequilla en una pequeña cazuela.

2.Luego picamos finamente hierbas frescas y ajo y lo añadimos a la mantequilla derretida.

3.Tostamos las rebanadas de pan en el horno en modo tostado hasta que estén doradas.

4.Cortamos los tomates en rodajas.

5.Una vez que el pan esté tostado, colocamos las rodajas de tomate encima y rociamos con la mantequilla de ajo y hierbas.

6.Lo ponemos en la mesa.

Tortilla

Tiempo 20-35 minutos/Temperatura 160-180 ℃

Ingredientes

- 1 patata grande, pelada y cortada en cubos de unos 2,5 cm
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
- ⅛ taza de puerros, cortados en trozos de aproximadamente 0,5 cm
- 5 huevos
- ¼ taza de queso Pecorino Romano rallado
- sal y pimienta negra al gusto
- ⅛ taza de perejil de hoja plana fresco picado

Método

1.Lave los cubos de patata y remoje en un bol lleno de agua fría durante unos 10 minutos.

2.Escurra las patatas y séquelas con un paño. Póngalas en un bol y agregue aceite de oliva. Colóquelas en una cesta de hornear.

3.Hornee en el horno a 160℃ durante 18 minutos, y finalmente aumente la temperatura a 20℃ durante otros 3 minutos.

4.Mientras tanto, mezcle los huevos, el queso Pecorino Romano, la sal y la pimienta en un bol y vierta en un molde para pastel antiadherente de unos 15 cm de diámetro. Agregue las patatas y los puerros cocidos. Coloque el molde para pastel en el horno. Cocine hasta que las partes superiores de las tortillas estén doradas, unos 15 minutos.

5.Retire del horno y deje enfriar durante 5 minutos. Espolvoree con perejil italiano antes de servir.

Torta del bosque negro

Tiempo 40 minutos/Temperatura 140 ℃

Ingredientes

- 175 g de mantequilla salada, más extra para la lata
- 200 g de chocolate negro
- 300 g de harina común
- 375 g de azúcar moreno dorado
- 25g de cacao
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 2 huevos
- 200g de suero de leche o yogur natural

Armar

- Lata de 425 g de cerezas sin hueso, escurridas con 2 cucharadas de jugo reservadas
- 100 g mermelada de guindas
- 4 cucharadas de kirsch (o más jugo de la lata si quieres que sea sin alcohol)
- 500ml crema doble
- 3 cucharadas de azúcar glas
- 1 cesta pequeña de cerezas frescas (opcional)

Método

1.Engrase y forre los fondos de 3 moldes para pasteles de 20cm. Hierva agua. Coloque la mantequilla y 75g de chocolate picado en una pequeña cacerola y caliente suavemente, revolviendo, hasta que estén completamente derretidos.

2.En un tazón para mezclar, combine la harina, el azúcar, el cacao y el bicarbonato con una pizca de sal. Bata los huevos con suero de leche o yogur. Agregue la mezcla de chocolate derretido y la mezcla de huevo a los ingredientes secos, agregue 100ml de agua hirviendo y bata brevemente con una batidora eléctrica hasta que la masa del pastel esté libre de grumos.

3.Divida la mezcla entre los moldes y hornee durante 40 minutos. Para comprobar si están listos, inserte un palillo y compruebe que salga limpio.

4.Pinche el pastel con un tenedor varias veces. Mezcle 2 cucharadas del jugo de cereza reservado con el kirsch (o más jugo) y rocíe el pastel. Deje enfriar el pastel.

5.Combine las cerezas restantes y la mermelada. Vierta 200ml de crema en una pequeña cacerola y caliente a punto de ebullición. Pique el chocolate restante, colóquelo en un tazón resistente al calor, vierta la crema caliente sobre el chocolate y revuelva hasta que esté derretido. Deje reposar hasta que esté listo para untar.

6.Cuando el pastel se haya enfriado, bata la crema restante y el azúcar en polvo hasta que estén ligeramente batidos. Unte ambos pasteles con la crema batida y luego coloque las cerezas en mermelada. Apile los pasteles uno encima del otro. Unte la crema de chocolate sobre el tercer pastel y colóquelo encima de los demás. Apile las cerezas frescas en y alrededor del pastel antes de servir.

Consejos

1.Todas las recetas no son patrones fijos, puedes cambiar el método de cocción o aumentar o disminuir la cantidad de condimentos y tiempo de cocción de acuerdo a tu gusto personal.

2.Los hornos de aire (air fryer) están diseñados para permitirte hacer comidas más saludables y convenientes y disfrutar de tus comidas. Puede ayudarte a evitar los riesgos para la salud y las limitaciones de capacidad que puede tener una freidora de aire. No es un reemplazo completo para todos tus utensilios de cocina, pero destacará entre todos ellos.

3.Todas las funciones preestablecidas no están limitadas a un solo tipo de alimento. Por ejemplo, en el modo de tostado, también puedes asar ajo y tomates. Usa tu imaginación.

4.Si necesita una versión electrónica de la receta, visite esta página
Familia culinaria hysapientia

HYSapientia publicará las últimas novedades de nuevos productos (accesorios) en las redes sociales, sigue nuestras redes sociales para obtener más información:

Facebook: HYSapientia.es
Pinterest: HYSapientia
Twitter: @Hysaofficial

Al mismo tiempo, sigue nuestro canal de YouTube: HYSapientia o INS: HYSapientia. ¡Continuaremos actualizando los videos de cocina con horno, cocina con nosotros! ¡Únete a la gran familia de HYSA KITCHEN!

Catalogue de recettes françaises

Cupcakes **P98**

Saumon grillé **P99**

Morue **P100**

Perche grillée **P101**

Fruits déshydratés **P102**

Frites **P103**

Morceaux de poulet **P104**

Saucisses **P105**

Bacon **P106**

Cuisses de poulet **P107**

Poitrine de poulet **P108**

Steak frit à l'air **P109**

Margarita pizza en 4 étapes faciles **P110**

Côtelettes de porc **P111**

Porte - agneau rôti au romarin **P112**

Poulet jerk grillé **P113**

Festival du porc bavarois **P114**

Boeuf haché rouge **P115**

Style viennois schnitzel **P116**

Paella espagnole **P117**

Biscuits au miel **P118**

La société Meatloaf **P119**

Spaghetti italien **P120**

Poissons lasagne **P121**

Focaccia **P122**

La société ciabatta **P123**

La bride **P124**

Pain à la tomate **P125**

Tortillas de maïs **P126**

Gâteau Forêt noire **P127**

Cupcakes

Temps 40min / température 140℃

Ingrédients

- 80ml d'huile d'olive (huile d'olive légère et lait)
- 130ml de lait d'avoine
- 1 / 2 cuillère à café de vinaigre de cidre de pomme
- Tasse à farine auto - élévatrice de 185g
- 1 cuillère à café de cannelle sucrée râpée
- 1 / 2 cuillère à café de poudre à pâte
- Un peu de sel
- 150g de sucre de ricin
- Pour le givrage
- 250g de beurre Vegan Bar
- 250 g de sucre glace
- Sucre à la cannelle

La méthode

1. Mettre le lait et le vinaigre de cidre de pomme dans un bocal et laisser reposer 5 minutes pour épaissir.

2. Mélanger les ingrédients secs jusqu'à consistance lisse. Verser le mélange d'huile d'olive et de lait et mélanger à nouveau pour faire une pâte lisse.

3. Divisez le mélange à gâteaux en 8 boîtes à cupcakes, mettez dans le four à friteuse hysapientia air, le mode de cuisson est préréglé à 140 ℃ et faites cuire pendant 40 minutes.

4. Lorsque votre gâteau refroidit, mélanger le beurre avec un mélangeur à main électrique jusqu'à ce que le beurre devienne pâle et moelleux. Ajouter progressivement le sucre en poudre tout en continuant à remuer, puis casser la confiture de biscuits.

5. Saupoudrer chaque gâteau refroidi de glaçage et de sucre à la cannelle.

Saumon grillé

Temps 20-25 min/température 200-230℃

Ingrédients

- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de poivre
- 1 cuillère à café d'herbes mélangées
- 1 cuillère à café de granulés d'ail (facultatif)
- 4 filets de saumon, pelés ou pelés
- ½ cuillère à soupe d'huile d'olive
- Légumes et céréales cuits de saison, comme le quinoa ou le riz brun, prêts à la consommation (facultatif)

La méthode

1. Mélanger le sel, le poivre, les herbes mélangées et les Granules d'ail (si utilisé) dans un bol et saupoudrer sur une assiette. Essuyez chaque filet de saumon avec un peu d'huile d'olive et ajoutez l'assaisonnement.

2.placez une couche dans le four, réglez le mode poisson (le modèle de poisson clignote), réglez la température à 200 - 230 degrés et faites cuire pendant 20 - 25 minutes jusqu'à ce qu'elle soit bien cuite. Si vous avez des filets de saumon plus gros, vous devrez les faire cuire plus longtemps – continuez à vérifier après 10 minutes. Les ingrédients doivent être retournés à la moitié. Accompagner les légumes, le quinoa ou le riz si vous le souhaitez.

Morue

Temps 20-25 min/température 200-230℃

Ingrédients

- 3 cuillères à soupe de farine ordinaire
- 4 morceaux de saule de morue
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 citron, tranché
- ½ petit bouquet de thym

La méthode

1. Verser la farine dans un bol et ajouter un peu d'assaisonnement. Verser chaque filet de morue dans la farine jusqu'à ce qu'il soit bien enveloppé.

2. Chauffer la moitié de l'huile dans une poêle antiadhésive à feu moyen - élevé. Ajouter la morue et faire revenir 2 minutes de chaque côté ou jusqu'à ce qu'elle soit dorée.

3. Transférer la morue dans une plaque de cuisson. Placer les tranches de citron et le thym sur et autour du poisson et arroser avec le reste de l'huile. Régler la température à 200 degrés et cuire au four 10 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit bien cuite.

Perche grillée

Étape 1:temps 25min/température 180 ℃
Étape 2:temps 7-8 minutes/température 180 ℃

Ingrédients

- 300 g de pommes de terre à peau rouge, coupées en rondelles
- 1 poivron rouge, coupé en lanières
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- 1 branche de romarin, enlever les feuilles et les hacher finement
- 2 filets de perche
- 25 g d'olives noires dénoyautées, réduites de moitié
- ½ citron, coupé en fines tranches
- Une poignée de feuilles de basilic

La méthode

1. Chauffer le four à 180 ℃ et placer les pommes de terre et les tranches de piment sur une plaque antiadhésive. Arroser avec 1 cuillère à soupe d'huile et saupoudrer de romarin, une pincée de sel et de poivre. Bien mélanger et cuire au four pendant 25 minutes, jusqu'à ce que les pommes de terre soient dorées et croustillantes sur les bords.

2. Placer les filets sur le dessus et les saupoudrer sur les olives. Mettre quelques tranches de citron sur le poisson et arroser avec le reste de l'huile. Cuire encore 7 - 8 minutes ou jusqu'à ce que le poisson soit bien cuit. Parsemer de feuilles de basilic est prêt à servir.

Fruits déshydratés

Temps 4 heures / température 70 ℃

Ingrédients

- 2 mangues, coupées en fines tranches
- 1 kiwi, coupé en fines tranches
- 2 bananes, coupées en fines tranches
- 6 fraises, coupées en fines tranches
- 1 pomme, dénoyautée, coupée en fines tranches (facultatif)

La méthode

1. Épluchez (facultatif) et tranchez les fruits de votre choix. Les flocons peuvent être déshydratés efficacement

2. Réglez le four en mode de déshydratation (comme illustré). La température est réglée à 70 degrés et le temps est de 4 heures. (les fruits bien hydratés peuvent être prolongés de 30 minutes à 1 heure).

