

USER MANUAL



UNITED STATES



SPAIN



ITALY



PORTUGAL



FRANCE



GERMANY

ABANTERA

DESIGN AND FUTURE

739N24121SC
INTERNATIONAL WARRANTY

ABANTERA
DESIGN AND FUTURE



KNOW US

Dear customer, from all of us in ABANTERA, we would like to thank you for choosing us as your trusted manufacturer.

In order for you to know our organization in depth, we inform you that ABANTERA CORPORATION is a Spanish manufacturing group comprised of, firstly, one of the world's largest publishing companies, ABANTERA EDICIONES, which works and collaborates with many celebrities and personalities from many different spheres and countries. We produce and distribute books and audiovisual materials in different languages and countries. And, lastly, it is comprised of ABANTERA, one of the world's largest industrial engineering companies with manufacturing plants in Europe and countries like China, Taiwan, South Korea and Indonesia, with a large and sophisticated team of industrial engineers, where we develop and manufacture, on a daily basis, many technological products that far exceed all global quality and safety standards, to be later distributed and customized for many brands and in different countries around the world.

We are confident that this product that you now own will exceed all expectations you placed on it when you purchased it.



Estimado cliente, desde ABANTERA, queremos agradecerle que nos haya elegido como su fabricante de confianza.

Con el fin de que usted conozca más a fondo nuestra organización, le informamos que CORPORACIÓN ABANTERA es un grupo fabricante español compuesto en primer lugar por una de las editoriales más grandes del mundo, ABANTERA EDICIONES, para la que trabajan y colaboran numerosos famosos y personalidades de muchos ámbitos y de diferentes países del mundo. Fabricamos y distribuimos libros y formatos audiovisuales en diferentes idiomas y países. Y compuesto en último lugar por ABANTERA, una de las empresas de ingeniería industrial más grande del mundo con plantas de producción industrial en Europa y países como China, Taiwán, Corea del Sur e Indonesia, con un amplio y sofisticado equipo de ingenieros industriales donde desarrollamos y fabricamos a diario numerosos productos tecnológicos que superan muy ampliamente todos los estándares de calidad y seguridad mundiales, para posteriormente distribuirlos y personalizarlos para numerosas marcas y en diferentes países del mundo.

Estamos convencidos de que este producto que a partir de hoy posee, superará todas las expectativas que ha puesto sobre él a la hora de adquirirlo.



CONOSCICI

Stimato cliente, da ABANTERA vogliamo ringraziarLa per averci scelto come Suo produttore di fiducia.

Per farLe conoscere meglio la nostra organizzazione, La informiamo che la CORPORATION ABANTERA è un gruppo manifatturiero spagnolo composto principalmente da una delle più grandi case editrici del mondo, ABANTERA EDICIONES, per la quale lavorano e collaborano numerose celebrità e personalità da molti settori e da diversi paesi del mondo. Produciamo e distribuiamo libri e formati audiovisivi in diverse lingue e paesi. Infine, fa parte di ABANTERA una delle più grandi società di ingegneria industriale al mondo con stabilimenti di produzione industriale in Europa e paesi come Cina, Taiwan, Corea del Sud e Indonesia, composta da un ampio e sofisticato team di ingegneri industriali grazie al quale sviluppiamo e produciamo quotidianamente numerosi prodotti tecnologici che superano ampiamente tutti gli standard mondiali di qualità e sicurezza, per poi distribuirli e personalizzarli per numerosi marchi e in diversi paesi del mondo.

Siamo convinti che questo prodotto di cui da oggi è in possesso, supererà tutte le aspettative che Lei ha riposto in esso al momento dell'acquisto.



CONHEÇA-NOS

Caro cliente, na ABANTERA, queremos agradecer-lhe por nos ter escolhido como o seu fabricante de confiança.

Para que possa saber mais sobre a nossa organização, informamos que a CORPORAÇÃO ABANTERA é um grupo fabricante espanhol constituído em primeiro lugar por uma das maiores editoras do mundo, ABANTERA EDICIONES, para a qual trabalham e colaboram inúmeras pessoas famosas e personalidades de muitas áreas e de diferentes países do mundo. Fabricamos e distribuímos livros e formatos audiovisuais em diferentes idiomas e países. E composta em último lugar pela ABANTERA, uma das maiores empresas de engenharia industrial do mundo com unidades de produção industrial na Europa e países como China, Taiwan, Coreia do Sul e Indonésia, com uma vasta e sofisticada equipa de engenheiros industriais onde desenvolvemos e fabricamos diariamente inúmeros produtos tecnológicos que excedem amplamente todos os standards de qualidade e segurança mundiais, para posteriormente distribuí-los e personalizá-los para inúmeráveis marcas e em diferentes países do mundo.

Estamos convencidos de que este produto que possui a partir de hoje, irá superar todas as expectativas colocadas ao comprá-lo.



NOUS CONNAÎTRE

Cher client, nous souhaitons vous remercier, au nom d'ABANTERA, de nous avoir choisis comme votre fabricant de confiance.

Pour que vous connaissiez davantage notre organisation, nous vous informons que la CORPORATION ABANTERA est un groupe fabricant espagnol composé en premier lieu par l'une des maisons d'éditions les plus grandes du monde, ABANTERA EDICIONES, pour laquelle travaille et avec laquelle collabore un grand nombre de célébrités et de personnalités de nombreux domaines et de différents pays du monde. Nous fabriquons et distribuons des livres et des formats audiovisuels dans différentes langues et pays. Et il est composé enfin par ABANTERA, l'une des entreprises d'ingénierie les plus grandes du monde disposant d'usines de production industrielle en Europe et dans des pays tels que la Chine, Taïwan, la Corée du Sud et l'Indonésie, avec une grande équipe sophistiquée d'ingénieurs industriels, où nous développons et fabriquons chaque jour de nombreux produits technologiques qui dépassent très largement tous les standards de qualité et de sécurité mondiaux, pour pouvoir ensuite les distribuer et les personnaliser pour de nombreuses marques et dans différents pays du monde.

Nous sommes convaincus que ce produit qui est le vôtre à partir d'aujourd'hui, dépassera toutes les attentes que vous en aviez lorsque vous l'avez acheté.



UNS TREFFEN

Sehr geehrter Kunde, ABANTERA, möchten Ihnen danken, dass Sie uns als Hersteller Ihres Vertrauens gewählt haben.

Damit Sie mehr über unsere Organisation erfahren, möchten wir Sie darüber informieren, dass die Unternehmensgruppe ABANTERA eine spanische Herstellergruppe ist, die sich in erster Linie aus einem der größten Verlagshäuser der Welt, ABANTERA EDICIONES, zusammensetzt, für die viele Prominente und Persönlichkeiten aus verschiedenen Fachbereichen und unterschiedlichen Ländern der ganzen Welt arbeiten und mit ihm kooperieren. Wir produzieren und vertreiben Bücher und audiovisuelle Formate in verschiedenen Sprachen und Ländern. Schließlich gehört der Gruppe auch ABANTERA an, eines der weltweit größten Unternehmen des Maschinenbaus mit industriellen Produktionsstandorten in Europa und Ländern wie China, Taiwan, Südkorea und Indonesien mit einem umfangreichen und hochqualifizierten Team an Ingenieuren. In unseren Werken entwickeln und fertigen wir täglich zahlreiche technologische Produkte, die alle globalen Qualitäts- und Sicherheitsstandards bei weitem übertreffen und vertreiben und passen sie dann kundenspezifisch für viele Marken und in verschiedenen Ländern der Welt an.

Wir sind davon überzeugt, dass das von Ihnen heute erworbene Erzeugnis alle Erwartungen übertreffen wird, die Sie bei seinem Kauf in es gesetzt haben.

LATEST TECHNOLOGY **DIGITAL AIR FRYER**
739N24121SC



1800W OF POWER
7.7 LITERS CAPACITY
INCLUDES BOOK WITH 40 RECIPES
DIGITAL AND TOUCH SCREEN



INTERNATIONAL WARRANTY



THIS MODEL 739N2411215C IS GUARANTEED BY ABANTERA AGAINST MANUFACTURING DEFECTS IN MATERIALS AND WORKMANSHIP FOR A PERIOD OF 2 YEARS FROM THE TIME OF PURCHASE. IN THE IMPROBABLE CASE THAT THIS PRODUCT IS DEFECTIVE, ABANTERA WILL REPAIR OR REPLACE THIS MODEL WITH AN IDENTICAL OR SUPERIOR MODEL CONTINGENT UPON THE PRESENTATION OF THE ORIGINAL PROOF OF PURCHASE. THIS WARRANTY DOES NOT COVER ACCIDENTAL DAMAGE CAUSED BY MISUSE, NEGLIGENCE, ABUSE OR NATURAL WEAR AND TEAR. IN ADDITION, MISUSE OR HANDLING BY THIRD PARTIES, SUCH AS TECHNICIANS, ELECTRICIANS, COMPUTER SPECIALISTS, ENGINEERS OR ANY OTHER OPERATOR NOT AUTHORIZED BY ABANTERA, IS ALSO EXCLUDED. THIS WARRANTY APPLIES ONLY TO THE ORIGINAL PURCHASER. FOR ANY WARRANTY CLAIM, PLEASE CONTACT ABANTERA THROUGH GARANTIA@ABANTERA.COM, WHERE WE WOULD BE PLEASED TO HELP YOU. THIS MODEL 739N2411215C HAS SURPASSED ALL INTERNATIONAL QUALITY AND SAFETY STANDARDS FOR ITS MANUFACTURE BY A WIDE MARGIN.

GARANTÍA INTERNACIONAL



ESTE MODELO 739N241121SC ESTÁ GARANTIZADO POR ABANTERA CONTRA DEFECTOS DE FABRICACIÓN EN MATERIALES Y MANO DE OBRA DURANTE LOS SIGUIENTES 2 AÑOS A PARTIR DE SU COMPRA. EN EL IMPROBABLE CASO DE QUE ESTE PRODUCTO SEA DEFECTUOSO, ABANTERA REPARARÁ O REEMPLAZARÁ ESTE MODELO POR UN MODELO IDÉNTICO O SUPERIOR PARA LO CUAL SE DEBERÁ PRESENTAR COMPROBANTE ORIGINAL DE CUANDO Y DONDE FUE ADQUIRIDO. ESTA GARANTÍA NO CUBRE NINGÚN DAÑO ACCIDENTAL POR MAL USO, NEGLIGENCIA, ABUSO, DESGASTE NORMAL. SE EXCLUYE ADEMÁS EL MAL USO O MANEJO POR PARTE DE TERCEROS COMO PUEDEN SER TÉCNICOS, ELECTRICISTAS, INFORMÁTICOS, INGENIEROS O CUALQUIER OTRO OPERADOR NO AUTORIZADO POR ABANTERA. ESTA GARANTÍA SE APLICA ÚNICAMENTE AL PRIMER COMPRADOR. PARA CUALQUIER RECLAMACIÓN DE GARANTÍA, COMUNÍQUESE CON ABANTERA A TRAVÉS DE GARANTIA@ABANTERA.COM, DONDE ESTAREMOS ENCANTADOS DE AYUDARLES. ESTE MODELO 739N241121SC HA SUPERADO MUY AMPLIAMENTE TODOS LOS ESTÁNDARES DE CALIDAD Y SEGURIDAD INTERNACIONALES PARA SU FABRICACIÓN.

GARANZIA INTERNAZIONALE



ABANTERA GARANTISCE IL MODELLO 739N241121SC CONTRO I DIFETTI DI FABBRICAZIONE DEI MATERIALI E DI LAVORAZIONE PER UN PERIODO DI 2 ANNI DALL'ACQUISTO. NEL CASO IMPROBABILE CHE QUESTO PRODOTTO SIA DIFETTOSO, ABANTERA GARANTISCE LA RIPARAZIONE O LA SOSTITUZIONE DEL MODELLO CON UN ALTRO IDENTICO O DI CATEGORIA SUPERIORE, DIETRO PRESENTAZIONE DI RICEVUTA ORIGINALE CON DATA E LUOGO DI ACQUISTO. LA PRESENTE GARANZIA NON COPRE DANNI ACCIDENTALI CAUSATI DA USO IMPROPRIO, NEGLIGENZA, ABUSO O USURA NATURALE. È ESCLUSO ANCHE L'USO IMPROPRIO O LA MANIPOLAZIONE DA PARTE DI TERZI, COME TECNICI, ELETTRICISTI, INFORMATICI, INGEGNERI O QUALSIASI ALTRO OPERATORE NON AUTORIZZATO DA ABANTERA. QUESTA GARANZIA È APPLICABILE SOLO AL PRIMO ACQUIRENTE. PER QUALSIASI RICHIESTA RELATIVA ALLA GARANZIA, SI PREGA DI CONTATTARE ABANTERA ALL'INDIRIZZO GARANZIA@ABANTERA.COM, SAREMO LIETI DI FORNIRVI ASSISTENZA. IL MODELLO IN QUESTIONE 739N241121SC È STATO PRODOTTO RISPETTANDO AMPIAMENTE GLI STANDARD INTERNAZIONALI DI QUALITÀ E SICUREZZA.

GARANTIA INTERNACIONAL



ESTE MODELO 739N241121SC CONTA COM A GARANTIA DE ABANTERA CONTRA DEFEITOS DE FABRICO EM TERMOS DE MATERIAIS E DE MÃO DE OBRA DURANTE OS 2 ANOS SEGUINTE À COMPRA DO MESMO. NO CASO IMPROVÁVEL DE O PRODUTO APRESENTAR DEFEITOS, ABANTERA PROCEDERÁ À REPARAÇÃO OU SUBSTITUIÇÃO DO MESMO POR UM MODELO IGUAL OU SUPERIOR, SENDO NECESSÁRIO PARA O EFEITO A APRESENTAÇÃO DO TALÃO ORIGINAL PARA COMPROVAR A ALTURA E O LOCAL DA SUA AQUISIÇÃO. A PRESENTE GARANTIA NÃO COBRE QUALQUER DANO ACIDENTAL POR MÁ UTILIZAÇÃO, NEGLIGÊNCIA, ABUSO, DESGASTE NATURAL. ESTÁ TAMBÉM EXCLUÍDA A UTILIZAÇÃO INDEVIDA OU O MANUSEAMENTO INDEVIDO POR TERCEIROS, TAIS COMO TÉCNICOS, ELETRICISTAS, CIENTISTAS DA COMPUTAÇÃO, ENGENHEIROS OU QUALQUER OUTRO OPERADOR NÃO AUTORIZADO PELA ABANTERA. A PRESENTE GARANTIA É APLICÁVEL ÚNICA E EXCLUSIVAMENTE AO PRIMEIRO COMPRADOR. PARA QUALQUER RECLAMAÇÃO NO ÂMBITO DA GARANTIA, ENTRE EM CONTACTO COM ABANTERA ATRAVÉS DO ENDEREÇO ELETRÓNICO GARANTIA@ABANTERA.COM, ONDE TEREAMOS TODO O GOSTO EM ATENDÊ-LO. ESTE MODELO 739N241121SC SUPEROU DE LONGE TODOS OS PADRÕES DE QUALIDADE E DE SEGURANÇA INTERNACIONAIS NO QUE DIZ RESPEITO AO SEU FABRICO.

GARANTIE INTERNATIONALE



CE MODÈLE 739N241121SC EST GARANTI PAR ABANTERA CONTRE LES DÉFAUTS DE FABRICATION SUR LES MATÉRIAUX ET LA MAIN D'ŒUVRE PENDANT LES 2 ANNÉES SUIVANT SON ACHAT. DANS LE CAS IMPROBABLE OÙ CE PRODUIT SERAIT DÉFECTUEUX, ABANTERA RÉPARERA OU REMPLACERA CE MODÈLE PAR UN MODÈLE IDENTIQUE OU SUPÉRIEUR SUR PRÉSENTATION DE LA PREUVE D'ACHAT D'ORIGINE INDIQUANT LA DATE ET LE MAGASIN OÙ A ÉTÉ ACHETÉ LE PRODUIT. CETTE GARANTIE NE COUVRE AUCUN DOMMAGE ACCIDENTEL DÙ À UNE MAUVAISE UTILISATION, UNE NÉGLIGENCE, UN ABUS, UNE USURE NORMALE. DE PLUS, UNE MAUVAISE UTILISATION OU UNE MANUTENTION PAR DES TIERS, TELS QUE LES TECHNICIENS, ÉLECTRICIENS, INFORMATIENS, INGÉNIEURS OU TOUT AUTRE OPÉRATEUR NON AUTORISÉ PAR ABANTERA, EST ÉGALEMENT EXCLUS. CETTE GARANTIE S'APPLIQUE UNIQUEMENT AU PREMIER ACHETEUR. POUR TOUTE RÉCLAMATION DE GARANTIE, CONTACTER ABANTERA VIA GARANTIA@ABANTERA.COM, ET NOUS SERONT RAVIS DE VOUS AIDER. CE MODÈLE 739N241121SC RÉPOND LARGEMENT À TOUS LES STANDARDS DE QUALITÉ ET DE SÉCURITÉ INTERNATIONAUX EN TERMES DE FABRICATION.

INTERNATIONALE GARANTIE



DAS MODELL 739N241121SC BESITZT 2 JAHRE AB KAUF EINE GARANTIE VON ABANTERA GEGEN HERSTELLUNGSFEHLER IN MATERIAL UND VERARBEITUNG. IM UNWAHRSCHEINLICHEN FALL, DASS DIESER ARTIKEL EINEN DEFECT AUFWEIST, REPARIERT ODER ERSETZT ABANTERA DIESES MODELL DURCH EIN GLEICHWERTIGES ODER BESSERES MODELL GEGEN VORLAGE DES ORIGINALKAUFBELEGES DER VERKAUFSTELLE MIT DATUM. DIE GARANTIE DECKT KEINE VERSEHENTLICHEN SCHÄDEN DURCH UNSACHGEMÄSSE, FAHRLÄSSIGE, MISSBRÄUCLICHE VERWENDUNG ODER NORMALEN VERSCHLEISS. AUSGESCHLOSSEN IST FERNER DER MISSBRAUCH ODER DER MISSBRÄUCLICHE EINSATZ DURCH DRITTE, WIE BEISPIELSWEISE TECHNIKER, ELEKTRIKER, INFORMATIKER, INGENIEURE ODER ANDERE NICHT VON ABANTERA ERMÄCHTIGTE BEDIENER. DIESE GARANTIE GILT NUR FÜR DEN ERSTKÄUFER. FÜR JEDLICHE GEWÄHRLEISTUNGSANSPRÜCHE WENDEN SIE SICH BITTE AN ABANTERA UNTER GARANTIA@ABANTERA.COM. DORT STEHEN WIR IHNEN GERNE ZUR VERFÜGUNG. DAS MODELL 739N241121SC HAT ALLE INTERNATIONALEN QUALITÄTS- UND SICHERHEITSTANDARDS FÜR SEINE HERSTELLUNG BEI WEITEM ÜBERTROFFEN.



USER MANUAL

Index

Part 1

Parts and components	15
Installation	18
Operation	19
Cleaning and maintenance	22

Part 2

Troubleshooting	23
Technical specifications	25
Warranty	25
Safety, negligence and loss of warranty	27
Certification	28



Parts and components





UNITED STATES

PARTS AND COMPONENTS





PARTS AND COMPONENTS



- 1 Air intake
- 2 Digital touch screen
- 3 Fryer basket
- 4 Handle
- 5 Fryer basket guard
- 6 Air vent



ATTENTION

Before using this product, please read the entire instruction manual and keep it for future reference.



Installation

- 1 Remove the 739N241121SC unit from the box. Check that the unit has been delivered with all parts and that there has been no damage during transport. Defective parts must be replaced immediately.
- 2 Place the unit upright on a level surface.
- 3 Thoroughly clean the fryer basket guard and the fryer basket with hot water, dish soap and a non-abrasive sponge. Both components are dishwasher safe.
- 4 Use a damp cloth to thoroughly clean inside and outside all other parts of the 739N241121SC.
- 5 Place the unit on a surface that is level, stable and heat resistant.
- 6 Do not place or allow objects to drop on the 739N241121SC as this will decrease or block the clean air intake and the unit will be unable to function.
- 7 Plug the power cord into the outlet.
- 8 The unit is ready for use.



Operation

OPERATING INFORMATION FOR THE 739N241121SC UNIT

- 1 | Plug the unit into a grounded power outlet. To preheat, press the power button.
- 2 | Press the temperature increase or decrease button to set desired cooking temperature.
- 3 | Press the time button to set the preheat time to 3 minutes. When the preheat cycle is finished, carefully remove the basket from the appliance and place the ingredients inside.



ATTENTION

It is important to allow the unit to preheat before placing the ingredients inside.

- 4 | Do not touch the basket directly to avoid possible burns.
- 5 | Press the power button, then set the appropriate cooking time and temperature for the ingredients.
- 6 | When the timer beeps five times, the set cooking time has elapsed. Remove the fryer basket from the appliance and place it on a heat resistant surface.
- 7 | If the food is fully cooked, use tongs to remove it to avoid possible burns.



ATTENTION

Do not turn the fryer basket guard upside down. Any excess oil that has accumulated on the bottom of the fryer basket will spill onto the ingredients.

- 8 | If the food is not fully cooked, simply slide the fryer basket guard back into the appliance and add a few minutes to the cooking time.
- 9 | The appliance is ready for continuous cooking.

OPERATION OF THE DIGITAL CONTROL PANEL

- 1 | **Power button**
Once the fryer basket guard and the fryer basket are correctly positioned in the 739N241121SC the control panel will light up. Pressing the power button once will set the unit to a default cooking temperature of 188 °C (370,4 °F) and a cooking time of 15 minutes. Pressing the power button a second time will start the cooking process. Pressing the power button during the cooking cycle will turn off the 739N241121SC.



- 2 | **Cooking presets**
Press the cooking preset buttons to choose from ten different cooking settings. See the Preset Table for the cooking time and temperature associated with each setting.
- 3 | **Temperature control buttons**
Pressing the + and - symbols allows you to increase or decrease the cooking temperature by 12.2 °C (10 °F) increments. Holding down the button will change the temperature rapidly. Temperature setting range: 82 °C – 204 °C (180 °F – 400 °F).



ATTENTION

The display lights of the control panel turn on when the cooking cycle begins and will remain on for up to 20 seconds after the cooking cycle is finished.



4 | Timer control buttons








Pressing the + and - symbols allows you to increase or decrease the cooking time in 1 minute increments. Holding down the button will change the cooking time rapidly. The range for set time is from 1 to 60 minutes.

5 | Time and temperature display

This display keeps track of the temperature and remaining cooking time.

RECIPE MENU PRESETS ON THE DIGITAL CONTROL PANEL

Once you are familiar with the appliance, you may wish to experiment with your own recipes. Just choose the time and temperature that suit your personal preferences.

Menu		Weight of food in (g)	Temperature	Time
	French fries	500	200 °C (392 °F)	20 minutes
	Chicken	800 (10-13 pieces)	180 °C (356 °F)	25 minutes
	Shellfish	200	160 °C (320 °F)	20 minutes
	Pastries	600 (8-10 pieces)	160 °C (320 °F)	40 minutes
	Meats	450 (3-5 pieces)	160 °C (320 °F)	20 minutes
	Fish	250	180 °C (356 °F)	20 minutes
	Roasts	400	180 °C (356 °F)	15 minutes



SUGGESTIONS

- Smaller food items generally require a slightly shorter cooking time than larger food items.
- Large quantities of food require a longer cooking time than smaller quantities.
- Shaking smaller food items halfway through the cooking process ensures that all pieces are fried evenly.
- It is recommendable to add a small amount of oil to raw potatoes for crispier results. Add the oil just before cooking in teaspoon increments. This unit can also cook recipes that are normally cooked in an oven.
- You can also use this appliance to reheat food. Just set the temperature.



Cleaning and maintenance

- 1 | Clean the 739N2411215C unit after every use.
- 2 | Unplug the 739N2411215C unit from the electrical outlet.
- 3 | Remove the fryer basket from the 739N2411215C unit to cool more quickly. Once cooled, use a cleaning brush to remove food residue.
- 4 | Use a damp cloth to clean the interior and exterior of the rest of the parts of the 739N2411215C unit.
- 5 | Once cooled, clean the fryer basket guard and the fryer basket with dish soap, hot water and a non-abrasive sponge. Rinse both pieces with clean water and allow to air dry. The pieces are also dishwasher safe.
- 6 | The cleaning process is finished.



Troubleshooting

Malfunction and troubleshooting

Problem	Possible Causes	Solutions
The fryer does not work.	1. The plug of the product is not inserted into the electrical outlet properly.	1. Insert the plug into the electrical outlet properly.
	2. I can't set the timer.	2. Press the power button and then press the button for the type of food to be cooked.
The ingredients of the recipes cooked in the fryer are not fried enough.	1. The quantity of ingredients in the fryer basket is greater than ideal.	1. Put less of each ingredient in the fryer basket. The ingredients cook more evenly in smaller quantities.
	2. The preheat temperature is too low.	2. Increase the cooking temperature on the digital display. Set the required temperature.
	3. Cooking time is too short.	3. Increase the cooking time on the digital display timer. Set the required cooking time.
The ingredients of the recipes cooked in the fryer are not baked enough.	Some recipe ingredients must be moved around during the cooking process so that they can bake evenly.	If certain recipe ingredients rise to the top or stick to other ingredients, they must be moved around during the cooking process to bake evenly.



TROUBLESHOOTING

Problem	Possible Causes	Solutions
The fried ingredient coming out of the fryer is not crispy.	The preheat temperature is too low.	You can add a small amount of oil to the ingredient before frying to come out crispier.
White smoke is coming out of the fryer.	1. You are cooking ingredients that have a high oil content.	1. When cooking ingredients that have a relatively high oil content, a large amount of oil vapor will permeate the fryer basket. This vapor may be hotter than usual, releasing white smoke. This does not affect the outcome of cooking.
	2. Food residue has remained from the last time the fryer basket was used.	2. Be sure to clean the fryer every time you use it.
Fresh French fries are not fried evenly in the deep fryer.	It is possible the potatoes were still wet when placed in the fryer basket.	Use fresh potatoes and make sure they are not damp before putting them in the fryer basket.
French fries are not crispy.	<ol style="list-style-type: none"> 1. It is possible the potatoes were still wet when placed in the fryer basket. 2. The potato wedges may be too large. 3. The quantity of ingredients in the fryer basket is more than ideal. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Use fresh potatoes and make sure they are not damp before putting them in the fryer basket. 2. By cutting the potato wedges in smaller pieces, they will turn out lighter and crispier. 3. French fries can be made lighter and crispier by adding a small amount of oil.



Technical specifications

Power: 1800w.

Voltage: 220-240 V / 60Hz.

Capacity: 7.7 liters.

Digital touch screen.

Temperature control: 80 to 200 °C. (176 to 392 °F).

Protection against overheating.

Cool to touch anti-shock handle.

Warranty

WARRANTY PERIOD

1. If the product has any of the performance failures stated in the "table of digital air fryer malfunctions" within 7 days from the date of purchase, and it has been checked and diagnosed at a "smart after-sales center," a free exchange or replacement will be provided.
2. If the product has any of the performance failures stated in the "table of digital air fryer malfunctions" within 8-15 days from the date of purchase, and it has been checked and diagnosed at a "smart after-sales center," an exchange or replacement will be provided.
3. If the product has any of the performance failures stated in the "table of digital air fryer malfunctions" within 24 months from the date of purchase, and it has been checked and diagnosed at a "smart after-sales center," free maintenance service will be provided.



WARRANTY

Reminder: in order to use the warranty, the packing box and transport box must be kept for at least 30 days from the date of purchase.

TABLE OF 739N241121SC DIGITAL AIR FRYER MALFUNCTIONS

Name	Performance failure
Digital air fryer	The functions stated in the technical specifications are invalid.
	The fryer does not start.
	The cooking temperature is too low or nonexistent.

WARRANTY EXCLUSIONS CLAUSE

1. Maintenance not authorized by ABANTERA, misuse, collision, neglect, abuse, insertion of liquid, accident, alteration, incorrect use of other accessories, breakage or alteration of the label.
2. Damages caused by unforeseeable circumstances, power surges, floods, lack of ventilation, humidity or heat sources.
3. Performance failures caused by the manipulation of the product by unauthorized personnel, such as the use of any accessory that is not original.



Safety, negligence and loss of warranty

- Before using the 739N241121SC unit, please read this user manual and keep it in a safe place for future reference.
- Only connect the unit to AC power with voltage in accordance with the rating label.
- Do not use the digital air fryer outdoors or in unsuitable rooms. It may be dangerous and can cause serious damage to the unit.
- If the unit has been dropped or damaged in any way, unplug it from the power supply. Do not use the unit again.
- Repairs to the 739N241121S unit must be carried out by personnel who are either qualified or authorized by ABANTERA. Improper repair work or repair work performed by unauthorized personnel may cause considerable danger to the unit and the user.
- Do not place the digital air fryer directly on the floor, near a heating radiator or any other heat source
- Do not touch the inside of the fryer while it is in use or immediately after use as serious burns can result.
- Place the digital air fryer in a place where it will not tip over easily.
- Use the digital air fryer only once it is completely assembled.
- Do not place the power cord under rugs or cover with rugs.
- Do not use the 739N241121SC unit where there is combustible gas or vapor present. In addition, do not use chemicals for cleaning.
- Do not block the air vent or air intake. Do not allow foreign objects to enter the air vent or air intake as it will cause serious damage to the unit.
- Do not expose the unit to rain. Do not use it near water, bathrooms, sinks or any other damp place.
- Do not place or allow objects of any kind to rest on top of the unit.
- Never place the unit directly against a wall or any other item. The unit must have at least 10 centimeters of free space around each of its parts.
- This product is intended for normal household use. This 739N241121SC model is not a professional or semi-professional product.



