

Bitte lesen Sie unbedingt die beiliegende Ninja®-Bedienungsanleitung durch, bevor Sie das Gerät verwenden.

NINJA® Foodi®

FLEXDRAWER

10.4L Air Fryer

**KURZ
ANLEITUNG**



**+ KOCHTABELLEN
+ UNWIDERSTEHLICHE REZEPTE**

INHALT

Verwendung Ihrer Ninja® Foodi® Flexdrawer Heißluftfritteuse	3
Verwendung der MEGAZONE	4
Verwendung der DualZone™-Technologie	6
Rezepte	8
Gerichte auf dem	
Backblech zubereiten	8
Hähnchen	
Brathähnchen mit Wurzelgemüse	10
Hähnchen nach Jägerart mit Babykartoffeln	12
Fleisch	
Schweinebauch mit Soja und Ingwerkohl	13
Lammkeule nach griechischer Art mit Gemüse	14
Steak-Fajitas und Gemüse-Fajitas	16
Lammkäfte mit gewürzten Süßkartoffelspalten	17
Fisch	
Chili-Lachs-Spieße mit Ingwer-Soja-Gemüse	18
Fisch & Chips	20
Vegetarisch	
Würziger Tofu mit grünem Gemüse	21
Frittata aus Kartoffeln, sonnengetrockneten Tomaten und Frühlingszwiebeln	22
Snacks	
Käse-, Kartoffel- und Erbsen-Pasteten und Krönungshühnchen-Pasteten	23
Drei-Käse-Toasts mit Chutney	24
Flammkuchen	25
Desserts	
Bratwurst In Blätterteig Und Blätterteig-Zimtstangen	26
Blondies mit Himbeeren und weißer Schokolade	27
Kochtabellen	28
Heißluft-Frittieren	28
Max Crisp	32
Braten	34
Dörren	34
Verwendung der DualZone™-Technologie: SYNC	36



www.ninjatestkitchen.eu

VERWENDUNG IHRER NINJA® FOODI® FLEXDRAWER HEISSLUFTFRITTEUSE

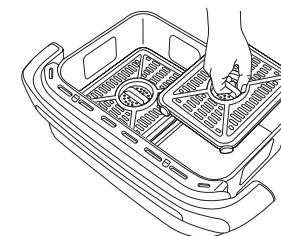
7 KOCHPROGRAMME



FÜR OPTIMALE ERGEBNISSE

KNUSPERBLECHE

Die Knusperbleche sorgen für eine gleichmäßige Bräunung. Vergewissern Sie sich vor dem Hinzufügen von Speisen, dass sich das Knusperblech im unteren Fach befindet, es sei denn, das Rezept erfordert kein Knusperblech.



HINWEIS: Setzen Sie die Crisper Gittereinsätze so ein, dass die abgerundeten Kanten nach außen gehen.

REINIGUNGSHINWEISE:

Wir empfehlen, das Gerät zwischen den Anwendungen zu reinigen, um das Festsetzen von Rückständen zu verhindern.

Für eine schnelle Reinigung: Nehmen Sie die Crisper Gittereinsätze und den Trenner heraus und waschen Sie sie in der Spüle. Lassen Sie das Fett aus der Schublade abtropfen oder wischen Sie es aus. Füllen Sie die Schublade mit kochendem Wasser und einem Spritzer Spülmittel. Entfernen Sie mit einer Spülbürste vorsichtig alle Essensreste. Das Wasser in die Spüle abgießen und mit frischem Wasser nachspülen. Abtropfen lassen und abtrocknen.

Für eine gründliche Reinigung: Crisper Gittereinsätze und Trenner herausnehmen. Reinigen Sie die Schublade und das Zubehör vorsichtig in der Spüle ODER geben Sie die Schublade und das Zubehör in die Spülmaschine.



Verwendung der MEGAZONE

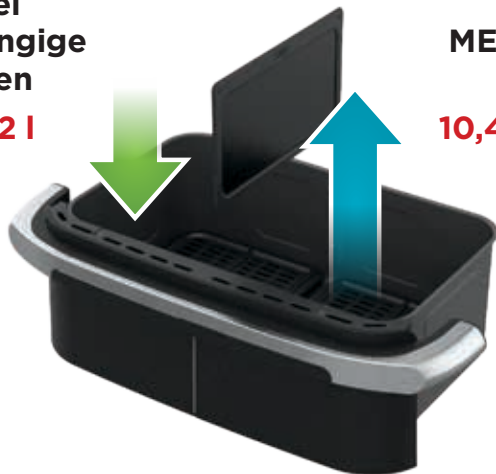
AUS MEGAZONE WIRD DUAL ZONE

Zubereitung in einer großen Schublade oder unterteilt in zwei separate Garzonen



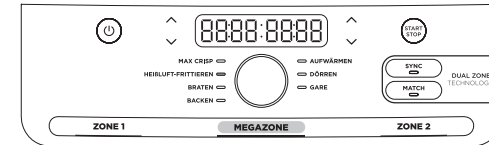
VIELSEITIGE MEGAZONE

Zwei unabhängige Zonen
je 5,2 l



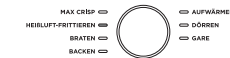
Eine MEGAZONE
10,4 l gesamt

Für die Zubereitung einer großen Menge einer Speise entfernen Sie den Trenner und nutzen den gesamten Garraum wie bei einer traditionellen Heißluftfritteuse.



1. SCHRITT: MEGAZONE auswählen

- Legen Sie die Zutaten in die Schublade.
- Drehen Sie den Drehknopf, um eine Garfunktion auszuwählen (z. B. HEIßLUFT-FRITTIEREN).



HINWEIS: Wenn Sie nur Zone 2 verwenden möchten, wählen Sie zuerst Zone 2, dann eine Funktion aus.

2. SCHRITT: Zeit und Temperatur einstellen

- Verwenden Sie die TEMP-Pfeile, um die Gartemperatur einzustellen.
- Verwenden Sie die TIME-Pfeile, um die Garzeit einzustellen.



3. SCHRITT: Garen beginnen

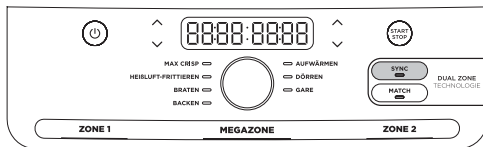
- Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.

HINWEIS: Verwenden Sie die richtige Panier-Technik, um feuchte, mit Backteig überzogene Zutaten mit Heißluft zu frittieren. Es ist wichtig, Lebensmittel zuerst mit Mehl, dann mit Ei und dann mit Semmelbröseln zu panieren. Drücken Sie die Panade fest auf die mit Backteig überzogenen Zutaten, damit durch das Gebläse keine Krümel aufgewirbelt werden.

Verwendung der DualZone-Technologie

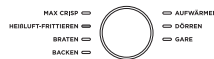
SYNC

Sie wollen zwei Gerichte mit zwei verschiedenen Funktionen, Temperaturen oder Garzeiten zubereiten?
 Programmieren Sie jede Zone und verwenden Sie SYNC, damit beide Zonen gleichzeitig fertig werden.



1. SCHRITT: Zone 1 programmieren

- Setzen Sie den Silikon-Trenner in der Mitte der Schublade ein
- Legen Sie die Zutaten in die Schublade.
- Die Einheit verwendet standardmäßig Zone 1.
- Drehen Sie den Drehknopf, um eine Garfunktion auszuwählen (z. B. Heißluft-Frittieren).



2. SCHRITT: Zeit und Temperatur einstellen

- Verwenden Sie die TEMP-Pfeile, um die Gartemperatur einzustellen.
- Verwenden Sie die TIME-Pfeile, um die Garzeit einzustellen.



3. SCHRITT: Zone 2 programmieren

- Wählen Sie Zone 2 aus.
- Drehen Sie den Drehknopf, um eine Garfunktion auszuwählen (z. B. BRATEN) und wiederholen Sie Schritt 2.



4. SCHRITT: Garen beginnen

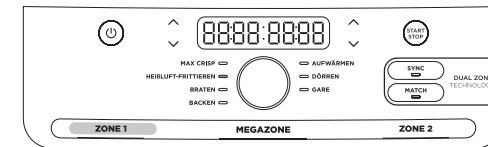
- Wählen Sie SYNC aus.
- Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- Die Zone mit kürzerer Garzeit wird WARMHALTEN ANZEIGEN.



HINWEIS: Die Garzeit wird automatisch anhalten, wenn eine Schublade geöffnet wird. Schieben Sie die Schublade wieder hinein, um den Garvorgang fortzusetzen.