Frites

Temps 20min température 190℃

Ingrédients

- 4 - 5 grosses pommes de terre, environ 1 kg
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol ou d'olive

La méthode

1. Pour faire des tranches de pommes de terre droites et soignées, épluchez les pommes de terre et réparez les bords arrondis pour en faire des morceaux rectangulaires. Couper les morceaux en Bâtonnets - ils doivent être entre les frites et les frites épaisses, si elles sont trop minces, elles peuvent se fissurer; Trop épais, ils ne cuisent pas bien (si vous préférez la purée de pommes de terre ou ajouter à la soupe, évitez les incisions). Alternativement, si cela ne vous dérange pas d'être soigné, vous pouvez trancher les pommes de terre non pelées sans les couper. Lavez les chips et séchez - les avec une torchon propre.

2. Ajouter l'huile avant de verser les frites dans le panier de la friteuse à air, puis verser les frites dans l'huile et étaler uniformément. Utilisez la palette pour régler le four en mode friture, la température à 190 degrés et le temps de réglage à 20 minutes.
(si vous voulez griller croustillant ou doux, réglez le temps). La façon de changer l'heure est la suivante: après avoir sélectionné le mode souhaité, appuyez sur le bouton de réglage de l'heure du four et vous pouvez voir que l'heure clignote, à ce moment - là, vous pouvez utiliser la pulpe dentaire ou votre doigt pour mobiliser le réglage souhaité. Oui, appuyez enfin sur le bouton de démarrage. À mi - cuisson, vous devez retourner les frites et vous pouvez mettre le four en pause.

Morceaux de poulet

Temps 20min température 190℃

Ingrédients

- 400 g de poitrines de poulet
- 4 cuillères à soupe de farine ordinaire
- 1 oeuf, en remuant doucement
- 115g panko chapelure ou autre chapelure séchée
- 2 cuillères à soupe d'huile végétale ou de tournesol

La méthode

1. Coupez le poulet en morceaux de la taille d'une bouchée. Déposer les tranches coupées sur une couche de film plastique, couvrir avec une autre couche de papier plastique et battre avec un rouleau à pâtisserie jusqu'à 2 - 3 mm d'épaisseur.

2. Verser la farine sur une assiette et ajouter une pincée de sel pour mélanger. Mettez les œufs battus dans un bol et la chapelure dans un autre.

3. Trempez chaque morceau de poulet dans la farine, puis versez les œufs (secouez l'excès) et enfin la chapelure, puis placez - la dans une plaque de cuisson légèrement grasse. Nous avons trouvé que la navigation de la miette avec une main est moins déroutante.

4. Réglez la température du four à 190 ℃ et faites frire les morceaux de poulet dans le panier de la friteuse à air pendant 20 minutes.

Saucisses

Temps 15-20 min/température 200-230℃

Ingrédients

- Vous avez le choix entre 6 saucisses

La méthode

1. Piquez la saucisse quelques fois avec un couteau pointu (c'est facultatif, mais aide à libérer plus de graisse). Vaporiser un peu d'huile sur la plaque de cuisson et y déposer les saucisses

2. Régler la friteuse à air 200 - 230 ℃ et cuire pendant 20 - 25 minutes, en tournant toutes les 5 minutes jusqu'à ce que les saucisses soient cuites.

Bacon

Temps 10min / température 230℃

Ingrédients

- 6 tranches de charcuterie, ou 3 tranches de charcuterie

La méthode

1. Placez le bacon sur la grille du four - Assurez - vous que les couches ne se chevauchent pas. La taille du gril déterminera combien de bacon vous pouvez cuisiner à la fois

2. Réglez le four en mode cuisson (le motif clignote sur le barbecue), réglez la température à 200 ℃ et faites cuire pendant 6 à 10 minutes - le bacon fraîchement cuit fait cuire pendant 6 minutes, mais le bacon plus croustillant fait cuire pendant 9 à 10 minutes.

Cuisses de poulet

Temps 20min / température 230℃

Ingrédients

- 1 cuillère à café de paprika
- ½ cuillère à café d'herbes mélangées
- ½ cuillère à café de granulés d'ail (facultatif)
- 4 cuisses de poulet avec os
- 1 cuillère à café d'huile d'olive

La méthode

1. Placez le paprika dans un bol avec les herbes et les granules d'ail (si utilisé), plus une demi - cuillère à café de sel et une demi - cuillère à café de poivre noir. Saupoudrer sur une assiette. Frottez les cuisses de poulet avec de l'huile et appliquez le mélange d'épices.

2. Mettre dans le panier de la friteuse à air et tourner le four en mode poulet (l'icône de cuisse de poulet clignote). Vaporisez de l'huile sur le panier à frire (pour éviter que les aliments ne collent au panier pendant la cuisson), réglez la température à 230 degrés pendant 20 minutes, puis retournez les aliments à mi - chemin. Pour vérifier s'ils sont frits, percez la partie la plus épaisse de la cuisse avec un couteau pour voir si le jus est clair. Retirer immédiatement du four pour empêcher l'adoucissement de la peau.

Poitrine de poulet

Temps 20min / température 230℃

Ingrédients

- 4 poitrines de poulet
- ½ cuillère à soupe d'huile de canola
- 1 cuillère à café de sel
- 1 ½ cuillère à café de granulés d'ail
- 1 cuillère à café de poivron fumé
- 2 cuillères à café d'herbes mélangées
- ½ cuillère à café de poivre

La méthode

1. Appliquez une couche d'huile sur le poulet et mettez de côté. Dans un bol, mélanger le sel, l'ail, le paprika et les herbes mélangées avec le poivre noir et saupoudrer sur une assiette.

2. Mettre chaque poitrine de poulet huilée dans l'assaisonnement et la placer sur le gril du four. Régler le four en mode poulet grillé (pattes de poulet clignotantes) et cuire à 230 degrés pendant 20 minutes, en retournant après 10 minutes. Pour vérifier si le poulet est cuit, coupez la partie la plus épaisse du poulet avec un couteau pour voir si le jus est clair. Servir avec des légumes ou une salade.

Steak frit à l'air

Temps 12 minutes / température 230 ℃

Ingrédients

- 4 cuillères à soupe. Beurre ramolli
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 2 cuillères à café. Persil fraîchement haché
- 1 cuillère à café. Ciboulette fraîchement hachée
- 1 cuillère à café. Thym fraîchement haché
- 1 cuillère à café. Romarin fraîchement haché
- 1 (2 LB) côtes
- Sel juif
- Poivre noir fraîchement moulu

La méthode

1. Dans un petit bol, mélanger le beurre et les herbes. Placer au centre d'une feuille de film plastique et rouler dans un morceau de bois rond. Vissez les deux extrémités ensemble, maintenez - les bien serrées et réfrigérez pendant 20 minutes jusqu'à ce qu'elles soient fermes.

2. Assaisonner les deux côtés du steak avec du sel et du poivre.

3. Placer le steak dans le panier de la friteuse à air et cuire à mi - cuisson à 230 ℃ pendant 12 minutes à feu moyen, selon l'épaisseur du steak.

4. Mettez un morceau de beurre vanille sur le steak.

Margarita pizza en 4 étapes faciles

Temps 7min / température 230℃

Ingrédients

Pour la base
- 300 g de poudre de pain puissante
- 1 cuillère à café de levure instantanée (du sachet ou du bain)
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive avec bruine supplémentaire

Sauce tomate
- 100 ml de passata
- Une poignée de basilic frais ou 1 cuillère à café de basilic sec
- 1 gousse d'ail, écrasée

Pour le top
- 125 g de Mozzarella en boulettes, tranchées
- Une poignée de parmesan râpé ou raboté (ou un substitut végétarien)
- Une poignée de tomates cerises, réduite de moitié

Terminé
- Une poignée de feuilles de basilic (facultatif)

La méthode

1. Faire le substrat: mettre la farine dans un grand bol et ajouter la levure et le sel. Battre un puits, verser 200 ml d'eau tiède et d'huile d'olive et mélanger avec une cuillère en bois jusqu'à ce que la pâte soit douce et humide. Verser sur une surface légèrement farinée et pétrir 5 minutes jusqu'à consistance lisse. Couvrir les torchons et les mettre de côté. Vous pouvez faire lever la pâte si vous le souhaitez, mais ce n'est pas obligatoire pour les peaux fines.

2. Faire la sauce: mélanger la passata, le basilic et l'ail haché et assaisonner. Lorsque vous commencez à façonner la base, laissez - la à température ambiante

3. Rouler la pâte: Si vous laissez la pâte monter, pétrir rapidement et diviser en deux. Sur une surface farinée, rouler la pâte dans un grand cercle d'environ 25 cm de large à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. La pâte doit être fine car elle se lèvera dans le four. Déposer le cercle sur deux plaques de cuisson farinées.

4.top cuisson: chauffer le four à 230 ℃ et saupoudrer la sauce sur le fond avec le dos de la cuillère. Parsemer de fromage et de tomates et arroser d'huile d'olive au goût. Cuire au four 7 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Si vous utilisez des feuilles de basilic, ajoutez un peu plus d'huile d'olive. Répétez les étapes pour le reste de la pizza.

Côtelettes de porc

Étape 1:temps 25min/température 180 ℃
Étape 2:temps 20min/température 180 ℃

Ingrédients

- 1 kg de pommes de terre neuves, réduites de moitié
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 6 gousses d'ail, hachées finement
- Une petite poignée de thym
- 6 cuillères à soupe de miel
- 6 cuillères à soupe de moutarde de blé entier
- 4 côtelettes coupées épaissement (environ 250 g chacune)

La méthode

1. Chauffer le four à 180 ℃, verser les pommes de terre, l'huile, l'ail et le thym dans une plaque de cuisson peu profonde et remuer à la main pour enrober l'huile. Bonne saison. Cuire au four pendant 25 minutes jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres lorsqu'elles sont percées d'un couteau.

2. Battre le miel et la moutarde dans un petit bol. Assaisonner les côtes levées de sel et de poivre, puis badigeonner la moitié de la marinade. Déposer les pommes de terre sur un plateau et cuire encore 10 minutes, puis retourner les côtes et ramasser le reste de la glaçure avec une cuillère. Poursuivre la cuisson pendant 10 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit bien cuite.

Porte - agneau rôti au romarin

Temps 25min / température 200℃

Ingrédients

- 4 rangées d'agneau
- 4 gousses d'ail,
- Une grosse plante de romarin,
- 8 cuillères à soupe d'huile d'olive légère

La méthode

1. Placer les côtelettes d'agneau dans une plaque de cuisson en porcelaine ou en verre, saupoudrer d'ail et de Romarin et arroser d'huile d'olive. Laisser mariner au moins 4 heures (ou toute la nuit si vous en avez le temps), en les retournant de temps en temps.

2. Préchauffer le four à 200 ℃. Assaisonner l'agneau de sel et de poivre. Chauffer une grande poêle lourde à feu moyen et cuire un côté de la viande sur deux étagères pendant 1 à 2 minutes, puis cuire l'autre côté pendant 1 minute. Enfin, peignez brièvement les extrémités brunes afin que toute la viande exposée soit grillée. Retirez les deux racks restants et Répétez l'opération.

3. Placez les étagères dans une grande plaque de cuisson et placez - les par paires avec les os connectés les uns aux autres. Les viandes très farinées sont grillées pendant environ 8 minutes, les viandes moyennes pendant 17 à 20 minutes et les viandes bien cuites pendant 25 minutes. Pour tester l'agneau, insérez la pointe d'un brochette ou d'un couteau dans le Centre de la viande, laissez - le reposer pendant 30 secondes, puis appliquez - le sur l'intérieur du poignet pour le test, il devrait être chaud. Si vous sentez encore froid, continuez à cuire l'agneau, car il est encore cru au milieu. Testez à nouveau après 5 minutes.