CERTIFICATIONS

Certifications

THIS DEVICE HAS THE FOLLOWING CERTIFICATIONS
OF THE HIGHEST QUALITY AT AN INTERNATIONAL LEVEL





Índice

Parte 1

Piezas y componentes	30
Instalación	33
Funcionamiento	34
Limpieza y mantenimiento	37

Parte 2

Solución de problemas	38
Especificaciones técnicas	40
Garantía	40
Seguridad, negligencias y pérdida de garantía	42
Declaración de certificados	43



Piezas y componentes

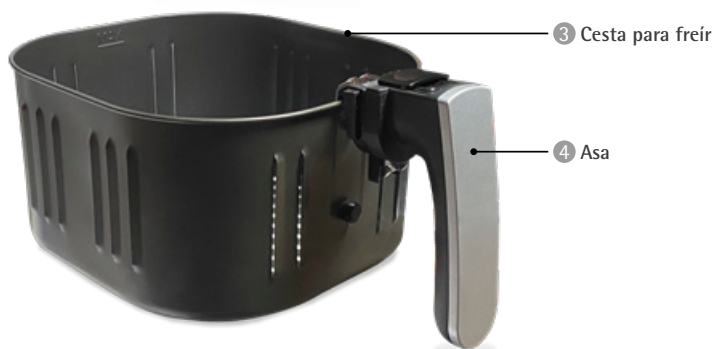


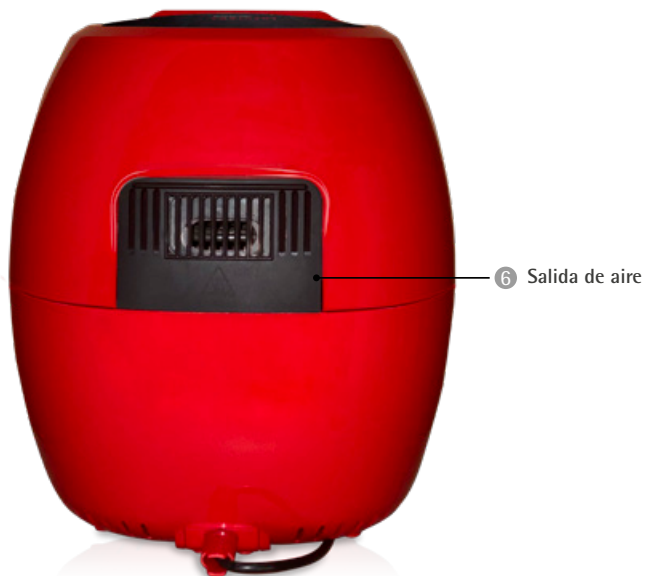
PANTALLA ON / OFF

PROTECTOR
DE CESTA,
PARA FREIR



PIEZAS Y COMPONENTES





- ① Entrada de aire
- ② Pantalla digital y táctil
- ③ Cesta para freír
- ④ Asa
- ⑤ Protector de cesta para freír
- ⑥ Salida de aire

 **ATENCIÓN**

Antes de usar este producto, lea el manual de instrucciones y consérvelo para futuras consultas.



Instalación

- 1 Retire la unidad **739N241121SC** de la caja contenedora. Compruebe que la entrega es completa y no se han producido daños durante el transporte. Las piezas defectuosas deberán ser sustituidas de inmediato.
- 2 Coloque la unidad en vertical sobre una superficie nivelada.
- 3 Limpie minuciosamente el protector de la cesta de freír y la propia cesta de freír con agua caliente, detergente lavavajillas y una esponja no abrasiva. Se pueden lavar cualquiera de los dos componentes en el lavavajillas.
- 4 Limpie minuciosamente con un paño húmedo el resto de partes de la unidad **739N241121SC** interior y exteriormente.
- 5 Coloque la unidad sobre una superficie uniforme, estable y resistente al calor.
- 6 No coloque, ni deposite objetos encima de la unidad **739N241121SC** ya que esto evitaría o taponaría la entrada de aire limpio y la unidad no podría funcionar.
- 7 Conecte el cable de alimentación a la toma de corriente.
- 8 La unidad está lista para operar.



Funcionamiento

INFORMACIÓN DE FUNCIONAMIENTO DE LA UNIDAD 739N241121SC

- 1 | Conecte la unidad a una toma de corriente con toma de tierra. Para precalentar, presione el botón de encendido.
- 2 | Presione los botones de aumentar o disminuir la temperatura y así podrá configurar la temperatura de cocción.
- 3 | Presione el botón de tiempo para establecer el tiempo de precalentamiento en 3 minutos. Cuando finalice el ciclo de precalentamiento, extraiga con cuidado la canasta del aparato y coloque los ingredientes dentro.



ATENCIÓN

Es importante realizar un precalentamiento de la unidad, antes de colocar los ingredientes.

- 4 | No toque la cesta directamente para evitar posibles quemaduras.
- 5 | Presione el botón de encendido, establezca el tiempo y la temperatura adecuados para los ingredientes que está cocinando.
- 6 | Cuando el temporizador emite cinco pitidos, el tiempo de cocción establecido ha transcurrido. Saque la cesta del aparato y colóquela sobre una superficie resistente al calor.
- 7 | Si la comida está completamente cocinada, use pinzas para quitar esta y así evitar quemarse.



ATENCIÓN

No ponga el protector de la cesta para freír boca abajo porque cualquier exceso de aceite que se haya acumulado en el fondo de este se derramará sobre los ingredientes.

- 8 Si la comida no está completamente cocinada, simplemente deslice el protector de la cesta de freír nuevamente dentro del aparato y agregue unos minutos al tiempo de cocción.
- 9 El aparato está preparado para cocinar de una manera continua.

FUNCIONAMIENTO DEL PANEL DE CONTROL DIGITAL

1 Botón de encendido

Una vez que el protector de la cesta para freír y la propia cesta de freír están colocadas correctamente en la unidad **739N2411215C** el panel de control se iluminará. Al presionar una vez el botón de encendido, la unidad se configurará a una temperatura de cocción predeterminada de 188 °C (370,4 °F) y un tiempo de cocción de 15 minutos. Al presionar el botón de encendido por segunda vez se iniciará el proceso de cocción y si presiona el botón de encendido durante el ciclo de cocción se apagará la unidad **739N2411215C**.



2 Ajustes preestablecidos de cocina

Presione los botones de ajustes preestablecidos de cocción para elegir entre diez ajustes preestablecidos de cocción. Consulte la Tabla de preajustes para conocer los tiempos de cocción y las temperaturas asociados con cada preajuste.

3 Botones de control de temperatura

Los símbolos + y - le permiten aumentar o disminuir la temperatura de cocción 12.2 °C (10 °F). Mantener presionado un botón hará que cambie rápidamente la temperatura. Rango de control de temperatura: 82 °C – 204 °C (180 °F – 400 °F).



ATENCIÓN

Las luces de funcionamiento en el panel de control se iluminarán cuando comience el ciclo de cocción y permanecerán iluminadas hasta 20 segundos después de que se complete el ciclo de cocción.



FUNCIONAMIENTO

4 | Botones de control del temporizador

Los símbolos + y - le permiten aumentar o disminuir el tiempo de cocción en intervalos de 1 minuto. Mantener presionado el botón hará que cambie rápidamente el tiempo de cocción. El rango de control de tiempo es de 1 a 60 minutos.

5 | Pantalla de tiempo y temperatura

Esta pantalla mantendrá un registro de la temperatura y el tiempo de cocción restante.

PREAJUSTE DEL MENÚ DE RECETAS EN EL PANEL DE CONTROL DIGITAL

Una vez que esté familiarizado con el aparato, es posible que desee experimentar con sus propias recetas. Simplemente elija la hora y la temperatura que se adapten a sus gustos personales.

Menu		Peso de la comida en (g)	Temperatura	Hora
	Patatas fritas	500	200 °C (392 °F)	20 minutos
	Pollo	800 (10-13 piezas)	180 °C (356 °F)	25 minutos
	Marisco	200	160 °C (320 °F)	20 minutos
	Repostería	600 (8-10 piezas)	160 °C (320 °F)	40 minutos
	Carnes	450 (3-5 piezas)	160 °C (320 °F)	20 minutos
	Pescados	250	180 °C (356 °F)	20 minutos
	Asados	400	180 °C (356 °F)	15 minutos



CONSEJOS

- Los alimentos que son más pequeños generalmente requieren un tiempo de cocción ligeramente más corto que los alimentos más grandes.
- Grandes cantidades de alimentos requieren un tiempo de cocción más prolongado que las cantidades más pequeñas.
- Mezclar los alimentos de menor tamaño a la mitad del proceso de cocción, asegura que todas las piezas se frien uniformemente.
- Agregar un poco de aceite a las patatas crudas, se recomienda para obtener un resultado más crujiente. Cuando agregue aceite, hágalo justo antes de cocinar y en pequeñas cucharadas. Esta unidad también puede cocinar recetas que normalmente se cocinan en un horno.
- Puede utilizar este aparato para volver a calentar alimentos. Simplemente establezca la temperatura.



Limpieza y mantenimiento

- 1 | Limpie la unidad **739N2411215C** cada vez que sea utilizada.
- 2 | Desconecte la unidad **739N2411215C** de la toma de corriente.
- 3 | Retire la cesta de freír de la unidad **739N2411215C** para que se enfríe más rápidamente, una vez fría, use un cepillo de limpieza para eliminar los restos de comida.
- 4 | Utilice un paño húmedo para limpiar el resto de partes interiores y exteriores de la unidad **739N2411215C**.
- 5 | Una vez fríos, limpie con detergente lavavajillas, agua caliente y una esponja no abrasiva, tanto el protector de la cesta de freír como la propia cesta de freír. Aclare las dos piezas con agua limpia y deje que se sequen al aire libre. Se pueden lavar cualquiera de los dos componentes en el lavavajillas.
- 6 | El proceso de limpieza ha concluido.



Solución de problemas

Mal funcionamiento y solución de problemas

Problema	Posibles Causas	Soluciones
La freidora no funciona.	1. El enchufe del producto no está conectado a la toma de corriente.	1. Conecte el enchufe en la toma de corriente adecuada.
	2. No puedo configurar el temporizador.	2. Pulse el botón de encendido y a continuación pulse el botón del tipo de alimento que vaya a cocinar.
Los ingredientes de las recetas cocinadas en la freidora no están los suficientemente fritos.	1. Más cantidad de la idónea de ingredientes en la cesta para freír.	1. Coloque menos cantidad de cada uno de los ingredientes en la cesta para freír. En cantidades más pequeñas la cocción de los ingredientes será más homogénea.
	2. La temperatura de calentamiento prolongado es demasiado baja.	2. Aumente la temperatura de cocción en la pantalla digital para establecer la temperatura requerida.
	3. El tiempo de cocción es demasiado corto.	3. Aumente el tiempo de cocción en el temporizador de la pantalla digital hasta establecer el tiempo de cocción requerido.
Los ingredientes de las recetas cocinadas en la freidora no están los suficientemente horneados.	Algunos ingredientes de algunas de las recetas, deben moverse en el proceso de cocción para que se horneen homogéneamente.	Si algunos ingredientes de las recetas se encuentran en la parte superior o se pegan con otros ingredientes de la misma receta deben moverse durante el proceso de cocción para que se horneen homogéneamente.

Problema	Posibles Causas	Soluciones
El ingrediente frito que sale de la freidora no está crujiente.	La temperatura de calentamiento prolongado es demasiado baja.	Puede agregar un poco de aceite a los ingredientes antes de freírlos para que estos sean más crujientes.
Sale humo blanco de la freidora.	1. Está cocinando ingredientes de recetas con un alto contenido de aceite.	1. Cuando cocine ingredientes de recetas con un contenido de aceite relativamente alto, una gran cantidad de vapores de aceite se infiltrará en la cesta de freír y podría estar más caliente de lo normal, expulsando humo blanco. Esto no afecta al efecto de cocción final.
	2. Todavía queda residuos de comida de la última vez que se utilizó la cesta de freír.	2. Asegúrese de limpiar la freidora cada vez que la use.
Las patatas fritas frescas no se frien uniformemente dentro de la freidora.	Es posible que haya introducido las patatas aun mojadas en la cesta para freír.	Use patatas frescas y asegúrese de que no están húmedas antes de introducirlas en la cesta para freír.
Las patatas fritas no tiene un grado crujiente de calidad.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es posible que haya introducido las patatas aun mojadas en la cesta para freír. 2. Es posible que el tamaño de los gajos de las patatas sean demasiado grandes. 3. Más cantidad de la idónea de ingredientes en la cesta para freír. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Use patatas frescas y asegúrese de que no están húmedas antes de introducirlas en la cesta para freír. 2. Al cortar las patatas en gajos hágalo en un tamaño más pequeño, se pueden hacer más ligeras y crujientes. 3. Las patatas fritas se pueden hacer más ligeras y crujientes añadiéndoles una pequeña cantidad de aceite.



Especificaciones técnicas

Potencia: 1800w.

Voltaje: 220-240 V / 60Hz.

Capacidad: 7,7 litros.

Pantalla digital y táctil.

Control de temperatura: 80 a 200 °C. (176 a 392 °F).

Protección contra sobrecalentamiento.

Mango táctil fresco con antichoque.

Garantía

PERIODO DE GARANTÍA

1. Si el producto tiene algún fallo de rendimiento establecido en la "tabla de fallos de funcionamiento de la freidora de aire digital" dentro de los 7 días a partir de la fecha de compra y tras la comprobación y diagnóstico del "centro de posventa inteligente", se proporcionará un servicio de cambio o sustitución gratuita.
2. Si el producto tiene algún fallo de rendimiento establecido en la "tabla de fallos de funcionamiento de la freidora de aire digital" dentro de los 8-15 días a partir de la fecha de compra y tras la comprobación y diagnóstico del "centro de posventa inteligente", se proporcionará un servicio de cambio o sustitución.
3. Si el producto tiene algún error de rendimiento establecido en la "tabla de fallos de funcionamiento de la freidora de aire digital" dentro de los 24 meses a partir de la fecha de compra y tras la comprobación y diagnóstico del "centro de posventa inteligente", se proporcionará un servicio de mantenimiento gratuito.



GARANTÍA

Recuerde: para hacer uso de la garantía la caja de embalaje, así como la caja de transporte debe conservarse durante al menos 30 días a partir de la fecha de compra.

TABLA DE FALLOS DE FUNCIONAMIENTO DE LA FREIDORA DE AIRE DIGITAL 739N241121SC

Nombre	Fallo de rendimiento
Freidora de aire digital	Las funciones establecidas en la especificación son inválidas.
	La freidora no puede ser iniciada.
	La temperatura de cocción es escasa débil, o inexistente.

CLÁUSULA DE NO GARANTÍA

1. Mantenimiento no autorizado por ABANTERA, mal uso, colisión, negligencia, abuso, penetración de líquido, accidente, alteración, uso incorrecto de otros accesorios, rotura y alteración de la etiqueta.
2. Daños causados por fuerza mayor, subidas de tensión, inundaciones, falta de ventilación, humedades y fuentes de calor.
3. Fallos de rendimiento provocados por la manipulación del producto por personal no autorizado, así como, el uso de cualquier accesorio que no sea original.



Seguridad, negligencias y pérdida de garantía

- Antes de usar la unidad 739N2411215C lea este manual del usuario y guárdelo en un lugar seguro para futuras consultas.
- Conecte la unidad sólo a la corriente alterna con voltaje de acuerdo con la etiqueta de clasificación.
- No utilice la freidora de aire digital en exteriores o estancias inadecuadas, ya que puede ser peligroso y provocar daños graves a la unidad.
- Si la unidad presenta algún tipo de daño, se ha caído al suelo o presenta cualquier desperfecto, desenchúfela de la corriente y no vuelva a utilizarla.
- Las reparaciones de la unidad 739N2411215C, deben ser realizadas únicamente por personal cualificado o autorizado por ABANTERA. Un trabajo de reparación inadecuado o realizado por personal no autorizado, puede causar un peligro considerable a la unidad o al usuario.
- No coloque la freidora de aire digital directamente en el suelo, junto a un radiador de calefacción o cualquier otro punto de calor.
- No toque el interior de la freidora mientras está funcionando o inmediatamente después de funcionar, de lo contrario podrían producirse graves quemaduras al usuario.
- Coloque la freidora de aire digital en un lugar donde no se pueda volcar fácilmente.
- Utilice la freidora de aire digital únicamente cuando esté completamente ensamblada.
- No coloque el cable de alimentación debajo de alfombras y no los cubra con tapetes.
- No utilice la unidad 739N2411215C donde haya gases o vapores combustibles, de igual forma no utilice químicos para su limpieza.
- No bloquee las salidas o entradas de aire, tampoco permita que objetos extraños entren en la abertura de ventilación o de escapes, ya que esto causará graves daños a la unidad.
- No exponga la unidad a la lluvia, no la utilice cerca del agua, no la utilice en baños, lavabos ni cualquier otro lugar húmedo.
- No se siente, no coloque objetos de ningún tipo encima de la unidad.
- Nunca coloque la unidad contra la pared u otros productos ya que debe de haber al menos 10 centímetros de espacio libre en cada una de sus partes.
- El producto está limitado al uso doméstico normal, este modelo 739N2411215C no es un producto profesional o semiprofesional.



Declaración de certificados

ESTE DISPOSITIVO CUENTA CON LAS SIGUIENTES CERTIFICACIONES
DE MÁXIMA CALIDAD A NIVEL INTERNACIONAL





Sommario

Parte 1

Contenuto della confezione	45
Installazione	48
Funzionamento	49
Manutenzione	52

Parte 2

Risoluzione dei problemi	53
Specifiche tecniche	55
Garanzia	55
Sicurezza, negligenze e perdita della garanzia	57
Dichiarazione di conformità	58



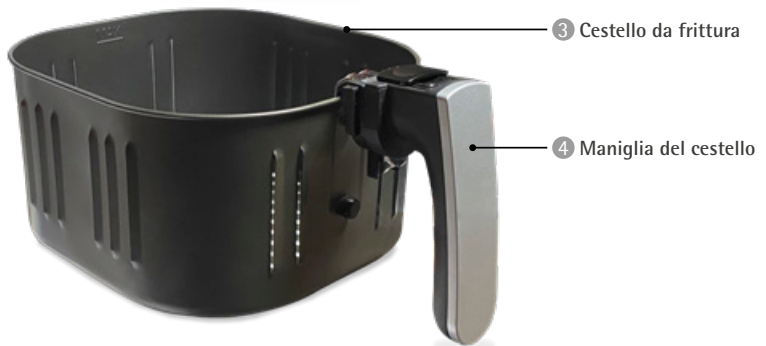
CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

Contenuto della confezione





CONTENUTO DELLA CONFEZIONE



CONTENUTO DELLA CONFEZIONE



- 1 Ingresso dell'aria
- 2 Schermo touchscreen
- 3 Cestello da frittura
- 4 Maniglia del cestello
- 5 Cassetto esterno
- 6 Presa d'aria



ATTENZIONE

Prima di utilizzare l'apparecchio leggere attentamente le istruzioni e conservarle per eventuali riferimenti futuri.



Installazione

- 1** Rimuova tutti gli imballaggi dal dispositivo **739N241121SC**. Si assicuri che la consegna del prodotto sia completa e la confezione non si sia danneggiata durante il trasporto. Eventuali elementi difettosi dovranno essere sostituiti immediatamente.
- 2** Posizioni il dispositivo su una superficie piana.
- 3** Lavi scrupolosamente il cassetto esterno e il cestello da frittura utilizzando acqua calda, detersivo e una spugna non abrasiva. Entrambi gli oggetti possono essere lavati usando la lavastoviglie.
- 4** Lavi scrupolosamente il resto delle parti del dispositivo **739N241121SC** con uno straccio umido, sia internamente che esternamente.
- 5** Si assicuri di trovare una superficie uniforme, stabile e resistente al caldo per posizionare l'apparecchio.
- 6** Non collochi oggetti di nessun tipo sopra il dispositivo **739N241121SC**. Farlo potrebbe ostacolare l'ingresso d'aria e compromettere il funzionamento dell'apparecchio.
- 7** Collegli il cavo di alimentazione alla corrente.
- 8** Il dispositivo è pronto ad operare.



Funzionamento

INFORMAZIONE SUL FUNZIONAMENTO DELL'APPARECCHIO 739N2411215C

- 1 | Collegare il dispositivo a una presa con messa a terra. Per il preriscaldamento preme il tasto di accensione.
- 2 | Prema i tasti + e - per aumentare e diminuire la temperatura di cottura.
- 3 | Prema il tasto timer per impostare il tempo di preriscaldamento in tre minuti. Concluso il ciclo di preriscaldamento rimuova il cestello e inserisca i relativi ingredienti.



ATTENZIONE

La fase di preriscaldamento è essenziale per la messa a punto dell'apparecchio prima di inserire gli ingredienti.

- 4 | Non tocchi il cestello a mano nuda, il che potrebbe causare bruciature.
- 5 | Prema il tasto di accensione e imposti il tempo e la temperatura richiesti dagli ingredienti che si stanno cucinando.
- 6 | Quando il tempo di cottura impostato sarà passato il dispositivo emetterà cinque bip. Allora estraiga il cestello e lo posizioni su una superficie termoresistente.
- 7 | Quando il cibo sarà pronto si assicuri di rimuoverlo dal cestello con le pinze per non bruciarsi.



ATTENZIONE

Non collocare il cassetto esterno capovolto, altrimenti qualsiasi eccesso di olio che abbia potuto accumularsi verrà rovesciato.



FUNZIONAMENTO

- 8 | Se il cibo non fosse ancora pronto semplicemente riponga il cestello nel dispositivo e aumenti il tempo di cottura di qualche minuto.
- 9 | L'apparecchio è preparato per cucinare in maniera continua.

FUNZIONAMENTO DEL PANNELLO DI CONTROLLO DIGITALE

1 | Tasto di accensione

Quando il cassetto esterno e il cestello da frittura saranno correttamente inseriti dentro il dispositivo **739N241121SC** il pannello di controllo si accenderà. Premendo il tasto di accensione una volta l'apparecchio verrà automaticamente programmato a una temperatura di cottura di 188 °C (370,4 °F) per 15 minuti. Per dare inizio al processo di cottura premere il tasto una seconda volta. Il dispositivo **739N241121SC** potrà essere ulteriormente interrotto con lo stesso tasto.



2 | Preimpostazioni di cottura

Per scegliere tra le dieci opzioni di cottura preimpostata usi i relativi tasti sullo schermo digitale. Consulti la tabella di preimpostazioni per conoscere il tempo di cottura e la temperatura specifiche di ogni opzione.

3 | Tasti di controllo della temperatura

I simboli + e - consentono di aumentare e diminuire la temperatura di cottura di 12,2 °C (10 °F). Tenendoli premuti la temperatura cambierà rapidamente. Il range operativo della temperatura è dai 82 °C - 204 °C (180 °F - 400 °F).



ATTENZIONE

Il pannello di controllo resterà illuminato durante tutto il processo di cottura e fino a 20 secondi dopo che questo abbia finito.



4 | Tasti di controllo del timer

I simboli + e - consentono di aumentare e diminuire il tempo di cottura a intervalli di un minuto. Tenendoli premuti il tempo di cottura cambierà rapidamente. Il range operativo del tempo di cottura è da 1 a 60 minuti.

5 | Schermo di controllo del tempo e della temperatura

Questo schermo raffigura in maniera continua la temperatura e il tempo di cottura restante.

PREIMPOSTAZIONE DI RICETTE SUL PANNELLO DI CONTROLLO

Quando avrà acquisito dimestichezza con l'apparecchio potrà sperimentare con le sue proprie ricette, semplicemente programmando il tempo di cottura e la temperatura desiderati.

Menu		Peso del cibo in (g)	Temperatura	Tempo di cottura
	Patatine fritte	500	200 °C (392 °F)	20 minuti
	Pollo	800 (10-13 pezzi)	180 °C (356 °F)	25 minuti
	Frutti di mare	200	160 °C (320 °F)	20 minuti
	Pasticceria	600 (8-10 pezzi)	160 °C (320 °F)	40 minuti
	Carne	450 (3-5 pezzi)	160 °C (320 °F)	20 minuti
	Pesce	250	180 °C (356 °F)	20 minuti
	Arrosto	400	180 °C (356 °F)	15 minuti



SUGGERIMENTI

- I prodotti alimentari di dimensione minore richiedono un tempo di cottura leggermente più corto nei confronti degli alimenti più grandi.
- Grosse quantità di alimento necessitano un tempo di cottura più lungo nei confronti delle piccole quantità.
- Scuotere gli alimenti di minori dimensioni durante il processo di cottura contribuisce a rendere più uniforme la cottura dei singoli pezzi.
- Aggiunga un po' d'olio alle patate crude per renderle più croccanti. Quando si aggiunge olio lo faccia subito prima di iniziare il processo di cottura ed a piccoli cucchiaini. L'apparecchio è anche in grado di cucinare piatti normalmente elaborati al forno.
- L'apparecchio è adatto al riscaldamento degli alimenti. Imposti la temperatura desiderata.



Manutenzione

- 1 | Pulisca il dispositivo 739N241121SC dopo ogni utilizzo.
- 2 | Stacchi il dispositivo 739N241121SC dalla corrente.
- 3 | Rimuova il cestello da frittura del dispositivo 739N241121SC per farlo raffreddare più rapidamente. Quando sarà freddo utilizzi una spazzola di pulizia per eliminare i resti di alimenti.
- 4 | Utilizzi uno straccio umido per pulire il resto delle parti interne ed esterne del dispositivo 739N241121SC.
- 5 | Lavi ulteriormente il cassetto esterno e il cestello da frittura con acqua calda, detersivo e una spugna non abrasiva. Li sciacqui con acqua pulita e faccia asciugare all'aria. Entrambi questi componenti possono anche essere lavati nella lavastoviglie.
- 6 | L'operazione di pulizia è finalizzata.

Risoluzione dei problemi

Malfunzionamenti e risoluzione dei problemi

Problema	Cause possibili	Soluzioni
La friggitrice non funziona.	1. La presa del prodotto non è collegata alla corrente.	1. Colleghi la presa alla corrente elettrica.
	2. Non si riesce a configurare il timer	2. Prema il tasto di accensione e in seguito selezioni l'alimento da cucinare.
Gli ingredienti inseriti nella friggitrice non sono fritti abbastanza.	1. Più quantità di ingredienti dei consigliati nel cestello da frittura.	1. Metta meno quantità di ingredienti nel cestello da frittura. Le quantità più piccole rendono la cottura degli alimenti più omogenea.
	2. La temperatura di cottura è troppo bassa.	2. Aumenti la temperatura di cottura sullo schermo digitale.
	3. Il tempo di cottura è troppo corto.	3. Aumenti il tempo di cottura sullo schermo digitale.
Gli ingredienti inseriti nella friggitrice non sono cotti abbastanza.	Per la realizzazione di specifiche ricette gli ingredienti devono essere mescolati durante la cottura per renderla più omogenea.	In ricette di molteplici ingredienti dove questi possono rimanere nella parte superiore dell'apparecchio o incollarsi fra di loro, è necessario che siano ulteriormente mescolati per una cottura omogenea.

Problema	Cause possibili	Soluzioni
L'alimento fritto non è croccante abbastanza	La temperatura di cottura è troppo bassa.	Può aggiungere un po' d'olio prima di friggere gli ingredienti per renderli più croccanti.
Esce del fumo dalla friggitrice	1. Si sta cucinando una ricetta con un alto contenuto d'olio.	1. Durante la cottura di ingredienti con un contenuto d'olio relativamente alto, verrà emessa una gran quantità di vapori che fanno aumentare la temperatura, generando fumo bianco. Questa circostanza non ha nessuna influenza sulla cottura finale.
	2. Vi sono rimasti residui dall'ultimo utilizzo del cestello da frittura.	2. Si assicuri di pulire la friggitrice dopo ogni utilizzo.
Le patatine fritte non si friggono uniformemente.	È possibile che le patate fossero ancora bagnate quando introdotte nel cestello da frittura.	Utilizzi delle patate fresche e si assicuri che non siano bagnate prima di introdurle nel cestello.
Le patatine fritte non sono croccanti abbastanza.	<ol style="list-style-type: none"> È possibile che le patate fossero ancora bagnate quando introdotte nel cestello da frittura. È possibile che la quantità di ingredienti introdotta nel cestello fosse eccessiva. Più ingredienti nel cestello per friggere che ideali. 	<ol style="list-style-type: none"> Utilizzi delle patate fresche e si assicuri che non siano bagnate prima di introdurle nel cestello. Tagli più piccoli gli spicchi di patata, per renderli più leggeri e croccanti. Aggiunga una piccola quantità d'olio per rendere le patate più leggere e croccanti.



