

Обов'язково прочитайте інструкції Ninja®, що додаються, перш ніж використовувати пристрій.

NINJA

Мультипеч Ninja Air
Fryer Dual zone
DZ400EU об'ємом
7,6 літрів

КНИГА
РЕЦЕПТІВ



+ ТАБЛИЦІ ПРИГОТУВАННЯ ТА НЕЙМОВІРНІ РЕЦЕПТИ

ВИКОРИСТАННЯ ДВОЗОННОЇ МУЛЬТИПЕЧІ NINJA® FOODI®

6 ПРОГРАМ ПРИГОТУВАННЯ

MAX CRISP

Найкраще підходить для приготування невеликої кількості заморожених продуктів, яким може знадобитися висока

AIR FRY

Найкраще підходить для приготування таких продуктів, як чіпси та ваших улюблених заморожених закусок

ROAST

Найкраще підходить для приготування шматочків м'яса та овочів

REHEAT

Найкраще підходить для розігріву вже готових страв.

DEHYDRATE

Найкраще підходить для приготування овочевих/фруктових чіпсів і в'яленого м'яса

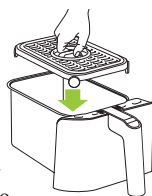
BAKE

Найкраще підходить для приготування тортів та інших десертів

ПОРАДИ ДЛЯ ОТРИМАННЯ БЕЗДОГАННИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ВІД ПРИГОТОВАНИХ СТРАВ

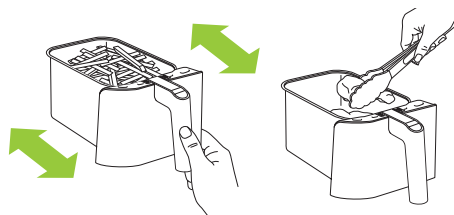
Тарілка для приготування хрустких страв

Тарілка для приготування хрустких страв забезпечує рівномірне підрум'янювання страв. Рекомендується використовувати її кожного разу, коли ви готуєте у мультипечі, а також для всіх рецептів у цьому посібнику, якщо не вказано інше. Переконайтеся, що тарілка для приготування хрустких страв вставлена в нижню частину контейнера перед додаванням до нього інгредієнтів, якщо в рецепті не зазначено, що тарілка не потрібна.



Струшуйте та перевертайте

Для досягнення найкращих результатів часто струшуйте їжу або перевертайте її щипцями з силіконовим наконечником, щоб вона вийшла настільки хрусткою, як вам хочеться.



Вегетаріанська їжа



Кількість порцій

Для отримання додаткових рецептів відвідайте наш вебсайт: www.ninja-kitchen.com.ua

Використання технології DualZone

Синхронізація (SYNC)

Готуйте 2 страви з використанням 2 різних функцій, температури та часу приготування! Запрограмуйте кожну зону та використовуйте режим Синхронізації (SYNC) яка гарантує, що, незалежно від різних налаштувань, страви в обох зонах будуть готові до подачі одночасно.



Функція поєднання контейнерів (MATCH)

Готуєте одну й ту саму страву в обох зонах? Встановіть налаштування в зоні 1 та натисніть MATCH для автоматичного дублювання налаштувань на зону 2.



Використання технології DualZone

Використання мультипечі в режимі Синхронізації (SYNC)

Готуйте 2 страви з використанням 2 різних функцій, температури та часу приготування!
Запрограмуйте кожну зону та використовуйте режим Синхронізації (SYNC), яка гарантує, що, незалежно від різних налаштувань, страви в обох зонах будуть готові до подачі одночасно.



КРОК 1: Програмування Зони 1

- Помістіть їжу в контейнери.
- Прилад за замовчуванням налаштовується на Зону 1.
- Виберіть функцію приготування (наприклад, "Air Fry").



КРОК 2: Налаштування часу та температури

- Використовуйте стрілки TEMP для встановлення температури.
- Використовуйте стрілки TIME для встановлення часу.



КРОК 3: Програмування Зони 2

- Виберіть Зону 2.
- Виберіть функцію приготування (наприклад, "Roast") і повторіть Крок 2.



КРОК 4: Почніть приготування

- Виберіть SYNC.
- Натисніть START/STOP, щоб почати приготування.
- Зона з коротшим часом приготування буде відображати значення "HOLD".



ПРИМІТКА: Час приготування автоматично призупиняється, під час виймання контейнеру з приладу. Вставте контейнер назад в прилад, для відновлення процесу приготування.

Використання мультипечі в режимі поєднання контейнерів (MATCH)

Встановіть налаштування в зоні 1 та натисніть MATCH для автоматичного дублювання налаштувань на зону 2.



КРОК 1: Програмування Зони 1

- Помістіть їжу в контейнери.
- Прилад за замовчуванням налаштовується на Зону 1.
- Виберіть функцію приготування (наприклад, "Air Fry").



КРОК 2: Налаштування часу та температури

- Використовуйте стрілки TEMP для встановлення температури.
- Використовуйте стрілки TIME для встановлення часу.



КРОК 3: Почніть приготування

- Виберіть MATCH.
- Натисніть START/STOP, щоб почати приготування.



ПРИМІТКА: Час приготування автоматично призупиняється, під час виймання контейнеру з приладу. Вставте контейнер назад в прилад, для відновлення процесу приготування.

Використання технології DualZone

Хочете приготувати дві страви, але не обов'язково, щоб вони були готові одночасно? Заповніть обидві зони та вручну налаштуйте кожну зону, щоб вони почали готуватися одночасно.



КРОК 1: Програмування Зони 1

- Покладіть їжу в контейнери.
- Пристрій за замовчуванням вибирає Зону 1.
- Виберіть функцію приготування (наприклад, Air Fry).



КРОК 2: Налаштування часу та температури

- Використовуйте стрілки TEMP для налаштування температури.
- Використовуйте стрілки TIME для налаштування часу.



Крок 3: Налаштуйте Зону 2

- Повторіть кроки 1 і 2 для Зони 2.



Крок 4: Почніть приготування:

- Натисніть START/STOP, щоб почати приготування.



ПРИМІТКА: Час приготування автоматично призупиняється, під час виймання контейнеру з приладу. Вставте контейнер назад в прилад, для відновлення процесу приготування.

Приготування страв в одній зоні.

Готуєте лише одну страву? Заповніть одну зону та використовуйте її як традиційну мультипіч.



КРОК 1: Програмування Зони 1

- Покладіть їжу в контейнер.
- Пристрій за замовчуванням вибирає Зону 1.
- Виберіть функцію приготування (наприклад, Air Fry).



КРОК 2: Налаштування часу та температури

- Використовуйте стрілки TEMP для встановлення температури.
- Використовуйте стрілки TIME для встановлення часу.



Крок 3: Почніть приготування:

- Натисніть START/STOP, щоб почати приготування.



ПРИМІТКА: Час приготування автоматично призупиняється, під час виймання контейнеру з приладу. Вставте контейнер назад в прилад, для відновлення процесу приготування.