4.transférez l'agneau dans une assiette tiède, couvrez - le généreusement avec du papier d'aluminium et laissez reposer dans un endroit chaud pendant environ 5 minutes avant de le sculpter (si vous devez attendre plus longtemps, vous devrez peut - être remettre l'agneau au four pendant environ une minute avant de servir pour rétablir la température). Tranchez et placez dans une assiette chaude avec une cuillère à soupe de ragoût de pois chiches.

Poulet jerk grillé

Temps 45 minutes / température 180℃

Ingrédients

- 1,6 kg de poulet entier
- 1 oignon rouge, Pelé et coupé en quartiers pour garder les racines intactes
- 1 poivron rouge, épépiné, haché finement
- 500 g de patates douces, pelées et coupées en morceaux
- Sel et poivre fraîchement moulu, au besoin
- 2 cuillères à soupe d'huile de tournesol

Pour jerk Paste marinade

- 5 oignons verts, coupés en trois
- 3 gousses d'ail, pelées
- 1 piment écossais, épépiné
- Tranches de gingembre de 4 cm, pelées
- Réserver 10 g de tiges et feuilles de coriandre prêtes à servir
- 1 partie de jus de citron vert et 1 partie de jus de citron vert (laisser la moitié du jus pressé pour la farce au nid de poule)
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ½ cuillère à café de noix de muscade râpée
- 1 cuillère à café d'épices moulues
- 1 cuillère à soupe de sauce soja

La méthode

1. Pour la marinade de sauce à viande, mélanger tous les ingrédients dans un robot culinaire jusqu'à ce qu'une pâte lisse se forme.

2. Remplissez la cavité de poulet avec la moitié du jus de citron vert et enfilez le poulet. Mettre dans la casserole.

3. Répartir uniformément le poulet dans la marinade préparée. Couvrir le poulet et la plaque de cuisson de papier d'aluminium et laisser au réfrigérateur pendant au moins 6 heures et jusqu'à 1 jour.

4. Réglez le four à friteuse hysapientia air sur Rotisserie et la température sur 180 degrés

5. Cuire les poitrines de poulet vers le bas pendant 45 minutes.

6. Retirez le poulet du four, retirez le papier d'aluminium et placez soigneusement le poulet dans une soucoupe peu profonde dans laquelle vous versez le jus de la cavité.

7. Assaisonnez bien les oignons rouges, les poivrons et les patates douces. Ensuite, versez sur le plateau et appliquez le reste de la sauce à la viande. Placer les poitrines de poulet face vers le Haut sur les légumes et arroser d'huile. Remettre la casserole sur l'étagère du Centre, ouvrir le couvercle et cuire 45 minutes.

8. Lorsque les légumes deviennent tendres et que le poulet affiche une température de 75 ℃ sur le thermomètre à lecture instantanée, la cuisson est terminée. Retirez soigneusement le poulet et Enveloppez - le dans du papier d'aluminium, puis laissez reposer pendant 10 minutes.

9. Si vous aimez les croustilles de légumes, retournez au four et faites cuire encore 10 minutes. Mélanger le poulet et les légumes à chaud et saupoudrer de feuilles de coriandre.

Festival du porc bavarois

Temps 35 - 40min / température 180℃

Ingrédients

- 1 fête du porc
- 2 cuillères à café de sel
- ½ cuillère à café de poivre
- Bière

La méthode

1. Coupez le coude de porc en morceaux.

2. Bien mélanger le poivre et le sel dans un petit bol et assaisonner les nouilles avec.

3. Placer la fête du porc dans une friteuse à air hysapientia à 180 degrés et cuire au four pendant une heure.

4. Après une heure, verser de la bière ou de l'eau sur les articulations et cuire à 180 degrés pendant 35 - 40 minutes supplémentaires.

Boeuf haché rouge

Temps 60 minutes / température 230 ℃

Ingrédients

- 2 bâtonnets de céleri, coupés en tranches épaisses
- 1 oignon, haché finement
- 2 très grosses carottes divisées en deux dans le sens de la longueur et coupées en gros morceaux
- 5 feuilles de laurier
- 2 branches de thym, 1 branche entière, 1 feuille
- 1 cuillère à soupe d'huile végétale
- 1 cuillère à soupe de beurre
- 2 cuillères à soupe de farine ordinaire
- 2 cuillères à soupe de purée de tomates
- 2 cuillères à soupe de sauce Worcestershire
- 2 morceaux de viande de vache hachée
- 850 g de ragoût de bœuf, coupé en gros morceaux

La méthode

1. Placer 2 lanières de céleri coupées en fines tranches, 1 oignon haché, 2 grosses carottes, 5 feuilles de laurier et 1 tige de thym entier dans une casserole coupe - feu avec 1 cuillère à soupe d'huile végétale et 1 cuillère à soupe de beurre au Centre.

2. Ramollir pendant 10 minutes, puis ajouter 2 cuillères à soupe de farine tout - puissant et remuer jusqu'à ce qu'il ne semble pas poussiéreux, puis ajouter 2 cuillères à soupe de sauce tomate, 2 cuillères à soupe de sauce Worcestershire et 2 cubes de boeuf râpé.

3. Ajoutez progressivement 600 ml d'eau chaude, puis versez 850 g de ragoût de bœuf et laissez mijoter pendant 3 à 5 minutes.

4. Couvrir et cuire au four à 230 ℃ pendant 1 heure jusqu'à ce que la viande soit tendre et que la sauce épaississe.

Style viennois schnitzel

Temps 10-15 min / température 200℃

Ingrédients

- 2 morceaux, pas trop minces
- 1 oeuf
- 1 cuillère à soupe de lait
- Miettes de pain
- 1 cuillère à café de piment doux
- Sel et poivre
- Beurre de steak frit

La méthode

1. Steak environ 1 - 2 cm d'épaisseur, ne pas battre.

2. Assaisonner avec du sel et du poivre.

3. Frotter doucement la farine avec de la farine. Ajouter les œufs et le lait. Mélanger les poivrons et la chapelure.

4. Trempez d'abord les tranches de viande frite farinées dans les œufs, puis dans la chapelure. Appuyez bien et laissez refroidir pendant environ 20 minutes.

5. Faire fondre le beurre et brosser doucement la chapelure avec une brosse en silicone.

6. Hysapientia four à air chaud 200 ℃ 10 - 12 minutes tournez les côtelettes et faites cuire 4 - 5 minutes de plus.
Ajouter du temps si vous voulez brun foncé

Paella espagnole

Temps: 45 minutes / température 180 ℃

Ingrédients

- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive vierge
- 2 oignons moyens, hachés finement
- 1 poivron rouge, coupé en dés
- 150 g de saucisses coupées en tranches
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 cuillère à soupe de sauce tomate
- 1 1 / 4 cuillère à café de piment doux
- Sel et poivre noir au goût
- 500 g de riz Bomba ou paella
- 1 / 2 cube de bouillon de poulet
- 1,5 litre de bouillon de poisson ou de poulet
- 1 cuillère à café de fil de safran
- 500 g de moules
- 500 g de crevettes pelées
- Demi - kilo de saucisse de poulet coupée en fines tranches
- 1 tasse de pois surgelés
- 2 cuillères à soupe de persil frais haché

La méthode

1. Mettre l'huile d'olive dans une poêle à paella ou une poêle à frire au four et chauffer à feu moyen. Ajouter l'oignon à l'huile chaude et faire revenir 5 minutes.

2. Retirer les graines des poivrons, les couper en petits cubes, les mettre dans une casserole et les faire revenir avec les oignons jusqu'à ce qu'ils soient légèrement tendres.

3. Ajouter la saucisse et l'ail hachés et mélanger pendant 1 minute. Ajouter la sauce tomate et le paprika et faire revenir pendant une minute.

4. Ajouter beaucoup de sel et de poivre, puis ajouter le riz. Remuer jusqu'à coloration, puis écraser le cube dans une tasse de bouillon et verser.

5. Laissez tout cuire jusqu'à ce que le liquide soit absorbé, environ 4 - 5 minutes. Verser le reste du bouillon et du fil de safran, puis ajouter des calories.

6. Couvrir le plat de paella avec du papier d'aluminium et le mettre au four. Laissez cuire au four pendant 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce que vous voyiez le liquide complètement absorbé.

7. Retirer la poêle à paella du four et, après avoir placé les moules, les crevettes pelées, les saucisses et les pois, retirer, couvrir à nouveau et cuire au four pendant 10 à 15 minutes supplémentaires jusqu'à ce que les moules soient visibles. La coquille est ouverte, les crevettes sont roses.

8. Enfin, retirer du four et couvrir jusqu'à ce que vous soyez prêt à servir. Si vous voyez des moules non ouvertes, retirez - les. Avant de servir, vous pouvez saupoudrer un peu de persil dessus.

Biscuits au miel

Temps 15min / température 160℃

Ingrédients

- 1 tasse de sucre blanc
- 1 tasse de Shortening
- 1 tasse de miel
- 2 gros œufs
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille
- 1 cuillère à café de poudre à pâte
- 1 cuillère à café de gingembre haché
- 4 tasses de farine universelle

La méthode

1. Faire fondre le sucre, le Shortening et le miel dans une poêle à feu doux. Doucement

2. Mélanger les œufs, la vanille, la poudre à pâte et le gingembre. Ajouter progressivement le mélange de miel refroidi. Ajoutez lentement la farine au mélange. Remuer jusqu'à ce que tout soit bien mélangé.

3. Placez la cuillère à café sur une plaque de cuisson à environ 5 cm d'intervalle.

4. Réglez le four à 160 degrés Celsius et faites cuire pendant 15 minutes (le temps peut être ajusté selon vos préférences personnelles)

La société Meatloaf

Temps 25 - 30min / température 170℃

Ingrédients

- 2 échalotes, pelées et coupées en dés
- 1 petite carotte, coupée en dés
- 1 betterave, coupée en dés
- 1 racine de persil, coupée en dés
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 300 g de viande hachée
- 1 oeuf
- 2 cuillères à soupe de panko
- 1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon
- 1 cuillère à café de paprika, d'épices sucrées ou bahate
- 1 petit poivron, haché finement
- 1 pincée de sel de mer et de poivre
- 50 g de fromage FITA, coupé en dés
- 1 bouquet de cerises, hachées finement

La méthode

1. Faire revenir les échalotes et les légumes en dés dans l'huile d'olive pour les colorer. Mettre de côté pour refroidir.

2. Bien mélanger le boeuf râpé avec les œufs, la moutarde, le paprika ou les épices baharat et la farine de panko. Ajouter les poivrons si nécessaire.

3. Ajoutez maintenant les légumes, la ricotta et les cerises hachées, mélangez à nouveau bien et Assaisonnez avec du sel et du poivre.

4. placez toutes les pièces lubrifiées dans le panier de nettoyage rapide, réglez le four à friteuse à air hysapientia à 170 ℃ et faites cuire pendant 25 à 30 minutes

5. Si vous voulez ajouter quelque chose à votre rôti, vous pouvez étaler de fines tranches de bacon à l'extérieur.

Spaghetti italien

Temps 30 minutes / température 180℃

Ingrédients

Pour le Millenium
- 100 grammes de lasagne
- Fromage râpé

Pour sauce teckel
- 75 g de bacon sucré
- 0,5 carotte
- 0,5 oignon
- 0,5 côtelettes de céleri
- 250 g de boeuf haché
- 100ml de vin rouge
- 200ml purée de tomates
- 100ml de lait
- Sel fin
- Huile d'olive extra vierge
- Poivre en poudre

La méthode

1. Tout d'abord, vous devez préparer la sauce à la viande et griller le bacon séparément. Mettons - le sur le feu jusqu'à ce qu'un peu de graisse soit fondue.