Specifiche tecniche

Potenza: 1800w.

Tensione elettrica: 220-240 V / 60Hz.

Capacità: 7,7 litri.

Schermo digitale touchscreen.

Range di temperatura: 80 a 200 °C. (176 a 392 °F).

Protezione da surriscaldamento.

Maniglia tattile con antishock.

Garanzia

PERIODO DELLA GARANZIA

1. Se il prodotto manifesta un malfunzionamento compreso nella "tabella di malfunzionamenti della friggitrice digitale ad aria" entro sette giorni dall'acquisto, dovutamente diagnosticato dalla squadra di assistenza post-vendita, sarà fornito un servizio di sostituzione gratuita.
2. Se il prodotto manifesta un malfunzionamento compreso nella "tabella di malfunzionamenti della friggitrice digitale ad aria" entro 8-15 giorni dall'acquisto, dovutamente diagnosticato dalla squadra di assistenza post-vendita, sarà fornito un servizio di sostituzione.
3. Se il prodotto manifesta un malfunzionamento compreso nella "tabella di malfunzionamenti della friggitrice digitale ad aria" entro 24 mesi dall'acquisto, dovutamente diagnosticato dalla squadra di assistenza post-vendita, sarà fornito un servizio di manutenzione gratuita.



GARANZIA

Attenzione: per usufruire della garanzia, l'imballaggio così come la scatola di trasporto devono essere preservati per almeno 30 giorni dalla data di acquisto.

TABELLA DI MALFUNZIONAMENTI DELLA FRIGGITRICE DIGITALE AD ARIA 739N241121SC

Elemento	Malfunzionamento
Friggitrice digitale ad aria	Le funzioni stabilite sulle specifiche tecniche sono invalide.
	La friggitrice non si accende.
	La temperatura di cottura è scarsa, debole o inesistente.

CLAUSOLA DI GARANZIA: La garanzia non comprende

1. Manutenzione non autorizzata da ABANTERA, uso improprio, collisione, negligenza, abuso, introduzione di liquidi, incidenti, modifiche, uso improprio degli accessori, strappo e alterazioni dell'etichetta.
2. Danni per causa di forza maggiore: sbalzi di tensione, inondazioni, mancanza di ventilazione, umidità e fonti di calore.
3. Malfunzionamenti causati dalla manipolazione del prodotto da parte di personale non autorizzato, così come l'utilizzo di accessori non originali.



Sicurezza, negligenze e perdita della garanzia

- Prima di utilizzare il dispositivo 739N241121SC legga attentamente queste istruzioni e le conservi per eventuali riferimenti futuri.
- Prima di collegare l'apparecchio verifichi che la tensione riportata sulla spina corrisponda alla tensione disponibile.
- Non utilizzi la friggitrice all'aperto o in ambienti inadeguati, il che potrebbe essere rischioso e compromettere il corretto funzionamento dell'apparecchio.
- Se la friggitrice è danneggiata, ha subito una caduta o rileva qualsiasi difetto, la stacchi dalla corrente e non la utilizzi.
- Per eventuali controlli o riparazioni del dispositivo 739N241121SC rivolgersi esclusivamente al personale autorizzato da ABANTERA. Una riparazione inadeguata o eseguita da personale non qualificato potrebbe comportare gravi danni all'apparecchio o all'utente.
- Non collochi la friggitrice direttamente sul pavimento o in prossimità di radiatori di riscaldamento o ogni tipo di sorgente di calore.
- Non tocchi mai l'apparecchio mentre è in funzione né subito dopo l'utilizzo. Farlo potrebbe causare gravi bruciature all'utente.
- Posizioni l'apparecchio su una superficie piatta dove non possa ribaltarsi con facilità.
- Non utilizzi la friggitrice a meno che non sia completamente montata.
- Si assicuri di non coprire il cavo di alimentazione con tappeti.
- Non operi il dispositivo 739N241121SC in presenza di vapori infiammabili, né utilizzi prodotti chimici per la sua pulizia.
- Non coprire le aperture di circolazione dell'aria mentre l'apparecchio è in funzione né consenta l'entrata di materiale estraneo in queste, il che potrebbe causare gravi danni al dispositivo.
- Non esporre l'apparecchio alla pioggia e non utilizzarlo in prossimità all'acqua o in ambienti umidi come bagni.
- Non si sieda né collochi oggetti di nessun tipo sopra l'apparecchio.
- Non collochi il dispositivo contro una parete o un altro apparecchio. Lasci almeno 10 cm di spazio libero in tutte le direzioni.
- Questo apparecchio è stato progettato per il normale uso domestico. È vietato l'utilizzo del dispositivo 739N241121SC in un contesto professionale o semiprofessionale.



DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

Dichiarazione di conformità

IL DISPOSITIVO VANTA LE SEGUENTI CERTIFICAZIONI
DI MASSIMA QUALITÀ A LIVELLO INTERNAZIONALE:





MANUAL DO UTILIZADOR

Índice

Parte 1

Peças e componentes	60
Instalação	63
Funcionamento	64
Limpeza e manutenção	67

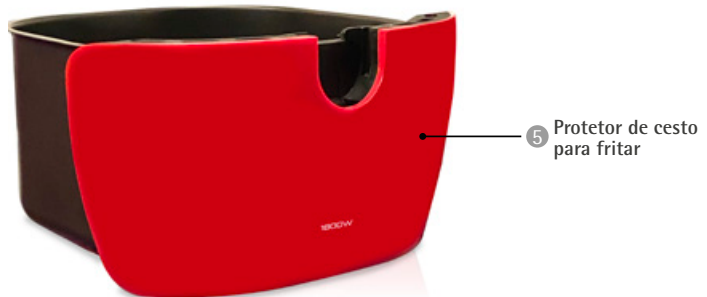
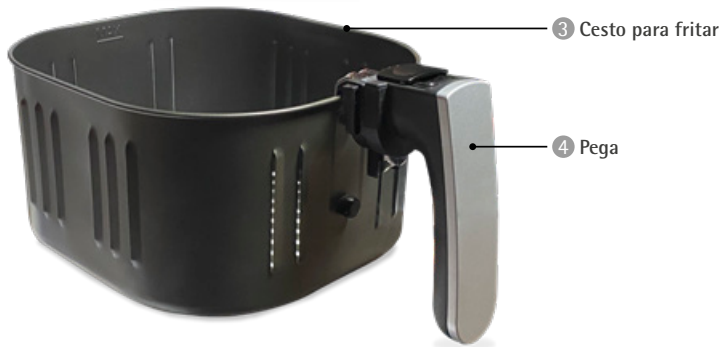
Parte 2

Resolução de problemas	68
Características técnicas	70
Garantia	70
Segurança, negligência e perda de garantia	72
Declaração de certificados	73

Peças e componentes



PEÇAS E COMPONENTES





- 1 Entrada de ar
- 2 Ecrã digital e tátil
- 3 Cesto para fritar
- 4 Pega
- 5 Protetor de cesto para fritar
- 6 Saída de ar



Leia o manual de instruções antes de utilizar este produto e guarde-o para futuras consultas.



Instalação

- 1 | Retire a unidade 739N2411215C da embalagem. Verifique se falta alguma peça e se existem danos causados pelo transporte. As peças defeituosas devem ser imediatamente substituídas.
- 2 | Posicione a unidade na vertical numa superfície nivelada.
- 3 | Limpe cuidadosamente o protetor do cesto de fritar e o próprio cesto de fritar com água quente, detergente de loiça e uma esponja não abrasiva. Qualquer um dos componentes pode ser lavado na máquina de lavar loiça.
- 4 | Limpe cuidadosamente com um pano húmido as restantes partes da unidade 739N2411215C por dentro e por fora.
- 5 | Coloque a unidade numa superfície uniforme, estável e resistente ao calor.
- 6 | Não coloque nem deposite objetos em cima da unidade 739N2411215C, pois isso pode obstruir ou tapar a entrada de ar limpo e fazer com que a unidade não funcione.
- 7 | Ligue o cabo de alimentação à tomada.
- 8 | A unidade está pronta a funcionar.

Funcionamento

INFORMAÇÕES SOBRE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE 739N2411215C

- 1 Ligue a unidade a uma tomada com ligação à terra. Para pré-aquecer, carregue no botão para ligar.
- 2 Carregue nos botões para aumentar ou diminuir a temperatura para poder configurar a temperatura de cozedura.
- 3 Carregue no botão de tempo para iniciar o tempo de pré-aquecimento de 3 minutos. Uma vez finalizado o ciclo de pré-aquecimento, retire com cuidado o cesto do aparelho e coloque dentro os ingredientes.



ATENÇÃO

É importante realizar um pré-aquecimento da unidade, antes de colocar os ingredientes.

- 4 Não toque no cesto diretamente para evitar possíveis queimaduras.
- 5 Carregue no botão para ligar, introduza o tempo e a temperatura adequados para os ingredientes a cozinhar.
- 6 O temporizador emite cinco apitadelas quando tenha passado o tempo de cozedura introduzido. Retire o cesto do aparelho e coloque-o numa superfície resistente ao calor.
- 7 Se os alimentos estiverem completamente cozinhados, utilize uma pinça para retirá-los e assim evitar queimar-se.



ATENÇÃO

Não coloque o protetor do cesto para fritar voltado para baixo, uma vez que qualquer excesso de óleo acumulado no fundo do mesmo acabará por ser derramado sobre os ingredientes.

- 8 | Se os alimentos não estiverem completamente cozinhados, basta deslizar o protetor do cesto de fritar novamente para o interior do aparelho e acrescentar alguns minutos ao tempo de cozedura.
- 9 | O aparelho está preparado para cozinhar de forma contínua.

FUNCIONAMENTO DO PAINEL DE CONTROLO DIGITAL

- 1 | **Botão para ligar**
Após colocar corretamente o protetor do cesto para fritar e o próprio cesto para fritar na unidade 739N2411215C, o painel de controlo fica iluminado. Ao carregar uma vez no botão para ligar, a unidade é configurada para uma temperatura de cozedura pré-determinada de 188 °C (370,4 °F) e um tempo de cozedura de 15 minutos. Ao carregar no botão para ligar uma segunda vez, inicia-se o processo de cozedura, e ao carregar no botão para ligar durante o ciclo de cozedura, a unidade 739N2411215C desliga-se.



- 2 | **Predefinições de cozedura**
Carregue nos botões de predefinições para escolher entre dez predefinições de cozedura. Consulte a Tabela de predefinições para conhecer os tempos de cozedura e as temperaturas associadas a cada predefinição.
- 3 | **Botões de controlo de temperatura**
Os símbolos + e - permitem-lhe aumentar ou diminuir a temperatura de cozedura 12,2 °C (10 °F). Manter premido um dos botões permite-lhe alterar rapidamente a temperatura. Alcance do controlo de temperatura: 82 °C – 204 °C (180 °F – 400 °F).



ATENÇÃO

As luzes de funcionamento no painel de controlo ficam acesas quando o ciclo de cozedura é iniciado e permanecem acesas até 20 segundos após ter sido completado.

4 | Botões de controlo do temporizador








Os símbolos + e - permitem-lhe aumentar ou diminuir o tempo de cozedura em intervalos de 1 minuto. Manter premido um dos botões permite-lhe alterar rapidamente o tempo de cozedura. O alcance de controlo de tempo é de 1 a 60 minutos.

5 | Ecrã de tempo e temperatura

Este ecrã mantém um registo da temperatura e do tempo de cozedura restante.

PREDEFINIÇÕES DO MENU DE RECEITAS NO PAINEL DE CONTROLO DIGITAL

Depois de se familiarizar com o aparelho, poderá querer experimentar com as suas próprias receitas. Basta escolher o tempo e a temperatura mais adequados aos seus gostos pessoais.

Menu		Peso de la comida en (g)	Temperatura	Hora
	Batatas fritas	500	200 °C (392 °F)	20 minutos
	Frango	800 (10-13 peças)	180 °C (356 °F)	25 minutos
	Marisco	200	160 °C (320 °F)	20 minutos
	Pastelaria	600 (8-10 peças)	160 °C (320 °F)	40 minutos
	Carnes	450 (3-5 peças)	160 °C (320 °F)	20 minutos
	Peixes	250	180 °C (356 °F)	20 minutos
	Assados	400	180 °C (356 °F)	15 minutos



RECOMENDAÇÕES

- Os alimentos mais pequenos exigem normalmente um tempo de cozedura sensivelmente mais curto do que os alimentos maiores.
- Grandes quantidades de alimentos exigem um tempo de cozedura mais prolongado do que quantidades mais pequenas.
- Mexer os alimentos de menor tamanho durante o processo de cozedura garante que todas as peças são fritas de maneira uniforme.
- É recomendável acrescentar um pouco de óleo às batatas cruas para obter um resultado mais crocante. Quando acrescentar óleo, faça-o logo antes de cozinhar e com colheradas pequenas. Esta unidade também pode cozinhar receitas normalmente cozinhadas num forno.
- Pode utilizar este aparelho para reaquecer alimentos, bastando para tal determinar a temperatura.



Limpeza e manutenção

- 1 | Limpe a unidade 739N2411215C após cada utilização.
- 2 | Desligue a unidade 739N2411215C da tomada.
- 3 | Retire o cesto de fritar da unidade 739N2411215C para que arrefeça mais rapidamente. Uma vez arrefecido, utilize uma escova de limpeza para eliminar os restos de comida.
- 4 | Utilize um pano húmido para limpar as restantes partes interiores e exteriores da unidade 739N2411215C.
- 5 | Uma vez arrefecidos, limpe com detergente de loiça, água quente e uma esponja não abrasiva o protetor do cesto de fritar e o próprio cesto de fritar. Limpe as duas peças com água limpa e deixe-as a secar ao ar livre. Qualquer um dos componentes pode ser lavado na máquina de lavar loiça.
- 6 | O processo de limpeza ficou concluído.

Resolução de problemas

Mau funcionamento e resolução de problemas

Problema	Possíveis Causas	Soluções
A fritadeira não funciona.	1. A ficha do produto não está ligada à tomada.	1. Introduza a ficha na tomada adequada.
	2. Não consigo configurar o temporizador.	2. Carregue no botão para ligar e em seguida no botão do tipo de alimento a cozinhar.
Os ingredientes das receitas cozinhadas na fritadeira não estão suficientemente fritos.	1. Mais quantidade de ingredientes no cesto para fritar do que o ideal.	1. Coloque menos quantidade de cada um dos ingredientes no cesto para fritar. Em quantidades mais pequenas, a cozedura dos ingredientes será mais homogénea.
	2. A temperatura de aquecimento prolongado é demasiado baixa.	2. Aumente a temperatura de cozedura no ecrã digital para estabelecer a temperatura pretendida.
	3. O tempo de cozedura é demasiado curto.	3. Aumente o tempo de cozedura no temporizador do ecrã digital até estabelecer o tempo de cozedura pretendido.
Os ingredientes das receitas preparadas na fritadeira não estão suficientemente cozinhados.	Alguns ingredientes de algumas das receitas devem ser mexidos durante o processo de cozedura para ficarem cozinhados de maneira homogénea.	Se alguns ingredientes das receitas estiverem na parte superior, ou ficarem colados a outros ingredientes da mesma receita, os mesmos devem ser mexidos durante o processo de cozedura para serem cozinhados de maneira homogénea.

Problema	Possíveis Causas	Soluções
O ingrediente frito retirado da fritadeira não está crocante.	A temperatura de aquecimento prolongado é demasiado baixa.	Pode acrescentar um pouco de óleo aos ingredientes antes de os fritar, para ficarem mais crocantes.
Sai fumo branco da fritadeira.	1. Está a cozinhar ingredientes de receitas com um elevado conteúdo de óleo.	1. Quando cozinhar ingredientes de receitas com um conteúdo de óleo relativamente elevado, uma grande quantidade de vapores de óleo ficará infiltrada no cesto para fritar e poderá ficar mais quente do que o normal, expelindo fumo branco. Tal não afeta a cozedura final.
	2. Ainda há restos de comida da última vez que foi utilizado o cesto para fritar.	2. Certifique-se de que limpa a fritadeira após cada utilização.
As batatas fritas frescas não ficam fritas de maneira uniforme no interior da fritadeira.	É provável que tenha introduzido as batatas ainda molhadas no cesto para fritar.	Utilize batatas frescas e certifique-se de que não estão húmidas antes de as introduzir no cesto para fritar.
As batatas fritas não apresentam um grau crocante de qualidade.	<ol style="list-style-type: none"> 1. É provável que tenha introduzido as batatas ainda molhadas no cesto para fritar. 2. É provável que os gomos das batatas sejam demasiado grandes. 3. Mais quantidade de ingredientes no cesto para fritar do que o ideal. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utilize batatas frescas e certifique-se de que não estão húmidas antes de as introduzir no cesto para fritar. 2. Ao cortar as batatas em gomos, corte-as num tamanho mais pequeno, o que pode torná-las mais leves e crocantes. 3. As batatas fritas podem tornar-se mais leves e crocantes se se acrescentar uma pequena quantidade de óleo.



Características técnicas

Potência: 1800w.

Voltagem: 220-240 V / 60Hz.

Capacidade: 7,7 litros.

Ecrã digital e tátil.

Controlo de temperatura: 80 a 200 °C. (176 a 392 °F).

Proteção contra sobreaquecimento.

Pega tátil fresca com antichoque.

Garantia

PERÍODO DE GARANTIA

1. Se o produto apresentar alguma falha de desempenho estabelecida na "tabela de falhas de funcionamento da fritadeira" no prazo de 7 dias a partir da data de compra, e após comprovação e diagnóstico por parte do "centro de pós-venda inteligente", será disponibilizado um serviço de troca ou substituição gratuita.
2. Se o produto apresentar alguma falha de desempenho estabelecida na "tabela de falhas de funcionamento da fritadeira" no prazo de 8-15 a partir da data de compra, e após comprovação e diagnóstico por parte do "centro de pós-venda inteligente", será disponibilizado um serviço de troca ou substituição.
3. Se o produto apresentar algum erro de desempenho estabelecido na "tabela de falhas de funcionamento da fritadeira" no prazo 24 meses a partir da data de compra, e após comprovação e diagnóstico por parte do "centro de pós-venda inteligente", será disponibilizado um serviço de manutenção gratuita.



GARANTIA

Lembre-se: para utilizar a garantia, a embalagem do equipamento, tal como a caixa de transporte deve ser conservada durante um período de pelo menos 30 dias a partir da data de compra.

TABELA DE FALHAS DE FUNCIONAMENTO DA FRITADEIRA DE AR DIGITAL 739N241121SC

Designação	Falha de desempenho
Fritadeira de ar digital	As funções estabelecidas na especificação são inválidas.
	Não é possível iniciar a fritadeira.
	A temperatura de cozedura é baixa, fraca ou inexistente.

CLÁUSULA DE NÃO GARANTIA

1. Manutenção não autorizada por ABANTERA, utilização indevida, colisão, negligência, abuso, introdução de líquido, acidente, alteração, utilização incorreta de outros acessórios, quebra e modificação da etiqueta.
2. Danos causados por força maior, picos de corrente, inundações, falta de ventilação, humidade e fontes de calor.
3. Falhas de desempenho causadas pela manipulação do produto por pessoal não autorizado, bem como a utilização de qualquer acessório não original.



Segurança, negligência e perda de garantia

- Leia este manual de instruções antes de utilizar a unidade 739N241121SC e guarde-o num lugar seguro para futuras consultas.
- Ligue a unidade exclusivamente à corrente alternada com voltagem em conformidade com a etiqueta de classificação.
- Não utilize a fritadeira de ar digital em espaços exteriores ou locais inapropriados, pois pode ser perigoso e causar danos graves na unidade.
- Se a unidade apresentar algum tipo de dano, se tiver caído ao chão ou apresentar alguma falha, desligue-a da tomada e não volte a utilizá-la.
- As reparações da unidade 739N241121S, devem ser realizadas exclusivamente por pessoal qualificado ou autorizado por ABANTERA. Um trabalho de reparação inadequado ou realizado por pessoal não autorizado pode constituir um perigo significativo para a unidade ou para o utilizador.
- Não coloque a fritadeira de ar digital diretamente no chão, perto de um radiador de aquecimento ou de qualquer outra fonte de calor.
- Não toque no interior da fritadeira enquanto estiver a funcionar ou imediatamente após ter funcionado, pois tal poderá causar queimaduras graves no utilizador.
- Coloque a fritadeira de ar digital num lugar onde não se possa virar ao contrário com facilidade.
- Utilize a fritadeira de ar digital só quando a mesma estiver completamente montada.
- Não coloque o cabo de alimentação debaixo de tapetes e não utilize panos para o cobrir.
- Não utilize a unidade 739N241121S em lugares com gases ou vapores combustíveis e não utilize químicos para limpá-la.
- Não bloqueie as saídas ou entradas de ar. Evite a entrada de objetos estranhos na abertura de ventilação ou de escape, pois tal poderá causar graves danos na unidade.
- Não exponha a unidade à chuva, não a utilize perto de água, não a utilize em casas de banhos, lavatórios ou qualquer outro lugar húmido.
- Não se sente e não coloque qualquer tipo de objeto em cima da unidade.
- Nunca encoste a unidade à parede ou a outros produtos, pois deve existir pelo menos 10 centímetros de espaço livre em cada um dos seus lados.
- O produto destina-se exclusivamente a uma utilização doméstica normal, não sendo este modelo 739N241121SC um produto profissional ou semiprofissional.



Declaração de certificados

ESTE DISPOSITIVO CONTA COM AS SEGUINTE CERTIFICAÇÕES
DE MÁXIMA QUALIDADE A NÍVEL INTERNACIONAL





MANUEL D' EMPLOI

Index

Partie 1

Pièces et composants	75
Installation	78
Fonctionnement	79
Nettoyage et entretien	82

Partie 2

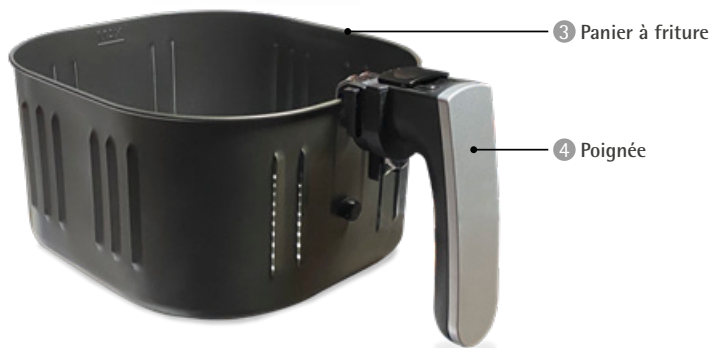
Résolution de problèmes	83
Spécifications techniques	85
Garantie	85
Sécurité, négligence et perte de garantie	87
Déclaration des certificats	88

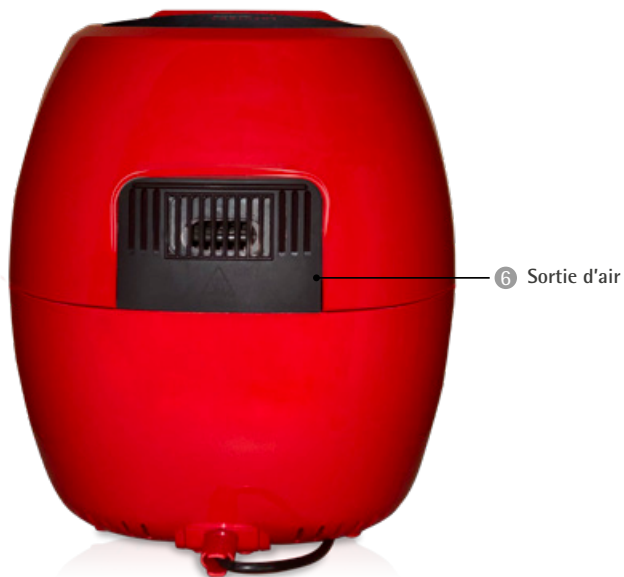


Pièces et composants



PIÈCES ET COMPOSANTS





- ① Entrée d'air
- ② Écran numérique et tactile
- ③ Panier à friture
- ④ Poignée
- ⑤ Protecteur de panier de friteuse
- ⑥ Sortie d'air



Avant d'utiliser ce produit, lisez le mode d'emploi et conservez la brochure pour vous y référer ultérieurement.



Installation

- 1 Retirez l'unité **739N2411215C** du conteneur. Vérifiez que la livraison est complète et qu'aucun dommage de transport n'est survenu. Les pièces défectueuses doivent être remplacées immédiatement.
- 2 Placez l'appareil verticalement sur une surface plane.
- 3 Nettoyez soigneusement le protecteur du panier à friture et le panier à friture lui-même avec de l'eau chaude, du détergent pour la vaisselle et une éponge non abrasive. Les deux composants peuvent être lavés au lave-vaisselle.
- 4 Essuyez soigneusement le reste des pièces de l'unité **739N2411215C** avec un chiffon humide à l'intérieur et à l'extérieur.
- 5 Placez l'appareil sur une surface plane, stable et résistante à la chaleur.
- 6 Ne placez pas, ou ne déposez pas d'objets sur le **739N2411215C**, car cela empêcherait ou bloquerait l'entrée d'air pur et l'appareil ne fonctionnerait pas.
- 7 Branchez le cordon d'alimentation à la prise de courant.
- 8 L'unité est maintenant prête à fonctionner.

Fonctionnement

INFORMATION SUR LE FONCTIONNEMENT DE L'UNITÉ 739N2411215C

- 1 | Branchez l'appareil sur une prise de courant avec mise à la terre. Pour préchauffer, appuyez sur le bouton de mise en marche.
- 2 | Appuyez sur les touches d'augmentation ou de diminution de la température pour régler la température de cuisson.
- 3 | Appuyez sur la touche de temps pour régler le temps de préchauffage à 3 minutes. Lorsque le cycle de préchauffage est terminé, retirez soigneusement le panier de l'appareil et placez-y les ingrédients.



ATTENTION

Il est important de préchauffer l'appareil avant d'y placer les ingrédients.

- 4 | Ne touchez pas directement le panier pour éviter d'éventuelles brûlures.
- 5 | Appuyez sur le bouton de mise en marche, réglez le temps et la température appropriés pour les ingrédients que vous cuisinez.
- 6 | Lorsque la minuterie émet cinq bips, le temps de cuisson programmé est écoulé. Retirez le panier de l'appareil et placez-le sur une surface résistante à la chaleur.
- 7 | Si la nourriture est entièrement cuite, utilisez des pinces pour l'enlever afin d'éviter de vous brûler.



ATTENTION

Ne retournez pas le protège-panier de la friteuse, car tout excès d'huile qui s'est accumulé au fond du panier se répandra sur les ingrédients.

- 8 | Si les aliments ne sont pas entièrement cuits, il suffit de glisser le couvercle du panier à frites dans l'appareil et d'ajouter quelques minutes au temps de cuisson.
- 9 | L'appareil est maintenant prêt pour la cuisson continue.

FONCTIONNEMENT DU PANNEAU DE CONTRÔLE NUMÉRIQUE

1 | Bouton de mise en marche

Une fois que le protecteur du panier à friteuse et le panier à friteuse lui-même sont correctement positionnés sur le 739N2411215C, le panneau de commande s'allume. En appuyant une fois sur le bouton de mise en marche, l'appareil se met en marche à une température de cuisson par défaut de 188 °C (370,4 °F) et un temps de cuisson de 15 minutes. En appuyant une seconde fois sur le bouton d'alimentation, le processus de cuisson démarre et en appuyant sur le bouton de mise en marche pendant le cycle de cuisson, le 739N2411215C s'éteint.



2 | Préréglages de la cuisson

Appuyez sur les touches de préréglage de la cuisson pour choisir parmi dix préréglages de cuisson. Consultez le tableau des préréglages pour connaître les temps et les températures de cuisson associés à chaque préréglage.

3 | Boutons de contrôle de la température

Les symboles + et - vous permettent d'augmenter ou de diminuer la température de cuisson de 12,2 °C (10 °F). En appuyant sur un bouton et en le maintenant enfoncé, la température change rapidement. Plage de contrôle de la température : 82 °C – 204 °C (180 °F – 400 °F).



ATTENTION

Les voyants de fonctionnement du panneau de commande s'allument lorsque le cycle de cuisson commence et restent allumés jusqu'à 20 secondes après la fin du cycle de cuisson.

4 | Boutons de contrôle de la minuterie






Les symboles + et - vous permettent d'augmenter ou de diminuer le temps de cuisson par intervalles de 1 minute. En appuyant sur le bouton et en le maintenant enfoncé, on modifie rapidement le temps de cuisson. La plage de contrôle du temps est de 1 à 60 minutes.

5 | Affichage de l'heure et de la température

Cet écran enregistre la température et le temps de cuisson restant.

PRÉRÉGLAGE DU MENU DES RECETTES SUR LE PANNEAU DE CONTRÔLE NUMÉRIQUE

Une fois que vous serez familiarisé avec l'appareil, vous voudrez peut-être expérimenter vos propres recettes. Il vous suffit de choisir l'heure et la température qui vous conviennent.