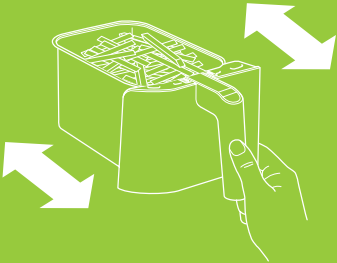
Таблиці приготування з функцією Air Fry (повітряне обсмаження)

ПРИМІТКА. Будь ласка, використовуйте час, вказаний в таблицях як рекомендацію, за потреби регулюйте час приготування, якщо кількість продуктів, які ви завантажуєте, змінюється.

ІНГРЕДІЄНТИ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА	КІЛЬКІСТЬ ОЛІЇ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС
Овочі					
Спаржа	1 пучок (200 г)	Почистити,обрізати стебла	2 ч.л.	200°C	8–12 хв.
Буряк	6 маленьких, або 4 великих (1 кг)	Цілий	Без олії	200°C	35-45 хв
Болгарський перець	2 шт	Цілий	Без олії	200°C	16 хв
Броколі	400 гр.	Розділити на суцвіття по 2,5 см.	1 ст.л.	200°C	9 хв.
Брюсельська капуста	500 г	Розрізати навпіл, видалити плодоніжку	1 ст.л.	200°C	15–20 хв.
Мускатний гарбуз	500-750 г	Нарізаний шматочками по 2,5 см	1 столова ложка	200°C	20–25 хв.
Морква	500г	Очищена, нарізана шматочками по 1,5 см	2 ст.л.	200°C	13-16 хв.
Цвітна капуста	600 гр	Розрізати на суцвіття 2,5 см	2 ст.л.	200°C	15–20 хв
Кукурудза в качанах	4 шт.	Цілі качани, очищені від лущиння	1 ст.л.	200°C	12–15 хв.
Кабачок	500 г	Розрізати на четвертинки вздовж,потім нарізати шматочками по 2,5 см	1 столова ложка	200°C	15–18 хв.
Зелена квасоля	200 г	подрібнена	1 столова ложка	200°C	8 хв.
Капуста кале (для чіпсів)	100 г	Порвати на шматочки, видалити стебла	Без олії	150°C	8 хв.
Печериці	225г	Промийте, поріжте на четвертинки	1 ст.л.	200°C	7 хв.
КАРТОПЛЯ					
Картопля біла напр. Король Едвард, Маріс Пайпер або Рассет	750 г	Нарізати клинками по на 2,5 см	1 ст.л.	200°C	18–20 хв.
	450 г	Нарізати тонко вручну на чіпси , змастити олією	1/2–3 ст.л.	200°C	20–24 хв
	450 г	Нарізати товстими шматками , змастити олією	1/2–3 ст.л.,	200°C	23–26 хв
	4 шт цілих (по 200 г)	Проколоти виделкою 3 рази	Не потрібна	200°C	25 хв.
Картопля солодка	750 г	нарізати шматками по 2,5 см	1 ст.л.	200°C	15–20 хв..
	4 шт. цілих (по 225 г кожна)	Проколоти виделкою 3 рази	Не потрібна	200°C	30-35 хв.
ПТИЦЯ					
Курячі грудки	2 грудки (по 150 г кожна)	Немає	Змастити олією	200°C	15-18 хв.
	4 грудки (по 150 г кожна)	Немає	Змастити олією	200°C	18-22 хв.
Курячі стегенця	4 стегна (800 г)	На кістці	Змастити олією	200°C	22–28 хв.
	4 стегна (600 г)	Без кісток	Змастити олією	200°C	18–22 хв.
Курячі крильця	1 кг	Немає	1 столова ложка	200°C	30-33 хв.
Качині грудки	2 грудки (397 г)	Надріжте шкіру, готуйте грудкою вниз і переверніть в середині процесу приготування	Немає	200°C	18-22 хв
СВІЖА ЯЛОВИЧИНА					
Бургери	4 котлети (по 125 г)	товщиною 2,5 см	Немає	190°C	12 хв
Стейки	2 стейки (по 230 г)	Цілі	Змащені олією	200°C	8-12 хв

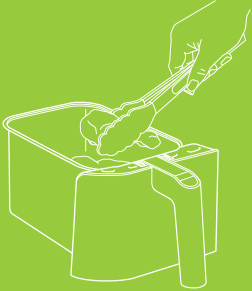
Для оптимальних результатів часто струшуйте або перевертайте їжу.

Рекомендуємо регулярно перевіряти їжу та струшувати або перевертати її для досягнення бажаного результату.



АБО

перевертати інгредієнти за допомогою щипців з міліконовими наконечниками.



*Після нарізання картоплі замочіть сиру картоплю в холодній воді принаймні на 30 хвилин, щоб видалити непотрібний крохмаль, після цього ретельно обсушіть її. Чим сухіша картопля, тим кращі результати її приготування

Таблиці приготування з функцією Air Fry (повітряне обсмаження)

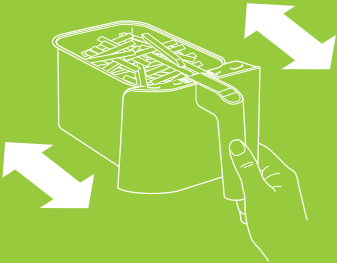
ПРИМІТКА. Будь ласка, використовуйте час, вказаний в таблицях як рекомендацію, за потреби регулюйте час приготування, якщо кількість продуктів, які ви завантажуєте, змінюється.

ІНГРЕДІЄНТИ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА	КІЛЬКІСТЬ ОЛІЇ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС
СВІЖА СВИНИНА					
Бекон	4 полоски	Немає	Немає	180°C	9 хв
Стейк з окороку	1 шт (225 г)	Надрізати шкірку кожні 2 см, перевернути через 5 хв	Змастити олією	180°C	10 хв.
Свинячі відбивні на кістці	2 товсті відбивні з кісткою (по 250 г кожна)	Немає	Змастити олією	200°C	18-19 хв.
	4 відбивні без кісток (100 г)	Немає	Змастити олією	200°C	12-15 хв.
Свинячі відбивні без кістки	2 свинячі вирізки (по 350-500 г кожна)	Немає	Змастити олією	190°C	20-27 хв
Сосиски	8 шт (410 г)	Немає	Немає	200°C	7–9 хв
СВІЖА БАРАНИНА					
Баранячі відбивні	4 шт (340 г)	Немає	Змастити олією	180°C	12 хв
Стейки баранини	3 шт (по 300 г)	Немає	Змастити олією	180°C	12 хв
СВІЖА РИБА ТА МОРЕПРОДУКТИ					
Філе тріски	2 філе (240 г)	Немає	Змастити олією	200°C	8-10 хв
Рибні котлети	2 (по 150 г кожна)	Немає	Немає	200°C	12-15 хв
Креветки	16 великих (165 г)	Немає	1 ст.л.	200°C	3-4 хв
Філе лосося	2 філе (260 г)	Немає	Змастити олією	200°C	8-10 хв
ЗАМОРОЖЕНІ ПРОДУКТИ					
Рибне філе в паніровці	4 шт (500 г)	Перевернути всередині процесу приготування	Немає	200°C	20-22 хв
Гриби в паніровці	300г	Немає	Немає	190°C	10-12 хв
Курачі стріпси	11 шт (270 г)	Немає	Немає	190°C	8 хв
Курка по-київськи	4 шт (500г)	Немає	Немає	180°C	15 хв
Картопля крупної нарізки	500 г	Немає	Немає	200°C	22 хв
Філе риби в клярі	4 шт (440 г)	Перевернути всередині процесу приготування	Немає	180°C	18 хв
Рибні пальчики	10 шт (280 г)	Немає	Немає	200°C	15 хв
Деруни	7 шт (390 г)	Не нашаровувати	Немає	200°C	15 хв
Картопляні крокети	500 г	Немає	Немає	180°C	20 хв
Креветки темпура	8 шт (140 г)	Перевернути всередині процесу приготування	Немає	190°C	8-9 хв
Картопля печена	700 г	Немає	Немає	190°C	20 хв
Креветки в сухарях	280 г	Немає	Немає	180°C	12 хв
Батат (клинками)	500 г	Немає	Немає	190°C	20-24 хв
Веганські бургери	4 шт (264 г)	Не нашаровувати	Немає	180°C	10 хв
Веганські нагетси	14 шт (320 г)	Не нашаровувати	Немає	180°C	12хв
Вегетаріанські сосиски	6 шт (300г)	Немає	Немає	180°C	8 хв