2. Ajouter l'huile d'olive, le céleri, les carottes hachées et l'oignon et mélanger avec une cuillère. Faisons frire quelques minutes.

3. Lorsque nous versons la viande hachée dans la casserole, nous râpons légèrement la viande hachée et mélangeons bien. Après 5 minutes, enlever la glaçure avec du vin et cuire encore 5 minutes.

4. À ce stade, ajouter la purée de tomates, assaisonner avec du sel et du poivre et bien mélanger.

5. Couvrir et cuire à feu doux pendant au moins une heure et demie pour épaissir la sauce.

6. Verser le lait dans la casserole et cuire encore 5 minutes. La consistance doit être uniforme et surtout crémeuse, laisser cuire 10 minutes si nécessaire.

7. Une fois la tarte préparée, nous sommes prêts à assembler les lasagnes: Placez quelques cuillères de tarte au fond de la casserole.

8. Couvrez une lasagne, puis couvrez plus de nouilles à la sauce à la viande.

9. Glisser quelques grandes cuillères de tranches de pain sur le rouge.

10. Nous saupoudrons une poignée de fromage râpé.

11. Nous couvrons une autre feuille de papier et répétons: sauce à la viande, pain, fromage râpé. Pour le dernier niveau, nous pouvons ajouter du pain et du fromage en même temps pour un déjeuner super appétissant et gratuit!

12. Mettre au four et cuire au four préchauffé à 180 ℃ pendant 30 minutes.

13. Nous l'avons sorti du four et avons attendu quelques minutes pour le calmer, puis nous sommes prêts à servir nos pâtes à la sauce à la viande italienne!

Poissons lasagne

Temps 15min / température 180℃

Ingrédients

Pour le Millenium
- 125 g de nouilles larges grillées
- 200g beshamel
- Fromage râpé

Pour bechamel
- 250ml de lait
- 30 grammes de farine
- 30 grammes de beurre
- Muscade
- Sel fin

Pour caviar
- 75 G filets de saumon
- 75 g de crevettes
- 75 grammes de bar de mer
- 50 grammes de poisson cuit
- 1 gousse d'ail
- 25ml de vin blanc
- Siscan
- Huile d'olive extra vierge
- Sel fin

La méthode

1. Couper le saumon, la coquille de crevette et la perche en morceaux uniformes.

2. Chauffer l'huile dans une poêle, ajouter l'ail Pelé et cuire tous les filets et le bruyère rouge.

3. Déglacer avec du vin, cuire quelques minutes à feu moyen, saler au goût et ajouter le persil haché.

4. Dans une casserole séparée, faire fondre le beurre à feu doux et préparer la sauce.

5. Ajouter la farine et toujours mélanger avec un batteur pour ajouter progressivement le lait.

6. Une fois le bacon épaissi, ajouter le sel et la noix de muscade et bien mélanger à nouveau.

7. À ce stade, nous sommes prêts pour la dimension Millénaire. Versez quelques grandes cuillères de beshamel (nous en avons utilisé deux petites) au fond de la casserole, Couvrez la première couche de lasagne sèche et ajoutez un peu de poisson. Couvrir avec plus de bechamel et un peu de fromage râpé.

8. Nous superposons ces couches jusqu'à ce que le remplissage soit terminé et finalement nous ajoutons beaucoup de beshamel et de fromage. Placer les lasagnes de poisson dans une friteuse à air hysapentia et cuire à 180℃ pendant 15 minutes.

Focaccia

Temps 20-25 min / température 180℃

Ingrédients

- 134ml d'eau
- 8.333 g de levure de bière
- 2G de sucre
- 17 grammes d'huile d'olive
- 84 g de farine
- 84 g de farine du Manitoba
- 6,7 g de sel fin
- Gros sel
- Romarin

La méthode

1. Nous versons de l'eau dans un bol. Il doit être chaud, car nous devons y dissoudre la levure de bière cassée.

2. Ajouter le sucre et l'huile d'olive. Nous commençons à ajouter la farine petit à petit, en remuant constamment jusqu'à épuisement. Ajoutez enfin une cuillère à café de sel.

3. Nous pouvons encore bien travailler jusqu'à ce que nous obtenions une pâte élastique et collante. Nous couvrons le bol avec un film plastique et le laisser fermenter pendant 2 heures et vous verrez la pâte doubler de volume.

4. Nous arrosons une casserole avec un peu d'huile d'olive et saupoudrer soigneusement. Versez la pâte focaccia dans une casserole et roulez. Continuez à monter pendant 30 minutes.

5. Nous avons fait les derniers préparatifs: saupoudrer la surface de la focaccia de sel juif, de feuilles de Romarin et d'huile d'olive. Cuire au four à 180 ℃ pendant 20 - 25 minutes.

La société ciabatta

Temps 25 - 30min / température 180℃

Ingrédients

- 143 g de farine
- 100ml d'eau
- 5714 g d'huile d'olive
- 0857 g de levure de bière sèche
- Sel fin
- Farine de blé dur

La méthode

1. Dans un bol, mélanger la farine et la levure de bière. Nous avons bien mélangé avec une fourchette.

2. Nous mélangeons l'huile d'olive et le sel. Nous plaisantions tout le temps.

3. Nous ajoutons un peu d'eau à la fois, nous devons obtenir une pâte douce.

4. Saupoudrer un peu de semoule et laisser la pâte fermenter dans un endroit chaud pendant au moins 3 heures. Sa taille doit être doublée.

5. Une fois la pâte fermentée, saupoudrer de semoule sur la plaque à pâtisserie et rouler la pâte dans un rectangle assez épais, environ 2 cm.

6. Nous couvrons le rectangle avec une serviette pendant 30 - 40 minutes.

7. Après le temps de fermentation, saupoudrer de semoule et diviser la pâte en 6 - 7 morceaux pour former un rectangle. Je les ai séparés avec une spatule, mais les couteaux le peuvent aussi.

8. Verser la sauce tomate et la semoule ensemble dans une plaque de cuisson et cuire au four à 180 ℃ pendant 25 - 30 minutes. Une fois qu'il fait froid, ils peuvent nous accompagner à nos repas et sont délicieux lors des pique - niques.

La bride

Temps 15-25 min / température 160℃

Ingrédients

- 1 tasse de sucre blanc
- 3 gros œufs
- 1 boîte (400g) de lait condensé sucré
- 1 boîte (350ml) de lait condensé
- 1 cuillère à soupe d'extrait de vanille

La méthode

1. Placer le sucre dans une casserole moyenne et faire fondre à feu moyen jusqu'à ce qu'il soit fondu et doré. Verser délicatement le sirop chaud dans une plaque de cuisson en verre ronde d'environ 9 pouces, tourner la plaque de cuisson et couvrir uniformément le fond et les côtés; Réserve

2. Battre les œufs dans un grand bol. Ajouter le lait condensé, le lait condensé et la vanille; Battre jusqu'à lisse. Verser le mélange d'œufs dans une plaque de cuisson; Couvrir avec du papier aluminium.

3. Mettre le four à 160 ℃ et cuire 15 - 25 minutes
Lors de la table, verser soigneusement sur une assiette bordée; Laissez la sauce caramel couler sur la tarte.

Pain à la tomate

Temps 5min / température 230℃

Ingrédients

- 4 tranches de pain de campagne
- 2 tomates
- 40g de basilic frais
- 2 gousses d'ail
- 80 g de beurre salé

La méthode

1. Tout d'abord, faire fondre le beurre dans une petite casserole.

2. Ensuite, nous hachons finement les herbes fraîches et l'ail et ajoutons au beurre fondu.

3. Cuire les tranches de pain au four jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

4. Lorsque nous coupons les tomates en morceaux.

5. Une fois le pain grillé, Saupoudrez - le de tranches de tomates et arrosez - le de beurre d'ail et de vanille.

6. Nous le mettons sur la table.

Tortillas de maïs

Temps 20-35 min/température 160-180℃

Ingrédients

- 1 grosse pomme de terre, pelée et coupée en carrés d'environ 2,5 cm
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge
- ⅛ Tasse de poireaux, coupée en morceaux d'environ 0,5 cm
- 5 œufs
- ¼ tasse de fromage pecorino romano râpé
- Sel et poivre noir au goût
- ⅛ Tasse de persil plat frais haché

La méthode

1. Lavez les morceaux de pommes de terre et laissez infuser environ 10 minutes dans un bol rempli d'eau froide.

2. Les pommes de terre sont égouttées et séchées. Transférer dans un bol et ajouter l'huile d'olive. Mettez - les dans le panier de cuisson

3. Cuire au four à 160 ℃ pendant 18 minutes et enfin augmenter la température à 20 ℃ pendant 3 minutes supplémentaires

4. Pendant ce temps, mélanger les œufs, le fromage pecorino romano, le sel et le poivre dans un bol et verser dans une casserole à gâteau antiadhésive d'environ 15 cm de diamètre. Ajouter les pommes de terre cuites et les poireaux. Placez la plaque à gâteau dans le four. Cuire environ 15 minutes ou jusqu'à ce que le dessus de la tortilla soit doré.

5. Retirer du four et laisser refroidir 5 minutes. Saupoudrer de persil italien avant de servir.

Gâteau Forêt noire

Temps 40min / température 140℃

Ingrédients

- 175 g de beurre salé, plus des boîtes supplémentaires
- 200 g de chocolat noir
- 300 g de farine ordinaire
- 375g de sucre pour roulettes d'or
- 25 grammes de cacao
- 1 cuillère à café de bicarbonate de soude
- 2 oeufs
- 200 g de babeurre ou de yaourt naturel

Assemblage

- 425 g de cerises dénoyautées en conserve, égouttées, réserver 2 cuillères à soupe de jus
- 100 g de pâte de cerises morilles
- 4 cuillères à soupe de Kirsch (prenez un peu plus de jus du pot si vous voulez être sans alcool)
- 500ml double crème
- 3 cuillères à soupe de sucre glace
- 1 petit pot de cerises fraîches (facultatif)

La méthode

1. Graisser et marquer le fond du pot à gâteau de 3 x 20cm. Bouilloire Placer le beurre et 75 g de chocolat haché dans une petite casserole, chauffer doucement et remuer jusqu'à ce que le tout soit fondu.

2. Dans un bol à mélanger, mélanger la farine, le sucre, la poudre de cacao et le bicarbonate de soude avec une pincée de sel. Battre les œufs avec du babeurre ou du yaourt. Gratter le mélange de chocolat fondu et le mélange d'œufs dans les ingrédients secs, ajouter 100 ml d'eau bouillante et battre brièvement à l'aide d'un batteur électrique jusqu'à ce que la pâte à gâteau ne soit pas agglomérée.

3. Diviser le mélange en boîtes et cuire au four pendant 40 minutes. Pour vérifier qu'ils sont finis, insérez une brochette de cuisson et vérifiez qu'elle est propre.

4. Piquez le gâteau quelques fois avec une fourchette. Mélanger 2 cuillères à soupe de jus de cerise réservé et de jus de cerise (ou plus) et arroser le gâteau. Refroidir le gâteau.

5. Mélanger le reste des cerises égouttées et la confiture. Verser 200 ml de crème dans une petite mijoteuse et chauffer légèrement au - dessous du feu bouillonnant. Hacher le reste du chocolat, le placer dans un bol résistant à la chaleur, verser la crème chaude et remuer jusqu'à ce qu'il fonde. Mettez de côté jusqu'à ce que vous soyez prêt à vous disperser.

6. Une fois que le gâteau a refroidi, mélanger le reste de la crème et le sucre en poudre jusqu'à ce que vous remuez doucement. Badigeonner les deux gâteaux et déposer les cerises confites avec une cuillère. Empiler les gâteaux ensemble. Appliquez la crème au chocolat sur le troisième gâteau et placez - la sur les autres. Avant de servir, placer les cerises fraîches à l'intérieur et autour du gâteau

Conseils

1. Toutes les recettes ne sont pas des modèles fixes, vous pouvez changer la méthode de cuisson ou augmenter ou diminuer la quantité de assaisonnement et le temps de cuisson selon votre goût personnel.