Menu		Poids des aliments en (g)	Température	Heure
	Frites	500	200 °C (392 °F)	20 minutes
	Poulet	800 (10-13 pièces)	180 °C (356 °F)	25 minutes
	Fruits de mer	200	160 °C (320 °F)	20 minutes
	Pâtisserie	600 (8-10 pièces)	160 °C (320 °F)	40 minutes
	Viandes	450 (3-5 pièces)	160 °C (320 °F)	20 minutes
	Poissons	250	180 °C (356 °F)	20 minutes
	Rôtis	400	180 °C (356 °F)	15 minutes



CONSEILS

- Les aliments plus petits nécessitent généralement un temps de cuisson légèrement plus court que les aliments plus gros.
- De grandes quantités d'aliments nécessitent un temps de cuisson plus long que de petites quantités.
- En secouant les petits aliments au milieu de la cuisson, on s'assure que tous les morceaux sont frits uniformément.
- Il est recommandé d'ajouter un peu d'huile aux pommes de terre crues pour obtenir un résultat plus croustillant. Lorsque vous ajoutez de l'huile, faites-le juste avant la cuisson et par petites cuillères. Cette unité peut également préparer des recettes qui sont normalement cuites au four.
- Vous pouvez utiliser cette unité pour réchauffer la nourriture. Il suffit de régler la température.



Nettoyage et entretien

- 1 | Nettoyez l'appareil 739N241121SC à chaque utilisation.
- 2 | Débranchez le 739N241121SC de la prise de courant.
- 3 | Retirez le panier à friture du 739N241121SC pour lui permettre de refroidir plus rapidement. Une fois qu'il est refroidi, utilisez une brosse de nettoyage pour enlever les résidus de nourriture.
- 4 | Utilisez un chiffon humide pour nettoyer le reste des parties intérieures et extérieures de l'unité 739N241121SC.
- 5 | Une fois refroidi, nettoyez avec du détergent à vaisselle, de l'eau chaude et une éponge non abrasive, le protecteur du panier à friture et le panier à friture lui-même. Rincez les deux parties avec de l'eau propre et laissez-les sécher à l'air libre. Les deux composants peuvent être lavés au lave-vaisselle.
- 6 | Le processus de nettoyage est maintenant terminé.

Résolution de problèmes

Dysfonctionnement et dépannage

Problème	Causes possibles	Solution
La friteuse ne fonctionne pas.	1. La fiche du produit n'est pas insérée dans la prise de courant.	1. Insérez la fiche dans la prise de courant appropriée.
	2. Je ne peux pas régler la minuterie.	2. Appuyez sur le bouton de mise en marche, puis sur le bouton correspondant au type d'aliment à cuire.
Les ingrédients des recettes cuites dans la friteuse ne sont pas suffisamment cuits.	1. Plus que la bonne quantité d'ingrédients dans le panier à friture.	1. Placez une quantité moindre de chaque ingrédient dans le panier à friture. De plus petites quantités permettent de cuire les ingrédients de manière plus homogène.
	2. La température de chauffage prolongée est trop basse.	2. Augmentez la température de cuisson sur l'écran numérique pour régler la température requise.
	3. Le temps de cuisson est trop court.	3. Augmentez le temps de cuisson sur la minuterie de l'écran numérique pour régler le temps de cuisson requis.
Les ingrédients des recettes cuites dans la friteuse ne sont pas suffisamment cuits.	Certains ingrédients de certaines recettes doivent être déplacés pendant la cuisson afin d'obtenir une cuisson uniforme.	Si certains ingrédients des recettes sont sur le dessus ou collent avec d'autres ingrédients de la même recette, ils doivent être déplacés pendant la cuisson pour être cuits uniformément.

Problème	Causes possibles	Solution
L'ingrédient frit qui sort de la friteuse n'est pas croustillant.	La température de chauffage prolongée est trop basse.	Vous pouvez ajouter un peu d'huile aux ingrédients avant de les faire frire pour les rendre plus croustillants.
De la fumée blanche sort de la friteuse.	1. Vous cuisinez des ingrédients issus de recettes à forte teneur en huile.	1. Lors de la cuisson d'ingrédients dans des recettes à teneur relativement élevée en huile, une grande quantité de vapeurs d'huile se gonflent dans le panier à friture et peuvent être plus chaudes que la normale, expulsant la fumée blanche. Cela n'affecte pas l'effet de cuisson.
	2. Il reste des résidus de nourriture de la dernière fois que le panier à friture a été utilisé.	2. Veillez à nettoyer la friteuse chaque fois que vous l'utilisez.
Les frites fraîches ne sont pas frites uniformément à l'intérieur de la friteuse.	Vous avez peut-être mis les pommes de terre encore humides dans le panier à friture.	Utilisez des pommes de terre fraîches et veillez à ce qu'elles ne soient pas mouillées avant de les mettre dans le panier à friture.
Les frites ne sont pas assez croustillantes.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vous avez peut-être mis les pommes de terre encore humides dans le panier à friture. 2. La taille des segments de pommes de terre peut être trop grande. 3. Plus que la bonne quantité d'ingrédients dans le panier à frites. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utilisez des pommes de terre fraîches et veillez à ce qu'elles ne soient pas mouillées avant de les mettre dans le panier à friture. 2. En coupant les pommes de terre en segments le faire dans une taille plus petite, ils peuvent être rendus plus légers et plus croquants. 3. Les frites peuvent être rendues plus légères et plus croustillantes en ajoutant une petite quantité d'huile.



Spécifications techniques

Puissance : 1800 w.

Tension : 220-240 V / 60Hz.

Capacité : 7,7 litres.

Écran numérique et tactile.

Contrôle de la température : 80 à 200 °C. (176 à 392 °F).

Protection contre la surchauffe.

Poignée à toucher fraîche avec antichoc.

Garantie

PÉRIODE DE GARANTIE

1. Si le produit présente un défaut de performance comme indiqué dans le « Tableau des défauts de performance des friteuses à air numérique » dans les 7 jours suivant l'achat et après vérification et diagnostic par le « Centre d'après-vente intelligent », un service d'échange ou de remplacement sera fourni gratuitement.
2. Si le produit présente un défaut de performance comme indiqué dans le « Tableau des défauts de performance des friteuses à air numérique » dans les 8 à 15 jours suivant l'achat et après vérification et diagnostic par le « Centre d'après-vente intelligent », un service d'échange ou de remplacement sera fourni.
3. Si le produit présente un défaut de performance comme indiqué dans le « Tableau des défauts de performance des friteuses à air numérique » dans les 24 mois suivant l'achat et après vérification et diagnostic par le « Centre d'après-vente intelligent », un service de maintenance sera fourni gratuitement.



GARANTIE

Rappel: pour bénéficier de la garantie, la boîte d'emballage ainsi que la boîte de transport doivent être conservées pendant au moins 30 jours à compter de la date d'achat.

TABLEAU DES DÉFAUTS DE PERFORMANCE DES FRITEUSES À AIR NUMÉRIQUE 739N241121SC

Numéro	Défaillance des performances
Friteuse à air numérique	Les fonctions énoncées dans la spécification ne sont pas valables.
	La friteuse ne peut pas être mise en marche.
	La température de cuisson est faible ou inexistante.

CLAUSE DE NON-GARANTIE

1. Entretien non autorisé par ABANTERA, abus, collision, négligence, abus, insertion de liquide, accident, altération, abus d'autres accessoires, bris et altération de l'étiquette.
2. Dommages causés par des cas de force majeure, des surtensions, des inondations, un manque de ventilation, d'humidité et de sources de chaleur.
3. Les défauts de performance causés par la manipulation du produit par du personnel non autorisé, ainsi que par l'utilisation de tout accessoire qui n'est pas d'origine.

Sécurité, négligence et perte de garantie

- Avant d'utiliser l'appareil 739N241121SC, lisez ce manuel d'utilisation et conservez-le dans un endroit sûr pour toute référence ultérieure.
- Branchez l'appareil sur le secteur uniquement avec la tension indiquée sur l'étiquette.
- N'utilisez pas la friteuse à l'extérieur ou dans des pièces inadéquates, car cela peut être dangereux et causer de sérieux dommages à l'appareil.
- Si l'appareil est endommagé de quelque manière que ce soit, ou s'il est tombé ou a été endommagé de quelque manière que ce soit, débranchez-le de l'alimentation électrique et ne l'utilisez plus.
- L'entretien de l'unité 739N241121SC ne doit être effectué que par du personnel qualifié ou par des personnes autorisées par ABANTERA. Des réparations incorrectes ou des travaux effectués par du personnel non autorisé peuvent entraîner un danger considérable pour l'appareil ou l'utilisateur.
- Ne placez pas la friteuse numérique directement sur le sol, à côté d'un radiateur ou de tout autre point chaud.
- Ne touchez pas l'intérieur de la friteuse pendant qu'elle fonctionne ou immédiatement après son utilisation, sinon l'utilisateur risque de se brûler gravement.
- Placez la friteuse numérique dans un endroit où elle ne peut pas être facilement renversée.
- N'utilisez la friteuse numérique que lorsqu'elle est entièrement assemblée.
- Ne placez pas le cordon d'alimentation sous les tapis et ne les couvrez pas avec des nattes.
- N'utilisez pas l'appareil 739N241121SC en présence de gaz ou de vapeurs combustibles ni n'utilisez de produits chimiques pour le nettoyage.
- Ne bloquez pas les entrées ou les sorties d'air et ne laissez pas de corps étrangers pénétrer dans l'ouverture de ventilation ou d'évacuation, car cela endommagerait gravement l'appareil.
- N'exposez pas l'appareil à la pluie, ne l'utilisez pas près de l'eau, ne l'utilisez pas dans les salles de bain, les éviers ou tout autre endroit humide.
- Ne vous asseyez pas et ne posez pas d'objets de quelque nature que ce soit sur l'appareil.
- Ne placez jamais l'appareil contre un mur ou d'autres produits, car il doit y avoir au moins 10 centimètres d'espace libre dans chacune de ses parties.
- Le produit est limité à un usage domestique normal, ce modèle 739N241121SC n'est pas un produit professionnel ou semi-professionnel.



DÉCLARATION DES CERTIFICATS

Déclaration des certificats

CET APPAREIL POSSÈDE LES CERTIFICATIONS INTERNATIONALES
DE HAUTE QUALITÉ SUIVANTES





GEBRAUCHSANWEISUNG

Index

Teil 1

Teile und Komponenten	90
Installation	93
Bedienungsanleitung	94
Reinigung und Wartung	97

Teil 2

Fehlerbehebung	98
Technische Angaben	100
Garantie	100
Sicherheit, Fahrlässigkeit und Garantieverlust	102
Erteilte Zertifikate	103

Teile und Komponenten



TEILE UND KOMPONENTEN





- ① Lufteinlass
- ② Digitale Touchscreen
- ③ Frittierkorb
- ④ Griff
- ⑤ Frittierkorb Schutz
- ⑥ Luftauslass



Lesen Sie vor dem Gebrauch dieses Produkts die Bedienungsanleitung und bewahren Sie sie für späteres Nachschlagen auf.

Installation

- 1 | Entfernen Sie die Einheit **739N241121SC** aus dem Behälter. Überprüfen Sie, ob die Lieferung vollständig ist und keine Transportschäden aufgetreten sind. Defekte Teile müssen sofort ersetzt werden.
- 2 | Stellen Sie das Gerät senkrecht auf eine ebene Fläche.
- 3 | Reinigen Sie den Frittierkorbschutz und den Frittierkorb selbst gründlich mit heißem Wasser, Geschirrspülmittel und einem nicht scheuernden Schwamm. Beide Komponenten sind spülmaschinenfest.
- 4 | Die übrigen Teile des **739N241121SC** gründlich mit einem feuchten Tuch intern und extern abwischen.
- 5 | Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile und hitzebeständige Oberfläche.
- 6 | Stellen oder legen Sie niemals etwas auf der Einheit **739N241121SC** ab. Dies würde den Einlass von sauberer Luft verhindern oder blockieren, und die Einheit wäre nicht funktionsfähig.
- 7 | Schließen Sie die Stromversorgung an den Netzanschluss an.
- 8 | Das Gerät ist betriebsbereit.

Bedienungsanleitung

INFORMATION ÜBER DEN BETRIEB DER EINHEIT 739N2411215C

- 1 Schließen Sie das Gerät an eine geerdete Steckdose an. Um vorzuheizen, drücken Sie die Einschalttaste.
- 2 Um die Kochtemperatur einzustellen, drücken Sie die Tasten zum Erhöhen oder Verringern der Temperatur.
- 3 Drücken Sie die Zeit-Taste, um die Vorwärmzeit auf 3 Minuten einzustellen. Wenn der Vorwärmzyklus abgeschlossen ist, nehmen Sie den Korb vorsichtig aus dem Gerät und legen Sie die Zutaten hinein.



ACHTUNG

Es ist wichtig, das Gerät vor dem Einfüllen der Zutaten vorzuwärmen.

- 4 Berühren Sie den Korb nicht direkt, um mögliche Verbrennungen zu vermeiden.
- 5 Drücken Sie die Einschalttaste, stellen Sie die geeignete Zeit und Temperatur für die Zutaten, die Sie kochen, ein.
- 6 Wenn der Timer fünf Mal piept, ist die eingestellte Garzeit abgelaufen. Nehmen Sie den Korb aus dem Gerät und stellen Sie ihn auf eine hitzebeständige Oberfläche.
- 7 Wenn die Lebensmittel vollständig gekocht sind, entfernen Sie sie mit einer Zange, um sich nicht zu verbrennen.



ACHTUNG

Stellen Sie den Frittierkorb – Schutz nicht auf den Kopf, denn das überschüssige Öl, das sich am Boden des Korbes angesammelt hat, könnte über den Zutaten verschüttet werden.

- 8 | Wenn das Essen nicht vollständig gekocht ist, schieben Sie einfach den Deckel des Frittierkorbs zurück in das Gerät und verlängern Sie die Garzeit um einige Minuten.
- 9 | Das Gerät ist für häufigen Gebrauch vorbereitet.

FUNKTIONSWEISE DER DIGITALEN TOUCHSCREEN

- 1 | **Ein/Aus Taste**
Wenn der Frittierkorbschutz und der Frittierkorb selbst richtig auf dem **739N241121SC** positioniert sind, leuchtet das Bedienfeld auf. Durch einmaliges Drücken der Einschalttaste wird das Gerät auf eine Standard-Gartemperatur von 188 °C (370,4 °F) und eine Garzeit von 15 Minuten eingestellt. Durch erneutes Drücken der Einschalttaste wird der Kochvorgang gestartet und durch Drücken der Einschalttaste während des Kochzyklus wird der **739N241121SC** ausgeschaltet.



- 2 | **Kochvoreinstellungen**
Drücken Sie die Voreinstellungsknöpfe, um aus zehn Voreinstellungen für das Kochen zu wählen. Sehen Sie sich die Voreinstellungstabelle an, um die entsprechenden Garzeiten und Temperaturen zu erfahren.
- 3 | **Tasten zur Temperatursteuerung**
Mit den Symbolen + und - können Sie die Kochtemperatur um 12,2 °C (10 °F) erhöhen oder senken. Wenn Sie eine Taste gedrückt halten, ändert sich die Temperatur schnell. Temperaturregelbereich: 82 °C – 204 °C (180 °F – 400 °F).



ACHTUNG

Die Betriebsleuchten auf dem Bedienfeld leuchten zu Beginn des Kochzyklus auf und bleiben bis 20 Sekunden nach Abschluss des Kochzyklus eingeschaltet.

4 | Timer-Steuertasten








Mit den Symbolen + und - können Sie die Garzeit in 1-Minuten-Intervallen erhöhen oder verringern. Durch Drücken und Halten der Taste kann die Garzeit schnell geändert werden. Der Zeitkontrollbereich beträgt 1 bis 60 Minuten.

5 | Zeit und Temperaturanzeige

Auf diesem Bildschirm werden die verbleibende Temperatur und Garzeit angezeigt.

VOREINSTELLUNG DES REZEPTMENÜS IN DER DIGITALEN TOUCHSCREEN

Sobald Sie mit dem Gerät vertraut sind, möchten Sie vielleicht mit Ihren eigenen Rezepten experimentieren. Wählen Sie einfach die Zeit und Temperatur, die Ihrem persönlichen Geschmack entspricht.

Speisekarte		Lebensmittelgewicht in (g)	Temperatur	Zeit
	Pommes frites	500	200 °C (392 °F)	20 Minuten
	Hähnchen	800 (10-13 Stück)	180 °C (356 °F)	25 Minuten
	Meeresfrüchte	200	160 °C (320 °F)	20 Minuten
	Gebäck	600 (8-10 Stück)	160 °C (320 °F)	40 Minuten
	Fleisch	450 (3-5 Stück)	160 °C (320 °F)	20 Minuten
	Fisch	250	180 °C (356 °F)	20 Minuten
	Braten	400	180 °C (356 °F)	15 Minuten



HINWEIS

- Kleinere Lebensmittel benötigen allgemein eine etwas kürzere Garzeit als größere Lebensmittel.
- Große Lebensmittelmengen erfordern eine längere Garzeit als kleinere Mengen.
- Wenn Sie kleinere Lebensmittel in der Mitte des Kochvorgangs schütteln, wird garantiert, dass alle Stücke gleichmäßig gebraten werden.
- Fügen Sie den rohen Kartoffeln ein wenig Öl hinzu, um ein knusprigeres Ergebnis zu erreichen. Fügen Sie das Öl kurz vor dem Kochen und in kleinen Löffeln hinzu. Dieses Gerät kann auch Rezepte kochen, die normalerweise in einem Ofen zubereitet werden.
- Mit diesem Gerät können Sie Lebensmittel aufwärmen. Sie müssen nur die entsprechende Temperatur einstellen.

Reinigung und Wartung

- 1 | Reinigen sie die Einheit 739N2411215C nach jedem Gebrauch.
- 2 | Ziehen Sie den Stecker des 739N2411215C aus der Steckdose.
- 3 | Nehmen Sie den Frittierkorb aus dem Gerät 739N2411215C heraus, damit er schneller abkühlt. Sobald er kalt ist, verwenden Sie eine Reinigungsbürste, um Speisereste zu entfernen.
- 4 | Verwenden Sie ein feuchtes Tuch, um die restlichen Innen- und Außenteile des Geräts 739N2411215C zu reinigen.
- 5 | Reinigen Sie nach dem Abkühlen sowohl den Frittierkorbschutz als auch den Frittierkorb selbst mit Geschirrspülmittel, heißem Wasser und einem nicht scheuernden Schwamm. Spülen Sie beide Teile mit sauberem Wasser ab und lassen Sie sie an der Luft trocknen. Beide Komponenten können auch in der Geschirrspülmaschine gereinigt werden.
- 6 | Der Reinigungsprozess ist beendet.

Fehlerbehebung

Fehlfunktionen und Fehlerbehebung

Problem	Mögliche Ursachen	Lösungen
Die Fritteuse funktioniert nicht	1. Der Stecker des Produkts ist nicht in die Steckdose eingesteckt.	1. Stecken Sie den Stecker in die entsprechende Steckdose.
	2. Ich kann den Timer nicht einstellen.	2. Die Einschalttaste drücken und dann die Art von Lebensmitteln, die Sie kochen möchten, wählen.
Die Zutaten der in der Fritteuse zubereiteten Rezepte sind nicht ausreichend frittiert.	1. Mehr Zutaten im Frittierkorb als empfohlen.	1. Legen Sie weniger Zutaten in den Frittierkorb. Kleinere Mengen machen das Kochen der Zutaten homogener.
	2. Die verlängerte Heiztemperatur ist zu niedrig.	2. Erhöhen Sie die Kochtemperatur auf der Digitalanzeige, um die gewünschte Temperatur einzustellen.
	3. Die Garzeit ist zu kurz.	3. Erhöhen Sie die Garzeit auf der Digitalanzeige, bis die gewünschte Garzeit eingestellt ist.
Die Zutaten der Rezepte in der Fritteuse sind nicht ausreichend gebacken.	Manche Zutaten von bestimmten Rezepten müssen während des Kochprozesses bewegt werden, damit sie homogen gebacken werden können.	Wenn bestimmte Zutaten der Rezepte oben liegen oder mit anderen Zutaten desselben Rezeptes aneinander geklebt sind, müssen Sie während des Kochprozesses bewegt werden, damit sie gleichmäßig gebacken werden.

Problem	Mögliche Ursachen	Lösungen
Die Lebensmittel, die aus der Fritteuse kommen, sind nicht knusprig.	Die verlängerte Heiztemperatur ist zu niedrig.	Sie können den Zutaten vor dem Braten ein wenig Öl hinzufügen, damit sie knuspriger werden.
Aus der Fritteuse kommt weißer Rauch.	1. Sie kochen die Zutaten aus Rezepten mit einem zu hohen Ölgehalt.	1. Wenn Sie Zutaten in Rezepten mit einem relativ hohen Ölgehalt kochen, dringt eine große Menge an Öldämpfen in den Frittierkorb ein und kann heißer als normal sein. Als Ergebnis wird er weißen Rauch abgeben. Der endgültige Kocheffekt wird dadurch nicht beeinträchtigt.
	2. Es gibt immer noch Essensreste vom letzten Mal, als der Frittierkorb benutzt wurde.	2. Achten Sie darauf, die Fritteuse nach jeder Benutzung zu reinigen.
Frische Pommes Frites werden in der Fritteuse nicht gleichmäßig gebraten.	Es ist möglich, dass Sie nasse Kartoffeln in den Frittierkorb gelegt haben.	Verwenden Sie frische Kartoffeln und achten Sie darauf, dass sie nicht nass sind, bevor Sie sie in den Frittierkorb legen.
Die Pommes frites sind nicht knusprig genug.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es ist möglich, dass Sie nasse Kartoffeln in den Frittierkorb gelegt haben. 2. Es ist möglich, dass die einzelnen Kartoffelstücke zu groß sind. 3. Es gibt mehr Zutaten als empfohlen im Frittierkorb. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Verwenden Sie frische Kartoffeln und stellen Sie sicher, dass sie nicht nass sind, bevor Sie sie in den Frittierkorb legen. 2. Schneiden Sie die Kartoffeln in kleinere Stücke, damit sie leichter und knackiger gemacht werden können. 3. Pommes frites können leichter und knuspriger gemacht werden, wenn man eine kleine Menge Öl hinzufügt.



Technische Angaben

Leistung: 1800w.

Stromspannung: 220-240 V / 60Hz.

Kapazität: 7,7 Liter.

Digitale Touchscreen.

Temperaturregelung: 80 bis 200 °C. (176 bis 392 °F).

Überhitzungsschutz.

Fresh-Touch-Griff mit Anti-Schock.

Garantie

GARANTIEZEIT

1. Wenn das Produkt innerhalb von 7 Tagen nach dem Kauf und nach Überprüfung und Diagnose durch das "Intelligente Kundendienstzentrum" einen Leistungsfehler gemäß der "Leistungstabelle für digitale Fritteusen" aufweist, wird ein kostenloser Austausch- oder Ersatzdienst angeboten.
2. Wenn das Produkt innerhalb von 8-15 Tagen nach dem Kauf und nach Überprüfung und Diagnose durch das "intelligente Kundendienstzentrum" einen Leistungsfehler gemäß der "Leistungstabelle für digitale Fritteusen" aufweist, wird ein Austausch- oder Ersatzdienst angeboten.
3. Wenn das Produkt innerhalb von 24 Monaten nach dem Kauf und nach Überprüfung und Diagnose durch das "Intelligente Kundendienstzentrum" Leistungsfehler aufweist, die in der "Digitalen Fritteusen-Fehlertabelle" aufgeführt sind, wird ein kostenloser Wartungsservice angeboten.



GARANTIE

Hinweis: Um die Garantie in Anspruch nehmen zu können, müssen sowohl der Verpackungskarton als auch der Transportkarton mindestens 30 Tage nach Kaufdatum aufbewahrt werden.

FEHLFUNKTIONSTABELLE DER DIGITALEN HEISSLUFTFRITTEUSE 739N241121SC

Name	Leistungsfehler
Digitale Heißluftfritteuse	Die Funktionen die spezifiziert sind, sind ungültig.
	Die Fritteuse kann nicht gestartet werden.
	Die Kochtemperatur ist niedrig oder inexistent.

AUSSCHLUSSKLAUSEL

1. Von ABANTERA nicht autorisierte Wartung, falscher Gebrauch, Kollision, Fahrlässigkeit, Missbrauch, Eindringen von Flüssigkeit, Unfall, Veränderung, nicht angemessener Gebrauch von anderem Zubehör, Bruch und Veränderung des Etiketts.
2. Schäden, die durch höhere Gewalt, Stromstöße, Überschwemmungen, fehlende Belüftung, Feuchtigkeit und Wärmequellen verursacht wurden.
3. Leistungsfehler, die durch die Handhabung des Produkts durch nicht autorisiertes Personal sowie durch die Verwendung von nicht originalelem Zubehör verursacht werden.

Sicherheit, Fahrlässigkeit und Garantieverlust

- Lesen Sie vor dem Gebrauch des Geräts 739N241121SC die Bedienungsanleitung und bewahren Sie sie für späteres Nachschlagen auf.
- Vergewissern Sie sich vor dem Gebrauch, dass die Netzspannung der Spannungsangabe auf dem Gerät entspricht.
- Verwenden Sie die digitale Fritteuse nicht im Freien oder in ungeeigneten Räumen, da es gefährlich sein kann und zu schweren Schäden am Gerät führen kann.
- Wenn das Gerät in irgendeiner Weise beschädigt ist, wenn es heruntergefallen ist oder in irgendwelche Schäden aufweist, trennen Sie es von der Stromversorgung und verwenden Sie es nicht mehr.
- Reparaturen an der Einheit 739N241121SC, sollten nur von qualifiziertem Personal oder von ABANTERA autorisiertem Personal durchgeführt werden. Unsachgemäße Reparaturarbeiten oder Arbeiten, die von nicht autorisiertem Personal durchgeführt werden, können erhebliche Gefahren für das Gerät oder den Benutzer verursachen.
- Stellen Sie die digitale Heißluftfritteuse nicht direkt auf den Fußboden neben einen Heizungs radiator oder eine andere heiße Stelle.
- Berühren Sie das Innere der Fritteuse nicht während des Betriebs oder gleich nach dem Betrieb, da andernfalls schwere Verbrennungen beim Benutzer verursacht werden können.
- Stellen Sie die digitale Heißluftfritteuse an einen Ort, an dem sie nicht leicht umgestoßen werden kann.
- Benutzen Sie die digitale Heißluftfritteuse nur, wenn sie vollständig zusammengebaut ist.
- Legen Sie das Netzkabel nicht unter Teppiche und bedecken Sie diese nicht mit Matten.
- Verwenden Sie das Gerät 739N241121SC nicht, wo es brennbare Gase oder Dämpfe geben kann, und verwenden Sie keine Chemikalien zur Reinigung.
- Blockieren Sie keine Luftein- oder -auslässe und lassen Sie keine Fremdkörper in die Belüftungs- oder Abluftöffnung eindringen, da dies zu schweren Schäden am Gerät führen kann.
- Setzen Sie das Gerät keinem Regen aus, verwenden Sie es nicht in der Nähe von Wasser, nicht in Badezimmern, Waschbecken oder an anderen feuchten Orten.
- Setzen Sie sich nicht auf das Gerät und legen Sie keine Gegenstände auf das Gerät.
- Stellen Sie das Gerät niemals an die Wand oder in die Nähe von anderen Gegenständen, da mindestens ein Abstand von 10 cm eingehalten werden muss.
- Das Produkt ist auf den normalen Gebrauch im Haushalt beschränkt, dieses Modell 739N241121SC ist kein professionelles oder semiprofessionelles Produkt.




ERTEILTE ZERTIFIKATE

Erteilte Zertifikate

DIESES GERÄT VERFÜGT ÜBER DIE FOLGENDEN INTERNATIONALEN
ZERTIFIZIERTE HÖCHSTER QUALITÄT





*Recetas
para cocinar
de forma
saludable en
el Hogar*

Índice

Aperitivos



Nudos de ajo	107
Aros de cebolla	108
Patatas fritas	109
Bolas de macarrones y queso	110
Palitos de mozzarella	111
Patatas envueltas en bacon	112
Rollitos de primavera	113
Manzana deshidratada	114
Salchichas enrolladas en hojaldre	115
Pimientos rellenos de queso de cabra	116

Carnes



Alitas de pollo con salsa de tomate	118
Empanadillas de carne	119
Ternera en salsa de ostras	120
Pavo asado Reuben	121
Hamburguesa de cordero	122
Pincho de cerdo con verduras	123
Chuletón con especias	124
Pollo a la naranja	125
Albondigas de carne con queso feta	126
Budín de ternera	127

Pescados y Mariscos



Lomos de salmón asados con miel	129
Dorada con patatas	130
Bacalao con salsa de eneldo	131
Boquerones fritos	132
Trucha asalmonada con limón	133
Pescado en papillote	134
Vieiras con panceta	135
Langostinos con salsa sriracha	136
Calamares a la plancha	137
Palitos de cangrejo	138

Postres



Tostadas francesas crujientes	140
Croissant con chocolate	141
Piña asada	142
Bizcocho de chocolate y nueces	143
Tarta de queso	144
Mini tartas de hojaldre con melocotón	145
Arroz con leche	146
Flan casero	147
Palmeras de hojaldre	148
Manzanas rellenas	149

Aperitivos



NUDOS DE AJO



Ingredientes:

450 g de masa de pizza refrigerada.
½ taza de aceite de oliva.