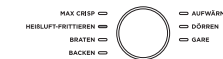
MATCH

Sie wollen in beiden Zonen das gleiche Essen zubereiten?
 Stellen Sie Zone 1 wie gewünscht ein und verwenden Sie MATCH, um die Einstellungen automatisch in Zone 2 zu duplizieren.



1. SCHRITT: Zone 1 programmieren

- Setzen Sie den Silikon-Trenner in der Mitte der Schublade ein
- Legen Sie die Zutaten in die Schublade.
- Die Einheit verwendet standardmäßig Zone 1.
- Drehen Sie den Drehknopf, um eine Garfunktion auszuwählen (z. B. Heißluft-Frittieren).



2. SCHRITT: Zeit und Temperatur einstellen

- Verwenden Sie die TEMP-Pfeile, um die Gartemperatur einzustellen.
- Verwenden Sie die TIME-Pfeile, um die Garzeit einzustellen.



3. SCHRITT: Garen beginnen

- Wählen Sie MATCH aus.
- Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.



HINWEIS: Die Garzeit wird automatisch anhalten, wenn eine Schublade geöffnet wird. Schieben Sie die Schublade wieder hinein, um den Garvorgang fortzusetzen.

Gerichte auf dem Backblech zubereiten

Mit der Funktion Roast und den folgenden Anleitungen erschaffen Sie mit der MegaZone Heißluftfritteuse Ihre eigenen Meisterwerke.



Proteinquelle wählen

8 Hähnchenschenkel mit Knochen und Haut (je 125 g)

4 Schweinekoteletts mit Knochen (je 175 g)

8 Lammkoteletts mit Knochen (je 85 g)

4 Lachsfilets (je 120 g)

400 g Fester Tofu, abgetropft, trocken getupft, nach Belieben geschnitten

12 Vegetarische Würstchen (je 60 g)

4 Vegetarische Steak-Burger (je 170 g)

Gemüse wählen

300 g Brokkoli, in 5 cm große Röschen geschnitten

500 g Rosenkohl, gekürzt und halbiert, wenn zu groß

400 g Butternusskürbis, geschält und in 2,5 cm große Stücke geschnitten

400 g Blumenkohl, in 5 cm große Röschen geschnitten

500 g Karotten, geschält und der Länge nach in 2,5 cm große Stücke geschnitten

500 g Neue Kartoffeln, halbiert, wenn zu groß

500 g Pastinaken, geschält, geviertelt, in 7 cm lange Stücke geschnitten

2 Paprikaschoten, entkernt, in 3 cm breite Streifen geschnitten

500 g Süßkartoffeln, geschält, in 3 cm große Stücke geschnitten

Würzen/Marinieren

Teriyaki-Sauce

Olivenöl

Hoisin-Sauce

Zitrone und Rosmarin

BBQ-Sauce

Peri-Peri-Sauce

Gewürze oder Marinade nach Geschmack

Garen

Zutaten mit Gewürzen oder Marinaden mischen.

Beide Crisper Gittereinsätze einsetzen, Trennwand entnehmen und Zutaten in die MegaZone Schublade geben.

MEGAZONE, dann ROAST wählen, Temperatur auf 190°C, dann die Zeit je nach Proteinquelle einstellen.

10-15 Minuten für Fischgerichte.

15-20 Minuten für Schwein, Lamm oder pflanzliche Proteine.

20-25 Minuten für Geflügel

BRATHÄHNCHEN UND WURZELGEMÜSE

PROGRAMM: BRATEN | **ZUBEREITUNG:** 15 MINUTEN | **GARZEIT:** 55 MINUTEN
ERGIBT: 4-6 PORTIONEN

ZUTATEN

FÜR DAS HÄHNCHEN

ein ganzes Hähnchen, 1,6-2 kg
Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack

½ Zitrone, in Viertel geschnitten

5 Thymianzweige

5 Rosmarinzweige

Knoblauchknolle, schräg halbiert

½ Esslöffel Olivenöl

FÜR DAS GEMÜSE

600 g Charlotten-Kartoffeln, längs halbiert oder bei größeren Kartoffeln geviertelt

350 g kleine Karotten, geschält, längs halbiert

350 g große Pastinaken, geschält, längs geviertelt

2 Esslöffel Öl

1 Teelöffel Meersalz

einige Rosmarinzweige, grob zerkleinert

SAUCE

2 Esslöffel Mehl

300 g Hühnerbrühe, bei Bedarf mehr

ANLEITUNG

- 1 Würzen Sie das Hähncheninnere mit Salz und Pfeffer, dann füllen Sie Zitrone, Thymian, Rosmarin und Knoblauch in den Hohlraum. Bestreichen Sie das Hähnchen mit Öl und würzen es je nach Geschmack mit Salz und Pfeffer.
- 2 Vermengen Sie das vorbereitete Gemüse in einer großen Schüssel mit Öl, Salz und Rosmarinzweigen.
- 3 Setzen Sie beide Knusperbleche in die Schublade ein. Platzieren Sie das Hähnchen in der Mitte und setzen die Schublade in das Gerät ein.
- 4 MEGAZONE und BRATEN auswählen, die Temperatur auf 190°C und die Zeit auf 55 Minuten einstellen. Auf START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn auf dem Display verbleibende 18 Minuten angezeigt werden, öffnen Sie die Schublade und verteilen das Gemüse um das Hähnchen. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen. Wenden Sie das Gemüse 2-3 Mal während des Garvorgangs mit einer Silikonzange.
- 6 Der Garvorgang ist abgeschlossen, wenn die Innentemperatur des Hähnchens auf einem sofort ablesbaren Thermometer 75 °C erreicht. Geben Sie das Hähnchen auf ein Brett und lassen es 10 Minuten ruhen, bevor Sie es schneiden.
- 7 Servieren Sie das Hähnchen mit dem Wurzelgemüse und Sauce.

HINWEIS: Um eine Sauce zuzubereiten, geben Sie die Bratensäfte aus der Schublade in einen kleinen Kochtopf und rühren das Mehl ein. Wenn die Bratensäfte blubbern, gießen Sie die Hühnerbrühe dazu und lassen das Ganze noch einmal aufkochen. Fügen Sie eventuell noch aus dem Hähnchen austretende Fleischsäfte hinzu und lassen die Sauce für 4 Minuten köcheln.



HÄHNCHEN NACH JÄGERART MIT BABYKARTOFFELN

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 5 MINUTEN
GARZEIT: 24 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

4 x 150 g Hähnchenbrust
8 Streifen geräucherter Speck
750 g kleine neue Kartoffeln, wenn große, halbieren
1 Teelöffel Pflanzenöl
Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack
100 g geriebener Cheddar-Käse
4 Esslöffel BBQ-Sauce

ANLEITUNG

- 1 Umwickeln Sie jede Hähnchenbrust mit zwei Speckstreifen.
- 2 Schwenken Sie die Kartoffeln in einer mittelgroßen Schüssel in Öl und würzen sie nach Geschmack mit Salz und Pfeffer.
- 3 Trenner und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Geben Sie die Hühnerbrüste in Zone 1 und die Kartoffeln in Zone 2, dann setzen Sie die Schublade in das Gerät ein.
- 4 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 24 Minuten einstellen. Für Zone 2 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 22 Minuten einstellen. Wählen Sie SYNC aus. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn 10 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und streuen den Käse auf das Hähnchen. Wenden Sie die Kartoffeln mit einer Silikonzange und schließen die Schublade wieder, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 6 Der Garvorgang ist abgeschlossen, wenn die Innentemperatur des Hähnchens auf einem sofort ablesbaren Thermometer 75 °C erreicht. Beträufeln Sie das Hähnchen vor dem Servieren mit BBQ-Sauce und reichen Sie dazu kleine neue Kartoffeln.