2. Les fours à air chaud sont conçus pour vous permettre de préparer des repas plus sains et plus pratiques et de les apprécier. Il peut vous aider à éviter les risques pour la santé et les contraintes de capacité qu'un friteur à air peut avoir. Ce n'est pas un remplacement complet pour tous vos ustensiles de cuisine, mais il se démarquera parmi tous.

3. Toutes les fonctions préréglées ne sont pas limitées à un seul type de nourriture. Par exemple, en mode de grillage, vous pouvez également rôtir l'ail et les tomates. Utilisez votre imagination.

4. Voulez-vous échanger des astuces culinaires avec les autres camarades de HYSapientia? Rejoignez la famille HYSA KITCHEN : Famille culinaire HYSapientia

HYSapientia publiera les derniers développements de nouveaux produits (accessoires) sur les réseaux sociaux, suivez nos réseaux sociaux pour plus d'informations à jour :

Facebook: HYSapientia.fr
Pinterest: HYSapientia
Twitter:@Hysaofficial

En même temps, suivez notre chaîne YouTube: HYSapientia ou INS: HYSapientia. Nous continuerons à mettre à jour les vidéos de cuisine au four, cuisinez avec nous ! Rejoignez la grande famille de HYSA KITCHEN!!

Katalog polskich książek kucharskich

Babeczka **P130**

Grillowany łosoś **P131**

Dorsz **P132**

Pieczony Okoń Morski **P133**

suszone owoce **P134**

Chipsy Smażone Na Powietrzu **P135**

Nuggetsy z kurczaka **P136**

Kiełbaski **P137**

Boczek **P138**

Kurze udka **P139**

Pierśi kurczaka **P140**

Stek z frytownicy powietrznej **P141**

Pizza Margherita W 4 Prostych Krokach **P142**

Kotlety Schabowe **P143**

Stojak Pieczona Jagnięcina Z Rozmarynem **P144**

Pieczony Kurczak **P145**

Bawarska Golonka Wieprzowa **P146**

Gulasz wołowy **P147**

Sznycel po wiedeńsku **P148**

Paella **P149**

Ciastka Miodowe **P150**

Pieczeń mięsna **P151**

Lasagne Bolognese **P152**

lasagne rybna **P153**

Focaccia **P154**

ciabatta **P155**

Flan **P156**

Chleb Z Pomidorem **P157**

Tortilla **P158**

Ciasto Czarnego Lasu **P159**

Babeczka

Czas 40 minut / Temperatura 140 ℃

Składniki

- 80 ml oliwy z oliwek (odmiana jasna i mleczna)
- 130 ml mleka owsianego
- 1/2 łyżeczki octu jabłkowego
- 185g samorosnący kubek do mąki
- 1 łyżeczka mielonego słodkiego cynamonu
- 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia
- Szczypta soli
- 150g cukru pudru
- Na lukier
- 250g wegańskiego masła w sztyfcie
- 250g cukru pudru
- cukier cynamonowy

metoda

1.Połącz mleko i ocet jabłkowy w słoiku i pozostaw na 5 minut, aby zgęstniało.

2.Wymieszaj suche składniki do uzyskania gładkiej masy. Następnie dodaj oliwę z oliwek i mieszaj ponownie, aby uzyskać gładkie ciasto.

3.Rozłóż mieszankę na 8 foremek na babeczki i umieść w piekarniku HYSapientia, ustawionym na tryb pieczenia o temperaturze 140℃, piecz przez 40 minut.

4.Podczas gdy ciasto ostygnie, ubij masło mikserem na pale i puszyste. Stopniowo dodawaj cukier puder, nadal ubijając, a następnie rozdrobnij dżem z ciastek.

5.Na każde ostudzone ciasto nałóż lukier, posyp cynamonowym cukrem.

Grillowany łosoś

Czas 20-25 minut / Temperatura 200-230 ℃

Składniki

- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżeczka pieprzu
- 1 łyżeczka mieszanki ziół
- 1 łyżeczka granulowanego czosnku (opcjonalnie)
- 4 filety z łososia, ze skórą lub zdjętą
- ½ łyżki oliwy z oliwek
- gotowane sezonowe warzywa i ziarna, takie jak komosa ryżowa lub brązowy ryż, do podania (opcjonalnie)

metoda

1.Wymieszaj sól, pieprz, mieszankę ziół i granulowany czosnek, jeśli używasz, w misce, a następnie posyp na talerz. Każdy filet łososia natrzyj odrobiną oliwy z oliwek i obtocz w przygotowanej mieszance.

2.Umieść jedną warstwę w piekarniku, ustaw tryb ryby (lampka z wizerunkiem ryby będzie migotać), ustaw temperaturę 200-230 stopni i gotuj przez 20-25 minut, aż do ugotowania. Jeśli masz większe filety łososia, będziesz musiał/a je gotować dłużej - kontroluj co 10 minut. Składniki należy przewrócić na drugą stronę w połowie czasu. Podawaj z warzywami, quinoa lub ryżem, jeśli chcesz.

Dorsz

Czas 20-25 minut / Temperatura 200-230 ℃

Składniki

- 3 łyżki mąki pszennej
- 4 filety z polędwicy z dorsza
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1 cytryna, pokrojona
- ½ małego pęczka tymianku

metoda

1.Wlej mąkę do miski i dodaj przyprawy. Każdy filet dorsza obtocz w mące, aż równomiernie go przykryje.

2.Rozgrzej połowę oleju na patelni z powłoką nieprzywieralną na średnio-wysokim ogniu. Dodaj dorsza i smaż przez 2 minuty z każdej strony, aż do uzyskania złocistego koloru.

3.Przełóż dorsza do naczynia żaroodpornego. Umieść plasterki cytryny i tymianek na dorszu i dookoła niego, a następnie skrop resztą oleju. Ustaw temperaturę na 200 stopni i piecz przez 10 minut, aż do ugotowania.

Pieczony Okoń Morski

KROK 1: Czas 25 minut/Temperatura 180 ℃
KROK 2: Czas 7-8 minut/Temperatura 180 ℃

Składniki

- 300 g ziemniaków z czerwoną skórką, pokrojonych w plastry
- 1 czerwona papryka, pokrojona w paski
- 2 łyżki oliwy z oliwek extra virgin
- 1 gałązka rozmarynu, liście usunięte i drobno posiekane
- 2 filety z okonia morskiego
- 25 g czarnych oliwek bez pestek, przekrojonych na pół
- ½ cytryny, cienko pokrojonej
- garść listków bazylii

metoda

1.Rozgrzej piekarnik do 180℃ i umieść ziemniaki i płatki papryki na dużym naczyniu żaroodpornym z powłoką nieprzywieralną. Skrop 1 łyżką oleju i posyp rozmarynem, szczyptą soli i pieprzem. Wymieszaj wszystko dokładnie i piecz przez 25 minut, przewracając w połowie czasu, aż ziemniaki będą złote i chrupiące na brzegach.

2.Ułóż filety na wierzchu i posyp oliwkami. Na ryby połóż kilka plasterków cytryny i skrop resztą oleju. Piecz kolejne 7-8 minut, aż ryba będzie gotowa. Posyp liśćmi bazylii i podawaj.

Suszone owoce

Czas 4 godziny/temperatura 70 ℃

Składniki

- 2 mango, cienko pokrojone
- 1 kiwi, cienko pokrojone
- 2 banany, cienko pokrojone
- 6 truskawek, cienko pokrojonych
- 1 jabłko, bez gniazd nasiennych i cienko pokrojone (opcjonalnie)

metoda

1.Obierz (opcjonalnie) i pokrój wybrane owoce. Płatki mogą być skutecznie odwodnione.

2.Ustaw piekarnik w trybie suszenia (jak pokazano). Temperatura ustawiona jest na 70 stopni, a czas na 4 godziny (owoce z wystarczającą ilością wody można wydłużyć o 30 minut - 1 godzinę).

Chipsy Smażone Na Powietrzu

Czas 20 minut Temperatura 190℃

Składniki

- 4-5 dużych ziemniaków, około 1 kg
- 1 łyżka oleju słonecznikowego lub oliwy z oliwek

metoda

1.Aby przygotować proste i schludne chipsy z ziemniaków, obierz ziemniaki i obetnij wszystkie zaokrąglone krawędzie, aby uzyskać prostokątne kawałki. Następnie pokrój je na patyki - powinny mieć rozmiar między frytkami a grubymi frytkami; jeśli są zbyt cienkie, mogą się łamać, a jeśli zbyt grube, nie ugotują się całkowicie (możesz zachować resztki, jeśli chcesz przygotować tłuczone ziemniaki lub dodać je do zup). Alternatywnie, jeśli nie przeszkadza Ci niedoskonałość, możesz pokroić nieobrane ziemniaki bez obcinania krawędzi. Opłucz chipsy i osusz je czystą ściereczką.

2.Przed włożeniem chipsów do koszyka w piekarniku z funkcją frytkownicy, dodaj olej, a następnie wrzuć chipsy do oleju, aby równomiernie je posmarować. Użyj łopatki, aby ustawić tryb smażenia z temperaturą 190 stopni i czasem 20 minut (możesz ustawić czas, jeśli chcesz upiec kruche lub miękkie chipsy). Aby zmienić czas, należy wybrać odpowiedni tryb, a następnie nacisnąć przycisk ustawiania czasu w piekarniku, aby zobaczyć migający czas, a następnie użyć pulpitu lub palca, aby ustawić potrzebny czas, a na końcu nacisnąć przycisk start. Podczas pieczenia należy przewrócić chipsy na drugą stronę w połowie czasu - można to zrobić, pauzując piekarnik.

Nuggetsy z kurczaka

Czas 20 minut Temperatura 190℃

Składniki

- 400g filetów z piersi kurczaka
- 4 łyżki mąki pszennej
- 1 jajko, lekko ubite
- 115g bułki tartej panko lub innej suszonej bułki tartej
- 2 łyżki oleju roślinnego lub słonecznikowego

metoda

1.Pokrój kurczaka na kawałki wielkości jednego kęsa. Umieść pokrojone kawałki na folii spożywczej, przykryj drugą warstwą folii spożywczej i uderz wałkiem do cienkiego, równomiernego spłaszczenia o grubości 2-3 mm.

2.Wysyp mąkę na talerz, dodaj szczyptę soli i wymieszaj. Wymieszaj jajka w misce, a bułkę tarta przełóż na inny talerz.

3.Każdy kawałek kurczaka obtocz w mące, następnie w jajku (trząsając, aby pozbyć się nadmiaru) i na koniec w bułce tartej, a następnie przenieś do lekko natłuszczonej formy do pieczenia. Z jedną ręką łatwiej poruszać się po bułce tartej.

4.Ustaw temperaturę piekarnika na 190℃, włóż kawałki kurczaka do koszyka na pieczenie w piekarniku z funkcją frytkownicy i smaż przez 20 minut.

Kiełbaski

Czas 15-20 minut / Temperatura 200-230 ℃

Składniki

- 6 kiełbasek do wyboru

metoda

1.Kilka razy nakłuj kiełbasę ostrym nożem (to opcjonalne, ale pomaga uwolnić więcej tłuszczu). Opryskaj blachę do pieczenia odrobiną oleju i połóż na niej kiełbasy.

2.Ustaw temperaturę frytkownicy na 200-230℃ i gotuj przez 20-25 minut, odwracając co 5 minut, aż kiełbasa będzie dobrze przypieczona.