1 cucharada de ajo picado.
1 cucharadita de sal.
1 cucharada de perejil picado.

1 cucharada de queso parmesano rallado.

Preparación:

- Colocar la masa de pizza y extenderla mediante un rodillo para formar un cuadrado de 25 x 25 cm y un espesor de 1 cm.
- Cortar la masa a lo largo para formar tiras aproximadamente de 2 cm de ancho.
- Formar un nudo con cada tira de masa.
- Mezclar aceite de oliva, ajo, sal, perejil y el queso parmesano en un bol junto con los nudos.
- Colocar los nudos en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 12 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los nudos.
- Servir con una salsa a elegir.



AROS DE CEBOLLA



Ingredientes:

180 g de aros de cebolla rebozados congelados.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los suficientes aros de cebolla en la cesta para cubrir el fondo sin sobrellenarla.
- Establecer el tiempo de cocción durante 20 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los aros de cebolla.
- Servir con una salsa a elegir.



PATATAS FRITAS



Ingredientes:

½ kg de patatas.

1 cucharada de aceite de oliva.

1 cucharada de sal.

½ cucharada de pimienta negra.

Preparación:

- Cortar las patatas alrededor de 1 cm de grosor.
- Dejarlas en agua durante media hora, para limpiarlas e hidratarlas y secar con un papel de cocina.
- Mezclar las patatas con aceite de oliva, sal y pimienta negra en un bol.
- Precalear la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las patatas en la cesta, teniendo cuidado de no sobrellelarla e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 18 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción mover las patatas.



BOLAS DE MACARRONES Y QUESO



Ingredientes:

2 tazas de macarrones.

1/3 taza de queso cheddar rallado.

1/3 taza de queso de cabra.

3/4 taza de harina.

3 huevos.

2 tazas de leche.

1 taza de pan rallado.

Preparación:

- Mezclar los macarrones con los quesos en un tazón.
- Verter la harina en un segundo tazón.
- Verter el pan rallado en un tercer tazón.
- Mezclar los huevos y la leche en un cuarto tazón.
- Con una pequeña cuchara, hacer bolas de un tamaño mediano con la mezcla de macarrones y queso.
- Enrollar los macarrones y las bolas de queso en la harina, mezclar los huevos y finalmente el pan rallado.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los macarrones y las bolitas de queso en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción girar las bolas de macarrones y queso.



PALITOS DE MOZZARELLA



Ingredientes:

1 bloque de 450 g de queso mozzarella.
1/4 taza de harina.
2 huevos.

3 cucharadas de leche desnatada.
1 taza de pan rallado.
100 g de salsa de tomate.

Preparación:

- Cortar el queso mozzarella en palitos de 1 cm.
- Verter la harina en un bol.
- Mezclar el huevo y la leche en un segundo bol.
- Verter el pan rallado en un tercer bol.
- Rebozar los palitos de mozzarella en la harina, luego mezclar con el huevo y finalmente con el pan rallado.
- Colocar los palitos de mozzarella empanados en una bandeja de hornear. Colocar la bandeja en el congelador hasta que los palitos se solidifiquen, de 1 a 2 horas.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los palitos de mozzarella en la cesta, teniendo cuidado de no llenarla demasiado e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 12 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las palitos de mozzarella.
- Servir los palitos de mozzarella con la salsa de tomate.



PATATAS ENVUELTAS EN BACON



Ingredientes:

1 bolsa de 450 g de patatas congeladas.
450 g de bacon.

3 cebolletas.
50 g de salsa de roquefort.

Preparación:

- Envolver cada patata con una tira de bacon y sujetar con un palillo.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las patatas en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 8 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las patatas hasta que queden doradas.
- Acompañar con salsa de roquefort.



ROLLITOS DE PRIMAVERA



Ingredientes:

2 cucharadas de aceite de oliva.
250 g de col picada.
250 g de setas shitake, cortadas en rodajas.
1 cucharadita de jengibre picado.

1 diente de ajo, pelado y picado.
3 cebolletas picadas.
250 g de gambas cocidas.
1 cucharadita de sal.
½ cucharadita de pimienta negra.

1 yema de huevo.
1 cucharada de agua.
6-8 envoltorios de rollitos de primavera.
Salsa de chile dulce.

Preparación:

- En una sartén calentar aceite de oliva a fuego alto y saltear la col. Sacar y reservar.
- Saltear las setas, el jengibre, el ajo, las cebolletas y reservar.
- Mezclar la col, las setas, el jengibre, el ajo, las cebolletas, las gambas, la sal y la pimienta negra en un tazón para hacer el relleno. Una vez que el relleno se enfríe, quitar el exceso de agua del relleno.
- Colocar 2 cucharadas de relleno en cada envoltura. Barnizar la parte superior del envoltorio con la yema del huevo y enrollar los envoltorios, doblando los lados hacia arriba.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los rollitos de primavera en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los rollitos de primavera.
- Servir con la salsa de chile dulce.



MANZANA DESHIDRATADA



Ingredientes:

- 3 manzanas pequeñas.
- 1 vaso de zumo de naranja.

Preparación:

- Lavar y secar las manzanas, descorazonarlas y partirlas en finas rodajas con la ayuda de una mandolina para que tengan el mismo grosor.
- Untar cada trozo con el zumo de naranja para evitar oxidación.
- Colocar las rodajas de manzana en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 4-5 horas a 200 °C (392 °F), dependiendo del grosor que tengan las rodajas de las manzanas. A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las manzanas.



SALCHICHAS ENROLLADAS EN HOJALDRE



Ingredientes:

20 salchichas.

100 g de hojaldre refrigerado.

1 cucharada de mostaza fina.

50 g de sésamo.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Secar completamente las salchichas con papel de cocina.
- Cortar el hojaldre en tiras de una longitud de 10 x 5 cm y recubrir las con una fina capa de mostaza.
- Enrollar cada salchicha en espiral con una tira de hojaldre y añadir sésamo.
- Colocar la mitad de las salchichas con hojaldre en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las salchichas con hojaldre. Hornear hasta que se doren.
- Servir acompañado de mostaza.



PIMIENTOS RELLENOS DE QUESO DE CABRA



Ingredientes:

4 pimientos rojos.

½ cucharada de aceite de oliva.

½ cucharada de perejil picado.

1 cucharadita de pimienta negra.

100 g de queso de cabra.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Cortar la parte superior de los pimientos y retirar las semillas y la membrana.
- Mezclar el aceite de oliva en un plato hondo con el perejil y la pimienta negra. Colocar las porciones de queso de cabra en la mezcla del aceite.
- Rellenar cada pimiento con una porción de queso de cabra y colocar los pimientos en la cesta uno junto a otro e introducir la cesta dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 8 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los pimientos. Hornear los pimientos hasta que el queso esté fundido.



Carnes



ALITAS DE POLLO CON SALSA DE TOMATE



Ingredientes:

- 30 alitas de pollo.
- 1 taza de salsa barbacoa.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las alitas de pollo en la cesta e introducir dentro de la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 25 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las alitas de pollo.
- Sacar las alitas de pollo y mezclar con la salsa de tomate.
- Volver a colocar las alitas de pollo en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 8 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las alitas de pollo.



EMPANADILLAS DE CARNE



Ingredientes:

1 cucharada de aceite de oliva.
450 g de carne picada.
2 dientes de ajos picados.
1 cebolla pequeña picada.

1/2 pimiento verde.
1/2 cucharada de comino.
1/4 taza de salsa de tomate, sal y
pimienta negra molida.

1 yema de huevo.
1 cucharada de leche.
1 paquete de obleas de
empanadilla.

Preparación:

- En una sartén calentar aceite de oliva a fuego alto, añadir la carne picada y cocinar hasta que la carne se dore. Eliminar el exceso de grasa.
- Añadir el ajo y la cebolla en la sartén y cocinar durante 4 minutos.
- Bajar la temperatura y añadir el pimiento verde, el comino, la salsa de tomate, la sal, la pimienta negra y cocinar durante 10 minutos.
- Mezclar el huevo y la leche para barnizar las obleas.
- Añadir dos cucharadas de carne picada en la mitad de las obleas. Barnizar los bordes con la mezcla del huevo y la leche, doblar las obleas y sellar con un tenedor. Barnizar las obleas.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar de dos a cuatro empanadillas en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las empanadillas.



TERNERA EN SALSA DE OSTRAS



Ingredientes:

500 g ternera macerada.

½ cebolla.

2 patatas medianas.

½ pimiento rojo.

1 zanahoria.

2 hojas de laurel.

3 cucharadas de salsa de ostras.

1 cucharada de salsa de soja.

½ jengibre rallado.

1 cucharada de aceite de oliva.

Preparación:

- Cortar las verduras en trozos.
- Precalentar la freidora a 160 °C (320 °F) durante 4 minutos.
- Colocar las verduras y las patatas troceadas en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 6 minutos a 160 °C (320 °F), remover de vez en cuando y retirar las verduras.
- Colocar la carne en la cesta con una cucharada de aceite de oliva e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 160 °C (320 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a la carne.
- Cuando queden 3 minutos añadir las verduras, las patatas, la salsa de ostras, la soja y el laurel.
- Servir y decorar con perejil.





PAVO ASADO REUBEN

Ingredientes:

2 cucharadas de mantequilla.
4 rebanadas de pan de centeno.
8 lonchas de queso suizo.

8 lonchas de pechuga de pavo
asado.
4 cucharadas de ensalada de col.

2 cucharadas de salsa rusa.

Preparación:

- Untar la mantequilla en un lado de 2 rebanadas de pan.
- Colocar las rebanadas de pan con mantequilla, con el lado de la mantequilla hacia abajo, en una tabla de cortar.
- Colocar el queso suizo, el pavo, la ensalada de col y la salsa rusa sobre cada rebanada de pan. Cubrir con las rebanadas de pan sin mantequilla.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los sándwiches en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 12 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los sándwiches.
- Cortar los sándwiches antes de servirlos.



HAMBURGUESA DE CORDERO



Ingredientes:

4 panecillos de pan de hamburguesas.
Hojas de lechuga (cantidad necesaria).
1 cebolla en rodajas.

250 g de carne picada de cordero.
4 lonchas de queso.
4 lonchas de bacon.
1 huevo batido.
Orégano.

Ajo picado.
Cebolla picada.
Sal.
Pimienta.
Mostaza.

Preparación:

- Mezclar la carne picada con orégano, ajo picado, cebolla picada, sal, pimienta y huevo batido. Formar cuatro bolas de carne y dar forma de hamburguesa a cada una de ellas.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante unos 2-3 minutos.
- Colocar las hamburguesas con las lonchas de bacon en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 180 °C (356 °F) . A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a la carne.
- Preparar cada panecillo con unas rodajas de cebolla, una loncha de queso y unas hojas de lechuga.
- Incorporar la carne de la hamburguesa con la loncha de bacon y cerrar el panecillo.
- Servir acompañada de salsa al gusto.



PINCHO DE CERDO CON VERDURAS

x2

Ingredientes:

250 g de cerdo.

1 cucharadita de pimentón dulce.

1 cucharadita de sal.

1 cucharadita de pimienta.

1 cucharadita de hierbas de

Provenza.

1 cucharada de aceite de oliva.

1 pimiento rojo.

½ calabacín.

1 cebolla mediana.

Preparación:

- Cortar la carne y el calabacín en trozos de aproximadamente 2,5 x 2,5 cm. Pelar la cebolla y cortar en 8 trozos. Lavar el pimiento, quitar las semillas y cortar en 8 trozos.
- Poner todo en un bol; la carne, el pimentón, las hierbas, la sal y la pimienta. Añadir el aceite de oliva y mezclar bien, para que todo quede uniformemente cubierto con las especias y el aceite.
- Poner los ingredientes en pinchos de madera.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante unos 2-3 minutos.
- Colocar 4 pinchos en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a la carne.



CHULETÓN CON ESPECIAS



Ingredientes:

1 chuletón de 450-500 g.
2 g de sal.
2 g de pimienta negra.
2 g ajo en polvo.

2 g de cebolla en polvo.
2 g de orégano seco.
½ cucharadita de romero seco.
½ cucharadita de cayena.

15 ml de aceite de oliva.
2 tomates medianos.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Mezclar las especias, condimentos y aceite de forma uniforme.
- Añadir especias, condimentos y aceite al chuletón por ambos lados.
- Colocar el chuletón en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta al chuletón. Si la carne no tiene el punto deseado, dejar más tiempo de cocción.
- Servir acompañado de una ensalada de tomate.



POLLO A LA NARANJA



Ingredientes:

450 g de pechuga de pollo
cortada en trozos.
1 huevo batido.
1 taza de maicena.
2 cucharaditas de sal.
½ cucharadita de pimienta negra.

150 g de arroz blanco cocido.
Salsa de naranja
1 taza de zumo de naranja.
2 cucharadas de mantequilla.
2 cucharaditas de salsa de soja.
2 cucharaditas de azúcar moreno.

1 cucharadita de jengibre, rallado.
1 cucharada de ajo, rallado.
1 cucharada de vinagre de arroz.
1 cucharada de cebollino picado.
¼ cucharadita de pimienta roja.

Preparación:

- Mezclar el pollo con el huevo en un bol.
- Mezclar la maicena, la sal y la pimienta negra en un bol pequeño separado y mezclar.
- Cubrir el pollo con la mezcla de maicena.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar el pollo en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta al pollo.
- Mezclar todos los ingredientes de la salsa en una cacerola y ponerlos a hervir. Bajar el fuego para que hierva a fuego lento y cocinar hasta que se reduzca a la mitad.
- Añadir la salsa al pollo y mezclar para cubrir.
- Acompañar el pollo con arroz blanco cocido.



ALBÓNDIGAS DE CARNE CON QUESO FETA



Ingredientes:

150 g de carne picada de cordero
o magro de ternera picado.
1 rebanada de pan blanco

endurecido para rallar.
50 g de queso feta griego rallado.
½ cucharada de ralladura de limón.

1 cucharada de perejil.
1 cucharada de pimienta negra.
50 g de salsa de tomate.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Mezclar la carne picada en un bol con el pan rallado, el queso feta, el perejil, la ralladura de limón con la pimienta negra y amasarlo todo.
- Dividir la carne picada en 6 porciones iguales y formar bolas uniformes.
- Colocar las bolas de carne picada en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 8 minutos a 160 °C (320 °F). A la mitad de la cocción dar la vuelta a la carne hasta que estén doradas y bien hechas.
- Servir las albóndigas sobre una base de salsa de tomate.





BUDÍN DE TERNERA

Ingredientes:

450 g de ternera magra picada.
1 huevo batido.
3 cucharadas de pan rallado.

60 g de chorizo picado.
1 cebolla pequeña.
1 cucharada de tomillo fresco.

1 cucharada de pimienta molida.
3 champiñones en láminas.
1 cucharada de aceite de oliva.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Mezclar la carne picada en un bol con el huevo, el pan rallado, el chorizo, la cebolla, el tomillo, 1 cucharadita de sal y pimienta.
- Pasar la carne picada a una fuente y alisar la parte superior. Colocar los champiñones presionando un poco y cubrir la parte de arriba con aceite de oliva.
- Colocar la carne en la cesta e introducir en la freidora. Establecer el tiempo de cocción durante 25 minutos a 160 °C (320 °F). A la mitad de la cocción dar la vuelta a la carne hasta que tenga un color tostado.
- Dejar reposar el budín al menos 10 minutos antes de servirlo. Después, cortar en rodajas de unos 3 cm.



Pescados y Mariscos



LOMOS DE SALMÓN ASADOS CON MIEL



Ingredientes:

2 lomos de salmón.

¾ taza de miel.

½ taza de salsa de soja dulce.

2 cucharadas de azúcar moreno.

¼ taza de zumo de naranja.

2 cucharadas de zumo de limón.

2 cucharadas de vinagre.

2 cucharadas de aceite de oliva.

2 dientes de ajo.

½ cucharadita de pimienta negra molida.

Sal.

1 ensalada de lechuga aliñada.

Preparación:

- Para realizar la salsa, mezclar todos los ingredientes excepto el salmón en una cacerola a fuego lento.
- Llevar a ebullición y luego bajar a fuego lento. Reducir el tiempo a 15 minutos, revolviendo a menudo.
- Cubrir ligeramente cada lomo de salmón con aceite de oliva y sazonar.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar el salmón en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 12 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los lomos de salmón.
- Una vez terminada la cocción, barnizar el salmón con la salsa e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 5 minutos a 180 °C (356 °F).
- Servir acompañado de una ensalada.



DORADA CON PATATAS



Ingredientes:

1 dorada.

150 g de patatas pequeñas.

½ limón.

4 ajos.

1 cucharada de aceite de oliva.

½ cucharadita de pimienta.

Sal.

Preparación:

- Limpiar la dorada y hacer tres o cuatro incisiones en el lomo.
- Cortar las patatas en rodajas y pelar los ajos.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar la dorada, las patatas, los ajos y la pimienta, con una cucharada de aceite de oliva en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 20 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a la dorada.
- Servir la dorada acompañada de medio limón.



BACALAO CON SALSA DE ENELDO



Ingredientes:

350 g de bacalao.

1 cucharadita de sal.

½ taza de crema agria.

2 cucharaditas de aceite de oliva.

½ taza de yogur griego desnatado.

2 cucharadas de eneldo picado.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 135 °C (275 °F) durante 3 minutos.
- Cortar el bacalao en dos porciones y salsear cada pieza con 1 cucharadita de aceite de oliva. Condimentar con una pizca de sal.
- Colocar las dos porciones de bacalao en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15-17 minutos a 135 °C (275 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las dos porciones de bacalao.
- Para hacer la salsa de eneldo, en un tazón mezclar el yogur, la crema agria, eneldo picado y sal.
- Cubrir el bacalao con la salsa y decorar con una pizca de eneldo picado adicional.



BOQUERONES FRITOS



Ingredientes:

500 g de boquerones.
½ taza harina.

1 cucharada de aceite.
Sal.

½ limón troceado.

Preparación:

- Limpiar los boquerones.
- Lavar, escurrir y poner sal.
- Pasar los boquerones por la harina y colocarlos en una bandeja grande de manera que queden separados entre ellos.
- Untar el aceite de manera que quede bien repartido por todos ellos.
- Dar la vuelta y los volvemos a untar con el aceite.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los boquerones en la cesta de manera que no queden unos encima de otros e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los boquerones.
- Servir los boquerones acompañados de medio limón troceado.



TRUCHA ASALMONADA CON LIMÓN



Ingredientes:

1 trucha asalmonada.

1 limón.

1 mazorca de maíz.

1 cucharada de aceite de oliva.

½ ramillete de cebollino.

Preparación:

- Abrir la trucha y quitar las espinas.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Echar aceite de oliva en la cesta y poner la trucha.
- Establecer el tiempo de cocción durante 24 minutos a 180 °C (356 °F) . A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a la trucha y exprimir medio limón.
- Servir con maíz troceado , salsa al gusto y cebollino para decorar.



PESCADO EN PAPILOTE



Ingredientes:

1 corvina o lubina.

1 cebolla pequeña en rodajas.

1 tomate en rodajas.

2-3 dientes de ajo.

1 cucharadita de mantequilla.

½ cucharadita de pimienta negra.

Sal.

Papel de aluminio.

Preparación:

- Cortar una pieza de papel de aluminio del tamaño de la cesta.
- Colocar una cama de verduras, agregando uno sobre otro, luego el pescado sobre las verduras, la mantequilla y los condimentos. Cerrar bien el papel de aluminio asegurándose de que los extremos queden hacia arriba.
- Establecer el tiempo de cocción durante 20-25 minutos a 180 °C (356 °F).
- Acompañar el plato con arroz, pasta o puré.



VIEIRAS CON PANCETA



Ingredientes:

16 vieiras.

8 lonchas de panceta.

16 palillos.

Aceite de oliva.

Pimienta negra.

Preparación:

- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las lonchas de panceta en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 6 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad de la cocción dar la vuelta a las lonchas de panceta. Retirar y colocar sobre un papel de cocina para enfriar.
- Secar las vieiras con papel de cocina para eliminar la humedad.
- Envolver cada vieira con una loncha de panceta y asegurarla con un palillo.
- Cubrir ligeramente las vieiras con aceite de oliva y sazonar con pimienta negra.
- Colocar las vieiras en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 8 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las vieiras.



LANGOSTINOS CON SALSA SRIRACHA



Ingredientes:

900 g de langostinos pelados.

1/4 cucharadita de polvo de Sriracha seca.

1 taza de maicena.

1/4 taza de salsa de chile dulce.

1/4 taza de mayonesa.

Preparación:

- Mezclar la Sriracha seca y la maicena en un bol.
- Cubrir los langostinos con la mezcla de sriracha y maicena.
- Precalentar la freidora a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los langostinos en una sola capa en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos a 160 °C (320 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los langostinos.
- Mientras los langostinos se cocinan, mezclar la mayonesa y la salsa de chile dulce.
- Servir los langostinos con la salsa.



CALAMARES A LA PLANCHA



Ingredientes:

4 calamares medianos.

2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra.

1 diente de ajo.

½ cucharadita de perejil.

Sal.

Preparación:

- Limpiar los calamares y sazonar.
- Poner 1 cucharada de aceite de oliva y untar por toda la cesta.
- Colocar los calamares dentro de la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los calamares.
- En un bol poner la otra cucharada de aceite de oliva con el ajo picado y un poco de perejil, para añadir a los calamares.



PALITOS DE CANGREJO



Ingredientes:

2 huevos.

3 cucharadas de leche.

2 tazas de pan rallado.

1 taza de harina.

450 g de palitos de cangrejo.

1 cucharada de aceite de oliva.

¼ cucharadita de sal.

1 taza de salsa tártara.

Pimienta negra molida.

Preparación:

- Mezclar los huevos y la leche en un bol.
- Verter el pan rallado en una bandeja para freír.
- Verter la harina en una segunda bandeja para freír.
- Cubrir los palitos de cangrejo con aceite de oliva, sal y pimienta negra.
- Rebozar los palitos de cangrejo en la harina, mezclar con el huevo y finalmente con el pan rallado.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los palitos de cangrejo en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 12 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los palitos de cangrejo.
- Servir con la salsa tártara.



Postres



TOSTADAS FRANCESAS CRUJIENTES



Ingredientes:

1 huevo grande.
1 cucharadita de vainilla.
1 cucharada de sal.
1 cucharada de mantequilla
sin sal, derretida.

½ taza de nata líquida.
1 plátano maduro, machacado.
1 pan brioche, cortado en 12
rebanadas.

Topping

½ taza de fresas.
2 cucharadas de miel.
1 plátano maduro en rodajas.

Preparación:

- Mezclar el huevo, la vainilla, la sal, la mantequilla, la nata y el puré de plátano en un bol.
- Rebozar las rebanadas de brioche en la mezcla de huevo.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las rebanadas de las tostadas en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 200 °C (392 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las tostadas.
- Cubrir las tostadas con fresas, plátano y miel.



CROISSANT CON CHOCOLATE



Ingredientes:

- 1 masa de hojaldre preparada.
- 8 cucharaditas de chocolate.

Preparación:

- Desenrollar la masa y cortar en triángulos.
- Añadir una cucharadita de chocolate sobre la parte superior de cada triángulo, dejando un espacio de aproximadamente $\frac{1}{4}$ en los bordes.
- Enrollar cada triángulo hacia arriba, sobre el relleno desde el extremo más ancho hasta la punta superior y formar una media luna.
- Precalentar la freidora a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Colocar los croissants en la cesta de manera que no queden unos encima de otros e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 8 minutos a 160 °C (320 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a los croissants.



PIÑA ASADA



Ingredientes:

8 rodajas de piña en su jugo.
Yogur de limón.

4 nueces troceadas.
Sirope de fresas y/o miel.

Preparación:

- Escurrir las rodajas de piña.
- Precalentar la freidora a 200 °C (392 °F) durante 5 minutos.
- Colocar las rodajas de piña en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 200 °C (392 °F) . A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a cada rodaja.
- Servir la piña acompañada de yogur de limón o helado de vainilla.
- Añadir nueces troceadas por encima y salsear con sirope de fresas o miel.



BIZCOCHO DE CHOCOLATE Y NUECES



Ingredientes:

60 g de chocolate negro.

2 cucharadas de mantequilla.

1 huevo.

3 cucharadas de azúcar.

50 g de harina.

1 sobre de levadura.

Nueces troceadas.

Preparación:

- Derretir el chocolate negro con la mantequilla a fuego lento. Una vez derretido colocar en un bol.
- Incorporar el huevo, el azúcar, la harina, la levadura y por último las nueces troceadas.
- Batir bien hasta obtener una masa uniforme.
- Colocar la masa en un molde de silicona o para horno apto para incorporar en la cesta de la freidora.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 5 minutos.
- Establecer el tiempo de cocción durante 20 minutos a 180 °C (356 °F). Esperar a que se enfríe para poder sacarlo del molde.



TARTA DE QUESO



Ingredientes:

500 g de requesón.

3 huevos.

2 cucharadas de edulcorante en polvo.

2 cucharadas de salvado de avena.

4 cucharadas de sirope de fresa.

150 g de arándanos.

½ cucharada de levadura de repostería.

2 cucharadas de canela.

2 cucharadas de aroma de vainilla.

1 limón (la piel).

Preparación:

- Mezclar en un bol requesón, edulcorante, canela, aroma de vainilla y ralladura del limón, hasta conseguir una crema homogénea.
- Incorporar los huevos de uno en uno.
- Por último, agregar la avena y la levadura mezclando bien.
- Poner toda la mezcla en un recipiente para que quepa en la freidora.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar el molde en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 20-22 minutos a 180 °C (356 °F) de temperatura.
- Acompañar la tarta con sirope de fresa y arándanos.



MINI TARTAS DE HOJALDRE CON MELOCOTÓN

4

Ingredientes:

- 1 masa de hojaldre.
- 1 cucharada de azúcar.
- 8 cucharadas de mermelada de melocotón.

Preparación:

- Desenrollar la masa de hojaldre y cortar en cuatro cuadrados.
- Llenar cada cuadrado con 2 cucharadas de mermelada de melocotón cada una.
- Doblar los cuadrados y usar un tenedor para sellar los bordes.
- Precalentar la freidora a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las mini tartas en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos a 160 °C (320 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las mini tartas.



ARROZ CON LECHE



Ingredientes:

1,5 l de leche.
200 g de arroz.

1 limón (la piel).
Canela en rama.

220 g de azúcar.
Canela molida para espolvorear.

Preparación:

- Colocar en la freidora la leche, el arroz, la piel de un limón y canela en rama al gusto.
- Establecer el tiempo de cocción durante 30 minutos a 160 °C (320 °F).
- Cuando termine los 30 minutos, añadir el azúcar y dejar 5 minutos más de cocción a 160 °C.
- Retirar la piel del limón y la canela en rama.
- Verter en cazuelas individuales y añadir un poco de canela molida por encima.
- Servir frío.



FLAN CASERO



Ingredientes:

450 ml de leche entera o desnatada.
4 huevos.

4 cucharadas de azúcar.
Caramelo líquido al gusto.

Preparación:

- Distribuir en 4 moldes el caramelo líquido.
- Batir la leche, los huevos y el azúcar durante 2 minutos aproximadamente.
- Colocar la mezcla en los moldes.
- Cubrir con papel de aluminio los moldes y colocar en la freidora.
- Verter agua en la cesta para que la cocción sea al baño maría.
- Establecer el tiempo de cocción durante 15 minutos aproximadamente a 160 °C (320 °F).
- Para comprobar que los flanes estén cuajados, pinchar con un palillo el papel de aluminio puesto. Si sale limpio estarán listos, en caso contrario añadir mas tiempo de cocción.



PALMERAS DE HOJALDRE



Ingredientes:

- 1 lámina de hojaldre.
- 1 taza de azúcar.

Preparación:

- Estirar la lámina de hojaldre.
- Colocar el azúcar por encima y doblar la lámina de hojaldre por la mitad.
- Añadir nuevamente una capa fina de azúcar por encima y volver a doblar la masa de hojaldre por la mitad.
- Enrollar la lámina de hojaldre desde los dos extremos hacia el centro (creando la forma de la palmera).
- Cortar en láminas de 5-8 mm de grosor.
- Precalentar la freidora a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar las palmeras en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 10 minutos a 180 °C (356 °F). A la mitad del tiempo de cocción dar la vuelta a las palmeras.
- En el caso de que no estén crujientes las palmeras, añadir mas tiempo de cocción.



MANZANAS RELLENAS



Ingredientes:

2 manzanas.
20 g de almendras.
15 g de uvas pasas.
10 g de avellanas.

½ sobre de vainilla en polvo.
1 cucharada de azúcar.
½ cucharadita de canela.
1 cucharada de miel.