Примітка: Не знайшли потрібну страву в таблиці? Зменшіть час приготування , який вказано на упаковці на 25%. Для найкращих результатів перевіряйте страву часто та збільшуйте час приготування, за необхідності.

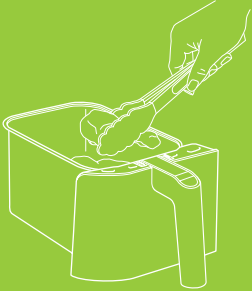
Для оптимальних результатів часто струшуйте або перевертайте їжу.

Рекомендуємо регулярно перевіряти їжу та струшувати або перевертати її для досягнення бажаного результату.



АБО

перевертати інгредієнти за допомогою щипців з міліконовими наконечниками.



Таблиця приготування з функцією Max Crisp(Обсмаження до хрумкої скоринки)

ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА	ОЛІЯ	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ
ЗАМОРОЖЕНІ ПРОДУКТИ				
Курячі нагетси	350 г (24 шт)	Немає	Немає	10 хв
Курячі крильця	1 кг	Немає	1 ст.л.	17 хв
Картопля фрі	500 г	Немає	Немає	14 хв
Картопля фрі	1 кг	Немає	Немає	25 хв
Кільця цибулі	300 г	Немає	Немає	9 хв

ПРИМІТКА. Будь ласка, використовуйте час, вказаний в таблицях як рекомендацію, за потреби регулюйте час приготування, якщо кількість продуктів, які ви завантажуєте, змінюється.

Для оптимальних результатів

часто струшуйте або перевертайте їжу.

Рекомендуємо регулярно перевіряти їжу та струшувати або перевертати її для досягнення бажаного результату.

ПРИМІТКА. Під час використання функції Max Crisp регулювання температури недоступне.

Таблиця приготування з функцією Dehydrate (Дегідrataції)

ІНГРЕДІЄНТИ	ПІДГОТОВКА	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ДЕГІДРАТАЦІЇ
СВІЖІ ФРУКТИ І ОВОЧІ			
Яблука	Видаляють серцевину, нарізають скибочками 3 мм, промивають у лимонній воді, висушують	60°C	7–8 год
Спаржа	Нарізати шматочками по 2,5 см, бланшувати	60°C	6–8 год
Банани	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм	60°C	6–8 год
Буряк	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм	60°C	8–10 год
Баклажани	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм	60°C	6–8 год
Свіжа зелень	Промити, висушити, очистити стебла	60°C	4 год
Корінь імбиру	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм	60°C	6 год
Манго	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм	60°C	6–8 год
Гриби	Очистити м'якою щіткою (не мити)	60°C	6–8 год
Ананас	Очистити, вирізати серцевину нарізати скибочками 3 мм - 1,25 см	60°C	6–8 год
Полуниця	Розрізати навпіл або скибочками по 1,25 см	60°C	6–8 год
Помідори	Нарізати скибочками по 3 мм або натерти на тертці; Обробити парою, якщо ви плануєте зволожувати.	60°C	6–8 год
СВІЖЕ М'ЯСО, ПТИЦЯ, РИБА			
В'ялена яловичина	Нарізати скибочками по 6 мм, маринувати протягом ночі	70°C	5–7 год
В'ялена курка	Нарізати скибочками по 6 мм, маринувати протягом ночі	70°C	5–7 год
В'ялена сьомга	Нарізати скибочками по 6 мм, маринувати протягом ночі	70°C	3–5 год
В'ялена індичка	Нарізати скибочками по 6 мм, маринувати протягом ночі	70°C	5–7 год

Таблиця використання технології DualZone™ в режимі Синхронізації (SYNC)

Тепер ви можете готувати дві різні страви з різним часом приготування та спостерігати, як вони будуть готові одночасно. Просто налаштуйте кожну зону, і функція SYNC зробить все інше.

Примітка: Для всіх рецептів у цій таблиці додавайте сіль і перець за смаком.

ВИБЕРІТЬ БУДЬ-ЯКУ З ЗОН		ВИБЕРІТЬ РЕЦЕПТ ДЛЯ ОДНОЇ ЗОНИ			ВИБЕРІТЬ ДВІ ЗОНИ ТА ВИКОРИСТАЙТЕ ФУНКЦІЮ SYNC	
РЕЦЕПТ	КІЛЬКІСТЬ	ЗМІШУЙТЕ АБО КОМБІНУЙТЕ ЦІ ІНГРЕДІЄНТИ		ФУНКЦІЯ	ТЕМПЕРАТУРА/ЧАС	
В'ялені помідори з бальзамічним соусом	500 г помідорів черрі	60 мл бальзамічного оцету,1 столова ложка рослинної олії		Roast	200 ° C 15 хвилин	
Курячі стегенця Баффало	4 курячі стегна без кісток та шкіри (по 110-140 г кожне)	240 мл соусу Баффало, змішати з куркою		Air Fry	200°C 27 хвилин	
Картопля по-каджунськи	4 середні картоплини, нарізані кубиками	2 столові ложки рослинної олії, 2 столові ложки приправи каджун		Air Fry	200 ° C 30 хвилин	
Кукурудза на качані	4 шт	Змастити розтопленим маслом		Roast	180 ° C 15 хвилин	
Рибні котлети	2 рибні котлети	Змастити розтопленим вершковим маслом, обсмажити		Air Fry	200 ° C /15 хвилин	
Заморожена картопля фрі	500 г	Приправити за бажанням		Air Fry	200 ° C 20 хвилин	
Зелена квасоля з мигдалем	500 г зелена квасоля, обрізати кінці	2 столові ложки рослинної олії, 60 г нарізаного мигдалю		Air Fry	200 ° C 8-10 хвилин	
Брюссельська капуста з фундуком та медом	500 г брюссельської, розрізана навпіл	2 ст. ложки рослинної олії, 60 мл меду, 60 г подрібнених лісових горіхів		Air Fry	200 ° C 23 хвилини	
Свинячі відбивні з медом та шавлією	2-3 відбивні зі свинини без кістки (120 гр кожна)	1 ст. ложка рослинної олії,1 столова ложка меду, 1/2 чайної ложки сушеної шавлії		Roast	200 ° C 17–20 хвилин	
Цвітна капуста по-середземноморськи	1 головка	Нарізати суцвіттями по 1,5 см, 120 мл тахіні, 2 столові ложки рослинної олії		Air Fry	200 ° C 17-20 хвилин	
Лосось з медово-імбирною глазур'ю	3 філе лосося (по 170 г кожне)	2 столові ложки місо пасту, 1 чайна ложка рослинної олії, натерти рибу		Air Fry	200 ° C 15 хвилин	
Вегетаріанський бургер на основі рослинних продуктів	500 г рослинного фаршу ,4 бургери (по 125 г кожен)	"М'ясо" рослинного походження, 1 столова ложка подрібненого часнику, 1 столова ложка подрібненої цибулі		Air Fry	190 ° C 12 хвилин	