Boczek

Czas 10 minut/Temperatura 230 ℃

Składniki

- 6 plastrów bekonu lub 3 plastrów bekonu

metoda

1.Połóż bekon na ruszcie do pieczenia - upewnij się, że warstwy się nie nachodzą. Rozmiar rusztu będzie decydował o tym, ile bekonu możesz upiec naraz.

2.Ustaw piekarnik w tryb opiekania (wzór na ruszcie do obracania będzie migał), ustaw temperaturę na 200℃ i piecz przez 6-10 minut - 6 minut dla świeżo ugotowanego bekonu, ale 9-10 minut dla bardziej chrupiącego bekonu.

Kurze udka

Czas 20 minut / temperatura 230 ℃

Składniki

- 1 łyżeczka papryki
- ½ łyżeczki mieszanki ziół
- ½ łyżeczki granulowanego czosnku (opcjonalnie)
- 4 udka z kurczaka, z kością
- 1 łyżeczka oliwy z oliwek

metoda

1.Połącz paprykę, zioła i granulowany czosnek, jeśli używasz, w misce razem z ½ łyżeczki soli i ½ łyżeczki mielonego czarnego pieprzu. Posyp na talerz. Natrzyj uda kurczaka olejem, a następnie obtocz w mieszance przypraw.

2.Umieść w koszyku do frytkownicy i włącz tryb Pieczenia Kurczaka (migający symbol uda kurczaka). Spryskaj koszyk do smażenia olejem (aby zapobiec przywieraniu jedzenia do koszyka podczas procesu pieczenia), ustaw temperaturę na 230 stopni przez 20 minut i przewróć jedzenie na drugą stronę w połowie czasu. Aby sprawdzić, czy są upieczone, przebij najgrubszą część uda nożem, aby sprawdzić, czy sok jest klarowny. Natychmiast wyjmij z piekarnika, aby zapobiec zmiękczeniu skóry.

Pierśi kurczaka

Czas 20 minut / temperatura 230 ℃

Składniki

- 4 piersi z kurczaka
- ½ łyżki oleju rzepakowego
- 1 łyżeczka soli
- 1 ½ łyżeczki granulowanego czosnku
- 1 łyżeczka wędzonej słodkiej papryki
- 2 łyżeczki mieszanki ziół
- ½ łyżeczki pieprzu

metoda

1.Pokryj kurczaka olejem i odstaw. W misce wymieszaj sól, czosnek, paprykę i mieszankę ziół z dobrą szczyptą świeżo mielonego czarnego pieprzu, a następnie posyp na talerz.

2.Każdego z oliwionych filetów z kurczaka obtocz w przygotowanej wcześniej mieszance przypraw i połóż na ruszcie. Ustaw piekarnik w trybie grillowania kurczaka (wzór narysowanego uda błyska) i na 230 stopni Celsjusza piecz przez 20 minut, odwracając kurczaka po 10 minutach. Aby sprawdzić, czy kurczak jest gotowy, przepchaj nożem przez najgrubszy fragment mięsa, aby sprawdzić, czy sok jest przejrzysty. Podawać z warzywami lub sałatkami.

Stek z frytownicy powietrznej

Czas 12 minut / temperatura 230 ℃

Składniki

- 4 łyżki. masło, zmiękczone
- 2 ząbki czosnku, posiekane
- 2 łyżeczki świeżo posiekana natka pietruszki
- 1 łyżeczka. świeżo posiekany szczypiorek
- 1 łyżeczka. świeżo posiekany tymianek
- 1 łyżeczka. świeżo posiekany rozmaryn
- 1 (2 funty) żeberka z kością
- Sól koszerna
- Świeżo mielony czarny pieprz

metoda

1.W małej misce wymieszaj masło i zioła. Umieść w centrum kawałka folii spożywczej i zawijaj w rulonik. Skręć końce razem, aby trzymały się mocno, i schłódź w lodówce przez 20 minut, aż stwardnieje.

2.Przypraw stek z obu stron solą i pieprzem.

3.Umieść steki w koszu frytkownicy i gotuj w temperaturze 230℃ przez 12 minut na średnim ogniu, w zależności od grubości steku, przewracając na pół drogi.

4.Podawaj ze łyżką ziołowego masła na wierzchu steku.

Pizza Margherita W 4 Prostych Krokach

Czas 7 minut / temperatura 230 ℃

Składniki

Dla bazy
- 300 g mocnej mąki chlebowej
- 1 łyżeczka drożdży instant (z saszetki lub z tubki)
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżka oliwy z oliwek plus dodatkowa ilość do skropienia

Do sosu pomidorowego
- 100 ml passaty
- garść świeżej bazylii lub 1 łyżeczka suszonej
- 1 ząbek czosnku, rozgnieciony

Na polewę
- 125 g kulki mozzarelli, pokrojonej w plastry
- garść startego lub ogolonego parmezanu (lub alternatywy wegetariańskiej)
- garść pomidorków koktajlowych, przekrojonych na pół

Skończyć
- garść liści bazylii (opcjonalnie)

metoda

1.Przygotuj ciasto: W dużym naczyniu umieść mąkę, dodać drożdże i sól. Zrób zagłębienie, wlej 200 ml ciepłej wody i oliwki, wymieszaj drewnianą łyżką aż uzyskasz miękkie, dość wilgotne ciasto. Przełóż na lekko oprószoną mąką powierzchnię i zagnieć przez 5 minut aż będzie gładkie. Przykryj ściereczką i odstaw na bok. Możesz pozostawić ciasto do wyrośnięcia, ale to nie jest konieczne do uzyskania cienkiego ciasta.

2.Przygotuj sos: Wymieszaj passatę, bazylie oraz rozgniecione ząbki czosnku, a następnie dopraw do smaku. Pozwól mu się odrobinę ogrzać w temperaturze pokojowej, podczas gdy kształtujesz ciasto.

3.Rozwałkuj ciasto: Jeśli pozostawiłeś ciasto do wyrośnięcia, szybko je zagnieć i podziel na dwa kawałki. Na oprószonej mąką powierzchni, za pomocą wałka do ciasta, rozwałkuj ciasto na dużą okrągłą płaską warstwę o szerokości około 25 cm. Ciasto musi być cienkie, ponieważ urośnie w piekarniku. Umieść okrągłe kawałki na dwóch oprószonych mąką blachach.

4.Dodaj składniki i piecz: Rozgrzej piekarnik do 230 stopni Celsjusza, a następnie wykorzystując tylną stronę łyżki, nałóż sos na ciasto. Posyp serem i pomidorami, polej oliwą i dopraw. Piecz przez 7 minut, aż będzie chrupiące. Dodaj odrobinę oliwy, a jeśli chcesz, listki bazylii. Powtórz kroki dla pozostałych pizz.

Kotlety Schabowe

KROK 1: Czas 25 minut/Temperatura 180 ℃
KROK 2: Czas 20 minut/Temperatura 180 ℃

Składniki

- 1 kg młodych ziemniaków, przekrojonych na pół
- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 6 ząbków czosnku, rozgniecionych
- mała garść tymianku
- 6 łyżek miodu
- 6 łyżek pełnoziarnistej musztardy
- 4 grubo krojone kotlety wieprzowe z kością (około 250 g każdy)

metoda

1.Rozgrzej piekarnik do 180℃, włóż ziemniaki, oliwę, czosnek i tymianek do płaskiej formy do pieczenia i wymieszaj dłońmi, aby pokryć wszystko olejem. Dobrze przypraw. Piecz przez 25 minut, aż ziemniaki będą miękkie, gdy przebije się je nożem.

2.W małej misce wymieszaj miód i musztardę. Przypraw kotlety wieprzowe solą i pieprzem, a następnie posmaruj połową marynaty. Umieść ziemniaki na blasze i piecz kolejne 10 minut, następnie odwróć kotlety i polij pozostałą glazurą. Kontynuuj pieczenie przez kolejne 10 minut, aż mięso będzie dobrze wysmażone.

Stojak Pieczona Jagnięcina Z Rozmarynem

Czas 25 minut / temperatura 200 ℃

Składniki

- 4 ruszty jagnięce
- 4 ząbki czosnku,
- duża łodyga rozmarynu,
- 8 łyżek lekkiej oliwy z oliwek

metoda

1. Ułożyć kotlety jagnięce w porcelanowym lub szklanym naczyniu do pieczenia, posypać czosnkiem i rozmarynem i skropić oliwą z oliwek. Marynuj przez co najmniej 4 godziny (całą noc, jeśli masz czas), od czasu do czasu obracając.

2. Rozgrzej piekarnik do 200℃. Dopraw jagnięcinę obficie solą i pieprzem. Rozgrzej dużą, ciężką patelnię na średnim ogniu i smaż mięso od strony mięsa na obu stojakach przez około 1-2 minuty, następnie przewróć i smaż drugą stronę przez dodatkową 1 minutę. Na koniec krótko zrumienić końce, aby całe odsłonięte mięso było obsmażone. Wyjmij i powtórz dla pozostałych dwóch stojaków.

3. Umieść ruszty w dużej blasze do pieczenia i ułóż je parami, tak aby kości były ze sobą połączone. Piecz około 8 minut dla bardzo różowego mięsa, 17-20 minut dla średniego mięsa i 25 minut dla dobrze wypieczonego mięsa. Aby przetestować jagnięcinę, wbij czubek szpikulca lub noża w środek mięsa, pozostaw na 30 sekund, a następnie przetestuj, przykładając go do wewnętrznej strony nadgarstka, powinno być gorące. Jeśli nadal jest zimno, kontynuuj gotowanie jagnięciny, ponieważ nadal będzie surowa w środku. Przetestuj ponownie po 5 minutach.

4. Przenieś jagnięcinę na ogrzany talerz, przykryj luźno folią i odstaw w ciepłe miejsce na około 5 minut przed pokrojeniem (jeśli będziesz musiał czekać dłużej, być może trzeba będzie ponownie włożyć jagnię do piekarnika na minutę przed podaniem, aby przywrócić temperaturę). Pokrój i podawaj na ciepłym talerzu z łyżką gulaszu z ciecierzycy.

Pieczony Kurczak

Czas 45 minut / temperatura 180 ℃

Składniki

- 1,6 kg całego kurczaka
- 1 czerwona cebula, obrana, pokrojona w ćwiartki, pozostawiając nienaruszony korzeń
- 1 czerwona papryka, pozbawiona pestek, pokrojona na kawałki
- 500 g słodkich ziemniaków, obranych, pokrojonych na kawałki
- Sól i świeżo zmielony pieprz według uznania
- 2 łyżki oleju słonecznikowego

Do Marynaty Jerk Paste

- 5 cebul dymek, pokrojonych na trzy części
- 3 duże ząbki czosnku, obrane
- 1 szkocka papryczka chili, pozbawiona pestek
- 4 cm kawałek imbiru, obrany
- 10 g łodyg i liści kolendry zarezerwowanych do podania
- Skórka i sok z 1 limonki (wyciśnięte połówki zachowaj do farszu do jamy kurczaka)
- 1 łyżka miodu
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- ½ łyżeczki startej gałki muszkatołowej
- 1 łyżeczka mielonego ziela angielskiego
- 1 łyżka sosu sojowego

metoda

1.Dla marynaty sosu jerk, wszystkie składniki zmiksuj w blenderze na gładką pastę.

2.Wypełnij jamę kurczaka połową soku z limonki i nadziej na patyki. Umieść w naczyniu.

3.Dokładnie posmaruj kurczaka przygotowaną marynatą. Przykryj naczynie z kurczakiem folią i umieść w lodówce na co najmniej 6 godzin, aż do 1 dnia.

4.Ustaw piekarnik HYSapientia na funkcję rożna i temperaturę 180 stopni.

5.Piecz kurczaka na rożnie 45 minut skórą do dołu.

6.Wyjmij kurczaka z piekarnika, usuń folię i ostrożnie umieść kurczaka w płytkiej misce, wlewając soki z jamy.