30 g de mantequilla líquida.
5 g de canela en rama.

Preparación:

- Cortar la parte superior de las manzanas y dejar de tapa. Hacer un agujero para vaciar las manzanas y quitar las pepitas. Dejar un grosor de 1 cm. para que la estructura de las manzanas queden estables.
- Mezclar todos los ingredientes del relleno en un bol y rellenar las manzanas.
- Colocar las manzanas rellenas sin la tapa que hemos creado en la cesta e introducir en la freidora.
- Establecer el tiempo de cocción durante 5 minutos a 160 °C (320 °F).
- Introducir las tapas de las manzanas que cortamos al principio en la cesta, al lado de las manzanas rellenas y dejar con todos los ingredientes a 160 °C (320 °F) durante otros 10 minutos más en la freidora.
- Se puede servir con azúcar glass por encima o también con helado de vainilla.





*Ricette
salutari per
cucinare
a casa*



Sommario

Antipasti



Nodini all'aglio	153
Anelli di cipolla	154
Patatine fritte	155
Polpette di pasta e formaggio	156
Bastoncini di mozzarella	157
Patate arrotolate nel bacon	158
Involtoni primavera	159
Mela essiccata	160
Involtoni di salsiccia	161
Peperoni ripieni al formaggio di pecora	162

Carne



Alette di pollo al pomodoro	164
Panzerotti di carne	165
Manzo in salsa d'ostriche	166
Panino Reuben con petto di tacchino	167
Hamburger di agnello	168
Spiedini di maiale e verdure	169
Bistecca speziata	170
Pollo all'arancia	171
Polpette di carne con feta	172
Polpettone di carne	173

Pesce e frutti di mare



Salmona alla griglia con miele	175
Orata con patate	176
Merluzzo con salsa all'aneto	177
Acciughe fritte	178
Trota salmonata al limone	179
Pesce al cartoccio	180
Capesante con pancetta	181
Gamberi in salsa sriracha	182
Calamari alla griglia	183
Bastoncini di granchio	184

Dolce



French toast	186
Cornetti al cioccolato	187
Ananas al forno	188
Torta al cioccolato e noci	189
Cheesecake	190
Crostatine di pasta sfoglia alle pesche	191
Riso al latte	192
Flan	193
Prussiane	194
Mele ripiene	195

Antipasti



NODINI ALL'AGLIO



Ingredienti:

450 g impasto della pizza.
½ tazza di olio d'oliva.

1 cucchiaio di aglio tritato.
1 cucchiaino di sale.
1 cucchiaio di prezzemolo tritato.

1 cucchiaio di parmigiano
grattugiato.

Indicazioni:

- Stendere l'impasto con il mattarello fino ad ottenere un quadrato di 25 x 25 cm e 1 cm di spessore.
- Tagliare l'impasto a strisce di circa 2 cm di larghezza.
- Fare un nodo con ogni striscia di impasto.
- In un recipiente, mescolare i nodini con l'olio d'oliva, l'aglio, il sale, il prezzemolo e il parmigiano.
- Disporre i nodini nel cestello e inserire il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 12 minuti a 200 °C (392 °F). Girare i nodini a metà cottura.
- Servire con salsa a scelta.



ANELLI DI CIPOLLA



Ingredienti:

180 g di anelli di cipolla surgelati.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per tre minuti.
- Disporre gli anelli sul cestello in modo da ricoprire il fondo ma senza riempirlo troppo.
- Impostare un tempo di cottura di 20 minuti a 200 °C (392 °F). Girare gli anelli di cipolla a metà cottura.
- Servire con salsa a scelta.



PATATINE FRITTE



Ingredienti:

½ kg di patate.

1 cucchiaio di olio d'oliva.

1 cucchiaio di sale

½ cucchiaio di pepe nero.

Indicazioni:

- Tagliare le patate a bastoncini di 1 cm di spessore.
- Immergere le patate in acqua per mezz'ora, per pulirle e idratarle. Asciugarle con carta da cucina.
- In un recipiente, mescolare le patate con l'olio d'oliva, il sale e il pepe.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre le patate sul cestello senza riempirlo troppo, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 18 minuti a 200 °C (392 °F). Mescolare le patate a metà cottura.



POLPETTE DI PASTA E FORMAGGIO



Ingredienti:

2 tazze di maccheroni.

1/3 tazza di cheddar grattugiato.

1/3 tazza di formaggio di pecora.

3/4 tazza di farina.

3 uova.

2 tazze di latte.

1 tazza di pangrattato.

Indicazioni:

- In un recipiente, mescolare i maccheroni con i formaggi.
- Versare la farina in un secondo recipiente.
- Versare il pangrattato in un terzo recipiente.
- In un quarto recipiente, mescolare le uova e il latte.
- Con un cucchiaino, creare delle palline di dimensioni medie con il composto di maccheroni e formaggio.
- Passare le palline nella farina, successivamente nell'uovo e nel pangrattato.
- Preiscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per tre minuti.
- Disporre le palline di maccheroni e formaggio sul cestello, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 200 °C (392 °F). Girare le palline di maccheroni e formaggio a metà cottura.



BASTONCINI DI MOZZARELLA



Ingredienti:

450 g di mozzarella in blocco.
1/4 tazza di farina.
2 uova.

3 cucchiaini di latte scremato.
1 tazza di pangrattato.
100 g di sugo di pomodoro.

Indicazioni:

- Tagliare la mozzarella in bastoncini di 1 cm di spessore.
- Versare la farina in una ciotola.
- In una seconda ciotola, mescolare le uova e il latte.
- In una terza ciotola, versare il pangrattato.
- Passare i bastoncini di mozzarella nella farina, successivamente nell'uovo e nel pangrattato.
- Disporre i bastoncini di mozzarella in una teglia e metterla nel congelatore per 1-2 ore, affinché si solidifichino.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre i bastoncini di mozzarella sul cestello senza riempirlo troppo, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 12 minuti a 200 °C (392 °F). Girare i bastoncini di mozzarella a metà cottura.
- Servire i bastoncini di mozzarella con il sugo di pomodoro.



PATATE ARROTOLATE NEL BACON



Ingredienti:

450 g di patate surgelate.
450 g di bacon.

3 cipollotti.
50 g di salsa de roquefort.

Indicazioni:

- Avvolgere ogni patata in una fetta di bacon e fermare l'involtino con uno stuzzicadenti.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre le patate sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 8 minuti a 200 °C (392 °F). Girare le patate a metà cottura. Cuocerle fino a quando non risultano dorate.
- Servire con salsa al roquefort.



INVOLTINI PRIMAVERA

5

Ingredienti:

2 cucchiaini di olio d'oliva.

250 g di cavolo tagliato.

250 g di funghi shiitake a fette.

1 cucchiaino di zenzero tritato.

1 spicchio di aglio tritato.

3 cipollotti tritati.

250 g di gamberetti cotti.

1 cucchiaino di sale.

½ cucchiaino di pepe nero

1 tuorlo d'uovo.

1 cucchiaino d'acqua.

6-8 di pasta sfoglia per involtini primavera.

Salsa di peperoncino dolce.

Indicazioni:

- In una padella scaldare l'olio d'oliva a fuoco alto e soffriggere il cavolo. Metterlo da parte.
- Soffriggere i funghi, lo zenzero, l'aglio e i cipollotti e metterli da parte.
- In un recipiente, mescolare il cavolo, i funghi, lo zenzero, l'aglio, i cipollotti, i gamberetti, il sale e il pepe per fare il ripieno. Aspettare che il ripieno si raffreddi e rimuovere l'eccesso d'acqua.
- Aggiungere due cucchiaini di ripieno ad ogni involtino. Spennellare la parte superiore degli involtini con il tuorlo d'uovo e chiuderli piegando i lati verso l'alto.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per tre minuti.
- Disporre gli involtini primavera sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15 minuti a 200 °C (392 °F). Girare gli involtini primavera a metà cottura.
- Servire con la salsa di peperoncino dolce.



MELA ESSICCATA



Ingredienti:

3 mele piccole.
1 bicchiere di succo d'arancia.

Indicazioni:

- Lavare ed asciugare le mele, toglierne i torsoli e tagliarle a rondelle con una taglierina da verdura per rendere i pezzi regolari.
- Spennellare ogni pezzo con il succo d'arancia per evitarne l'ossidazione
- Disporre le rondelle di mela sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 4-5 ore a 200 °C (392 °F), a seconda dello spessore delle rondelle. Girarle a metà cottura.



INVOLTINI DI SALSICCIA



Ingredienti:

20 salsicce.

100 g di pasta sfoglia.

1 cucchiaino di mostarda.

50 g di sesamo.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Asciugare completamente le salsicce con della carta da cucina.
- Tagliare la pasta sfoglia in strisce di lunghezza 10 x 5 cm e successivamente spalmare sopra la mostarda.
- Arrotolare ogni salsiccia in una striscia di pasta sfoglia ed aggiungere sesamo.
- Disporre la metà degli involtini di salsiccia sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 200 °C (392 °F). Girare gli involtini a metà cottura. Cuocere fino a quando non risultano dorati.
- Servire con mostarda.



PEPERONI RIPIENI AL FORMAGGIO DI PECORA



Ingredienti:

4 peperoni rossi.
1/2 cucchiaino di olio d'oliva.

1/2 cucchiaino di prezzemolo tritato.
1 cucchiaino di pepe nero.

100 g di formaggio di pecora.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Tagliare la parte superiore dei peperoni e rimuovere i semi e le parti bianche.
- In un piatto fondo, mescolare l'olio d'oliva con il prezzemolo e il pepe nero. Aggiungere le porzioni di formaggio di pecora al composto.
- Riempire ogni peperone con una porzione di formaggio di pecora. Disporli sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 8 minuti a 200 °C (392 °F). Girare i peperoni a metà cottura. Cuocerli fino a quando il formaggio non sarà fuso.



Carne



ALETTE DI POLLO AL POMODORO



Ingredienti:

30 alette di pollo.
1 tazza di salsa barbecue.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre le alette di pollo sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 25 minuti a 180 °C (356 °F). Girare le alette di pollo a metà cottura.
- Tirare fuori le alette di pollo e mescolarle con la salsa barbecue.
- Rimettere le alette di pollo sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 8 minuti a 180 °C (356 °F). Girare le alette di pollo a metà cottura.



PANZEROTTI DI CARNE



Ingredienti:

1 cucchiaio di olio d'oliva.
450 g di carne tritata.
2 spicchi di aglio tritati.
1 cipolla piccola tritata.

½ peperone verde.
½ cucchiaino di cumino.
¼ di tazza di passata di pomodoro,
sale e pepe nero macinato.

1 tuorlo d'uovo.
1 cucchiaino di latte.
1 pacchetto di cialde di panzerotti.

Indicazioni:

- In una padella, scaldare l'olio d'oliva a fuoco alto, aggiungere la carne tritata e cuocerla affinché si dori. Rimuovere l'eccesso di grasso.
- Aggiungere alla padella l'aglio e la cipolla e cuocere per 4 minuti.
- Abbassare la fiamma ed aggiungere il peperone verde, il cumino, la passata di pomodoro, il sale e il pepe nero, e cuocere per altri 10 minuti.
- Mescolare il tuorlo d'uovo e il latte per spennellare le cialde.
- Aggiungere due cucchiaini di carne tritata dentro ogni cialda. Spennellare i bordi con il composto d'uovo e latte e piegare le cialde, chiudendole con una forchetta. Spennellare ancora le cialde.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre da due a quattro panzerotti sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 200 °C (392 °F). Girare i panzerotti a metà cottura.



MANZO IN SALSA D'OSTRICHE



Ingredienti:

500 g manzo a pezzi.
½ cipolla.
2 patate medie.
½ peperone rosso.

1 carota.
2 foglie di alloro.
3 cucchiaini di salsa d'ostriche.
1 cucchiaino di salsa di soia.

½ zenzero grattugiato.
1 cucchiaino di olio d'oliva.

Indicazioni:

- Tagliare le verdure a pezzetti.
- Preriscaldare la friggitrice a 160 °C (320 °F) per 4 minuti.
- Disporre le verdure e le patate a pezzetti sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 6 minuti a 160 °C (320 °F). Girare ogni tanto e rimuovere le verdure.
- Disporre la carne sul cestello ed aggiungere un cucchiaino di olio d'oliva. Introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 160 °C (320 °F). Girare la carne a metà cottura.
- Tre minuti prima che il tempo impostato sia concluso, aggiungere le verdure, le patate, la salsa d'ostriche, la soia e l'alloro.
- Servire guarnito con del prezzemolo.



PANINO REUBEN CON PETTO DI TACCHINO



Ingredienti:

2 cucchiaini di burro.
4 fette di pane di segale.
8 fette di gruviera.

8 fette di petto di tacchino.
4 cucchiaini di insalata russa.

2 cucchiaini di salsa russa.

Indicazioni:

- Spalmare il burro su due fette di pane.
- Disporre le fette di pane su un tagliere, con il lato del burro verso il basso.
- Aggiungere il formaggio gruviera, il petto di tacchino e l'insalata russa su ogni fetta. Ricoprire con le fette di pane senza burro.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre i panini sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 12 minuti a 200 °C (392 °F). Girare i panini a metà cottura.
- Tagliare prima di servire.



HAMBURGER DI AGNELLO



Ingredienti:

4 pezzi di panini da hamburger.
Foglie di lattuga (a piacere).
1 cipolla a rondelle.
250 g di carne d'agnello tritata.
4 fette di formaggio.

4 fette di bacon.
1 uovo sbattuto.
Origano.
Aglio tritato.

Cipolla tritata.
Sale.
Pepe.
Mostarda

Indicazioni:

- Mescolare la carne tritata con l'origano, l'aglio tritato, la cipolla tritata, il sale, il pepe e l'uovo sbattuto. Creare quattro palline di carne e dare loro la forma di hamburger.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 2-3 minuti.
- Disporre gli hamburger sul cestello avendo aggiunto le fette di bacon, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 180 °C (356 °F). Girare la carne a metà cottura.
- Preparare i panini da hamburger con delle rondelle di cipolla, una fetta di formaggio e le foglie di lattuga.
- Aggiungere la carne con il bacon e chiudere l'hamburger.
- Servire con salsa a piacere.



SPIEDINI DI MAIALE E VERDURE

x2

Ingredienti:

250 g di maiale.

1 cucchiaino di paprica dolce.

1 cucchiaino di sale.

1 cucchiaino di pepe.

1 cucchiaino di erbe di Provenza.

1 cucchiaio di olio d'oliva.

1 peperone rosso.

½ zuccina.

1 cipolla media.

Indicazioni:

- Tagliare la carne e la zuccina a pezzi di circa 2,5 x 2,5 cm. Sbucciare la cipolla e tagliarla in otto pezzi. Lavare il peperone, rimuovere i semi e tagliarlo in otto pezzi.
- In un recipiente, mettere la carne, il peperone, le erbe, il sale e il pepe. Aggiungere l'olio d'oliva e mescolare bene affinché tutto il composto sia equamente speziato.
- Mettere tutti gli ingredienti negli spiedini.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 2-3 minuti.
- Disporre quattro spiedini sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15 minuti a 180 °C (356 °F). Girare gli spiedini a metà cottura.



BISTECA SPEZIATA



Ingredienti:

1 bistecca di 450-500 g.
2 g di sale.
2 g di pepe nero.
2 g di aglio in polvere.

2 g di cipolla in polvere.
2 g di origano secco.
½ cucchiaino di rosmarino secco.

½ cucchiaino di peperoncino.
15 ml di olio d'oliva.
2 pomodori medi.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Mescolare le spezie, i condimenti e l'olio in maniera uniforme.
- Spennellare entrambi i lati della bistecca con il composto di olio e spezie.
- Disporre la bistecca sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 200 °C (392 °F). Girare la bistecca a metà cottura. Se la carne non avesse il punto di cottura desiderato aumentare il tempo di cottura.
- Servire guarnito da un'insalata di pomodori.



POLLO ALL'ARANCIA



Ingredienti:

450 g di petto di pollo a pezzi.
 1 uovo sbattuto.
 1 tazza di maizena.
 1 cucchiaino di sale.
 ½ cucchiaino di pepe nero.
 150 g di de arroz blanco cocido.

150 g di riso bianco cotto.
Salsa all'arancia
 1 tazza di succo d'arancia.
 2 cucchi di burro.
 2 cucchiaini di salsa di soia.
 2 cucchiaini di zucchero di canna.
 1 cucchiaino di zenzero grattugiato.

1 cucchiaino di aglio grattugiato.
 1 cucchiaino di aceto di riso.
 1 cucchiaino di erba cipollina tritata.
 ¼ cucchiaino di pepe nero.

Indicazioni:

- In un recipiente, mescolare il pollo con l'uovo sbattuto.
- In un recipiente a parte mescolare la maizena, il sale e il pepe nero.
- Ricoprire il pollo con il composto di maizena.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre il pollo sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15 minuti a 180 °C (356 °F). Girare il pollo a metà cottura.
- In una pentola, mescolare tutti gli ingredienti della salsa e metterli a bollire. Abbassare la fiamma per farlo cuocere in fuoco lento, affinché il composto sia ridotto a metà.
- Aggiungere la salsa al pollo e mescolare.
- Servire guarnito da riso bianco cotto.



POLPETTE DI CARNE CON FETA

6

Ingredienti:

150 g di carne d'agnello o vitello tritata.

1 fetta di pane bianco

Indurito per grattugiare.

50 g di feta greco grattugiato.

½ cucchiaino di scorza di limone.

1 cucchiaino di prezzemolo.

1 cucchiaino di pepe nero.

50 g di passata di pomodoro.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 160 °C (320 °F) per 3 minuti.
- In un recipiente, mescolare la carne tritata con il pangrattato, il formaggio feta, il prezzemolo, la scorza di limone e il pepe nero, e lavorare l'impasto.
- Dividere la carne in 6 porzioni uguali e dare loro la forma di polpette.
- Disporre le polpette sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 8 minuti a 160 °C (320 °F). Girare le polpette a metà cottura. Cuocere fin quando non diventano dorate.
- Servire le polpette su una base di passata di pomodoro.



POLPETTONE DI CARNE



Ingredienti:

450 g di carne di manzo magra tritata.
1 uovo sbattuto.
3 cucchiaini di pangrattato.

60 g di chorizo tritato.
1 cipolla piccola.
1 cucchiaino di timo fresco.

1 cucchiaino di pepe macinato.
3 funghi a fette.
1 cucchiaino di olio d'oliva.

Indicazioni:

- Preiscaldare la friggitrice a 160 °C (320 °F) per 3 minuti.
- In un recipiente, mescolare la carne tritata con l'uovo, il pangrattato, il chorizo, la cipolla, il timo, un cucchiaino di sale e il pepe.
- Trasferire la carne a una teglia e schiacciare la parte superiore. Aggiungere i funghi facendo leggera pressione e ricoprire con olio d'oliva.
- Collocare la teglia nel cestello e introdurre il cestello nella friggitrice. Impostare un tempo di cottura di 25 minuti a 160 °C (320 °F). Girare la carne a metà cottura, cuocere fin quando non diventa un po' arrostito.
- Lasciare riposare il polpettone per almeno 10 minuti prima di servire. Poi tagliare in rondelle di circa 3 cm.



Pesce e frutti di mare



SALMONE ALLA GRIGLIA CON MIELE



Ingredienti:

2 tranci di salmone.

3/4 di tazza di miele.

1/2 tazza di salsa di soia dolce.

2 cucchiaini di zucchero di canna.

1/4 di tazza di succo d'arancia.

2 cucchiaini di succo di limone.

2 cucchiaini di aceto.

2 cucchiaini di olio d'oliva.

2 spicchi d'aglio.

1/2 cucchiaino di pepe nero macinato.

Sale.

1 insalata di lattuga condita.

Indicazioni:

- Per preparare la salsa, mescolare tutti gli ingredienti in una pentola, tranne il salmone.
- Portare a ebollizione e poi abbassare la fiamma per cuocere a fuoco lento per 15 minuti, mescolando spesso.
- Ricoprire ogni trancio di salmone con un filo d'olio e condire.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre il salmone sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 12 minuti a 180 °C (356 °F). Girare i tranci a metà cottura.
- Concluso il tempo di cottura, ricoprire il salmone con la salsa e introdurlo nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 5 minuti a 180 °C (356 °F).
- Servire guarnito da un'insalata.



ORATA CON PATATE



Ingredienti:

1 orata.
150 g di patate piccole.
½ limone.

4 aglio.
1 cucchiaino di olio d'oliva.

½ cucchiaino di pepe.
Sale.

Indicazioni:

- Pulire l'orata e praticarne tre o quattro incisioni sul dorso.
- Tagliare le patate a rondelle e sbucciare gli aglio.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre sul cestello l'orata, le patate, l'aglio, il pepe ed aggiungere un cucchiaino d'olio. Introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 20 minuti a 180 °C (356 °F). Girare l'orata a metà cottura.
- Servire guarnita da mezzo limone.



MERLUZZO CON SALSA ALL'ANETO



Ingredienti:

350 g di merluzzo.
2 cucchiaini di olio d'oliva.

1 cucchiaino di sale.
½ tazza di yogurt greco scremato.

½ tazza di panna acida.
2 cucchiaini di aneto tritato.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 135 °C (275 °F) per 3 minuti.
- Tagliare il merluzzo in due porzioni ed aggiungere ad ogni pezzo un cucchiaino di olio d'oliva. Condire con un pizzico di sale.
- Disporre le due porzioni di merluzzo sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15-17 minuti a 135 °C (275 °F). Girare il merluzzo a metà cottura.
- Per preparare la salsa all'aneto mescolare in una ciotola lo yogurt, la panna acida, l'aneto tritato e il sale.
- Versare la salsa sul merluzzo e decorare con un ulteriore mazzolino di aneto.



ACCIUGHE FRITTE



Ingredienti:

500 g di acciughe.
½ tazza di farina.

1 cucchiaino di olio.
Sale.

½ limone fatto a pezzi.

Indicazioni:

- Pulire le acciughe.
- Lavarle, scolarle ed aggiungere sale.
- Passare le acciughe nella farina e disporle su un vassoio grande, ben separate fra di loro.
- Spennellare bene l'olio in ogni pezzo, a entrambi i lati.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre le acciughe sul cestello senza sovrapporle, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15 minuti a 180 °C (356 °F). Girare le acciughe a metà cottura.
- Servire le acciughe guarnite con mezzo limone a pezzi.



TROTA SALMONATA AL LIMONE



Ingredienti:

1 trota salmonata.
1 cucchiaino di olio d'oliva.

1 limone.
½ mazzo di erba cipollina.

1 pannocchia.

Indicazioni:

- Aprire la trota e rimuoverne le spine.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Mettere la trota nel cestello ed aggiungere olio d'oliva.
- Impostare un tempo di cottura di 24 minuti a 180 °C (356 °F). Girare la trota a metà cottura ed aggiungere il sugo di mezzo limone.
- Servire guarnito di una pannocchia a rondelle, salsa a piacere e dell'erba cipollina per decorare.



PESCE AL CARTOCCIO



Ingredienti:

1 spigola o branzino.
1 cipolla piccola a rondelle.
1 pomodoro a rondelle.

2-3 spicchi d'aglio.
1 cucchiaino di burro.
½ cucchiaino di pepe nero.

Sale.
Carta stagnola.

Indicazioni:

- Tagliare un pezzo di carta stagnola grande quanto il cestello.
- Creare un primo strato di verdure, dopo aggiungere il pesce, il burro e i condimenti. Chiudere bene la carta stagnola, assicurandosi che gli estremi siano rivolti verso l'alto.
- Impostare un tempo di cottura di 20-25 minuti a 180 °C (356 °F).
- Servire guarnito con riso, pasta o purè.



CAPESANTE CON PANCETTA



Ingredienti:

16 capesante.

8 fette di pancetta.

16 stuzzicadenti.

Olio d'oliva.

Pepe nero.

Indicazioni:

- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre le fette di pancetta sul cestello e introdurlo nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 6 minuti a 200 °C (392 °F). Girare le fette di pancetta a metà cottura. Rimuoverle e disporle su della carta da cucina per raffreddare.
- Asciugare le capesante con della carta da cucina per eliminare l'umidità.
- Avvolgere ogni capesanta in una fetta di pancetta e fermare l'involto con uno stuzzicadenti.
- Aggiungerne un filo d'olio e condire con pepe nero.
- Disporre le capesante sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 8 minuti a 180 °C (356 °F). Girare le capesante a metà cottura.



GAMBERI IN SALSA SRIRACHA



Ingredienti:

900 g di gamberi sgucciati.

1/4 di cucchiaino di polvere di sriracha

1 tazza di maizena.

1/4 di tazza di salsa di peperoncino dolce.

1/4 di tazza di maionese.

Indicazioni:

- In un recipiente, mescolare la polvere di sriracha e la maizena.
- Ricoprire i gamberi con il composto di sriracha e maizena.
- Preriscaldare la friggitrice a 160 °C (320 °F) per 3 minuti.
- Disporre i gamberi in un unico strato sul cestello, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15 minuti a 160 °C (320 °F). Girare i gamberi a metà cottura.
- Mentre si cucinano i gamberi, mescolare la maionese con la salsa di peperoncino dolce.
- Servire i gamberi con la salsa.



CALAMARI ALLA GRIGLIA



Ingredienti:

4 calamari medi.
2 cucchiaini di olio d'oliva.
1 spicchio d'aglio.

½ cucchiaino di prezzemolo.
Sale.

Indicazioni:

- Pulire i calamari e condirli.
- Aggiungere un cucchiaino di olio e spalmarlo dappertutto il cestello.
- Disporre i calamari sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 180 °C (356 °F). Girare i calamari a metà cottura.
- In una ciotola a parte, mescolare un ulteriore cucchiaino di olio d'oliva con l'aglio tritato e un po' di prezzemolo. Aggiungere ai calamari.



BASTONCINI DI GRANCHIO



Ingredienti:

2 uova.

3 cucchiai di latte.

2 tazze di pangrattato.

1 tazza di farina.

450 g di bastoncini di granchio.

1 cucchiaino di olio d'oliva.

1/4 di cucchiaino di sale.

1 tazza di salsa tartara.

Pepe nero macinato.

Indicazioni:

- In una ciotola, mescolare le uova e il latte.
- In un recipiente, versare il pangrattato.
- Versare la farina in un secondo recipiente.
- Condire i bastoncini di granchio con olio d'oliva, sale e pepe nero.
- Passare i bastoncini di granchio nella farina, successivamente nell'uovo e nel pangrattato.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre i bastoncini di granchio sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 12 minuti a 180 °C (356 °F) Girare i bastoncini di granchio a metà cottura.
- Servire con la salsa tartara.



Dolce



FRENCH TOAST



Ingredienti:

1 uovo grande.
1 cucchiaino di vaniglia.
1 cucchiaino di sale.
1 cucchiaino di burro senza sale fuso.

½ tazza di panna liquida.
1 banana matura schiacciata.
1 pan brioche, tagliato in 12 fette.

Topping

½ tazza di fragole.
2 cucchiari di miele.
1 banana matura a rondelle.

Indicazioni:

- In un recipiente, mescolare l'uovo, la vaniglia, il sale, il burro, la panna e la banana schiacciata.
- Inzuppare le fette di pan brioche nel composto d'uovo.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 3 minuti.
- Disporre le fette di pan brioche sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 200 °C (392 °F). Girare le fette a metà cottura.
- Ricoprire i toast con le fragole, le banane e il miele.



CORNETTI AL CIOCCOLATO



Ingredienti:

- 1 pasta sfoglia pronta.
- 8 cucchiaini di cioccolato.

Indicazioni:

- Srotolare la pasta sfoglia e tagliarla a triangoli.
- Aggiungere un cucchiaino di cioccolato su ogni triangolino, lasciando $\frac{1}{4}$ dello spazio ad ogni estremo.
- Arrotolare ogni triangolo all'insù, dall'estremo più largo verso la punta superiore, formando una mezza luna.
- Preriscaldare la friggitrice a $160\text{ }^{\circ}\text{C}$ ($320\text{ }^{\circ}\text{F}$) per 3 minuti.
- Disporre i cornetti sul cestello senza sovrapporli, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 8 minuti a $160\text{ }^{\circ}\text{C}$ ($320\text{ }^{\circ}\text{F}$). Girare i cornetti a metà cottura.



ANANAS AL FORNO



Ingredienti:

8 fette di ananas nel loro liquido.
Yogurt al limone.

4 noci a pezzetti.
Sciroppo di fragole e/o miele

Indicazioni:

- Scolare le rondelle di ananas.
- Preriscaldare la friggitrice a 200 °C (392 °F) per 5 minuti.
- Disporre le rondelle di ananas sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 200 °C (392 °F). Girare ogni rondella a metà cottura.
- Servire l'ananas guarnita da yogurt al limone o da gelato alla vaniglia.
- Aggiungerne sopra pezzetti di noci e ricoprire con sciroppo di fragole o miele.



TORTA AL CIOCCOLATO E NOCI



Ingredienti:

60 g di cioccolato nero.
2 cucchiaini di burro.
1 uovo.

3 cucchiaini di zucchero.
50 g di farina.

1 bustina di lievito.
Noci a pezzetti.