ПРИМІТКА. Для досягнення найкращих результатів перевіряйте їжу за 2 хвилини до закінчення часу приготування. В можете припинити процес готування в будь-який час, якщо досягнуто бажаного рівня хрусткості, але переконайтеся, в тому, що їжа готова та набула безпечної для харчових продуктів температури.

КУРЯЧІ ФАХІТАС ІЗ ПІКАНТНОЮ ПЕЧЕНОЮ КАРТОПЛЕЮ



ПІДГОТОВКА: 10 хвилин | AIR FRY: 20 хвилин | ROAST: 25 хвилин

ІНГРЕДІЄНТИ

ФАХІТАС

3 курячі грудки

1 ст. л. копченої паприки

1 ст. л. меленого коріандру

1 ч. л. меленого кмину

1 ч. л. часникового порошку

½ ч. л. сушених пластівців чили

1 ч. л. сушеного орегано

4 ст. л. оливкової олії

сік 1 лайма

сіль і свіжомелений чорний

перець

1 цибулина, нарізана

1 червоний перець, нарізаний

1 жовтий перець, нарізаний

8 середніх коржів тортільї

ГОСТРА КАРТОПЛЯ

1 кг дрібної картоплі,

розрізаної на четвертинки

3 ст. л. оливкової олії

2 ч. л. гострої паприки

1 ст. л. часникового порошку

1 ст. л. копченої паприки

1 ч. л. морської солі

ПРИГОТУВАННЯ

1. Наріжте курячі грудки тонкими смужками.
2. У великій мисці змішайте спеції, трави, сік лайма та олію. Посоліть і поперчіть за смаком.
3. Додайте курку, цибулю та перець у миску, добре перемішайте, щоб усі інгредієнти вкрилися маринадом.
4. В іншій мисці змішайте картоплю з олією та спеціями.
5. Вставте тарілки для приготування хрустких страв кожен контейнер. У Зону 1 покладіть курку з овочами, у Зону 2 — картоплю.
6. Виберіть Зона 1 → AIR FRY, встановіть температуру на 200°C та час на 20 хв. Виберіть Зона 2 → ROAST, встановіть температуру на 180°C та час на 25 хв. Натисніть SYNC і почніть приготування.
7. Через 10 хвилин струсіть обидва контейнера. Повторіть даний крок через 15 хвилин.
8. Коли завершиться приготування в Зоні 1, перевірте готовність курки (внутрішня температура повинна бути не менше 75°C).
9. Подавайте курку та овочі в тортільях із гострою картоплею на гарнір, гарячими до столу.



КУРКА ВВQ З КАРТОПЛЕЮ ФРІ



ПІДГОТОВКА: 10 хв | ROAST: 25 хв | AIR FRY: 25 хв

ІНГРЕДІЄНТИ

600 г картоплі, нарізаної брусочками

завтовшки 1 см

3 ст. л. олії

4 скибочки копченого бекону

4 курячі філе (по ~170 г кожне)

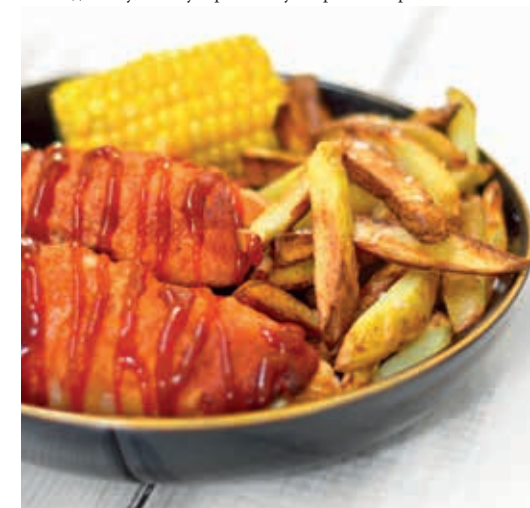
50 г тертого чеддера

4 ст. л. BBQ-соусу

Морська сіль

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Замочіть нарізану картоплю в холодній воді на 30 хвилин, щоб видалити зайвий крохмаль. Добре промийте, потім висушіть її серветками до повної сухості.
2. Тим часом закрутіть курячі грудки в акуратні рулети та оберніть їх беконом. Зафіксуйте рулетики шпажкою.
3. Помістіть картоплю у велику миску, додайте до неї щонайменше 1/2 ст ложки олії. Якщо ви бажаєте отримати більш хрустку картоплю, додайте до неї не менше 3 столових ложок олії.
4. Встановіть тарілки для приготування хрустких страв в обидва контейнера мультипечі. Покладіть курячі грудки в Зону 1, потім вставте контейнер у пристрій. Помістіть картоплю у Зону 2, та встановіть контейнер у пристрій.
5. Виберіть Зону 1, виберіть функцію ROAST(Обсмаження), температуру 180°C і час 25 хвилин. Виберіть Зону 2, встановіть функцію AIR FRY (Повітряне обсмаження), температуру 200°C і час 25 хвилин. Виберіть SYNC. Натисніть START/STOP, щоб почати.
6. За 10 хвилин від початку приготування в Зоні 1, вийміть контейнер і посипте курку сиром. Вставте контейнер назад в прилад, щоб продовжити приготування.
7. За 10 хвилин від початку приготування в Зоні 2 вийміть контейнер і струсіть його протягом 10 секунд. Вставте його назад в прилад, щоб продовжити приготування.
8. За 20 хвилин від початку приготування в Зоні 2, вийміть контейнер, струсіть його ще раз протягом 10 секунд, та помістіть його назад в прилад, та продовжуйте приготування за необхідності протягом 5 хвилин. Посипте картоплю морською сіллю перед подачею.
9. Після завершення приготування в Зоні 1, перевірте, чи готова курка. Страва буде готовою до вживання, коли внутрішня температура курки досягне щонайменше 75°C. Подавайте курку до столу, политу барбекю-соусом разом з картоплею.