SCHWEINEBAUCH MIT SOJA UND INGWERKOHL

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN UND BRATEN
ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **MARINIEREN:** 2 STUNDEN
GARZEIT: 22 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

SCHWEINEFLEISCH

2 Esslöffel Sojasauce
1 Esslöffel Sesamöl
1 Knoblauchzehe, geschält, geschnitten
2,5 cm frischer Ingwer, geschält, geschnitten
¼ Teelöffel gemahlener schwarzer Pfeffer
4 x Schweinebauchstreifen, je 125 g, jeder Streifen in 3 Stücke geschnitten

SAUCE

50 g Austernsauce
1 Esslöffel Honig
1 Esslöffel Sojasauce
1 Teelöffel Reissessig
1 Teelöffel Sesamöl

SOJA UND INGWERKOHL

1 mittelgroßer Wirsingkohl, ohne Mittelstrunk, in ½ cm große Streifen geschnitten
1 Esslöffel Sesamöl
25 ml Sojasauce
1,5 cm frischer Ingwer, geschält, fein gehackt
gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack

ANLEITUNG

- 1 Verrühren Sie in einer großen Schüssel Sojasauce, Sesamöl, Knoblauch, Ingwer und Pfeffer. Geben Sie das Schweinefleisch in die Schüssel, bedecken es mit der Sauce und lassen es für zwei Stunden im Kühlschrank marinieren.
- 2 Verrühren Sie in einer kleinen Schüssel die Zutaten für die Sauce, dann stellen Sie sie beiseite.
- 3 Vermengen Sie in einer großen Schüssel alle Zutaten für den Kohl, bis dieser gleichmäßig bedeckt ist.
- 4 Trenner und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Platzieren Sie das Schweinefleisch in Zone 1 und den Kohl in Zone 2, dann setzen Sie die Schublade in das Gerät ein.
- 5 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 22 Minuten einstellen. Für Zone 2 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 11 Minuten einstellen. Wählen Sie SYNC aus. Auf START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten.
- 6 Wenn in Zone 1 noch 11 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und drehen das Schweinefleisch, dann schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 7 Wenn in jeder Zone 6 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade, geben die vorbereitete Sauce auf das Schweinefleisch und wenden den Kohl. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 8 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, servieren Sie das Schweinefleisch mit dem Kohl als Beilage.



HINWEIS: Servieren Sie mit Reis oder Nudeln und frischem Koriander

LAMMKEULE NACH GRIECHISCHER ART MIT GEMÜSE

PROGRAMM: BRATEN | **ZUBEREITUNG:** 20 MINUTEN

MARINIEREN: 30 MINUTEN **GARZEIT:** 1 STUNDE 10 MINUTEN | **ERGIBT:** 6 PORTIONEN

ZUTATEN

2 kg Lammkeule
Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack
2 Esslöffel getrockneter Oregano, aufgeteilt
1 große rote Zwiebel, geschält, in 1 cm dicke Scheiben geschnitten
2 rote Paprika, in 2,5 cm große Stücke geschnitten
1 gelbe Paprika, in 2,5 cm große Stücke geschnitten
1 Aubergine, längs geviertelt und in 1 cm große Stücke geschnitten
2 Zucchini, längs halbiert und in 1 cm große Stücke geschnitten
2 Esslöffel Olivenöl
150 g Fetakäse, in 1 cm große Würfel geschnitten
Saft einer ½ Zitrone

ANLEITUNG

- 1 Würzen Sie das Lammfleisch ringsum mit Salz, Pfeffer und Oregano. Lassen Sie es bei Zimmertemperatur 30 Minuten marinieren.
- 2 Setzen Sie beide Knusperbleche in die Schublade ein. Legen Sie das Lammfleisch mit der Fettseite nach unten in die Mitte und setzen die Schublade in das Gerät ein.
- 3 MEGAZONE und BRATEN auswählen, die Temperatur auf 190°C und die Zeit auf 1 Stunde 10 Minuten einstellen. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 4 Wenn 25 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und drehen das Lammfleisch. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 5 Geben Sie Zwiebel, Paprika, Aubergine und Zucchini zusammen mit dem Öl, 1 Esslöffel Oregano, Salz und Pfeffer in eine große Schüssel und vermengen alles, bis die Zutaten gleichmäßig vermischt ist.
- 6 Wenn 35 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und platzieren das Gemüse rings um das Lammfleisch. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 7 Öffnen Sie während des Garvorgangs die Schublade und wenden das Gemüse, um ein gleichmäßiges Garen zu gewährleisten. Wenn das Lammfleisch zu stark bräunt, decken Sie es mit Folie ab.
- 8 Der Garvorgang ist abgeschlossen, wenn die Innentemperatur des Lammfleischs auf einem sofort ablesbaren Thermometer 60 °C erreicht. Legen Sie das Lammfleisch auf ein Brett und decken es locker mit Folie ab. Lassen Sie das Fleisch für 10 bis 20 Minuten ruhen, bevor Sie es schneiden.
- 9 Geben Sie den Feta-Käse und den Zitronensaft zum Gemüse und servieren Sie mit dem in Scheiben geschnittenen Lammfleisch und nach Belieben mit Minz-Joghurt.

HINWEIS: Servieren Sie mit Minz-Joghurt-Sauce, dafür rühren Sie eine Handvoll feingeschnittene Minzblätter in 150 ml griechischen Joghurt und schmecken mit Salz ab.



STEAK- UND GEMÜSE-FAJITAS

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 15 MINUTEN
GARZEIT: 17 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

MARINADE MIT FAJITA-GEWÜRZMISCHUNG

2 Esslöffel geräuchertes Paprikapulver
1 Esslöffel gemahlener Koriander
1½ Esslöffel gemahlener Kreuzkümmel
1 Esslöffel getrockneter Oregano
4 Esslöffel Olivenöl
Saft einer ½ Limette
2 Teelöffel Meersalz
gemahlener schwarzer Pfeffer,
nach Geschmack

FAJITAS

200 g Sirloin-Steak, in ½ cm dicke Scheiben geschnitten
2 Zwiebeln, geschält, in 1 cm große Streifen geschnitten
2 rote Paprika, in 1 cm große Streifen geschnitten
2 gelbe Paprika, in 1 cm große Streifen geschnitten
250 g Portobello-Pilze, geschnitten
8 mittelgroße Tortillas zum Servieren

ANLEITUNG

- 1 Geben Sie alle Zutaten für die Marinade in eine große Schüssel und vermischen sie gut, dann teilen sie die Marinade auf zwei große Schüsseln auf.
- 2 In eine Schüssel geben Sie die Steak-Scheiben, die Hälfte der Zwiebeln und je die Hälfte der Paprikaschoten. In die zweite Schüssel geben Sie die Pilze und die verbleibende Zwiebel und Paprika. Vermengen Sie die Zutaten in beiden Schüsseln, um sicherzustellen, dass alle mit Marinade bedeckt sind.
- 3 Trenner und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Geben Sie die Steak-Mischung in Zone 1 und die Pilz-Mischung in Zone 2. Schieben Sie die Schublade in das Gerät.
- 4 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 17 Minuten einstellen. MATCH auswählen. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn 10 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und wenden die Zutaten mithilfe einer Silikonzange, dann schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, servieren Sie die Fajitas in weichen Tortillas und füllen diese nach Wunsch auf.



HINWEIS: Mit saurer Sahne, einem Spritzer Limettensaft, Jalapeños und frischem Koriander servieren.

LAMMKÖFTE MIT GEWÜRZTEN SÜSSKARTOFFELSPALTEN

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 20 MINUTEN
GARZEIT: 20 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

400 g Lammhackfleisch
20 g frische Semmelbrösel, kurz in kaltes Wasser getaucht und ausgedrückt
1 Frühlingszwiebel, klein geschnitten
1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
2 Teelöffel Baharat-Gewürzmischung
1½ Esslöffel Koriander, fein gehackt
1½ Esslöffel Petersilie, fein gehackt
Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack
700 g Süßkartoffel, geschält, in 1,25 cm große Spalten geschnitten
2 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel Paprikapulver
extra grob geschnittene Petersilie und Koriander zum Garnieren
Kochspray
warmes Pita-Brot zum Servieren

Sie benötigen für dieses Rezept vier 20 cm lange, eingeweichte Holzspieße.



ANLEITUNG

- 1 In einer großen Schüssel das Lammhackfleisch, Semmelbrösel, Frühlingszwiebel, Knoblauch, Baharat-Gewürz, Koriander, Petersilie, Salz und Pfeffer vermischen. Salz und gemahlene schwarze Pfeffer nach Geschmack zugeben. Teilen Sie die Mischung in vier gleichgroße Portionen und formen diese gleichmäßig um die vier Spieße, wobei Sie an jedem Ende 4 cm freilassen
- 2 In einer großen Schüssel schwenken Sie die Süßkartoffeln in Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprika.
- 3 Trenner und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Zone 1 mit Kochspray ausprühen, dann die Spieße einlegen. Geben Sie die Süßkartoffelspalten in Zone 2. Schieben Sie die Schublade in das Gerät.
- 4 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 12 Minuten einstellen. Für Zone 2 AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie SYNC aus. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn 10 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und drehen mit einer Silikonzange die Spieße und wenden die Kartoffeln.
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, garnieren Sie das Lammfleisch und die Süßkartoffeln mit Koriander. Servieren Sie das Gericht heiß mit warmem Pita-Brot.