Indicazioni:

- A fuoco lento, far fondere il cioccolato nero insieme al burro. Quando fusi, trasferire in una ciotola.
- Aggiungere l'uovo, lo zucchero, la farina, il lievito e alla fine i pezzetti di noci.
- Mescolare bene al fine di ottenere un impasto omogeneo.
- Mettere l'impasto in uno stampo in silicone compatibile per l'utilizzo nella friggitrice.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 5 minuti.
- Impostare un tempo di cottura di 20 minuti a 180 °C (356 °F). Lasciare raffreddare prima di estrarre dallo stampo.



CHEESECAKE



Ingredienti:

500 g de ricotta.

3 uova.

2 cucchiari di dolcificante in polvere.

2 cucchiari di crusca d'avena.

4 cucchiari di sciroppo di fragole.

150 g di mirtilli.

½ cucchiario di lievito per dolci.

2 cucchiari di cannella.

2 cucchiari di aroma di vaniglia.

1 limone (la buccia).

Indicazioni:

- In una ciotola, mescolare la ricotta, il dolcificante, la cannella, l'aroma di vaniglia e la scorza di limone, fino ad ottenere un impasto omogeneo.
- Aggiungere le uova uno ad uno.
- Per ultimo, aggiungerne l'avena e il lievito, mescolando bene.
- Mettere l'impasto in uno stampo adatto alla friggitrice.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Posizionare lo stampo sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 20-22 minuti a 180 °C (356 °F).
- Ricoprire la torta con sciroppo di fragole e mirtilli.



CROSTATINE DI PASTA SFOGLIA ALLE PESCHE

4

Ingredienti:

1 pasta sfoglia.
8 cucchiaini di
marmellata di pesche.

1 cucchiaino di zucchero.

Indicazioni:

- Srotolare la pasta sfoglia e tagliarla in quattro quadretti.
- Aggiungere due cucchiaini di marmellata di pesche ad ogni quadretto.
- Piegare i quadretti ed utilizzare una forchetta per chiudere i bordi.
- Preriscaldare la friggitrice a 160 °C (320 °F) per 3 minuti.
- Disporre le crostatine sul cestello e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 15 minuti a 160 °C (320 °F). Girare le crostatine a metà cottura.



RISO AL LATTE



Ingredienti:

1,5 l di latte.
200 g di riso.

1 limone (la buccia).
Bastoncini di cannella.

220 g di zucchero.
Cannella macinata per guarnire.

Indicazioni:

- Collocare nella friggitrice il latte, il riso, la scorza di limone e bastoncini di cannella a piacere.
- Impostare un tempo di cottura di 30 minuti a 160 °C (320 °F).
- Concluso il tempo di cottura, aggiungere lo zucchero e cuocere ancora per 5 minuti a 160 °C.
- Rimuovere la scorza di limone e i bastoncini di cannella.
- Versare in delle ciotole individuali ed aggiungere sopra la cannella macinata.
- Servire freddo.



FLAN



Ingredienti:

450 ml di latte intero o scremato.
4 uova.

4 cucchiaini di zucchero.
Caramello liquido a piacere.

Indicazioni:

- Ripartire il caramello liquido in quattro stampi.
- Sbattere il latte, le uova e lo zucchero per circa due minuti.
- Versare l'impasto negli stampi.
- Ricoprire gli stampi con carta stagnola e metterli nella friggitrice.
- Versare dell'acqua nel cestello affinché la cottura sia a bagnomaria.
- Impostare un tempo di cottura di circa 15 minuti a 160 °C (320 °F).
- Per assicurarsi che i flan siano pronti, pungerli con uno stecchino. Se ne esce pulito sono pronti, altrimenti aumentare il tempo di cottura.



PRUSSIANE



Ingredienti:

- 1 strato di pasta sfoglia.
- 1 tazza di zucchero.

Indicazioni:

- Stendere la pasta sfoglia.
- Aggiungere sopra lo zucchero e piegare lo strato di pasta sfoglia a metà.
- Aggiungere ancora lo zucchero e ripiegare la pasta sfoglia a metà.
- Arrotolare la pasta sfoglia dagli estremi verso il centro (creando la forma di prussiana).
- Tagliare in rondelle di 5-8 mm di spessore.
- Preriscaldare la friggitrice a 180 °C (356 °F) per 3 minuti.
- Disporre le prussiane sul cestello e introdurlo nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 10 minuti a 180 °C (356 °F). Girare le prussiane a metà cottura.
- In caso non fossero ancora croccanti aumentare il tempo di cottura.



MELE RIPIENE



Ingredienti:

2 mele.
20 g di mandorle.
15 g di uvette.
10 g di nocciole.


½ bustina di vaniglia in polvere.
1 cucchiaino di zucchero.
½ cucchiaino di cannella.

1 cucchiaino di miele.
30 g di burro fuso.
5 g di bastoncini di cannella.

Indicazioni:

- Tagliare la parte superiore delle mele e conservare il tappo. Aprire un buco per svuotare le mele e rimuovere i semi. Lasciare uno spessore di 1 cm nei dintorni per rendere la struttura stabile.
- In un recipiente, mescolare tutti gli ingredienti del ripieno e riempire le mele.
- Disporre le mele ripiene sul cestello senza il loro tappo, e introdurre il cestello nella friggitrice.
- Impostare un tempo di cottura di 5 minuti a 160 °C (320 °F).
- Aggiungere i tappi tagliati all'inizio sui fianchi delle mele e cuocere ancora per 10 minuti a 160 °C.
- Servire con zucchero a velo o gelato alla vaniglia.





*Receitas
para cozinhar
de forma
saudável em
Casa*

Índice

Aperitivos



Bolinhas de alho	199
Argolas de cebola	200
Batatas fritas	201
Bolas de macarrão e queijo	202
Palitos de mozzarella	203
Batatas enroladas com bacon	204
Rolinhos primavera	205
Maçã desidratada	206
Salsichas enroladas com massa folhada	207
Pimentos recheados com queijo de cabra	208

Carnes



Asinhas de frango com molho de tomate	210
Empadas de carne	211
Vitela com molho de ostras	212
Peru assado Reuben	213
Hambúrguer de borrego	214
Espetada de porco com verduras	215
Chuletón com especiarias	216
Frango com laranja	217
Almôndegas de carne com queijo feta	218
Rolo de vitela	219

Peixe e Marisco



Lombos de salmão assados com mel	221
Dourada com batatas	222
Bacalhau com molho de endro	223
Biqueirões fritos	224
Truta salmonada com limão	225
Peixe em papelote	226
Vieiras com toucinho	227
Camarões com molho Sriracha	228
Lulas grelhadas	229
Douradinhos de pescada	230

Sobremesas



Rabanadas crocantes	232
Croissant com chocolate	233
Ananás assado	234
Bolo de chocolate e nozes	235
Tarte de queijo	236
Mini-folhados com pêssego	237
Arroz doce	238
Pudim caseiro	239
Palmiers	240
Maças recheadas	241

Aperitivos



BOLINHAS DE ALHO



Ingredientes:

450 g de massa de piza refrigerada.
½ chávena de azeite.

1 colher (sopa) de alho picado.
1 colher (chá) de sal.
1 colher (sopa) de salsa picada.

1 colher (sopa) de queijo parmesão ralado.

Preparação:

- Colocar a massa de piza e estendê-la com um rolo da massa para formar um quadrado de 25 x 25 cm e com uma espessura de 1 cm.
- Cortar a massa ao comprido para fazer tiras com aproximadamente 2 cm de largura.
- Fazer uma bolinha com cada tira de massa.
- Misturar numa tigela o azeite, o alho, o sal, a salsa e o queijo parmesão juntamente com as bolinhas.
- Colocar as bolinhas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 12 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as bolinhas.
- Servir com molho à escolha.



ARGOLAS DE CEBOLA



Ingredientes:

180 g de argolas de cebola panadas congeladas.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar no cesto uma quantidade suficiente de argolas de cebola para cobrir o fundo sem encher em demasia.
- Marcar o tempo de cozedura para 20 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as argolas de cebola.
- Servir com molho à escolha.



BATATAS FRITAS



Ingredientes:

½ kg de batatas.

1 colher (sopa) de azeite.

1 colher (sopa) de sal.

½ colher (sopa) de pimenta preta.

Preparação:

- Cortar as batatas com uma espessura de aproximadamente 1 cm.
- Deixar as batatas em água durante meia hora. Limpar, hidratar e secar as batatas com papel de cozinha.
- Misturar as batatas numa taça com azeite, sal e pimenta preta.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar as batatas no cesto, tendo cuidado para não a encher em demasia, e introduzir dentro da fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 18 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura mexer as batatas.



BOLAS DE MACARRÃO E QUEIJO



Ingredientes:

2 chávenas de macarrão.

1/3 chávena de queijo cheddar ralado.

1/3 chávena de queijo de cabra.

3/4 chávena de farinha.

3 ovos.

2 chávenas de leite.

1 chávena de pão ralado.

Preparação:

- Misturar o macarrão com os queijos numa tigela.
- Colocar a farinha numa segunda tigela.
- Colocar o pão ralado numa terceira tigela.
- Misturar os ovos e o leite numa quarta tigela.
- Com uma colher pequena, fazer bolas de tamanho médio com a mistura de macarrão e queijo.
- Enrolar o macarrão e as bolas de queijo na farinha, misturar os ovos e por último o pão ralado.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar o macarrão e as bolinhas de queijo no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as bolas de macarrão e queijo.



PALITOS DE MOZARELA



Ingredientes:

1 porção de 450 g de queijo mozzarella.
1/4 chávena de farinha.
2 ovos.

3 colheres (sopa) de leite magro.
1 chávena de pão ralado.
100 g de molho de tomate.

Preparação:

- Cortar o queijo mozzarella em palitos de 1 cm.
- Colocar a farinha numa tigela.
- Misturar o ovo e o leite numa segunda tigela.
- Colocar o pão ralado numa terceira tigela.
- Passar os palitos de mozzarella pela farinha, misturar em seguida com o ovo e por último com o pão ralado.
- Colocar os palitos de mozzarella panados numa assadeira. Colocar a assadeira no congelador até os palitos ficarem sólidos (entre 1 e 2 horas).
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar os palitos de mozzarella no cesto tendo cuidado para não a encher em demasia, e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 12 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar os palitos de mozzarella.
- Servir os palitos de mozzarella com o molho de tomate.



BATATAS ENROLADAS COM BACON



Ingredientes:

1 embalagem de 450 g de batatas congeladas.
450 g de bacon.

3 cebolinhas.
50 g de molho de queijo Roquefort.

Preparação:

- Enrolar cada uma das batatas com uma tira de bacon e prender com um palito.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar as batatas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 8 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as batatas até ficarem douradas.
- Acompanhar com molho de queijo Roquefort.



ROLINHOS PRIMAVERA

x5

Ingredientes:

2 colheres (sopa) de azeite.
250 g de couve picada.
250 g de cogumelos shitake
cortados em rodelas.
1 colher (chá) de gengibre picado.

1 dente de alho descascado e picado.
3 cebolinhas picadas.
250 g de gambas cozidas.
1 colher (chá) de sal.
½ colher (chá) de pimenta preta.

1 gema de ovo.
1 colher (sopa) de água.
6-8 porções de massa para
rolinhos primavera.
Molho de pimenta doce.

Preparação:

- Numa frigideira aquecer o azeite em lume alto e saltear a couve. Retirar e reservar.
- Saltear os cogumelos, o gengibre, o alho, as cebolinhas e reservar.
- Misturar a couve, os cogumelos, o gengibre, o alho, as cebolinhas, as gambas, o sal e a pimenta preta numa tigela para preparar o recheio. Quando o recheio tiver arrefecido, retirar o excesso de água.
- Colocar 2 colheres de sopa de recheio em cada porção de massa. Pincelar a parte superior das porções de massa com a gema do ovo e enrolar, dobrando os lados para cima.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar os rolinhos primavera no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar os rolinhos primavera.
- Servir com o molho de pimenta doce.



MAÇÃ DESIDRATADA



Ingredientes:

3 maçãs pequenas.
1 copo de sumo de laranja.

Preparação:

- Lavar e secar as maçãs, descaroçá-las e cortá-las em rodela finas com a ajuda de uma mandolina para ficarem todas com a mesma espessura.
- Untar cada uma das rodela com o sumo de laranja, para evitar ficarem oxidadas.
- Colocar as rodela de maçã no cesto e introduzir na friteira.
- Marcar o tempo de cozedura para 4-5 horas a 200 °C (392 °F), dependendo da espessura das rodela das maçãs. A meio do tempo de cozedura virar as maçãs.



SALSICHAS ENROLADAS COM MASSA FOLHADA



Ingredientes:

20 salsichas.

100 g de massa folhada
refrigerada.

1 colher (sopa) de mostarda fina.

50 g de sésamo.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Secar completamente as salsichas com papel de cozinha.
- Cortar a massa folhada em tiras com 10 x 5 cm de comprimento e cobri-las com uma fina camada de mostarda.
- Enrolar cada uma das salsichas em espiral com uma tira de massa folhada e acrescentar o sésamo.
- Colocar metade das salsichas com massa folhada no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as salsichas enroladas com massa folhada. Cozinhar até ficarem douradas.
- Servir acompanhadas com mostarda.



PIMENTOS RECHEADOS COM QUEIJO DE CABRA



Ingredientes:

4 pimentos vermelhos.
½ colher (sopa) de azeite.

½ colher (sopa) de salsa picada.
1 colher (chá) de pimenta preta.

100 g de queijo de cabra.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Cortar a parte superior dos pimentos e retirar as sementes e a pele.
- Misturar num prato fundo o azeite com a salsa e a pimenta preta. Colocar as porções de queijo de cabra na mistura do azeite.
- Rechear todos os pimentos com uma porção de queijo de cabra e colocar os pimentos no cesto, uns ao lado dos outros, e introduzir o cesto na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 8 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar os pimentos. Cozinhar os pimentos até o queijo ficar derretido.



Carnes



ASINHAS DE FRANGO COM MOLHO DE TOMATE



Ingredientes:

30 asinhas de frango.
1 chávena de molho barbecue.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar as asinhas de frango no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 25 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar as asinhas de frango.
- Retirar as asinhas de frango e misturar com o molho de tomate.
- Colocar de novo as asinhas de frango no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 8 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar as asinhas de frango.



EMPADAS DE CARNE



Ingredientes:

1 colher (sopa) de azeite.
450 g de carne picada.
2 dentes de alhos picados.
1 cebola pequena picada.

1/2 pimento verde.
1/2 colher (sopa) de cominhos.
1/4 chávena de molho de tomate,
sal e pimenta preta moída.

1 gema de ovo.
1 colher (sopa) de leite.
1 embalagem de discos de massa
para empadas.

Preparação:

- Numa frigideira aquecer o azeite em lume alto, juntar a carne picada e cozinhar até a carne ficar dourada. Eliminar o excesso de gordura.
- Juntar o alho e a cebola na frigideira e cozinhar durante 4 minutos.
- Baixar o lume e juntar o pimento verde, os cominhos, o molho de tomate, o sal, a pimenta preta e deixar a cozinhar durante 10 minutos.
- Misturar o ovo e o leite para pincelar os discos de massa.
- Colocar duas colheres (sopa) de carne picada no meio dos discos de massa. Pincelar as bordas com a mistura do ovo e do leite, dobrar os discos de massa e selar com um garfo. Pincelar os discos de massa.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar entre duas a quatro empadas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as empadas.



VITELA COM MOLHO DE OSTRAS



Ingredientes:

500 g vitela marinada.
½ cebola.
2 batatas tamanho médio.
½ pimento vermelho.

1 cenoura.
2 folhas de louro.
3 colheres (sopa) de molho de ostras.

1 colher (sopa) de molho de soja.
½ gengibre ralado.
1 colher (sopa) de azeite.

Preparação:

- Cortar as verduras em pedaços.
- Pré-aquecer a fritadeira a 160 °C (320 °F) durante 4 minutos.
- Colocar as verduras e as batatas cortadas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 6 minutos a 160 °C (320 °F), mexer de vez em quando e retirar as verduras.
- Colocar a carne no cesto com uma colher (sopa) de azeite e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 160 °C (320 °F). A meio do tempo de cozedura virar a carne.
- Quando faltarem 3 minutos juntar as verduras, as batatas, o molho de ostras, o molho de soja e o louro.
- Servir e decorar com salsa.



PERU ASSADO REUBEN



Ingredientes:

2 colheres (sopa) de manteiga.
4 fatias de pão de centeio.
8 fatias de queijo suíço.

8 fatias de peito de peru assado.
4 colheres (sopa) de salada de couve.

2 colheres (sopa) de molho russo.

Preparação:

- Untar a manteiga num dos lados de 2 fatias de pão.
- Colocar numa tábua de cortar as fatias de pão com o lado da manteiga virado para baixo.
- Colocar em cada fatia de pão o queijo suíço, o peru, a salada de couve e o molho russo. Cobrir com as fatias de pão que não têm manteiga.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar as sanduiches no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 12 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as sanduiches.
- Cortar as sanduiches antes de servir.



HAMBÚRGUER DE BORREGO



Ingredientes:

4 pães de hambúrguer.
Folhas de alface (quantidade necessária).
1 cebola cortada às rodelas.

250 g de carne picada de borrego.
4 fatias de queijo.
4 fatias de bacon.
1 ovo batido.
Orégãos.

Alho picado.
Cebola picada.
Sal.
Pimenta.
Mostarda.

Preparação:

- Misturar a carne picada com os orégãos, o alho picado, a cebola picada, sal, pimenta e o ovo batido. Fazer quatro bolas de carne e dar a forma de hambúrguer a cada uma delas.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante aproximadamente 2-3 minutos.
- Colocar os hambúrgueres com as fatias de bacon no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar a carne.
- Preparar cada um dos pães com rodelas de cebola, uma fatia de queijo e folhas de alface.
- Colocar a carne do hambúrguer com a fatia de bacon e fechar o pão.
- Servir acompanhado com molho a gosto.



ESPETADA DE PORCO COM VERDURAS

x2

Ingredientes:

250 g de carne de porco.
1 colher (chá) de colorau.
1 colher (chá) de sal.
1 colher (chá) de pimenta.

1 colher (chá) de ervas de
Provence.
1 colher (sopa) de azeite.
1 pimento vermelho.

½ curgete.
1 cebola tamanho médio.

Preparação:

- Cortar a carne e a curgete em pedaços de aproximadamente 2,5 x 2,5 cm. Descascar a cebola e cortar em 8 pedaços. Lavar o pimento, retirar as sementes e cortar em 8 pedaços.
- Juntar numa tigela a carne, o colorau, as ervas, sal e pimenta. Juntar o azeite e misturar bem para tudo ficar coberto uniformemente com as especiarias e o azeite.
- Colocar os ingredientes em espetos de madeira.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante aproximadamente 2-3 minutos.
- Colocar 4 espetadas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar a carne.



CHULETÓN COM ESPECIARIAS



Ingredientes:

1 chuletón de 450-500 g.
2 g de sal.
2 g de pimenta preta.
2 g alho em pó.

3 g de cebola em pó.
2 g de orégãos secos.
½ colher (chá) de alecrim seco.
½ colher (chá) de pimenta-de-caiena.

15 ml de azeite.
2 tomates tamanho médio.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Misturar uniformemente as especiarias, os condimentos e o azeite.
- Acrescentar as especiarias, os condimentos e o azeite ao chuletón, pelos dois lados.
- Colocar o chuletón no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar o chuletón. Se a carne não estiver no ponto desejado, deixar cozinhar durante mais tempo.
- Servir acompanhado com uma salada de tomate.



FRANGO COM LARANJA



Ingredientes:

450 g de peito de frango cortado em pedaços.
1 ovo batido.
1 chávena de maizena.
2 colheres (chá) de sal.
½ colher (chá) de pimenta preta.

150 g de arroz branco cozido.
Molho de laranja
1 chávena de sumo de laranja.
2 colheres (sopa) de manteiga.
2 colheres (chá) de molho de soja.
2 colheres (chá) de açúcar amarelo.

1 colher (chá) de gengibre, ralado.
1 colher (sopa) de alho, ralado.
1 colher (sopa) de vinagre de arroz.
1 colher (sopa) de cebolinho picado.
¼ colher (chá) de pimenta vermelha.

Preparação:

- Misturar o frango com o ovo numa taça.
- Juntar numa tigela pequena à parte a maizena, o sal e a pimenta preta, e misturar.
- Cobrir o frango com a mistura de maizena.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar o frango no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar o frango.
- Misturar todos os ingredientes do molho numa ççarola e levar a ferver. Baixar o lume para ferver em lume brando e cozinhar até reduzir pela metade.
- Acrescentar o molho ao frango e misturar para cobrir.
- Acompanhar o frango com arroz branco cozido.



ALMÓNDEGAS DE CARNE COM QUEIJO FETA

6

Ingredientes:

150 g de carne picada de borrego ou magro de vitela picado.
1 fatia de pão branco

duro para ralar.
50 g de queijo feta grego ralado.
½ colher (sopa) de raspa de limão.

1 colher (sopa) de salsa.
1 colher (sopa) de pimenta preta.
50 g de molho de tomate.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Misturar numa tigela a carne picada com o pão ralado, o queijo feta, a salsa, a raspa de limão com a pimenta preta e amassar tudo.
- Dividir a carne picada em 6 porções iguais e fazer bolas uniformes.
- Colocar as bolas de carne picada no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 8 minutos a 160 °C (320 °F). A meio da cozedura virar as bolas de carne até ficarem douradas e bem passadas.
- Servir as almôndegas numa base de molho de tomate.



ROLO DE VITELA



Ingredientes:

450 g de carne de vitela magra picada.
1 ovo batido.
3 colheres (sopa) de pão ralado.

60 g de chouriço picado.
1 cebola pequena.
1 colher (sopa) de tomilho fresco.

1 colher (sopa) de pimenta moída.
3 cogumelos laminados.
1 colher (sopa) de azeite.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Misturar numa tigela a carne picada com o ovo, o pão ralado, o chouriço, a cebola, o tomilho, 1 colher (chá) de sal e pimenta.
- Passar a carne picada para uma travessa e alisar a parte superior. Colocar os cogumelos, pressionando levemente, e cobrir com azeite a parte de cima.
- Colocar a carne no cesto e introduzir na fritadeira. Marcar o tempo de cozedura para 25 minutos a 160 °C (320 °F). A meio da cozedura virar a carne até ficar com aspeto tostado.
- Deixar repousar o rolo pelo menos 10 minutos antes de servir. Depois, cortar em rodellas de aproximadamente 3 cm.



Peixe e Marisco



LOMBOS DE SALMÃO ASSADOS COM MEL



Ingredientes:

2 lombos de salmão.	2 colheres (sopa) de sumo de limão.	móida.
3/4 chávena de mel.	2 colheres (sopa) de vinagre.	Sal.
1/2 chávena de molho de soja doce.	2 colheres (sopa) de azeite.	1 salada de alface temperada.
2 colheres (sopa) de açúcar amarelo.	2 dentes de alho.	
1/4 chávena de sumo de laranja.	1/2 colher (chá) de pimenta preta	

Preparação:

- Para preparar o molho, misturar numa caçarola em lume brando todos os ingredientes, exceto o salmão.
- Deixar ferver e colocar em seguida em lume brando. Reduzir o tempo para 15 minutos, mexendo várias vezes.
- Cobrir cada lombo de salmão com um pouco de azeite e temperar.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar o salmão no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 12 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar os lombos de salmão.
- Uma vez terminada a cozedura, pincelar o salmão com o molho e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 5 minutos a 180 °C (356 °F).
- Servir acompanhado com salada.



DOURADA COM BATATAS



Ingredientes:

1 dourada.

150 g de batatas pequenas.

½ limão.

4 alhos.

1 colher (sopa) de azeite.

½ colher (chá) de pimenta.

Sal.

Preparação:

- Limpar a dourada e fazer três ou quatro cortes no dorso.
- Cortar as batatas em rodela e descascar os alhos.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar no cesto a dourada, as batatas, os alhos e a pimenta com uma colher (sopa) de azeite, e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 20 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar a dourada.
- Servir a dourada acompanhada com meio limão.



BACALHAU COM MOLHO DE ENDRO



Ingredientes:

350 g de bacalhau.
2 colheres (chá) de azeite.

1 colher (chá) de sal.
½ chávena de iogurte grego magro.

½ chávena de natas azedas.
2 colheres (sopa) de endro picado.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 135 °C (275 °F) durante 3 minutos.
- Cortar o bacalhau em duas porções e cobrir cada peça com 1 colher (chá) de azeite. Condimentar com uma pitada de sal.
- Colocar as duas porções de bacalhau no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15-17 minutos a 135 °C (275 °F). A meio do tempo de cozedura virar as duas porções de bacalhau.
- Para fazer o molho de endro, misturar numa tigela o iogurte, as natas azedas, o endro picado e sal.
- Cobrir o bacalhau com o molho e decorar com um pouco de endro picado extra.



BIQUEIRÕES FRITOS



Ingredientes:

500 g de biqueirões.
½ chávena de farinha.

1 colher (sopa) de óleo.
Sal.

½ limão cortado.

Preparação:

- Limpar os biqueirões.
- Lavar, escorrer e pôr sal.
- Passar os biqueirões pela farinha e colocá-los numa travessa grande, de forma a ficarem separados entre si.
- Untar com óleo, de forma a ficar bem distribuído por todos.
- Virá-los e untar novamente com óleo.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar os biqueirões no cesto de forma a não ficarem uns em cima dos outros e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar os biqueirões.
- Servir os biqueirões acompanhados com meio limão cortado.



TRUTA SALMONADA COM LIMÃO



Ingredientes:

1 truta salmonada.
1 colher (sopa) de azeite.

1 limão
½ ramalhete de cebolinho.

1 maçaroca de milho

Preparação:

- Abrir a truta e tirar as espinhas.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar azeite no cesto e colocar a truta.
- Marcar o tempo de cozedura para 24 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar a truta e espremer meio limão.
- Servir com a maçaroca de milho cortada em pedaços, limão a gosto e cebolinho para decorar.



PEIXE EM PAPELOTE



Ingredientes:

1 corvina ou robalo.
1 cebola pequena cortada às rodela.

1 tomate cortado às rodela.
2-3 dentes de alho.
1 colher (chá) de manteiga.

½ colher (chá) de pimenta preta.
Sal.
Papel de alumínio.

Preparação:

- Cortar uma peça de papel de alumínio do tamanho do cesto.
- Preparar uma cama de verduras, colocando-as umas em cima das outras, e em seguida o peixe por cima, a manteiga e os condimentos. Fechar bem o papel de alumínio, garantindo que as extremidades ficam voltadas para cima.
- Marcar o tempo de cozedura para 20-25 minutos a 180 °C (356 °F).
- Acompanhar o prato com arroz, massa ou puré.



VIEIRAS COM TOUCINHO



Ingredientes:

16 vieiras.

8 fatias de toucinho.

16 palitos.

Azeite.

Pimenta preta.

Preparação:

- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar as fatias de toucinho no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 6 minutos a 200 °C (392 °F). A meio da cozedura virar as fatias de toucinho. Retirar e colocar em cima de papel de cozinha para arrefecer.
- Secar as vieiras com papel de cozinha para eliminar a humidade.
- Enrolar cada uma das vieiras com uma fatia de toucinho e prender cada uma com um palito.
- Cobrir as vieiras com um pouco de azeite e temperar com pimenta preta.
- Colocar as vieiras no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 8 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar as vieiras.



CAMARÕES COM MOLHO SRIRACHA

6

Ingredientes:

900 g de camarões descascados.
1/4 colher (chá) de pó de Sriracha seca.
1 chávena de maionese.

1/4 chávena de molho de pimenta doce.
1/4 chávena de maionese.

Preparação:

- Misturar numa taça a Sriracha seca e a maionese.
- Cobrir os camarões com a mistura de Sriracha e de maionese.
- Pré-aquecer a fritadeira a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Colocar no cesto os camarões numa única camada e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos a 160 °C (320 °F). A meio do tempo de cozedura virar os camarões.
- Enquanto os camarões são cozinhados, misturar a maionese e o molho de pimenta doce.
- Servir os camarões com o molho.



LULAS GRELHADAS



Ingredientes:

4 lulas tamanho médio.
2 colheres (sopa) de azeite virgem extra.
1 dente de alho.

½ colher (chá) de salsa.
Sal.

Preparação:

- Limpar as lulas e temperar.
- Colocar 1 colher (sopa) de azeite e untar todo o cesto.
- Colocar as lulas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar as lulas.
- Colocar numa tigela a outra colher (sopa) de azeite com o alho picado e um pouco de salsa, para juntar às lulas.



DOURADINHOS DE PESCADA



Ingredientes:

2 ovos.

3 colheres (sopa) de leite.

2 chávenas de pão ralado.

1 chávena de farinha.

450 g de pescada, cortada em palitos.

1 colher (sopa) de azeite.

¼ colher (chá) de sal.

1 chávena de molho tártaro.

Pimenta preta moída.