ЗАПЕЧЕНИЙ ЛОСОСЬ З АСПАРАГУСОМ ПІД ПАРМЕЗАНОМ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | ROAST: 15 ХВИЛИН

ІНГРЕДІЄНТИ

3 столові ложки приправи для стейка
3 столові ложки коричневого цукру
3 філе лосося (по 170 г кожне)
4 столові ложки оливкової олії
450 г спаржі, обрізані кінці
30 г тертого сиру Пармезан
Морська сіль і мелений чорний перець за смаком

ПРИГОТУВАННЯ

- 1 У невеликій мисці змішайте приправу для стейка та коричневий цукор.
- 2 Намажте верх кожного філе лосося 1 столовою ложкою олії, потім щедро покрийте філе сумішшю цукру та спецій. Відкладіть в сторону.
- 3 У мисці перемішайте спаржу з залишковою 1 столовою ложкою олії, сіллю і перцем.
- 4 Покладіть філе лосося в контейнер Зони 1 шкірою вниз, потім вставте контейнер в пристрій. Покладіть спаржу в контейнер Зони 2, потім вставте контейнер в пристрій.
- 5 Вставте тарілки для приготування хрустких страв в обидва контейнери. Виберіть режим ROAST, встановіть температуру 200°C і час 15 хвилин. Виберіть MATCH. Натисніть кнопку START/STOP, щоб розпочати приготування.
- 6 Коли час у Зоні 2 досягне 7 хвилин, вийміть контейнер з пристрою і переверніть спаржу за допомогою щипців з силіконовими наконечниками. Поверніть контейнер назад в пристрій для продовження приготування.
- 7 Коли час у Зоні 2 досягне 2 хвилин, вийміть контейнер з пристрою та посипте половину сиру Пармезан на спаржу, та обережно переверніть її. Поверніть контейнер назад в пристрій для продовження приготування.
- 8 Після завершення часу приготування перенесіть філе та спаржу на тарілку для подачі. Посипте страву рештою сиру Пармезан і подавайте до столу.



КРЕВЕТКИ З ЧАСНИКОМ ТА ТОМАТАМИ З РОЗМАРИНОМ



ПІДГОТОВКА: 10 хв | AIR FRY: 15 хв

ІНГРЕДІЄНТИ:

450 г великих очищених креветок
2 зубчики часнику, дрібно порізані
1 ст. л. свіжого чебрецю
1/2 ч. л. чилі-порошку
60 мл + 1 ст. л. рослинної олії
Морська сіль і чорний перець
300 г помідорів чері
1 ст. л. свіжого розмарину

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Креветки змішайте з часником, чебрецем, чилі, 60 мл олії, сіллю та перцем.
2. Помідори окремо перемішайте з 1 ст. л. олії, розмарином, сіллю та перцем.
3. Викладіть креветки в контейнер Зони 1, а томати – в контейнер Зони 2.
4. Оберіть контейнер Зони 1 натисніть Air Fry, встановіть температуру на 200°C і час на 15 хв. Оберіть Зону 2, натисніть Air Fry встановіть температуру на 200°C і час на 10 хв. Натисніть SYNC і почніть приготування.
5. За 7 хвилин до кінця часу приготування у контейнері Зони 1 – вийміть контейнер з пристрою і струсіть його протягом 10 секунд.
6. За 5 хвилин до кінця часу приготування у контейнері Зони 2 – вийміть контейнер з пристрою і струсіть його протягом 10 секунд.
7. Подавайте страву до столу відразу після приготування.



ТРОПІЧНА ТРИСКА З КОКОСОМ ТА ЛАЙМОМ НА ПОДУШЦІ З ЦВІТНОЇ КАПУСТИ



ПІДГОТОВКА: 10 хв | МАРИНУВАННЯ: 20 хв | ROAST: 20 хв

ІНГРЕДІЄНТИ:

400 мл кокосового молока (несолодкого)
1 лайм (цедра і сік)
4 філе тріски (~170 г кожне)
3 ч. л. морської солі (розділити)
1/2 цибулини, дрібно нарізаної
1/2 ч. л. сухого часнику
4 ч. л. ріпакової олії (розділити навпіл)
350 г цвітної капусти
1/2 зеленого перцю, нарізаного кубиками
25 г свіжої кінзи (для подачі)
75 г підсмажених солоних кеш'ю, подрібнених (для подачі)

ПРИГОТУВАННЯ: and lime

1. У середній мисці змішайте кокосове молоко, цедру та сік лайма. Приправте кожне філе по ½ чайної ложки солі, після чого покладіть його в суміш кокосового молока та замаринуйте на 20 хвилин.
2. У невеликій мисці акуратно змішайте дрібно нарізану цибулю та сухий часник з 1 чайною ложкою олії ріпаку. Помістіть суміш у контейнер Зони 2 (без встановленої тарілки для приготування хрустких страв).
3. Вставте тарілку для приготування хрустких страв Зони 1. Вийміть тріску з маринаду та розташуйте її на тарілці. Оберіть Зону 1, режим ROAST, температуру 190°C та час 20 хвилин. Для Зони 2 встановіть режим ROAST, температуру 160°C та час 12 хвилин. Активуйте функцію SYNC та натисніть кнопку START/STOP для початку приготування.
4. У окремій середній мисці акуратно змішайте рис із цвітної капусти (для приготування рису з цвітної капусти необхідно подрібнити капусту на маленькі шматочки або в блендері до стану «рису» та підсмажити її на сковороді з невеликою кількістю олії 5–7 хвилин), перець, залишок солі та залишок олії ріпаку. Додай сіль, перець і спеції за смаком.
5. Коли залишиться 6 хвилин до закінчення приготування в Зоні 2, вийміть контейнер з мультипечі та додайте суміш рису з цвітної капусти до цибулі, обережно перемішайте. Вставте контейнер назад, щоб продовжити приготування.
6. Після завершення приготування викладіть рис з цвітної капусти у тарілку, зверху акуратно покладіть філе тріски. За бажанням прикрасьте свіжим коріандром та подрібненими кеш'ю.



КРОКЕТИ З ПІКШИ

ПІДГОТОВКА: 30 хв | AIR FRY: 10 хв



ІНГРЕДІЄНТИ:

75 г свіжих панірувальних сухарів
2 чайні ложки хересу
500 г сирих філе пікші, подрібненого
3 яйця
1 пучок свіжої петрушки, дрібно нарізаної
1 ½ чайної ложки сушеного коріандру
½ чайної ложки солі
¼ чайної ложки білого перцю
Цедра 1 лимона
100 г пшеничного борошна
150 г сухих панірувальних сухарів
Олія ріпаку для розпилення

Для подачі:

зелений салат, соус тартар, часточки лимона

Порада: якщо у вас немає кулінарного хересу, можна використати жирні вершки.