7.Dobrze przyprawy czerwoną cebulę, paprykę i bataty, a następnie wymieszaj na blasze, aby pokryć pozostałą pastą jerk. Umieść kurczaka skórą do góry na warzywach i skrop olejem. Wstaw patelnię na środkową półkę piekarnika, odkryj i piecz przez 45 minut.

8.Gotowanie jest ukończone, gdy warzywa są miękkie, a temperatura wewnętrzna kurczaka wynosi 75 stopni C na termometrze. Ostrożnie wyjmij kurczaka, owiń w folię, a następnie pozostaw do odpoczynku na 10 minut.

9.Jeśli wolisz chrupiące warzywa, wróć do piekarnika i piecz kolejne 10 minut. Podawaj gorąco z kurczakiem i warzywami, posypane liśćmi kolendry.

Bawarska Golonka Wieprzowa

Czas 35-40 minut / Temperatura 180 ℃

Składniki

- 1 golonka wieprzowa
- 2 łyżeczki soli
- ½ łyżeczki pieprzu
- Piwo

metoda

1.Pokrój golonkę wieprzową na kawałki.

2.W małej misce dobrze wymieszaj pieprz i sól, a następnie posyp nim golonkę.

3.Włóż golonkę wieprzową do piekarnika HYSapientia na powietrze w temperaturze 180 stopni Celsjusza na jedną godzinę.

4.Po upływie godziny polej golonkę piwem lub wodą i piecz kolejne 35-40 minut w temperaturze 180 stopni Celsjusza.

Gulasz wołowy

Czas 60 minut / temperatura 230 ℃

Składniki

- 2 łodygi selera, grubo pokrojone
- 1 cebula, posiekana
- 2 naprawdę duże marchewki, przekrojone wzdłuż na pół, a następnie pokrojone w bardzo grube plastry
- 5 liści laurowych
- 2 gałązki tymianku, 1 cały i 1 zerwany liść
- 1 łyżka oleju roślinnego
- 1 łyżka masła
- 2 łyżki mąki pszennej
- 2 łyżki przecieru pomidorowego
- 2 łyżki sosu Worcestershire
- 2 kostki bulionu wołowego, pokruszone
- 850g duszonej wołowiny, pokrojonej w ładne, duże kawałki

metoda

1.Umieść w ogniotrwałej naczyni 2 cienko pokrojone łodygi selera, 1 posiekaną cebulę, 2 duże marchewki, 5 liści laurowych i 1 gałązkę tymianku z 1 łyżką oleju roślinnego i 1 łyżką masła w środku.

2.Rozpuść na miękką 10 minut, a następnie dodaj 2 łyżki mąki pszennej i wymieszaj aż przestanie pylić, a następnie dodaj 2 łyżki koncentratu pomidorowego, 2 łyżki sosu Worcestershire i 2 kostki rosołowe do mięsa mielonego.

3.Stopniowo dodawaj 600 ml gorącej wody, a następnie wlej 850 g wołowiny gulaszowej i gotuj na wolnym ogniu przez 3-5 minut.

4.Przykryj i piecz w piekarniku ustawionym na 230 ℃ przez 1 godzinę, aż mięso będzie miękkie, a sos zgęstnieje.

Sznycel po wiedeńsku

Czas 10-15 minut / Temperatura 200 ℃

Składniki

- 2 kromki, nie za cienkie
- 1 jajko
- 1 łyżka mleka
- bułka tarta
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- sól i pieprz
- Masło do sznycla

metoda

1.Stek ma około 1-2 cm grubości, nie rozbijaj.

2.Przypraw solą i pieprzem.

3.Lekko oprósz mąką. Dodaj jajka i mleko. Paprykę wymieszaj z bułką tarta.

4.Oprószoną kotlety panieruj najpierw w jajku, a następnie w bułce tartej. Dokładnie przygnieć i pozostaw na około 20 minut.

5.Rozpuść masło i delikatnie wyrównaj okruszki z boków silikonową szczoteczką.

6.HYSapientia Hot air fryer Oven 200℃ 10-12 minut. Przewróć kotlety i piecz przez kolejne 4-5 minut.

Jeśli chcesz ciemniejszą panierkę, zwiększ czas.

Paella

Czas: 45 minut/temperatura 180 ℃

Składniki

- 3 łyżki oliwy z oliwek z pierwszego tłoczenia
- 2 średnie cebule, drobno posiekane
- 1 czerwona papryka, pokrojona w kostkę
- 150 g chorizo pokrojonego w plastry
- 2 ząbki czosnku, posiekane
- 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- 1 1/4 łyżeczki słodkiej papryki
- Sól i czarny pieprz do smaku
- 500 gramów ryżu bomba lub ryżu do paelli
- 1/2 kostki bulionu z kurczaka
- 1,5 litra bulionu rybnego lub drobiowego
- 1 łyżeczka nitek szafranu
- 500 gramów małży
- 500 g obranych krewetek
- Pół kilograma kiełbasek drobiowych w cienkich plastrach
- 1 szklanka mrożonego groszku
- 2 łyżki posiekanej świeżej pietruszki

metoda

1.Rozgrzej oliwę z oliwek na patelni paella lub naczyniu żaroodpornym na średnim ogniu. Dodaj cebulę do gorącego oleju i smaż przez 5 minut.

2.Wyjmij nasiona z papryki i pokrój na małe kostki. Dodaj je do patelni i smaż razem z cebulą, aż delikatnie się zmiękną.

3.Dodaj kiełbasę i posiekany czosnek i gotuj, mieszając, przez 1 minutę. Dodaj przecier pomidorowy i paprykę, wymieszaj i smaż przez kolejną minutę.

4.Dodaj dużo soli i pieprzu, a następnie dodaj ryż. Mieszaj, aby się lekko zrumienił, a następnie rozdrobnij kostki w filiżance bulionu i wlej.

5.Pozwól wszystkiemu się gotować, aż płyn zostanie wchłonięty, około 4-5 minut. Wlej pozostały bulion i dodaj nitki szafranu, a następnie zwiększ ogień.

6.Przykryj patelnię paella folią aluminiową i wstaw do piekarnika. Piecz przez 30-35 minut, aż zobaczysz, że płyn został całkowicie wchłonięty.

7.Wyjmij patelnię paella z piekarnika i po umieszczeniu na górze małż, obierzonych krewetek, kiełbasy i groszku, przykryj ją ponownie i piecz kolejne 10-15 minut, aż małże będą widoczne. Muszle są otwarte, a krewetki różowe.

8.Na koniec wyjmij z piekarnika i przykryj, aż będzie gotowe do podania. Jeśli zauważysz zamknięte małże, usuń je. Możesz posypać wierzch trochę pietruszką przed podaniem.

Ciastka Miodowe

Czas 15 minut/Temperatura 160 ℃

Składniki

- 1 szklanka białego cukru
- 1 szklanka tłuszczu piekarskiego
- 1 szklanka miodu
- 2 duże jajka
- 1 łyżeczka ekstraktu waniliowego
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka posiekanego imbiru
- 4 szklanki mąki uniwersalnej

metoda

1.Rozpuszczamy cukier, skrócony tłuszcz i miód w rondlu na małym ogniu.

2.Łączymy jajka, wanilię, proszek do pieczenia i imbir. Stopniowo dodajemy do wystudzonej mieszanki miodowej. Powoli dodajemy mąkę do mieszanki. Mieszamy, aż wszystko będzie dobrze wymieszane.

3.Umieszczamy łyżeczki około 5 cm od siebie na blaszkach do pieczenia.

4.Ustawiamy piekarnik na 160 stopni Celsjusza i pieczemy przez 15 minut (czas można dostosować do indywidualnych preferencji).

Pieczeń mięsna

Czas 25-30 minut/Temperatura 170 ℃

Składniki

- 2 szalotki, obrane i pokrojone w drobną kostkę
- 1 mała marchewka (marchewki), pokrojona w drobną kostkę
- 1 burak, pokrojony w drobną kostkę
- 1 korzeń (korzenie) pietruszki, drobno posiekany
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 300 gramów mięsa mielonego
- 1 jajko(a)
- 2 łyżki panko
- 1 łyżka musztardy Dijon
- 1 łyżeczka papryki w proszku, słodkiej lub barhatowej
- 1 małe chili, drobno posiekane
- 1 szczypta (szczypty) soli morskiej i mielonego pieprzu
- 50 g sera feta, pokrojonego w drobną kostkę
- 1 pęczek trybuli, posiekanej

metoda

1.Podsmaż szalotki i pokrojone warzywa na oliwie, aby nabrały koloru. Odstaw na bok, aby wystygły.

2.Dobrze wymieszaj mielone mięso z jajkami, musztardą, papryką lub przyprawami baharat i bułką panko. Dodaj pieprz cayenne, jeśli chcesz.

3.Następnie dodaj warzywa z fetą i posiekaną szczypiorkiem, ponownie dokładnie wymieszaj i dopraw solą i pieprzem.

4.Umieść wszystkie natłuszczone części w koszyku do szybkiego czyszczenia, ustaw piekarnik HYSapientia na 170℃ i piecz przez 25-30 minut.

5.Jeśli chcesz dodać swojemu pieczeniu dodatkowego smaku, możesz rozłożyć cienkie plasterki boczku na zewnątrz.

Lasagne Bolognese

Czas 30 minut / temperatura 180 ℃

Składniki

Na lasagne
- 100g lasagne
- startego sera

Do sosu bolońskiego
- 75g słodkiego boczku
- 0,5 marchewki
- 0,5 cebuli
- 0,5 żebra prędkości
- 250g mielonej wołowiny
- 100 ml czerwonego wina
- 200 ml przecieru pomidorowego
- 100 ml mleka
- koniec soli
- Oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia
- pieprz

metoda

1.Po pierwsze musisz przygotować pasztet i zrumienić boczek osobno. Umieść go na ogniu na dużym ogniu, aż trochę tłuszczu się rozpuści.

2.Dodaj oliwę, seler, posiekane marchewki i cebulę i wymieszaj łyżką. Smaż przez kilka minut.

3.Gdy wlewamy mielone mięso na patelnię, lekko je roztłuczmy i dobrze wymieszajmy. Po 5 minutach usuniemy szklistość wina i gotujemy przez kolejne 5 minut.

4.W tym momencie dodajemy przecier pomidorowy, doprawiamy solą i pieprzem i mieszamy, aby pokryć składniki.

5.Przykryj i gotuj na bardzo małym ogniu przez co najmniej półtorej godziny, aby zgęstniał sos.

6.Wlej mleko do garnka i gotuj przez kolejne 5 minut. Konsystencja musi być jednolita i przede wszystkim kremowa, jeśli trzeba, gotuj przez 10 minut.

7.Gdy pasztet jest gotowy, możemy złożyć lasagnę: połóż kilka łyżek pasztetu na dnie naczynia.

8.Przykryj arkuszem lasagne, a następnie przykryj więcej sosu bolońskiego.

9.Nanieś kilka łyżek beszamelu na sos boloński.

10.Posyp garścią startego sera.

11.Przykryj kolejnym arkuszem i powtórz: pasztet, beszamel, starty ser. Dla ostatniej warstwy możemy dodać zarówno beszamel, jak i ser dla super apetycznego gratinu!

12.Umieść w piekarniku i piecz w nagrzanym piekarniku na 180℃ przez 30 minut.

13.Wyjmujemy z piekarnika, czekamy kilka minut, aż ostygnie, i gotowi do podania nasza wrząca spaghetti bolońska!

lasagne rybna

Czas 15 minut / temperatura 180 ℃

Składniki

Na lasagne
- Arkusz 125 g gotowy do lasagne
- 200g beszamelu
- startego sera

Do beszamelu
- 250 ml mleka
- 30g mąki
- 30g masła
- gałka muszkatołowa
- drobna sól

Do sosu rybnego
- 75 g filetów z łososia
- 75 gramów krewetek
- 75 g okonia morskiego
- 50 g barweny
- 1 ząbek czosnku
- 25 ml białego wina
- pietruszka
- Oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia
- drobna sól

metoda

1.Pokrój łososia, skorupki krewetek i filety z dorsza na równe kawałki.