HINWEIS: Servieren Sie mit Minz-Joghurt-Sauce, dafür rühren Sie eine Handvoll feingeschnittene Minzblätter in 150 ml griechischen Joghurt und schmecken mit Salz ab.

CHILI-LACHS-SPIESSE MIT INGWER-SOJA-GEMÜSE

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 10 MINUTEN
MARINIEREN: 1 STUNDE | **GARZEIT:** 15 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

LACHS

2 Esslöffel Sojasauce
1 Esslöffel Honig
1 Esslöffel Sriracha-Chili-Sauce
½ Teelöffel Sesamöl
600 g Lachsfilet, in 2,5 cm große Stücke geschnitten

GEMÜSE

2,5 cm großes Stück Ingwer, geschält, fein gehackt
1 kleine Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
1 Esslöffel Sesamöl
2 Esslöffel Sojasauce
1½ Teelöffel chinesisches Fünf-Gewürze-Pulver
800 g Gemüsemischung aus grünen Bohnen, Brokkoli und Babymais, in 3 cm große Stücke geschnitten

SAUCE

4 Esslöffel Sojasauce
½ Esslöffel Reissessig
2,5 cm großes Stück Ingwer, geschält, fein gehackt
1½ Esslöffel Honig
1 Esslöffel Sriracha

Sie benötigen für dieses Rezept vier 25 cm lange, eingeweichte Holzspieße.

ANLEITUNG

- 1 In einer großen Schüssel Sojasauce, Honig, Sriracha und Sesamöl vermischen. Lachs in die Marinade geben und gleichmäßig bedecken. Schüssel in den Kühlschrank stellen und Lachs für 1 Stunde marinieren lassen. Den marinierten Lachs in vier Portionen aufteilen und gleichmäßig auf vier Spieße stecken.
- 2 Vermischen Sie in einer großen Schüssel Ingwer, Knoblauch, Sesamöl, Sojasauce und das chinesische Fünf-Gewürze-Pulver. Geben Sie das Gemüse dazu und lassen es für 10 Minuten marinieren.
- 3 Setzen Sie beide Knusperbleche in die Schublade ein. Geben Sie das Gemüse in die Schublade und legen die Spieße darauf. Setzen Sie die Schublade in das Gerät ein.
- 4 MEGAZONE und Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 15 Minuten einstellen. Drücken Sie auf die START/STOP-Taste, um den Garvorgang zu starten. Wenn 9 Minuten verbleiben,
- 5 Wenn 9 Minuten verbleiben, drehen Sie die Lachsspieße und wenden das Gemüse. Schließen Sie die Schublade und setzen den Garvorgang fort.
- 6 Verrühren Sie in einer kleinen Schüssel alle Zutaten für die Sauce.
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, servieren Sie die Lachsspieße mit Gemüse und beträufeln sie mit der Ingwer-Soja-Sauce. Servieren Sie nach Wunsch mit Reis.



FISH & CHIPS

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN UND BRATEN

ZUBEREITUNG: 40 MINUTEN | **GARZEIT:** 24-26 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

POMMES FRITES

1 kg Kartoffeln, geschält und in 1,5 cm dicke Stücke geschnitten

2 Esslöffel Sonnenblumenöl

Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, je nach Geschmack

2 Teelöffel Grieß, optional

FISCH

2 Scheiben altes Brot, Rinde entfernt und in Stücke gerissen

1 Knoblauchzehe, geschält

Schale von 1 Zitrone

5 g frische Petersilie, Blätter und Stängel

Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, je nach Geschmack

4 Kabeljaufilets ohne Haut, je 120 g, 2,5 cm dick, trocken tupfen

2 Esslöffel Sonnenblumenöl

Antihaft-Kochspray

BELÄGE (OPTIONAL)

Zitronenspalten



ANLEITUNG

- 1 Kartoffelstücke in eine große Schüssel geben, mit kaltem Wasser bedecken und 30 Minuten einweichen lassen, um überschüssige Stärke zu entfernen. Kartoffeln abgießen und trocken tupfen.
- 2 Kartoffelstücke wieder in die große Schüssel geben und in Öl, Salz, Pfeffer und Grieß schwenken, bis sie gleichmäßig überzogen sind. Trenneinsatz und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Kartoffelstücke in Zone 1 geben.
- 3 Verarbeiten Sie Brotstücke, Knoblauch, Zitronensaft, Petersilie, Salz und Pfeffer in einer Küchenmaschine, bis die Mischung eine feine Textur aufweist. Geben Sie die Mischung dann in eine flache Schüssel.
- 4 Bestreichen Sie die Fischfilets gleichmäßig mit Öl und drücken sie dann in die Brotkrumen-Mischung. Besprühen Sie das Knusperblech in Zone 2 mit Kochspray und legen dann die Filets darauf. Schieben Sie die Schublade in das Gerät.
- 5 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 26 Minuten einstellen. Für Zone 2 BRATEN auswählen, die Temperatur auf 170 °C und die Zeit auf 14 Minuten einstellen. SYNC auswählen. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 6 Wälzen Sie die Pommes frites während des Garvorgangs einige Male mit einer Silikonzange, um ein gleichmäßiges Garen zu gewährleisten. Wenn 2 Minuten verbleiben, überprüfen Sie, ob die gewünschte Garstufe erreicht ist.
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, entnehmen Sie den Fisch und die Pommes frites. Garnieren Sie mit den Zitronenspalten.

WÜRZIGER TOFU MIT GRÜNEM GEMÜSE



PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN UND BRATEN

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **HEIßLUFT-FRITTIEREN:** 18 MINUTEN

BRATEN: 15 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

SOJA-INGWER-MARINADE

2 Esslöffel Korianderstängel, fein gehackt

3 Esslöffel Sojasauce

2 Esslöffel Olivenöl

3 Esslöffel Honig

3 Esslöffel Sesamöl

3 Esslöffel Reissessig

1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt

2,5 cm großes Stück frischer Ingwer, geschält, fein gehackt

Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack

GEMÜSE

250 g Brokkoli, in 2,5 cm große Röschen geschnitten

150 g Zuckerkerbens

250 g grüne Bohnen, halbiert

TOFU

2 Esslöffel Maisstärke

½ Esslöffel chinesisches Fünf-Gewürze-Pulver

¼ Teelöffel Cayenne-Pfeffer

½ Teelöffel Salz

600 g fester Tofu, trocken tupfen und in 2 cm große Würfel schneiden

ANLEITUNG

- 1 Verrühren Sie in einer großen Schüssel alle Zutaten für die Marinade. Geben Sie das Gemüse dazu, schwenken Sie es, bis alles gleichmäßig bedeckt ist und lassen Sie das Gemüse für 10 Minuten marinieren.
- 2 Vermengen Sie in einer großen Schüssel die Maisstärke, das chinesische Fünf-Gewürze-Pulver, Cayenne-Pfeffer und Salz. Geben Sie den Tofu dazu und wenden Sie ihn, bis alles gleichmäßig überzogen ist.
- 3 Trenner und Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Geben Sie den Tofu in Zone 1, das Gemüse in Zone 2 und heben Sie die restliche Marinade auf. Schieben Sie die Schublade in das Gerät.
- 4 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 18 Minuten einstellen. Für Zone 2 BRATEN auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 15 Minuten einstellen. Wählen Sie SYNC aus. Auf START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn 7 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und wenden mit einer Silikonzange den Tofu und das Gemüse. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, geben Sie das Gemüse in eine Schüssel, streuen knusprigen Tofu darüber und beträufeln das Gericht mit der restlichen Soja-Ingwer-Marinade. Sofort servieren.