ПРИГОТУВАННЯ:

1. У мисці змішайте свіжі панірувальні сухарі, подрібнене філе пікші та херес. Добре розімніть суміш. Додайте одне збите яйце, подрібнену петрушку, коріандр, білий перець, сіль та цедру лимона. Ретельно перемішайте.
2. Підготуйте три неглибокі тарілки для панірування: одну з борошном, одну з панірувальними сухарями та одну зі збитими двома яйцями. Вистеліть деко пергаментним папером.
3. Звольте руки борошном та сформуєте крокети довжиною приблизно 5–7 см. Обваляйте кожен крокет спочатку в борошні, потім в яйці, а потім у панірувальних сухарях. Викладіть на деко.
4. Вставте тарілки для приготування хрустких страв в контейнери обох зон та збризніть їх олією. Викладіть крокети на тарілки та також злегка розпиліть на них олію зверху. Встановіть режим AIR FRY, температуру 200°C та час 10 хвилин. Активуйте функцію MATCH та натисніть START/STOP для початку приготування.
5. Після завершення приготування за допомогою силіконових щипців акуратно перекладіть крокети на сервірувальне блюдо.
6. Подавайте крокети до столу гарячими разом із зеленим салатом, соусом тартар та скибочками лимона.



ШМАТОЧКИ ЯЛОВИЧНИНИ З ГРИБНИМ СОУСОМ

ПІДГОТОВКА: 15 хв + 20 хв маринування | AIR FRY: 12 хв



ІНГРЕДІЄНТИ:

650 г стейку рібай
4 столові ложки оливкової олії
1 чайна ложка соєвого соусу
2 зубчики часнику, розчавлені
1 чайна ложка сушеної суміші трав
½ чайної ложки солі
¼ чайної ложки перцю
400 г печериць
Свіжа подрібнена петрушка для прикрашення

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Зріжте жир зі стейку та наріжте його кубиками приблизно 2,5 см. Викладіть у велику миску. Гриби протріть вологою паперовою серветкою та помістіть їх у окрему миску. Якщо гриби великі, розріжте їх навпіл.
2. У невеликій мисці змішайте оливкову олію, соєвий соус, часник та трави. Розділіть отриману суміш між стейком і грибами, ретельно перемішуючи.
3. Вставте тарілки для приготування хрустких страв в обидва контейнери мультипечі. Викладіть стейк у Контейнер Зони 1, а гриби – у контейнер Зони 2, потім вставте обидва контейнери в мультипеч.
4. Оберіть Зону 1 встановіть функцію AIR FRY, температуру 200°C, та час на 12 хвилин. Оберіть Зону 2, встановіть AIR FRY, температуру на 200°C, та час на 9 хвилин. Активуйте SYNC і натисніть START/STOP для початку приготування.
5. Коли таймер в обох зонах покаже 5 хвилин, акуратно струсніть інгредієнти в обох контейнерах.
6. Після завершення приготування перевірте стейк на бажану ступінь прожарки та за допомогою силіконових щипців перекладіть його та гриби на сервірувальне блюдо.
7. Прикрасьте страву свіжою петрушкою і подавайте до столу гарячим.



СМАЖЕНА СВИНИНА З БАТАТОМ -ФРІ

ПІДГОТОВКА: 20 хв | ROAST:: 15 хв | AIR FRY: 20 хв



ІНГРЕДІЄНТИ

240 г пшеничного борошна
1 ч. л. копченої паприки
1 ч. л. сухого часнику
1 ч. л. морської солі
1 ч. л. чорного меленого перцю
½ ч. л. червоного перцю чилі
2 великі яйця
2–4 свинячих відбивних без кістки, розрізані вздовж навпіл, товщиною 1 см
450 г замороженого батату-фрі

ПРИГОТУВАННЯ:

- 1 У мисці змішайте борошно, паприку, часниковий порошок, сіль, перець і чилі.
- 2 Яйця збийте в неглибокій мисці протягом 60 секунд. Приготуйте другу миску з приправленим борошном.
- 3 Кожну відбивну обваляйте в наступному порядку: яйце → борошно → яйце → борошно. Відкладіть в сторону.
- 4 Викладіть свинину в контейнер Зони 1, батат викладіть в контейнер Зони 2, та встановіть контейнери в мультипечі.
- 5 Виберіть для Зони 1 функцію ROAST, встановіть температуру на 200°C та час на 15 хв. Для Зони 2: оберіть функцію AIR FRY, встановити температуру на 180°C та час на 20 хв. Натисніть SYNC та START/STOP.
- 6 Коли на таймері Зони 2 залишиться 10 хв до кінця приготування -дістаньте контейнер з мультипечі та добре струшуйте в ньому інгредієнти протягом 10 секунд. Поверніть контейнер назад в прилад для продовження приготування.
- 7 Коли на таймері Зони 1 залишиться 7 хв, вийміть контейнер , перевернути свинину щипцями з силіконовим покриттям та встановіть контейнер на зад в прилад для продовження приготування.
- 8 Після завершення приготування викладіть свинину на тарілку разом з бататом фрі та подавайте її до столу гарячою.



ФАРШИРОВАНІ СИРОМ ГРИБИ ТА ОВОЧЕВЕ РАГУ



ПІДГОТОВКА: 25 хв | ROAST: 17–20 хв



ІНГРЕДІЄНТИ

ГРИБИ:

300 г замороженого шпинату
60 г крем-сиру
30 г тертого пармезану (або вегетаріанський аналог)
120 г моцарели, поділити
1 ч. л. дрібно нарізаного часнику
1 ч. л. мускатного горіха
½ ч. л. солі
½ ч. л. чорного перцю
2 великі гриба, очищені, видалити ніжки

ОВОЧЕВЕ РАГУ:

350 г кабачків, нарізаних кубиками
1 червоний перець, нарізаний кубиками
1 помаранчевий перець, нарізаний кубиками
300 г баклажанів, нарізаних кубиками
4 спаржеві стебла, нарізані на шматки 1 см
1 ст. л. свіжого чебрецю
2 ст. л. рослинної олії
1 ч. л. солі
1 ч. л. чорного перцю

ПРИГОТУВАННЯ:

- 1 Загорніть шпинат у бавовняний або паперовий рушник та віджміть зайву рідину.
- 2 Змішайте крем-сир, пармезан, 60 г моцарели, часник, мускатний горіх, сіль і перець в окремій ємності. Додайте до суміші шпинат і ретельно перемішайте.
- 3 Наповніть гриби сумішшю.
- 4 В іншій мисці змішайте всі овочі з олією, чебрецем, сіллю та перцем.
- 5 Гриби викладіть у контейнер Зони 1 (без встановленої тарілки для приготування хрустких страв), овочі – у контейнер Зони 2 (без встановленої тарілки для приготування хрустких страв), встановіть контейнери в прилад для початку приготування.
- 6 Оберіть для Зони 1 функцію ROAST, встановіть температуру на 180°C і час на 15 хв. Для Зони 2 встановіть функцію ROAST, температуру на 180°C, та час на 17–20 хв. Натисніть SYNC та START/STOP.
- 7 Коли на таймері Зони 1 буде відображатись 10 хвилин до кінця приготування, вийміть контейнер з мультипечі та викладіть на гриби залишки моцарели, поверніть контейнер в мультипечі для продовження приготування.
- 8 Коли на таймера Зони 2 буде відображатись 10 хвилин до кінця приготування, вийміть контейнер з мультипечі та перемішайте овочі, поверніть контейнер в мультипечі для продовження приготування.
- 9 Подавайте страву до столу не зволікаючи!