2.Rozgrzej olej w patelni, dodaj obrane ząbki czosnku i smaż wszystkie filety rybne i czerwonego barana.

3.Podlej winem, gotuj na średnim ogniu przez kilka minut, dopraw solą i dodaj posiekany natka pietruszki.

4.W osobnym rondlu przygotuj sos, rozpuszczając masło na małym ogniu.

5.Dodaj mąkę i stopniowo, ciągle mieszając trzepaczką, dodaj mleko.

6.Gdy beszamel zgęstnieje, dodaj sól i gałkę muszkatołową, ponownie dobrze wymieszaj.

7.Teraz możemy złożyć naszą lasagnę rybną. Wlej kilka łyżek beszamelu (użyliśmy dwóch małych) na dno naczynia, przykryj pierwszą warstwą suchej lasagne, a następnie dodaj trochę ryby. Przykryj kolejną warstwą beszamelu i trochę startego sera.

8.Nakładaj warstwy aż do wypełnienia, a na końcu dodaj hojną ilość beszamelu i sera. Piecz lasagne rybną w piekarniku HYSapentia w temperaturze 180℃ przez 15 minut.

Focaccia

Czas 20-25 minut/Temperatura 180 ℃

Składniki

- 134 ml wody
- 8,333 g drożdży piwnych
- 2g cukru
- 17 gramów oliwy z oliwek
- 84 gramów mąki
- 84 g mąki manitobowej
- 6,7 g drobnej soli
- sól gruboziarnista
- rozmaryn

metoda

1.W misce wlewamy wodę. Powinna być ciepła, ponieważ musimy rozpuścić w niej drożdże piwne.

2.Dodajemy cukier i oliwę z oliwek. Zaczynamy dodawać mąkę stopniowo, stale mieszając, aż się skończy. Na koniec dodajemy łyżeczkę soli.

3.Dalsze wyrabianie ciasta, aż uzyskamy elastyczne i lepkie ciasto. Przykrywamy miseczkę folią spożywczą i odstawiamy do wyrośnięcia na 2 godziny, ciasto powinno podwoić swoją objętość.

4.Przygotowujemy blachę do pieczenia, którą skrapiamy oliwą z oliwek. Przekładamy ciasto na blachę i rozwałkowujemy. Odstawiamy do wyrośnięcia na kolejne 30 minut.

5.Przystępujemy do ostatniego kroku: posypujemy powierzchnię naszej focacci solą gruboziarnistą, liśćmi rozmarynu i oliwą z oliwek. Pieczemy w piekarniku przez 20-25 minut, w temperaturze 180℃.

ciabatta

Czas 25-30 minut/Temperatura 180 ℃

Składniki

- 143 gramów mąki
- 100 ml wody
- 5,714 g oliwy z oliwek
- 0,857 g suchych drożdży piwnych
- drobna sól
- mąka z pszenicy durum

metoda

1.W misce dodajemy mąkę i drożdże piwne. Mieszamy dokładnie widelcem.

2.Dodajemy oliwę i sól. Mieszamy dalej.

3.Stopniowo dodajemy wodę, aż uzyskamy miękkie ciasto.

4.Posypujemy odrobiną mąki semolinowej i pozostawiamy ciasto do wyrośnięcia w ciepłym miejscu przez co najmniej 3 godziny. Powinno podwoić swoją objętość.

5.Po dobrze wyrośniętym cieście, posypujemy stolnicę mąką semolinową i rozwałkowujemy nasze ciasto na dość gruby prostokąt o grubości około 2 cm.

6.Pozostawiamy nasze prostokąty przykryte ręcznikiem na 30-40 minut.

7.Po czasie wyrośnięcia, posypujemy mąką semolinową i dzielimy ciasto na 6-7 kawałków, aby utworzyć prostokąty. Ja użyłam szpatułki, aby je rozdzielić, ale równie dobrze można użyć noża.

8.Wkładamy tozzetti na blachę posypaną mąką semolinową i pieczemy w piekarniku w temperaturze 180℃ przez 25-30 minut. Gdy ostygną, są gotowe, aby towarzyszyć naszym posiłkom, a także smakują wspaniale na pikniku.

Flan

Czas 15-25 minut/Temperatura 160 ℃

Składniki

- 1 szklanka białego cukru
- 3 duże jajka
- 1 puszka (400g) słodzonego skondensowanego mleka
- 1 puszka (350 ml) skondensowanego mleka
- 1 łyżka ekstraktu waniliowego

metoda

1.Rozpuść cukier w średniej wielkości rondlu na małym ogniu, aż się rozpuści i zrobi się złocisty. Ostrożnie wlej gorący syrop do okrągłego szklanego naczynia o średnicy około 9 cali, obracając naczynie, aby równomiernie pokryć dno i boki; odłóż na bok.

2.Ubij jajka w dużej misce. Dodaj skondensowane mleko, mleko zagęszczone i wanilię; ubij, aż masa będzie gładka. Wlej mieszaninę jajeczną do naczynia; przykryj folią aluminiową.

3.Ustaw piekarnik na 160℃ i piecz przez 15-25 minut.

Przed podaniem ostrożnie wylej na płaski talerz; pozostaw karmelową polewę na wierzchu sernika.

Chleb Z Pomidorem

Czas 5 minut / temperatura 230 ℃

Składniki

- 4 kromki wiejskiego chleba
- 2 pomidory
- 40g świeżej bazylii
- 2 ząbki czosnku
- 80 g solonego masła

metoda

1.Na początku rozpuszczamy masło w małym rondelku.

2.Następnie siekamy świeże zioła i czosnek, i dodajemy je do rozpuszczonego masła.

3.Kromki chleba pieczemy w piekarniku w trybie tostowania aż do uzyskania złotego koloru.

4.Kiedy kroimy pomidory w plasterki.

5.Gdy chleb będzie już tostowany, układamy na nim plasterki pomidorów i polewamy masłem czosnkowo-ziołowym.

6.Podajemy na stół.

Tortilla

Czas 20-35 minut/Temperatura 160-180℃

Składniki

- 1 duży ziemniak, obrany i pokrojony w około 2,5 cm kostkę
- 1 łyżka oliwy z oliwek extra virgin
- ⅛ szklanki porów pokrojonych w około 0,5 cm kawałki
- 5 jajek
- ¼ szklanki startego sera Pecorino Romano
- sól i czarny pieprz do smaku
- ⅛ szklanki posiekanej świeżej pietruszki o płaskich liściach

metoda

1.Ummyj kostki ziemniaków i namocz je w misce wypełnionej zimną wodą przez około 10 minut.

2.Odcedź ziemniaki i osusz. Przełóż do miski i dodaj oliwę. Umieść je w koszyku do pieczenia.

3.Piecz w piekarniku w temperaturze 160℃ przez 18 minut, a na koniec zwiększ temperaturę do 20℃ na kolejne 3 minuty.

4.W międzyczasie wymieszaj jajka, ser Pecorino Romano, sól i pieprz w misce i wlej do okrągłej tortownicy o średnicy około 15 cm. Dodaj gotowane ziemniaki i pora. Umieść tortownicę w piekarniku. Gotuj, aż wierzch tortilli zrobi się złotobrązowy, około 15 minut.

5.Wyjmij z piekarnika i ostudź przez 5 minut. Posyp włoską pietruszką przed podaniem.

Ciasto Czarnego Lasu

Czas 40 minut / Temperatura 140 ℃

Składniki

- 175g solonego masła plus dodatkowo do formy
- 200g gorzkiej czekolady
- 300g mąki pszennej
- 375 g złotego cukru pudru
- 25g kakao
- 1 łyżeczka wodorowęglan sodu
- 2 jajka
- 200 g maślanki lub jogurtu naturalnego

Złożyć

- 425 g wiśni z puszki bez pestek, odsączonych z 2 łyżkami soku
- 100g dżemu wiśniowego morello
- 4 łyżki kirschu (lub więcej soku z puszki, jeśli wolisz bezalkoholowy)
- 500 ml podwójnej śmietany
- 3 łyżki cukru pudru
- 1 mała kostka świeżych wiśni (opcjonalnie)

metoda

1.Wysmaruj i wyłóż spody 3 tortownic o średnicy 20 cm. Zagotuj czajnik. W małym rondelku rozpuść masło i 75 g posiekanej czekolady, podgrzewając delikatnie i mieszając, aż całkowicie się rozpuszczą.

2.W misce wymieszaj mąkę, cukier, kakao i proszek do pieczenia z szczyptą soli. Ubij jajka z maślanką lub jogurtem. Wymieszaj rozpuszczoną masę czekoladową i mieszankę jajkową z suchymi składnikami, dodaj 100 ml wrzącej wody i krótko ubij mikserem, aż ciasto będzie gładkie.

3.Rozdziel mieszankę między tortownice i piecz przez 40 minut. Aby sprawdzić, czy są gotowe, wbij patyczek i sprawdź, czy wychodzi czysty.

4.Przepikaj ciasto widelcem kilka razy. Wymieszaj 2 łyżki pozostawionego soku wiśniowego z kirsch (lub więcej soku) i polej ciasto. Ostudź ciasto.

5.Połącz pozostałe odsączone wiśnie i dżem. Wlej 200 ml śmietany do małego rondelka i podgrzej do temperatury poniżej wrzenia. Posiekaj pozostałą czekoladę, włóż do miski odpornej na ciepło, wlej gorącą śmietanę i wymieszaj, aż czekolada się rozpuści. Odstaw na bok do momentu rozprowadzenia.

6.Gdy ciasto się ostudzi, ubij pozostałą śmietanę z cukrem pudrem, aż lekko się ubije. Rozsmaruj na obu ciastach, a następnie naciśnij na wiśnie z dżemem. Ułóż ciasta na siebie. Rozsmaruj czekoladową śmietanę na trzecim cieście i umieść na górze. Ułóż świeże wiśnie wokół i w środku ciasta przed podaniem.

Porady

1.Wszystkie przepisy nie są stałymi wzorcami, możesz zmienić metodę gotowania lub zwiększyć lub zmniejszyć ilość przypraw i czas gotowania według swojego gustu.

2.Piece na powietrze zostały zaprojektowane, aby umożliwić Ci przygotowanie zdrowszych i wygodniejszych posiłków oraz cieszyć się nimi. Mogą pomóc uniknąć zagrożeń dla zdrowia i ograniczeń pojemności, jakie może mieć frytownica na powietrze. Nie zastępuje ona całkowicie wszystkich Twoich narzędzi kuchennych, ale wyróżnia się wśród nich wszystkich.

3.Wszystkie funkcje presetowe nie są ograniczone do jednego rodzaju jedzenia. Na przykład w trybie tostowym możesz również piec czosnek i pomidory. Użyj swojej wyobraźni.

4.Chcesz wymienić się wskazówkami kulinarnej z innymi członkami HYSApientia?
Dołącz do rodziny HYSA KITCHEN: Kulinarna rodzina HYSapientia

HYSApientia będzie publikować najnowsze informacje o nowych produktach (akcesoriach) w mediach społecznościowych, śledź nasze media społecznościowe dla więcej najnowszych informacji:

Facebook: HYSapientia.pl
Pinterest: HYSapientia
Twitter: @Hysaofficial

Jednocześnie śledź nasz kanał YouTube: HYSapientia lub INS: HYSapientia. Będziemy nadal aktualizować filmy z pieczenia w piekarniku, gotuj z nami! Dołącz do wielkiej rodziny HYSA KITCHEN!!