FRITTATA AUS KARTOFFELN, SONNENGETROCKNETEN TOMATEN UND FRÜHLINGSZWIEBELN



PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 10
GARZEIT: 20 MINUTEN | **ERGIBT:** 4-6 PORTIONEN

ZUTATEN

8 große Eier
60 ml Doppelrahm
15 g frische Petersilie, fein gehackt
5 g Schnittlauch, fein gehackt
1 Esslöffel Kapern, abgetropft,
fein gehackt
40 g sonnengetrocknete Tomaten,
abgetropft und fein gehackt
4 Frühlingszwiebeln, klein geschnitten
30 g Cheddar-Käse, gerieben
1 Teelöffel Salz
½ Teelöffel gemahlener schwarzer Pfeffer
350 g gekochte Kartoffeln, in 1 cm
große Scheiben geschnitten

ANLEITUNG

- 1 Schlagen Sie eine 20x25cm große hitzebeständige Form sorgfältig mit Backpapier aus.
- 2 In einer großen Schüssel Eier, Doppelrahm, Petersilie, Schnittlauch, Kapern, sonnengetrocknete Tomaten, Frühlingszwiebeln, Cheddar-Käse, Salz und Pfeffer schlagen, bis alles gleichmäßig vermischt ist.
- 3 Legen Sie die Kartoffeln in einer gleichmäßigen Schicht in die vorbereitete Form und gießen die Eier-Mischung darüber.
- 4 Setzen Sie die Knusperbleche in die Schublade ein. Stellen Sie die Form in die Schublade und setzen die Schublade in das Gerät ein.
- 5 MEGAZONE und Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 180°C und die Zeit auf 20 Minuten einstellen. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 6 Wenn 5 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und decken das Gericht mit Folie ab. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, entnehmen Sie die Backform und stellen sie auf ein Brett. Lassen Sie das Gericht für 5 Minuten abkühlen, bevor Sie es schneiden. Servieren Sie mit knackigem grünen Salat und knusprigem Brot.



KÄSE-, KARTOFFEL- UND ERBSEN-PASTETEN UND KRÖNUNGSHÜHNCHENPASTETEN

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 15 MINUTEN
GARZEIT: 20 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

2 x 320 g fertiger gerollter
Mürbeteig
2 Eier, geschlagen
Antihaft-Kochspray
**KÄSE-, KARTOFFEL- UND
ERBSEN-PASTETEN**
150 g Frischkäse mit Knoblauch
und Kräutern
1 Teelöffel Zitronensaft
½ Teelöffel Salz
gemahlener schwarzer Pfeffer, nach
Geschmack
50 g gereifter Cheddar-Käse,
gerieben
200 g gekochte Kartoffeln, in 2 cm
große Würfel geschnitten
2 Frühlingszwiebeln, in Ringe
geschnitten
70 g Tiefkühlerbsen, aufgetaut
KRÖNUNGSHÜHNCHENPASTETEN
250 g gekochte Hähnchenbrust,
zerkleinert
2 Esslöffel Sultaninen
2 Teelöffel mittelscharfes Currypulver
1 Esslöffel frischer Koriander, gehackt
2 Esslöffel Mango-Chutney
1 Teelöffel Zitronensaft
1 Esslöffel Korma-Paste
120 g Crème fraîche
½ Teelöffel Salz
gemahlener schwarzer Pfeffer,
nach Geschmack

ANLEITUNG

- 1 Für die Zubereitung der Käse-, Kartoffel- und Erbsen-Pasteten verrühren Sie in einer großen Schüssel den Frischkäse mit dem Zitronensaft. Dann fügen Sie die restlichen Zutaten hinzu und vermengen sie, bis eine gleichmäßige Mischung erreicht ist.
- 2 Für die Zubereitung der Krönungshühnchenpasteten geben Sie alle Zutaten in eine große Schüssel und vermengen sie, bis eine gleichmäßige Mischung erreicht ist.
- 3 Rollen Sie die Teigblätter aus und schneiden sie in der Hälfte durch, um vier Rechtecke von etwa 17x23 cm zu erhalten. Bestreichen Sie die Ränder der Teigstücke mit der Ei-Mischung.
- 4 Geben Sie die Hälfte der Käse-Kartoffel-Mischung auf eine Seite eines Teigblatts, wobei Sie einen Rand von 2 cm freilassen. Schlagen Sie das Teigblatt über die Füllung und drücken es an den Rändern fest, um die Pastete zu verschließen. Schlagen Sie ringsum die Kanten straff nach unten um und drücken sie zusammen. Bestreichen Sie die Oberseite mit der Ei-Mischung und stechen Sie mit einer Gabel einige Löcher in den Teig, damit der Dampf entweichen kann.
- 5 Wiederholen Sie Schritt 4 mit der verbleibenden Käse-Kartoffel-Mischung und mit der Krönungshühnchen-Mischung.
- 6 Trenner und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Knusperbleche mit Kochspray einsprühen. Geben Sie in jede Zone 2 Pasteten, dann setzen Sie die Schublade in das Gerät ein.
- 7 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C einstellen, und Zeit auf 20 Minuten einstellen. Wählen Sie MATCH aus und drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten. Wenn 5 Minuten verbleiben, drehen Sie die Pasteten, damit sie knusprig werden.
- 8 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, sind die Pasteten goldbraun und knusprig.

DREI-KÄSE-TOASTS MIT CHUTNEY

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 15 MINUTEN
GARZEIT: 10 MINUTEN | **ERGIBT:** 4-6 SANDWICHES, ABHÄNGIG VON DER BROTRÖSSE

ZUTATEN

100 g Gruyère-Käse, gerieben
100 g Emmentaler Käse, gerieben
150 g gereifter Cheddar-Käse, gerieben
2 Esslöffel Schnittlauch, fein gehackt
Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Geschmack
8 dicke Scheiben Sauerteigbrot
4 Teelöffel ungesalzene weiche Butter
2 Teelöffel Dijon-Senf
4 Esslöffel Chutney nach Wahl

ANLEITUNG

- 1 In einer mittelgroßen Schüssel Käse, Schnittlauch, Salz und Pfeffer vermengen.
- 2 Zum Zusammensetzen der Sandwiches eine Seite jeder Brotscheibe mit Butter bestreichen und mit der Butterseite nach unten auf ein Schneidebrett legen. Geben Sie auf 4 Brotscheiben Senf und die vorbereitete Käsemischung. Verteilen Sie das Chutney auf den restlichen 4 Brotscheiben. Schließen Sie die Sandwiches mit der Butter nach außen.
- 3 Setzen Sie beide Knusperbleche in die Schublade ein und legen die Sandwiches auf die Knusperbleche. Schieben Sie die Schublade in das Gerät.
- 4 MEGAZONE und Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 200°C und die Zeit auf 10 Minuten einstellen. Auf START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn 5 Minuten verbleiben, nehmen Sie die Schublade aus dem Gerät und drehen die Sandwiches vorsichtig mit einer Silikonzange. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, entnehmen Sie die Sandwiches aus der Schublade und genießen sie heiß.



FLAMMKUCHEN

PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 5 MINUTEN
GARZEIT: 8 MINUTEN | **ERGIBT:** 2 PORTIONEN

ZUTATEN

3 Esslöffel Crème fraîche
Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, je nach Geschmack
Kleine Prise Muskatnuss
1 x 18x28 cm Fertigteig
Mehl zum Bestäuben, nach Bedarf
¼ mittelgroße Zwiebel, geschält, fein geschnitten
40 g geräucherter Schinkenspeck, in ½ cm große Streifen geschnitten

ANLEITUNG

- 1 In einer kleinen Schüssel Crème fraîche, Salz, Pfeffer und Muskatnuss vermengen.
- 2 Den Fertigteig auf ein leicht bemehltes Backpapier auslegen (so lässt sich der Teig leichter bewegen). Bedecken Sie den Teig gleichmäßig mit der Crème fraîche-Mischung, wobei Sie einen Rand von 1 cm frei lassen. Streuen Sie dann die Zwiebeln und den Schinkenspeck darauf.
- 3 Setzen Sie beide Knusperbleche in die Schublade ein. Legen Sie den Flammkuchen ohne das Backpapier in die Schublade. Schieben Sie dann die Schublade in das Gerät.
- 4 MEGAZONE und Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 190 °C und die Zeit auf 8 Minuten einstellen. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten.
- 5 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist und die Ränder sich goldbraun gefärbt haben, nehmen Sie den Flammkuchen aus der Schublade, schneiden ihn in Vierecke und genießen ihn warm.