ТОФУ В КИСЛО-СОЛОДКОМУ СОУСІ З ОВОЧАМИ ПО-АЗІЙСЬКИ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | AIR FRY: 20 ХВИЛИН | ROAST: 15 ХВИЛИН

ІНГРЕДІЄНТИ

400 г твердого тофу, обсушити та нарізати кубиками по 2,5 см
2 столові ложки кукурудзяного крохмалю
650 г заморожених овочів для смаження
1 столова ложка рослинної олії
120 г готового соусу кисло-солодкого
1 чайна ложка часникового порошку
Сіль морська та мелений чорний перець за смаком

ПОРАДА: Якщо вам не подобається кисло-солодкий соус, замініть його на улюблений магазинний соус, щоб підлаштувати рецепт під ваш смак.

ПРИГОТУВАННЯ

1. В мисці обваляйте тофу в кукурудзяному крохмалі до рівномірного покриття.
2. Вставте тарілки для приготування хрустких страв в обидва контейнери. Покладіть тофу в контейнер Зони 1, потім вставте контейнер в пристрій. Покладіть заморожені овочі та олію в контейнер Зони 2, та вставте контейнер в пристрій.
3. Виберіть Зону 1, оберіть режим AIR FRY, встановіть температуру 200°C та час 20 хвилин. Виберіть зону 2, оберіть режим ROAST, встановіть температуру 200°C та час 15 хвилин. Виберіть SYNC. Натисніть кнопку START/STOP, щоб почати приготування.
4. Коли час в зоні 1 досягне 15 хвилин, витягніть контейнер і струсіть його протягом 10 секунд. Поверніть контейнер назад в пристрій, щоб продовжити приготування. Повторіть цей крок, коли час в Зоні 1 досягне 7 хвилин.
5. Коли час в зоні 2 досягне 5 хвилин, витягніть контейнер і струсіть його протягом 10 секунд. Поверніть контейнер назад в пристрій, щоб продовжити приготування
6. Коли приготування завершиться, перекладіть тофу в миску та змішайте його з соусом кисло-солодким до рівномірного покриття. Перекладіть овочі в іншу миску та змішайте їх з сухим часником, сіллю та перцем. Подавайте до столу не зволікаючи.



ХАЛУМІ-ФРІ З КУКУРУДЗОЮ ПО-МЕКСИКАНСЬКИ



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | AIR FRY: 18 ХВИЛИН | ROAST: 15 ХВИЛИН

ІНГРЕДІЄНТИ

2 шт халлумі (по 225 г кожен)
75 г пшеничного борошна
Морська сіль і мелений чорний перець за смаком
1 лимон
150 г натурального грецького йогурту
2 столові ложки коріандру, подрібненого
Кулінарний спрей або олія

КУКУРУДЗА

50 г м'якого масла
2 чайні ложки томатного кетчупу
1 чайна ложка меду
1/2 чайної ложки пасти харіси
4 качани солодкої кукурудзи

ПІДКАЗКА: Якщо вам подобається гостріший смак, додайте 1 чайну ложку сумака та заатару до борошна.

ПРИГОТУВАННЯ

1. Злийте рідину з халлумі і промокніть його серветкою. Наріжте сир на товсті скибочки.
2. У неглибокій мисці змішайте борошно та приправи. Обваляйте халумі у суміші, до повного покриття.
3. Вставте тарілки для приготування хрустких страв в обидва контейнери. Щедро розпильті спрей або олію в контейнер Зони 1, покладіть халумі в контейнер і повторно розпильтіть олію. Вставте контейнер в пристрій.
4. Приготуйте чилі-масло: в мисці змішайте масло, кетчуп, мед та пасту харісу, збийте всн до однорідної маси. За допомогою щітки або зворотної сторони чайної ложки намажте кожен качан кукурудзи маслом. Залиште залишки масла, обгорнувши його в харчову плівку, сформуйте в ковбаску та охолодіть, поки кукурудза готується. Покладіть кукурудзу на тарілку для приготування хрустких страв в контейнер Зони 2. Вставте контейнер в пристрій.
5. Виберіть Зону 1, режим AIR FRY, встановіть температуру на 200°C і час на 18 хвилин. Виберіть зону 2, режим ROAST, встановіть температуру на 180°C і час на 15 хвилин. Виберіть SYNC. Натисніть кнопку START/STOP для початку.
6. Коли час у Зоні 1 досягне 10 хвилин, переверніть халумі та кукурудзу. Повторіть даний крок, коли час у зоні 1 досягне 6 хвилин.
7. Розріжте чилі-масло на 4 частини і викладіть його на кукурудзу. Подавайте кукурудзу разом з халумі, разом з грецьким йогуртом, змішаним з подрібненим коріандром.



КРОКЕТИ З ЦВІТНОЇ КАПУСТИ З ЗАПЕЧЕНИМ БАБАТОМ



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | AIR FRY 30 ХВИЛИН



ІНГРЕДІЄНТИ

400 г цвітної капусти
150 г пшеничного борошна
1 чайна ложка сухої цибулі
1 чайна ложка сухого часнику
1 чайна ложка меленого куміну
1 чайна ложка паприки
Сіль морська та мелений чорний перець за смаком
300 мл молока
100 г панірувальних сухарів
30 мл соняшникової олії
90 мл гострого соусу Buffalo

БАТАТ

4 батата по 175 г
1 столова ложка оливкової олії
1 чайна ложка морської солі

ПРИГОТУВАННЯ

- Наріжте цвітну капусту на суцвіття розміром 2,5 см.
- Покладіть борошно, цибулю, часник, кумін та паприку в миску і приправте за смаком. Поступово додавайте до суміші молоко, збиваючи її до утворення однорідного тіста.
- Викладіть панірувальні сухарі в іншу миску.
- Покрийте суцвіття цвітної тістом, а потім обваляйте їх в панірувальних сухарях до рівномірного покриття.
- Проколiть батат виделкою кілька разів. Натріть його оливковою олією і посипте морською сіллю.
- Вставте тарілки для приготування хрустких страв в контейнери обох зон. Покладіть капусту в контейнер Зони 1, а батат в контейнер Зони 2 і вставте їх в пристрій. Виберіть зону 1, оберіть режим AIR FRY, встановіть температуру 180°C і час 25 хвилин. Виберіть зону 2, оберіть режим AIR FRY, встановіть температуру 200°C і час 30 хвилин. Виберіть SYNC. Натисніть кнопку START/STOP, щоб розпочати приготування.
- Тим часом змішайте олію з гострим соусом Buffalo. Коли час в Зоні 1 досягне 15 хвилин, витягніть контейнер і змастіть капусту соусом. Одночасно переверніть батат. Поверніть контейнери назад в пристрій, щоб продовжити приготування.
- Подавайте крокети до столу разом з бататом гарячими.