HINWEIS: Für einen selbstgemachten Teig vermengen Sie 110 g Mehl, 2 Teelöffel Olivenöl, ¼ Teelöffel Salz und 50 ml lauwarmes Wasser, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

BRATWURST IN BLÄTTERTEIG UND BLÄTTERTEIG-ZIMTSTANGEN



PROGRAMM: HEIßLUFT-FRITTIEREN | **ZUBEREITUNG:** 5 MINUTEN
GARZEIT: 18 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 KUCHEN

ZUTATEN

Antihaft-Kochspray

BRATWURST

320 g fertiger gerollter Mürbeteig

1 Esslöffel Senf

4 x Bratwurst, vollständig gar

1 großes Ei, verquirlt

1 Teelöffel Sesamkörner

Curry-Ketchup, zum Servieren

ZIMTSTANGEN

320 g fertiger gerollter Mürbeteig

2 Esslöffel weiche, ungesalzene Butter

50 g brauner Zucker

2 Teelöffel gemahlener Zimt

130 g Puderzucker

2 Teelöffel Milch

½ Teelöffel Vanilleextrakt

ANLEITUNG

- 1 Trenneinsatz und beide Knusperbleche in die Schublade einsetzen. Knusperbleche mit Kochspray einsprühen.
- 2 Für die Zubereitung der Bratwurst rollen Sie den Blätterteig aus und scheiden ihn in 4 gleichgroße Rechtecke von 17x12 cm. Bestreichen Sie jedes Blätterteigstück gleichmäßig mit Senf und legen die Bratwurst in die Mitte. Falten Sie den Teig über der Bratwurst zusammen, drücken ihn zum Verschließen fest und drehen diese Seite nach unten. Bestreichen Sie die Blätterteigtaschen mit verquirltem Ei und streuen Sesam darüber. Dann legen Sie sie mit der Verschlussseite nach unten in Zone 1, wobei Sie zwischen den Stücken Platz lassen müssen, damit der Teig aufgehen kann.
- 3 Für die Zubereitung der Zimtstangen rollen Sie den Blätterteig aus und schneiden ihn in zwei Stücke von etwa 24x19 cm. Bestreichen Sie ein Stück gleichmäßig mit Butter und streuen Zimt und braunen Zucker darauf. Legen Sie das zweite Teigstück darauf und drücken es leicht an, damit es haftet.
- 4 Schneiden Sie den Teig längs in 4 etwa 5 cm dicke Streifen. Fassen Sie die Streifen nacheinander an beiden Enden und drehen diese einige Male in entgegengesetzte Richtung. Wiederholen Sie den Vorgang mit den übrigen Streifen. Dann legen Sie die Streifen in Zone 2, wobei Sie zwischen den Teigstücken Platz lassen müssen, damit der Teig aufgehen kann. Schieben Sie die Schublade in das Gerät.
- 5 Für Zone 1 Heißluft-Frittieren auswählen, die Temperatur auf 190 °C und die Zeit auf 18 Minuten einstellen. MATCH auswählen. START/STOP auswählen, um den Garvorgang zu beginnen.
- 6 Wenn 7 Minuten verbleiben, öffnen Sie die Schublade und drehen mithilfe einer Silikonzange die Bratwürste und die Zimtstangen. Schließen Sie die Schublade, um den Garvorgang fortzusetzen.
- 7 Vermischen Sie in einer kleinen Schüssel den Puderzucker, die Milch und die Vanille zu einer Glasur.
- 8 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, entnehmen Sie die Schublade, servieren die Bratwurst mit Curry-Ketchup und träufeln die Glasur auf die Zimtstangen, bevor Sie diese servieren.

BLONDIES MIT HIMBEEREN UND WEISSER SCHOKOLADE



PROGRAMM: BAKE (BACKEN) | **ZUBEREITUNG:** 10 MINUTEN | **GARZEIT:** 23-24 MINUTEN
ERGIBT: 8-10 PORTIONEN

ZUTATEN

170 g zerlassene gesalzene Butter, plus 1 Esslöffel zum Einfetten

200 g hellbrauner Zucker

2 mittelgroße Eier

1½ Teelöffel Vanilleextrakt

200 g Mehl

½ Teelöffel Salz

150 g weiße Chocolate Chips

70 g frische oder gefrorene Himbeeren

ANLEITUNG

- 1 Eine flache hitzebeständige Auflauf- oder Backform, 20x25 cm einfetten und mit Backpapier auslegen.
- 2 In einer großen Rührschüssel die zerlassene Butter, Zucker, Eier und Vanille mixen, bis eine glatte Masse entstanden ist. Rühren Sie Mehl und Salz ein, bis alles gut vermischt ist. Heben Sie die Chocolate Chips und die Himbeeren unter. Dann geben Sie den Teig in die vorbereitete Form.
- 3 Setzen Sie beide Knusperbleche in die Schublade ein und stellen Sie die Form in die Schublade.
- 4 MEGAZONE und BAKE (Backen) auswählen, die Temperatur auf 160°C und die Zeit auf 24-25 Minuten einstellen. Drücken Sie auf START/STOP, um den Garvorgang zu starten. Verlängern Sie den Garvorgang um weitere 2 Minuten, wenn Sie eine weniger cremig-weiche Konsistenz bevorzugen.
- 5 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, entnehmen Sie die Backform vorsichtig und lassen sie abkühlen, bevor Sie den Blondie in 8 bis 10 Stücke schneiden.



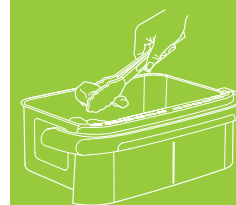
Kochtabelle für Heißluft-Frittieren

Verwenden Sie diese Garzeiten als Orientierungshilfe und passen Sie sie nach Wunsch an.

MEGAZONE

Wenn Sie in der Megazone kochen, verdoppeln Sie die Menge der Zutaten für dieselbe Zeit.

Um optimale Ergebnisse zu erreichen, wenden Sie die Zutaten häufig mit einer Silikonzange.



Wir empfehlen, regelmäßig nach Ihren Speisen zu sehen und sie zu wenden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

HINWEIS: Sofern in der Spalte „Zubereitung“ nicht anders angegeben, häufig wenden.

* Nach dem Schneiden der Kartoffeln die rohen Pommes frites mindestens 30 Minuten lang in kaltem Wasser einweichen lassen, um unnötige Stärke zu entfernen. Pommes trocken tupfen. Je trockener die Pommes, desto besser sind die Ergebnisse.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	TEMPERATUR	GARZEIT EINZELZONE ODER MEGAZONE
FRISCHES GEMÜSE					
Spargel	400 g	Ganz, Enden der Stangen abgeschnitten	2 TL	200 °C	6-8 Minuten
Rote Bete	6 kleine oder 4 große (ca. 1 kg)	Ganz	-	200 °C	40-60 Min.
Paprikaschoten	4 Stück (600 g)	Ganz	-	200 °C	15-16 Min.
Brokkoli	400 g	In 2,5 cm große Röschen geschnitten	1 EL	200 °C	11 Min.
Rosenkohl	640 g	Halbiert, Strunk entfernt	2 EL	200 °C	13-15 Min.
Butternusskürbis	500-750 g	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	16-18 Min.
Karotten	500 g	Geschält und in 1,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	14-16 Min.
Blumenkohl	600 g	In 2,5 cm große Röschen geschnitten	2 EL	200 °C	13-15 Min.
Sellerie	600 g	Geschält und in 1,5 cm große Würfel geschnitten, 2 EL Öl	1 EL	200 °C	14-16 Min.
Maiskolben	4 Kolben	Ganze Kolben, ohne Hülsen, Enden abgeschnitten	1 EL	200 °C	15-18 Min.
Zucchini	500 g	Der Länge nach geviertelt, dann in 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	8-10 Minuten
Feine grüne Bohnen	400 g	Enden abgeschnitten	1 EL	200 °C	8-10 Minuten
Grünkohl (für Chips)	225 g	In Stücke geteilt, Strünke entfernt	-	150 °C	9 Min.
Pilze	300 g	Geputzt, geviertelt	1 EL	200 °C	10 Min.
Portobello-Pilze	250 g	Ringsum mit Olivenöl bepinseln	1 EL	180 °C	9-10 Min.
Pastinaken	500 g	Geschält und in 1,5 cm lange Stücke geschnitten, 1 EL Öl	1 EL	200 °C	12-14 Min.
Kartoffeln, weiß z. B. King Edward, Maris Piper oder Russet	1 kg	In 2,5 cm große Spalten geschnitten	1 EL	200 °C	22-26 Min.
	500 g	Handgeschnittene Pommes*, dünn	1/2-3 EL Pflanzenöl	200 °C	16-18 Min.
	500 g	Handgeschnittene Pommes*, dick	1/2-3 EL Pflanzenöl	200 °C	18-20 Min.
	500 g	In gleichmäßige Stücke geschnitten	2 EL Pflanzenöl	200 °C	15-20 Min.
Süßkartoffeln	4 ganze (je 185-250 g)	3 x mit der Gabel eingestochen	1 EL	180 °C	43-48 Min.
	1 kg	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	20 Min.
Speiserübe	4 ganze (je 185-250 g)	3 x mit der Gabel eingestochen	1 EL	180 °C	32-40 Min.
	500 g	Geschält und in 1,5 cm große Würfel geschnitten, 2 EL Öl	1 EL	200 °C	15-17 Min.
FRISCHES GEFLÜGEL					
Hähnchenbrüste	4 Stück (600 g)	-	Mit Öl bestrichen	200 °C	18-20 Min.
Hähnchenschenkel	6 Schenkel (je 125-150 g/750-900 g)	Mit Knochen/mit Haut	Mit Öl bestrichen	200 °C	19-22 Min.
	6-8 Schenkel (je 100 g/600-800 g)	Ohne Knochen/ohne Haut	Mit Öl bestrichen	200 °C	15-16 Min.
Hähnchenflügel	1 kg	-	Mit Öl bestrichen	200 °C	30-32 Min.
Entenbrust	2 Stück (400 g)	Haut einschneiden, mit der Brust nach unten braten, nach der Hälfte der Garzeit umdrehen	Mit Öl bestrichen	200 °C	18-22 Min.
FRISCHER FISCH UND MEERESFRÜCHTE					
Kabeljaufilets	4 Stück (480 g)	-	Mit Öl bestrichen	200 °C	8-10 Minuten
Fischfrikadellen	2 Stück (je 145 g)	-	-	180 °C	17-18 Min.
Garnelen	16 Jumbo-Garnelen (165 g)	-	1 EL	200 °C	4 Min.
Lachsfilets	4 Stück (520 g)	-	Mit Öl bestrichen	210 °C	12-14 Min.

Kochtabelle für Air Fry (Heißluft-Frittieren), Fortsetzung

Verwenden Sie diese Garzeiten als Orientierungshilfe und passen Sie sie nach Wunsch an.

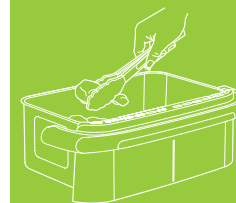
ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	TEMPERATUR	GARZEIT EINZELZONE ODER MEGAZONE
FRISCHES RINDFLEISCH					
Burger	4 (je 115 g)	2,5 cm dick	-	190 °C	12-14 Min.
Steaks*	2 (je 230 g)	Ganz	Mit Öl bestrichen	200 °C	7-10 Min.
FRISCHES SCHWEINEFLEISCH					
Bacon (Speck)	4 Streifen	-	-	210 °C	6 Min.
Kasseler	1 Stück (225 g)	Schwarte in 2 cm-Abständen einschneiden, nach 5 Min. wenden	Mit Öl bestrichen	190 °C	10-12 Min.
Schweinekoteletts	2 Stück mit Knochen (je 250 g)	-	Mit Öl bestrichen	200 °C	12-13 Min.
	4 entbeinte (100 g)	-	Mit Öl bestrichen	200 °C	10-12 Min.
	2 Schweinefilets (je 350-500 g)	-	Mit Öl bestrichen	190 °C	22-27 Min.
Würstchen	4 Stück (205 g)	-	-	200 °C	8 Min.
	8 Stück (410 g)	-	-	200 °C	13-15 Min.
FRISCHES LAMM					
Lammkoteletts	4 Stück (340 g)	-	Mit Öl bestrichen	180 °C	11-12 Min.
Lammsteaks	3 Stück (300 g)	-	Mit Öl bestrichen	180 °C	12-13 Min.
TIEFGEFRORENE LEBENSMITTEL					
Panierte Fischfilets	4 Stück (440 g)	Nach halber Garzeit wenden	-	200 °C	13-15 Min.
Panierte Knoblauch-Pilze	300 g	-	-	190 °C	10-12 Min.
Hähnchenstreifen	15 Stück (270 g)	-	-	190 °C	9-10 Min.
Kiewer Schnitzel	4 Stück (500 g)	-	-	180 °C	20-22 Min.
Hähnchennuggets	24 Stück (400 g)	-	-	200 °C	10-12 Min.
Fischfilets (in Backteig)	4 Stück (440 g)	Nach halber Garzeit wenden	-	180 °C	18 Min.
Fischstäbchen	10 Stück (280 g)	-	-	200 °C	9-10 Min.
Kartoffelpuffer	7 Stück (390 g)	Einzelne Schicht	-	200 °C	15 Min.
Kartoffelkroketten	550 g	-	-	190 °C	18-19 Min.
Garnelen-Tempura	8 Stück (140 g)	Nach halber Garzeit wenden	-	190 °C	8-9 Min.
Röstkartoffeln	700 g	-	-	190 °C	20 Min.
Panierte Scampi	280 g	-	-	200 °C	9-10 Min.
Vegane Burger	4 Stück (265 g)	Einzelne Schicht	-	200 °C	11 Min.
Vegane Nuggets	14 Stück (320 g)	Einzelne Schicht	-	200 °C	8 Min.
Vegetarische Würstchen	6 Stück (270 g)	-	-	190 °C	9-10 Min.
Yorkshire-Pudding	8 Stück (150 g)	-	-	180 °C	3-4 Minuten

* Wenn Sie ein roheres Steak bevorzugen, wählen Sie die minimale Zeit, und wenn Sie ein gut durchgebratenes Steak bevorzugen, garen Sie es bis zur maximalen Zeit.

MEGAZONE

Wenn Sie in der Megazone kochen, verdoppeln Sie die Menge der Zutaten für dieselbe Zeit.

Um optimale Ergebnisse zu erreichen, wenden Sie die Zutaten häufig mit einer Silikonzange.



Wir empfehlen, regelmäßig nach Ihren Speisen zu sehen und sie zu wenden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

HINWEIS: Sofern in der Spalte „Zubereitung“ nicht anders angegeben, häufig wenden.

HINWEIS Sie können die Speise, die Sie suchen, in den Tabellen nicht finden? Verkürzen Sie die auf der Verpackung angegebene Garzeit um 25 %. Für optimale Ergebnisse sollten Sie die Speisen häufig kontrollieren und gegebenenfalls die Garzeit verlängern.

Kochtabelle für Air Fry (Heißluft-Frittieren), Fortsetzung

Verwenden Sie diese Garzeiten als Orientierungshilfe und passen Sie sie nach Wunsch an.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	TEMPERATUR	GARZEIT EINZELZONE ODER MEGAZONE
POMMES FRITES					
Handgeschnittene Pommes frites, 1 cm dick	500 g	30 Min. in Wasser legen, trocken tupfen	1-2 EL Öl	200 °C	16-18 Min.
Handgeschnittene Pommes frites, 2 cm dick	500 g	30 Min. in Wasser legen, trocken tupfen	1-2 EL Öl	200 °C	18-20 Min.
Tiefgefrorene, grob geschnittene Pommes frites	500 g	-	-	200 °C	20 Min.
Tiefgefrorene Pommes frites mit Wellenschnitt	500 g	-	-	210 °C	18-20 Min.
Tiefgefrorene Pommes frites in Spiralenform	700 g	-	-	210 °C	18-20 Min.
Tiefgefrorene Pommes frites	500 g	-	-	180 °C	20-22 Min.
Tiefgefrorene Gastro Pommes frites	700 g	-	-	210 °C	22 Min.
Tiefgefrorene Kartoffelecken	650 g	-	-	190 °C	20 Min.
Tiefgefrorene Pommes frites mit Schale	500 g	-	-	200 °C	18-20 Min.
Tiefgefrorene, dünn geschnittene Pommes frites	500 g	-	-	200 °C	18 Min.
Tiefgefrorene Süßkartoffelpommes	500 g	-	-	180 °C	22-24 Min.



Handgeschnittene Pommes frites



Pommes frites, grob



Pommes frites mit Wellenschnitt



Pommes frites



Kartoffelspalten



Pommes frites aus Süßkartoffeln

Kochtabelle für Max Crisp (Maximale Knusprigkeit), Ideal für tiefgefrorene Lebensmittel

Verwenden Sie diese Garzeiten als Orientierungshilfe und passen Sie sie nach Wunsch an.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	GARZEIT EINZELZONE ODER MEGAZONE
TIEFGEFRORENE LEBENSMITTEL				
Panierte Zwiebelringe	300 g	-	-	10 Min.
Chicken Dippers	400 g	-	-	12 Min.
Hähnchenflügel	1 kg	-	-	30 Min.
Hähnchennuggets	400 g	-	-	9-10 Min.
Fischstreifen	275 g	-	-	10 Min.
Pommes frites	500 g	-	-	14-16 Min.
Mozzarella-Sticks	180 g	-	-	7-8 Min.
Popcorn-Hähnchen	500 g	-	-	12 Min.
Kartoffel-Pops	500 g	-	-	12 Min.
Waffelförmige Pommes frites	550 g	-	-	14-16 Min.