ФАЛАФЕЛІ З ЗАПЕЧЕНИМИ ОВОЧАМИ



ПІДГОТОВКА: 10 хвилин | AIR FRY: 20 хвилин | ROAST: 25 хвилини



ІНГРЕДІЄНТИ

Для фалафелів:

1 банка (400 г) нуту, злити і промити
2 ст. л. соняшникової олії
1 маленька червона цибулина, очищена та розрізана на четвертинки
1 зубчик часнику, очистити
5 г свіжої петрушки
5 г свіжого коріандру
1 ч. л. меленого куміну
1 ч. л. меленого коріандру
1 ч. л. пасти харіса
20 г пшеничного борошна
½ ч. л. солі
олія-спрей

Для запечених овочів:

300 г гарбуза, нарізаного кубиками 1,5 см
150 г цукіні, нарізаного шматочками 2,5 см
4 маленькі солодкі перці, розрізані навпіл або на четвертинки
1 маленька червона цибулина, очищена і нарізана скибочками
2 ст. л. оливкової олії
1 ст. л. лимонного соку
1 зубчик часнику, очищений і розчавлений
1 ст. л. свіжого чебрецю
1 ч. л. куміну
Сіль і перець за смаком

Для подачі:

Піта, листя салату
Майонез, змішаний з невеликою кількістю копченої паприки

ПРИГОТУВАННЯ

- Усі інгредієнти для фалафелів покладіть у кухонний комбайн і подрібніть до однорідної маси. Текстура повинна залишатися трохи крупною.
- Зволоженими руками сформуйте з суміші 6 кульок і викладіть їх на аркуш пергаментного паперу трохи більший за тарілку для приготування хрустких страв мультитечі. Покладіть фалафелі у холодильник на 20 хвилин для охолодження.
- Тим часом змішайте овочі з олією, лимонним соком, часником, чебрецем, кумином і приправте все за смаком. Переконайтесь, що овочі добре покриті маринадом. Встановіть тарілки для приготування хрустких страв в обидва контейнери мультитечі. Вийміть овочі з маринаду (залиште маринад) і викладіть їх у контейнер Зони 1. Вставте контейнер у прилад.
- Використовуючи пергамент обережно покладіть фалафелі на тарілку в контейнер Зони 2. Обприскайте фалафелі олією. Вставте контейнер у прилад.
- Виберіть Зону 1, оберіть функцію ROAST, встановіть температуру на 180°C і час на 22 хвилини. Виберіть Зону 2, встановіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 200°C і час на 17 хвилин. Натисніть SYNC і почніть приготування.
- Через 10 хвилин струсіть або перемішайте овочі, змастіть їх залишками маринаду. Повторіть даний крок ще раз через 18 хвилин.
- Подавайте фалафелі, розрізані навпіл, у піті з листям салату, поливши їх зверху з майонезом, присипаним копченою паприкою. Овочі подавайте як гарнір.



БАНАНОВО -КАРАМЕЛЬНІ МАФІНИ



ПІДГОТОВКА: 15 хвилин | ВАКЕ: 15-20 хвилин



ІНГРЕДІЄНТИ:

200 г борошна із розпушувачем
1 ч. л. суміші прянощів
1/2 ч. л. солі
2 стиглих банани (прибл. 320 г зі шкіркою)
200 г коричневого цукру
100 г рослинної олії
2 великі яйця, збиті
1 ч. л. ванільного екстракту
50 г шоколадних крапель
100 г густої карамелі
12 бананових чіпсів для прикрашання

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Просійте борошно, прянощі та сіль у миску.
2. У великій мисці розімніть банани до однорідності.
Додайте до них цукор, олію, яйця, ваніль, добре збийте до повного з'єднання.
3. Поступово додайте сухі інгредієнти до бананової маси постійно збиваючи. Додайте до суміші шоколадні краплі.
4. Викладіть в кожен контейнер мультипечі (без встановлення тарілок для приготування хрустких страв) по 6 подвійних паперових формочок для мафінів. Розподіліть тісто, заповнюючи формочки на 3/4. Оберніть Зону 1, встановіть функцію ВАКЕ, встановіть температуру на 160°C і час на 15 хвилин. Натисніть MATCH, потім START/STOP для початку випікання.
5. Через 12 хвилин перевірте готовність мафінів дерев'яною шпажкою — вона має виходити сухою, якщо маїни готові. Готові мафіни охолодіть на решітці протягом 5 хвилин. Прикарайте кожен мафін ложкою карамелі та банановими чіпсами та подавайте до столу.



БРАУНІ З АРАХІСОВИМ МАСЛОМ ТА ШОКОЛАДОМ



ПІДГОТОВКА: 15 хвилин | ВАКЕ: 35- 40 хвилин



ІНГРЕДІЄНТИ:

80 г арахісового масла
(поділеного на 2 частини)
40 г вершкового масла
120 г темного шоколаду
(поділеного на 2 частини)
175 г цукру
2 великі яйця, збиті
60 г борошна із розпушувачем
30 г какао-порошку

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Збризніть контейнер Зони 1 (без встановлення тарілки для приготування хрустких страв) кулінарним спреєм або олією, вистеліть дно пергаментом.
2. Відкладіть 40 г арахісового масла та 30 г шоколаду. Решту шоколаду розламайте на шматочки, розтопіть разом із вершковим та арахісовим маслом на водяній бані чи слабкому вогні. Дайте суміші охолонути.
3. В окремій мисці збийте яйця з цукром до густої кремоподібної маси. Додайте до неї розтоплену шоколадну суміш, добре перемішайте.
4. Просійте борошно та какао, обережно вмішайте їх у тісто. Викладіть тісто у підготовлений кошик. Розігрійте відкладене арахісове масло в мікрохвильовці протягом 40 секунд, та порийте ним верх тіста.
5. Встановіть контейнер Зони 1 в прилад, оберніть функцію ВАКЕ, встановіть температуру на 160°C, і час на 35-40 хвилин. Натисніть START/STOP.
6. Через 30 хвилин перевірте готовність: центр брауні має залишатися м'яким на дотик.
7. Розтопіть відкладений шоколад у мікрохвильовці (по 20 секунд із перемішуванням), Полийте брауні розтопленим шоколадом. Залиште його охолонути у контейнері.
8. Перед подачею охолодіть повністю брауні, після цього витягніть його з контейнера, наріжте на квадрати та подавайте до столу.





**Мультипіч Ninja Air Fryer
Dual zone DZ300EU
об'ємом 7,6 літрів**

© 2025 Shark Ninja Operating LLC.

NINJA є зареєстрованою торговою маркою SharkNinja Operating, LLC у Європейському Союзі.

DZ300EU_UK_FR_DE_IG_QSG_MP_250117_Mv1