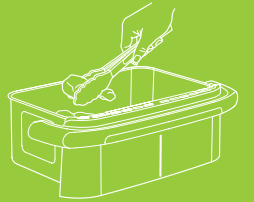
HINWEIS Bei der Max-Crisp-Funktion ist die Temperatureinstellung nicht verfügbar und auch nicht erforderlich.

HINWEIS Am besten geeignet für kleinere Mengen an tiefgefrorenen Speisen, die eventuell eine höhere Temperatur benötigen.

MEGAZONE

Wenn Sie in der Megazone kochen, verdoppeln Sie die Menge der Zutaten für dieselbe Zeit.

Um optimale Ergebnisse zu erreichen, wenden Sie die Zutaten häufig mit einer Silikonzange.



Wir empfehlen, regelmäßig nach Ihren Speisen zu sehen und sie zu wenden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

HINWEIS: Sofern in der Spalte „Zubereitung“ nicht anders angegeben, häufig wenden.

HINWEIS Wenn Sie kleinere Mengen kochen, reduzieren Sie die Garzeit, jedoch nicht die Temperatur. Um beste Ergebnisse zu erzielen, prüfen Sie die Speisen häufig und wenden sie, bis das gewünschte Resultat erreicht ist.

Bratentabelle

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	IN ÖL SCHWENKEN	TEMPERATUR	GARZEIT EINZELZONE ODER MEGAZONE
FRISCHES FLEISCH					
Hähnchen, ganz	1,6 kg	Keulen zusammenbinden	Mit Öl bestreichen	190 °C	50 Min.
Rindfleisch, oberes Rumpsteak	750 g	-	Mit Öl bestreichen	160 °C	45-50 Min. (medium)
Schweinelende ohne Knochen	800 g	-	Fett einschneiden	180 °C	60 Min.

MEGAZONE

Wenn Sie in der Megazone kochen, verdoppeln Sie die Menge der Zutaten für dieselbe Zeit.

Wir empfehlen, regelmäßig nach Ihren Speisen zu sehen und sie zu wenden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

HINWEIS: Sofern in der Spalte „Zubereitung“ nicht anders angegeben, häufig wenden.

Gartabelle für das Dörren

ZUTATEN	VORBEREITUNG	TEMP.	DÖRRZEIT
FRISCHES OBST UND GEMÜSE			
Äpfel	Kerngehäuse entfernt, in 3 mm große Scheiben geschnitten, in Zitronensaft getaucht, trocken getupft	60 °C	7-8 Stunden
Spargel	In 2,5 cm große Stücke geschnitten, blanchiert	60 °C	6-8 Stunden
Bananen	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	8-10 Stunden
Rote Bete	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6-8 Stunden
Aubergine	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten, blanchiert	60 °C	6-8 Stunden
Frische Kräuter	Gewaschen, trocken getupft, Stiele entfernt	60 °C	4 Stunden
Ingwerwurzel	In 3 mm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6 Stunden
Mangos	Geschält, in 3 mm dicke Scheiben geschnitten, Kern entfernt	60 °C	6-8 Stunden
Pilze	Mit weicher Bürste gereinigt (nicht waschen)	60 °C	6-8 Stunden
Ananas	Geschält, entkernt, in 3 mm-1,25 cm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6-8 Stunden
Erdbeeren	Halbiert oder in 1,25 cm dicke Scheiben geschnitten	60 °C	6-8 Stunden
Tomaten	In 3 mm dicke Scheiben geschnitten oder gerieben; dämpfen, wenn sie später rehydriert werden sollen	60 °C	6-8 Stunden
FRISCHES FLEISCH, GEFLÜGEL, FISCH			
Rindfleisch, Hähnchenfleisch, Turkey Jerky (Puten-Trockenfleisch)	In 6 mm dicke Scheiben geschnitten, über Nacht mariniert	70 °C	5-7 Stunden
Salmon Jerky (Lachs-Trockenfleisch)	In 6 mm dicke Scheiben geschnitten, über Nacht mariniert	70 °C	3-5 Stunden

Verwendung der DualZone™-Technologie: SYNC

Jetzt können Sie zwei verschiedene Gerichte mit zwei verschiedenen Garzeiten zubereiten und einfach zuschauen, wie sie gleichzeitig fertig werden. Programmieren Sie einfach jede Zone einzeln und lassen Sie die **SYNC**-Funktion den Rest erledigen.

HINWEIS: Alle Rezepte in dieser Tabelle sollten mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt werden.

ZWEI BELIEBIGE AUSWÄHLEN	EIN REZEPT FÜR JEDEZONE HINZUFÜGEN		FÜR BEIDE ZONEN EINSTELLEN UND SYNC VERWENDEN	
REZEPT	MENGE	DIESE ZUTATEN VERMISCHEN ODER KOMBINIEREN	FUNKTION	TEMPERATUR/ZEIT
Fischfrikadellen	2 Fischfrikadellen	Mit geschmolzener Butter bestreichen	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 12-15 Minuten
Geröstete Tomaten in Balsamico	500 g Cherry-Tomaten	60 ml Balsamico-Essig 1 EL Pflanzenöl	BRATEN	200 °C 15 Minuten
Schweinekoteletts mit Honig und Salbei	2-3 entbeinte Koteletts (je 120 g)	1 EL Pflanzenöl 1 EL Honig, 1/2 Teelöffel getrockneter Salbei	BRATEN	200 °C 17-20 Minuten
Cajun-Kartoffeln	4 mittelgroße Kartoffeln, gewürfelt	2 EL Pflanzenöl 2 EL Cajun-Gewürzmischung	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 30 Minuten
Grüne Bohnen mit Mandeln	500 g grüne Bohnen, Enden abgeschnitten	2 EL Pflanzenöl 60 g Mandelblättchen	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 8-10 Minuten
Lachs mit Miso-Glasur	3 Lachsfilets (je 170 g)	2 EL Miso-Paste, 1 Teelöffel Pflanzenöl Lachs damit einreiben	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 12-14 Minuten
Honig-Haselnuss-Rosenkohl	500 g Rosenkohl, halbiert	2 EL Pflanzenöl, 60 ml Honig, 60 g gehackte Haselnüsse	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 13-15 Minuten
Buffalo-Hähnchenschenkel	4 frische entbeinte Hähnchenschenkel mit Haut (je 110-140 g)	240 ml Buffalo-Sauce, Hähnchen darin schwenken	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 15-20 Minuten
Vegetarische Burger	4 Vegetarische Burger (je 125 g)	1 EL gehackter Knoblauch, 1 EL gehackte Zwiebel	HEIßLUFT-FRITTIEREN	190 °C 12 Minuten
Mediterraner Blumenkohl	1 Kopf Blumenkohl, in 1,5 cm große Röschen geschnitten	120 ml Tahini, 2 EL Pflanzenöl	HEIßLUFT-FRITTIEREN	200 °C 17-20 Minuten
Tiefgefrorene Pommes frites	500 g	Nach Geschmack würzen	HEIßLUFT-FRITTIEREN	180 °C 20 Minuten
Maiskolben	4	Mit geschmolzener Butter bestreichen	BRATEN	180 °C 15 Minuten

HINWEIS: Um beste Ergebnisse zu erzielen, beginnen Sie 2 Minuten vor Ende der Garzeit, die Speisen zu kontrollieren. Der Garvorgang kann jederzeit abgebrochen werden, wenn das gewünschte Maß an Knusprigkeit erreicht wurde. Dabei sollte aber sichergestellt werden, dass die Mahlzeit vollständig durchgegart ist.

NOTIZEN

NOTIZEN

NINJA[®]
Foodi[®]
FLEXDRAWER
10.4L Air Fryer

Weitere Rezepte und Ideen finden
Sie auf [ninjakitchen.eu](https://www.ninjakitchen.eu)

AF500DE_IG_QSG_MP_230519_Mv2

© 2023 Shark Ninja Operating LLC.

FOODI und NINJA sind eingetragene Warenzeichen von SharkNinja Operating LLC im Vereinigten Königreich.
DUALZone ist ein eingetragenes Warenzeichen von SharkNinja Operating LLC im Vereinigten Königreich.