Preparação:

- Misturar os ovos e o leite numa tigela.
- Colocar o pão ralado num tabuleiro para fritar.
- Colocar a farinha num segundo tabuleiro para fritar.
- Cobrir os palitos de pescada com azeite, sal e pimenta preta.
- Passar os palitos de pescada pela farinha, misturar com o ovo e por último com o pão ralado.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar os palitos de pescada no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 12 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar os douradinhos de pescada.
- Servir com molho tártaro.



Sobremesas



RABANADAS CROCANTES

4

Ingredientes:

1 ovo grande.
1 colher (chá) de baunilha.
1 colher (sopa) de sal.
1 colher (sopa) de manteiga sem sal, derretida.

½ chávena de natas líquidas.
1 banana madura, esmagada.
1 pão brioche, cortado em 12 fatias.

Topping

½ chávena de morangos.
2 colheres (sopa) de mel.
1 banana madura cortada às rodelas.

Preparação:

- Misturar o ovo, a baunilha, o sal, a manteiga, as natas e o puré de banana numa taça.
- Passar as fatias de brioche pela mistura de ovo.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 3 minutos.
- Colocar as fatias das rabanadas no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar as rabanadas.
- Cobrir as rabanadas com morangos, banana e mel.



CROISSANT COM CHOCOLATE



Ingredientes:

- 1 massa folhada preparada.
- 8 colheres (chá)s de chocolate.

Preparação:

- Desenrolar a massa e cortá-la em triângulos.
- Verter uma colher (chá) de chocolate sobre a parte superior de cada triângulo, deixando nas bordas um espaço de aproximadamente $\frac{1}{4}$.
- Enrolar os triângulos para cima, sobre o recheio, a partir da extremidade mais larga até à ponta superior, e fazer uma meia lua.
- Pré-aquecer a fritadeira a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Colocar no cesto os croissants de forma a não ficarem uns em cima dos outros e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 8 minutos a 160 °C (320 °F). A meio do tempo de cozedura virar os croissants.



ANANÁS ASSADO



Ingredientes:

8 rodelas de ananás em calda.
Iogurte de limão.

4 nozes cortadas em pedaços.
Xarope de morangos e/ou mel.

Preparação:

- Escorrer as rodelas de ananás.
- Pré-aquecer a fritadeira a 200 °C (392 °F) durante 5 minutos.
- Colocar as rodelas de ananás no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 200 °C (392 °F). A meio do tempo de cozedura virar cada uma das rodelas.
- Servir o ananás acompanhado com iogurte de limão ou gelado de baunilha.
- Colocar por cima as nozes cortadas em pedaços, e verter o xarope de morango e o mel.



BOLO DE CHOCOLATE E NOZES



Ingredientes:

60 g de chocolate preto.

2 colheres (sopa) de manteiga.

1 ovo.

3 colheres (sopa) de açúcar.

50 g de farinha.

1 saqueta de fermento.

Nozes cortadas em pedaços.

Preparação:

- Derreter o chocolate preto com a manteiga em lume brando. Colocar numa taça quando tiver derretido.
- Juntar o ovo, o açúcar, a farinha, o fermento e por último as nozes cortadas em pedaços.
- Bater bem até obter uma massa uniforme.
- Colocar a massa numa forma de silicone ou para forno adequada para colocar no cesto da fritadeira.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 5 minutos.
- Marcar o tempo de cozedura para 20 minutos a 180 °C (356 °F). Esperar até que arrefeça para poder retirar da forma.



TARTE DE QUEIJO



Ingredientes:

500 g de requeijão.

3 ovos.

3 colheres (sopa) de edulcorante em pó.

2 colheres (sopa) de farelo de aveia.

4 colheres (sopa) de xarope de morango.

150 g de mirtilos.

½ colher (sopa) de fermento de pastelaria.

2 colheres (sopa) de canela.

2 colheres (sopa) de aroma de baunilha.

1 limão (a casca).

Preparação:

- Misturar numa tigela o requeijão, o edulcorante, a canela, o aroma de baunilha e as rasas do limão até obter um creme homogéneo.
- Juntar os ovos um a um.
- Acrescentar por último a aveia e o fermento, misturando bem tudo.
- Colocar toda a mistura num recipiente de forma caber na fritadeira.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar a forma no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 20–22 minutos a 180 °C (356 °F) de temperatura.
- Acompanhar a tarte com xarope de morango e mirtilos.



MINI-FOLHADOS COM PÊSSEGO



Ingredientes:

- 1 massa folhada.
- 1 colher (sopa) de açúcar.
- 8 colheres (sopa) de compota de pêsego.

Preparação:

- Desenrolar a massa folhada e cortá-la em quatro quadrados.
- Encher cada um dos quadrados com 2 colheres (sopa) de compota de pêsego.
- Dobrar os quadrados e usar um garfo para fechar as bordas.
- Pré-aquecer a fritadeira a 160 °C (320 °F) durante 3 minutos.
- Colocar os mini-folhados no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos a 160 °C (320 °F). A meio do tempo de cozedura virar os mini-folhados.



ARROZ DOCE



Ingredientes:

1,5 l de leite.
200 g de arroz.

1 limão (a casca).
Pau de canela.

220 g de açúcar.
Canela em pó para polvilhar.

Preparação:

- Colocar na fritadeira o leite, o arroz, a casca de um limão e pau de canela a gosto.
- Marcar o tempo de cozedura para 30 minutos a 160 °C (320 °F).
- Passados os 30 minutos, acrescentar o açúcar e deixar cozinhar durante mais 5 minutos a 160 °C (320 °F).
- Retirar a casca do limão e o pau de canela.
- Colocar em taças individuais e espalhar por cima um pouco de canela em pó.
- Servir frio.



PUDIM CASEIRO



Ingredientes:

450 ml de leite gordo ou magro.
4 ovos.

4 colheres (sopa) de açúcar.
Caramelo líquido a gosto.

Preparação:

- Distribuir o caramelo líquido por 4 formas.
- Bater o leite, os ovos e o açúcar durante aproximadamente 2 minutos.
- Colocar a mistura nas formas.
- Cobrir as formas com papel de alumínio e colocar na fritadeira.
- Verter água no cesto para cozer em banho-maria.
- Marcar o tempo de cozedura para 15 minutos, aproximadamente a 160 °C (320 °F).
- Para verificar se os pudins estão coalhados, espetar um palito no papel de alumínio. Se sair limpo, os pudins estão prontos. Caso contrário, aumentar o tempo de cozedura.



PALMIERS



Ingredientes:

- 1 folha de massa folhada.
- 1 chávena de açúcar.

Preparação:

- Esticar a folha de massa folhada.
- Colocar por cima o açúcar e dobrar a folha de massa folhada pela metade.
- Acrescentar mais uma camada fina de açúcar por cima e dobrar novamente a massa folhada pela metade.
- Enrolar a folha de massa folhada a partir das pontas para o centro (criando a forma de uma palmeira).
- Cortar em lâminas com 5-8 mm de espessura.
- Pré-aquecer a fritadeira a 180 °C (356 °F) durante 3 minutos.
- Colocar os palmiers no cesto e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 10 minutos a 180 °C (356 °F). A meio do tempo de cozedura virar os palmiers.
- Se os palmiers não estiverem crocantes, aumentar o tempo de cozedura.



MAÇÃS RECHEADAS

x2

Ingredientes:

2 maçãs.
20 g de amêndoas.
15 g de passas.
10 g de avelãs.

½ saqueta de baunilha em pó.
1 colher (sopa) de açúcar de confeitoiro.
½ colher (chá) de canela.

1 colher (sopa) de mel.
30 g de manteiga líquida.
5 g de pau de canela.

Preparação:

- Cortar a parte superior das maçãs para utilizar como tampa. Fazer um buraco para esvaziar as maçãs e retirar as sementes. Deixar uma espessura de 1 cm para a estrutura das maçãs permanecer estável.
- Misturar todos os ingredientes do recheio numa tigela e recheiar as maçãs.
- Colocar no cesto as maçãs recheadas sem a tampa criada e introduzir na fritadeira.
- Marcar o tempo de cozedura para 5 minutos a 160 °C (320 °F).
- Introduzir no cesto as tampas das maçãs cortadas ao início, sobre as maçãs recheadas, e deixar na fritadeira com todos os ingredientes a 160 °C (320 °F) durante mais 10 minutos.
- Podem ser servidas cobertas com açúcar de confeitoiro ou com gelado de baunilha.





*Recettes
pour une
cuisine saine à
la maison*

Index

Hors-d'œuvre



Nœuds à l'ail	245
Rondelles d'oignon	246
Frites	247
Boules de macaroni et au fromage	248
Bâtonnets de mozzarella	249
Pommes de terre au bacon	250
Rouleaux de printemps	251
Pomme séchée	252
Saucisses roulées en pâte feuilletée	253
Poivrons farcis au fromage de chèvre	254

Viande



Ailes de poulet à la sauce tomate	256
Empanadas à la viande	257
Veau en sauce aux huîtres	258
Sandwich de dinde Reuben	259
Burger d'agneau	260
Brochette de porc aux légumes	261
Steak épicé	262
Poulet à l'orange	263
Boulettes de viande à la feta	264
Gâteau de veau	265

Poissons et fruits de mer



Filets de saumon rôti au miel	267
Dorade avec pommes de terre	268
Morue à la sauce à l'aneth	269
Anchois frits	270
Truite saumonée au citron	271
Poisson en papillote	272
Coquilles Saint-Jacques au bacon	273
Crevettes à la sauce sriracha	274
Calmars grillés	275
Bâtonnets de crabe	276

Desserts



Pain perdu croustillant	278
Croissant au chocolat	279
Ananas rôti	280
Gâteau au chocolat et aux noix	281
Cheesecake	282
Mini-pâte feuilletée à la pêche	283
Riz au lait	284
Flan	285
Palmiers en pâte feuilletée	286
Pommes farcies	287

Hors d'oeuvre



NŒUDS À L'AIL



Ingrédients:

450 g de pâte à pizza réfrigérée.
½ tasse d'huile d'olive.
1 cuillère à soupe d'ail haché.

1 cuillère à café de sel.
1 cuillère à soupe de persil haché.
1 cuillère à soupe de parmesan râpé.

Préparation:

- Placez la pâte à pizza et étalez-la pour former un carré de 25 x 25 cm et d'une épaisseur de 1 cm.
- Coupez la pâte dans le sens de la longueur pour former des bandes d'environ 2 cm de large.
- Formez un nœud avec chaque bande de pâte.
- Dans un bol, mélangez l'huile d'olive, l'ail, le sel, le persil et le parmesan avec les nœuds.
- Placez les nœuds dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 12 minutes. À mi-cuisson, retournez les nœuds.
- Servez avec une sauce de votre choix.



RONDELLES D'OIGNON



Ingrédients:

180 g de rondelles d'oignon panées surgelées.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez suffisamment de rondelles d'oignon dans le panier pour en couvrir le fond sans trop le remplir.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 20 minutes. À mi-cuisson, retournez les rondelles d'oignon.
- Servez avec une sauce de votre choix.



FRITES



Ingrédients:

½ kg de pommes de terre.

1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

1 cuillère à soupe de sel.

½ cuillère à soupe de poivre noir.

Préparation:

- Coupez les pommes de terre à environ 1 cm d'épaisseur.
- Laissez-les dans l'eau pendant une demi-heure, pour les nettoyer, les hydrater et séchez-les avec du papier de cuisine.
- Dans un bol, mélangez les pommes de terre avec l'huile d'olive, le sel et le poivre noir.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C pendant 3 minutes.
- Placez les pommes de terre dans le panier, en prenant soin de ne pas trop le remplir, et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C au temps de cuisson de 18 minutes. À mi-cuisson, mélangez les pommes de terre.



BOULES DE MACARONI AU FROMAGE



Ingrédients:

2 tasses de macaroni.

1/3 tasse de fromage cheddar râpé.

1/3 tasse de fromage de chèvre.

3/4 tasse de farine.

3 œufs.

2 tasses de lait.

1 tasse de chapelure.

Préparation:

- Mélangez les macaronis et le fromage dans un bol.
- Mettez la farine dans un deuxième bol.
- Mettez la chapelure dans un troisième bol.
- Mélangez les œufs et le lait dans un quatrième bol.
- Avec une petite cuillère, faites des boules de taille moyenne avec le mélange macaroni-fromage.
- Enroulez les boules de macaroni au fromage dans la farine, puis mélangez-les avec l'œuf et enfin avec la chapelure.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les boules de macaroni au fromage dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez les boules de macaroni au fromage.



BÂTONNETS DE MOZZARELLA



Ingrédients:

1 bloc de 450 g de mozzarella.
1/4 tasse de farine.
2 œufs.

3 cuillères à soupe de lait écrémé.
1 tasse de chapelure.
100 g de sauce tomate.

Préparation:

- Coupez la mozzarella en bâtonnets de 1 cm.
- Mettez la farine dans un bol.
- Mélangez l'œuf et le lait dans un second bol.
- Mettez la chapelure dans un troisième bol.
- Trempez les bâtonnets de mozzarella dans la farine, puis mélangez-les avec l'œuf et enfin avec la chapelure.
- Placez les bâtonnets de mozzarella panés sur une plaque de cuisson. Placez le plateau au congélateur jusqu'à ce que les bâtonnets se solidifient, 1 à 2 heures.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les bâtonnets de mozzarella dans le panier en prenant soin de ne pas trop le remplir et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 12 minutes. À mi-cuisson, retournez les bâtonnets de mozzarella.
- Servez les bâtonnets de mozzarella avec la sauce tomate.



POMMES DE TERRE AU BACON



Ingrédients:

1 sachet de 450 g de pommes de terre surgelées.
450 g de bacon.

3 oignons.
50 g de salsa de roquefort

Préparation:

- Enveloppez chaque pomme de terre d'une bande de lard et fixez-la avec un cure-dent.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les pommes de terre dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 8 minutes. À mi-cuisson, retournez les pommes de terre jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
- Servez avec la sauce Roquefort.



ROULEAUX DE PRINTEMPS



Ingrédients:

2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
250 g de chou haché.
250 g de champignons shiitakes,
coupés en tranches.
1 cuillère à café de gingembre haché.

1 gousse d'ail, pelée et hachée.
3 oignons de printemps hachés.
250 g de crevettes cuites.
1 cuillère à café de sel.
½ cuillère à café de poivre noir.

1 jaune d'œuf.
1 cuillère à soupe d'eau.
6-8 emballages de rouleaux de
printemps.
Sauce chili sucrée.

Préparation:

- Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle à feu vif et faites revenir le chou. Retirez et réservez.
- Faites sauter les champignons, le gingembre, l'ail et les oignons de printemps et réservez-les.
- Mélangez le chou, les champignons, le gingembre, l'ail, les oignons nouveaux, les crevettes, le sel et le poivre noir dans un bol pour préparer la garniture. Une fois que la garniture est refroidie, enlevez l'excès d'eau de la garniture.
- Placez 2 cuillères à soupe de farce dans chaque emballage. Recouvrez le dessus du papier avec le jaune d'œuf et enrroulez le papier en repliant les côtés vers le haut.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les rouleaux de printemps dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 15 minutes. À mi-cuisson, retournez les rouleaux de printemps.
- Servez avec la sauce chili sucrée.



POMME SÉCHÉE



Ingrédients:

3 petites pommes.
1 verre de jus d'orange.

Préparation:

- Lavez et séchez les pommes, enlevez leur cœur et coupez-les en fines tranches à l'aide d'une mandoline afin qu'elles aient la même épaisseur.
- Étalez le jus d'orange sur chaque morceau pour éviter l'oxydation.
- Placez les tranches de pommes dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 4 à 5 heures, en fonction de l'épaisseur des tranches de pommes. À mi-cuisson, retournez les pommes.



SAUCISSES ROULÉES EN PÂTE FEUILLETÉE



Ingrédients:

20 saucisses.

100 g de pâte feuilletée réfrigérée.

1 cuillère à soupe de moutarde fine.

50 g de sésame.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Séchez complètement les saucisses avec du papier de cuisine.
- Coupez la pâte feuilletée en bandes de 10 x 5 cm de long et recouvrez d'une fine couche de moutarde.
- Enroulez chaque saucisse en spirale avec une bande de pâte feuilletée et ajoutez du sésame.
- Placez la moitié des saucisses à pâte feuilletée dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez les saucisses en pâte feuilletée. Faites cuire jusqu'à ce que le tout soit doré.
- Servez avec de la moutarde.



POIVRONS FARCIS AU FROMAGE DE CHÈVRE



Ingrédients:

4 poivrons rouges.
½ cuillerée d'huile d'olive.

½ cuillère à soupe de persil haché.
1 cuillère à café de poivre noir.

100 g de fromage de chèvre.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Coupez le dessus des poivrons et enlevez les graines et la membrane.
- Mélangez l'huile d'olive dans un plat profond avec le persil et le poivre noir. Placez les portions de fromage de chèvre dans le mélange d'huile.
- Farcissez chaque poivron avec une portion de fromage de chèvre et placez les poivrons dans le panier l'un à côté de l'autre et mettez le panier dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 8 minutes. À mi-cuisson, retournez les poivrons. Faites cuire les poivrons jusqu'à ce que le fromage soit fondu.



Viande



AILES DE POULET À LA SAUCE TOMATE



Ingrédients:

30 ailes de poulet.
1 tasse de sauce barbecue.

Préparation:

- Faites préchauffer la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les ailes de poulet dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 25 minutes. À mi-cuisson, retournez les ailes de poulet.
- Sortez les ailes de poulet et mélangez-les avec la sauce tomate.
- Remettez les ailes de poulet dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 8 minutes. À mi-cuisson, retournez les ailes de poulet.



EMPANADAS À LA VIANDE



Ingrédients:

1 cuillère à soupe d'huile d'olive.
450 g de viande hachée.
2 gousses d'ail hachées.
1 petit oignon, haché.

1/2 poivre vert.
1/2 cuillère à soupe de cumin.
1/4 tasse de sauce tomate, sel et
poivre noir moulu.

1 jaune d'œuf.
1 cuillère à soupe de lait.
1 paquet de pâte pour empanadas.

Préparation:

- Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive à feu vif, ajoutez la viande hachée et faites cuire jusqu'à ce que la viande soit dorée. Enlevez l'excès de graisse.
- Ajoutez l'ail et l'oignon dans la poêle et faites cuire pendant 4 minutes.
- Baissez la température et ajoutez le poivron vert, le cumin, la sauce tomate, le sel, le poivre noir et faites cuire pendant 10 minutes.
- Mélangez l'œuf et le lait pour enrober les empanadas.
- Ajoutez deux cuillères à soupe de viande hachée au milieu des empanadas. Recouvrez les bords avec le mélange œufs-lait, pliez les empanadas et fermez-les à la fourchette.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez deux à quatre empanadas dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez les empanadas.



VEAU EN SAUCE AUX HUÎTRES



Ingrédients:

500 g de viande de veau macérée.
½ oignon.
2 pommes de terre moyennes.
½ poivre rouge.

1 carotte.
2 feuilles de laurier.
3 cuillères de sauce aux huîtres.
1 cuillère à soupe de sauce soja.

½ gingembre râpé.
1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

Préparation:

- Coupez les légumes en morceaux.
- Préchauffez la friteuse à 160 °C (320 °F) pendant 4 minutes.
- Placez les légumes et les pommes de terre hachées dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 6 minutes, remuez de temps en temps et retirez les légumes.
- Placez la viande dans le panier avec une cuillère d'huile d'olive et mettez-la dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez la viande.
- Lorsqu'il reste 3 minutes, ajoutez les légumes, les pommes de terre, la sauce aux huîtres, le soja et la feuille de laurier.
- Servez et décorez avec du persil.



SANDWICH DE DINDE REUBEN



Ingrédients:

2 cuillères à soupe de beurre.
4 tranches de pain de seigle.
8 tranches de fromage suisse.

8 tranches de poitrine de dinde rôtie.
4 cuillères à soupe de salade de chou.

2 cuillères à soupe de sauce russe.

Préparation:

- Étalez le beurre sur un côté de 2 tranches de pain.
- Placez les tranches de pain avec le beurre, côté beurre vers le bas, sur une planche à découper.
- Placez le fromage suisse, la dinde, la salade de chou et la sauce russe sur chaque tranche de pain. Recouvrez avec les tranches de pain non beurrées.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les sandwiches dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 12 minutes. À mi-cuisson, retournez les sandwiches.
- Coupez les sandwiches avant de les servir.



BURGER D'AGNEAU



Ingrédients:

4 pains à hamburger.
Feuilles de laitue (quantité nécessaire).
1 oignon tranché.

250 g de viande d'agneau hachée.
4 tranches de fromage.
4 tranches de bacon.
1 œuf battu.
Origan.

Ail haché.
Oignon haché.
Sel.
Poivre.
Moutarde.

Préparation:

- Mélangez la viande hachée avec l'origan, l'ail haché, l'oignon haché, le sel, le poivre et l'œuf battu. Formez quatre boules de viande et façonnez chacune d'entre elles en un hamburger.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant environ 2-3 minutes.
- Placez les hamburgers avec les tranches de bacon dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez la viande.
- Préparez chaque rouleau avec quelques tranches d'oignon, une tranche de fromage et quelques feuilles de laitue.
- Ajoutez la viande du hamburger avec la tranche de bacon et fermez avec le pain.
- Servez avec une sauce au goût.



BROCHETTE DE PORC AUX LÉGUMES



Ingrédients:

250 g de porc.

1 cuillère à café de paprika doux.

1 cuillère à café de sel.

1 cuillère à café de poivre.

1 cuillère à café d'herbes de Provence.

1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

1 poivron rouge.

½ courgettes.

1 oignon moyen.

Préparation:

- Coupez la viande et les courgettes en morceaux d'environ 2,5 x 2,5 cm. Épluchez l'oignon et coupez-le en 8 morceaux. Lavez le poivron, enlevez les graines et coupez-le en 8 morceaux.
- Mettez tout dans un bol ; la viande, le paprika, les herbes, le sel et le poivre. Ajoutez l'huile d'olive et mélangez bien, de sorte que tout soit uniformément recouvert d'épices et d'huile.
- Mettez les ingrédients sur des brochettes.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant environ 2-3 minutes.
- Placez 4 brochettes dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 15 minutes. À mi-cuisson, retournez la viande.



STEAK ÉPICÉ



Ingrédients:

1 steak de 450-500 g.
2 g de sel.
2 g de poivre noir.
2 g de poudre d'ail.

2 g de poudre d'oignon.
2 g d'origan sec.
½ cuillère à café de romarin séché.
½ cuillère à café de poivre de Cayenne.

15 ml d'huile d'olive.
2 tomates moyennes.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Mélangez les épices, les assaisonnements et l'huile de façon homogène.
- Ajoutez des épices, des assaisonnements et de l'huile au steak des deux côtés.
- Placez le steak dans le panier et mettez-le dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez le steak. Si la viande n'est pas cuite à votre goût, laissez plus de temps pour la cuisson.
- Servez avec une salade de tomates.



POULET À L'ORANGE



Ingrédients :

450 g de blanc de poulet coupé en morceaux.
1 œuf battu.
1 tasse de fécule de maïs.
2 cuillères à café de sel.
½ cuillère à café de poivre noir.

150 g de riz blanc cuit.
Sauce à l'orange
1 tasse de jus d'orange.
2 cuillères à soupe de beurre.
2 cuillères à café de sauce soja.
2 cuillères à café de sucre brun.

1 cuillère à café de gingembre râpé.
1 cuillère à soupe d'ail râpé.
1 cuillère à soupe de vinaigre de riz.
1 cuillère à soupe de ciboulette hachée.
¼ cuillère à café de poivron rouge.

Préparation:

- Mélangez le poulet avec l'œuf dans un bol.
- Dans un petit bol séparé, mélangez la fécule de maïs, le sel et le poivre noir.
- Couvrez le poulet avec le mélange de fécule de maïs.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez le poulet dans le panier et mettez-le dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 15 minutes. À mi-cuisson, retournez le poulet.
- Mélangez tous les ingrédients de la sauce dans une casserole et portez à ébullition. Réduisez le feu pour faire mijoter et faites cuire jusqu'à ce qu'il soit réduit de moitié.
- Ajoutez la sauce au poulet et mélangez pour l'enrober.
- Servez le poulet avec du riz blanc cuit.



BOULETTES DE VIANDE À LA FETA



Ingrédients:

150 g de viande hachée d'agneau
ou de veau maigre.
1 tasse de chapelure.

50 g de feta grecque râpée.
½ cuillère à soupe de zeste de
citron râpé.

1 cuillère à soupe de persil.
1 cuillère à soupe de poivre noir.
50 g de sauce tomate.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 160 °C (320 °F) pendant 3 minutes.
- Mélangez la viande hachée dans un bol avec la chapelure, la feta, le persil, le zeste de citron et le poivre noir et pétrissez le tout.
- Divisez la viande hachée en 6 portions égales et formez des boulettes égales.
- Placez les boulettes de viande hachée dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 8 minutes. À mi-cuisson, retournez la viande jusqu'à ce qu'elle soit dorée et bien cuite.
- Servez les boulettes de viande sur une sauce tomate.



GÂTEAU DE VEAU



Ingrédients:

450 g de viande de bœuf maigre hachée.
1 œuf battu.
3 cuillères à soupe de chapelure.

60 g de chorizo haché.
1 petit oignon.
1 cuillère à soupe de thym frais.
1 cuillère à soupe de poivre moulu.

3 champignons tranchés.
1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 160 °C (320 °F) pendant 3 minutes.
- Mélangez la viande hachée dans un bol avec l'œuf, la chapelure, le chorizo, l'oignon, le thym, 1 cuillère à café de sel et de poivre.
- Transférez la viande hachée dans un bol et lissez le dessus. Placez les champignons, en les pressant un peu, et couvrez le dessus avec de l'huile d'olive.
- Placez la viande dans le panier et mettez-la dans la friteuse. Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 25 minutes. À mi-cuisson, retournez la viande jusqu'à ce qu'elle soit dorée.
- Laissez le gâteau reposer pendant au moins 10 minutes avant de le servir. Ensuite, coupez en tranches d'environ 3 cm.



Poissons et fruits de mer



FILETS DE SAUMON RÔTI AU MIEL



Ingrédients:

2 filets de saumon.

3/4 tasse de miel.

1/2 tasse de sauce soja sucrée.

2 cuillères à soupe de sucre brun.

1/4 tasse de jus d'orange.

2 cuillères à soupe de jus de citron.

2 cuillères à soupe de vinaigre.

2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

2 gousses d'ail.

1/2 cuillère à café de poivre noir

moulu.

Sel.

1 salade de laitue assaisonnée.

Préparation:

- Pour préparer la sauce, mélangez tous les ingrédients, sauf le saumon, dans une casserole à feu doux.
- Faites bouillir, puis laissez mijoter. Réduisez le temps à 15 minutes, en remuant souvent.
- Recouvrez légèrement chaque filet de saumon d'huile d'olive et assaisonnez.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez le saumon dans le panier et mettez-le dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 12 minutes. À mi-cuisson, retournez les filets de saumon.
- Une fois la cuisson terminée, versez la sauce sur le saumon et mettez-le dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 5 minutes.
- Servez avec une salade.



DORADE AVEC POMMES DE TERRE



Ingrédients:

1 dorade.

150 g de petites pommes de terre.

½ citron.

4 gousses d'ail.

1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

½ cuillère à café de poivre.

Sel.

Préparation:

- Nettoyez la dorade et faites trois ou quatre incisions dans la colonne vertébrale.
- Coupez les pommes de terre en tranches et épluchez l'ail.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez la dorade, les pommes de terre, l'ail et le poivre dans le panier avec une cuillère d'huile d'olive et mettez le tout dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 20 minutes. À mi-cuisson, retournez la dorade.
- Servez la dorade avec un demi-citron.



MORUE À LA SAUCE À L'ANETH



Ingrédients:

350 g de cabillaud.

1 cuillère à café de sel.

½ tasse de crème aigre.

2 cuillères à café d'huile d'olive.

½ tasse de yaourt grec écrémé.

2 cuillères à soupe d'aneth haché.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 135 °C (275 °F) pendant 3 minutes.
- Coupez la morue en deux portions et saupoudrez chaque morceau avec 1 cuillère à café d'huile d'olive. Assaisonnez avec une pincée de sel.
- Placez les deux portions de morue dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 135 °C (275 °F) au temps de cuisson de 15-17 minutes. À mi-cuisson, retournez les deux portions de morue.
- Pour préparer la sauce à l'aneth, dans un bol, mélangez le yaourt, la crème fraîche, l'aneth haché et le sel.
- Couvrez la morue avec la sauce et décorez avec une pincée supplémentaire d'aneth haché.



ANCHOIS FRITS



Ingrédients:

500 g d'anchois.
½ tasse de farine.

1 cuillère à soupe d'huile.
Sel.

½ citron, haché.

Préparation:

- Nettoyez les anchois.
- Lavez, égouttez et salez.
- Trempez les anchois dans la farine et placez-les sur un grand plateau de manière qu'ils soient séparés les uns des autres.
- Répartissez l'huile de manière qu'elle soit bien répartie dans tout le pays.
- Retournez-les et répandez à nouveau l'huile sur eux.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les anchois dans le panier de manière qu'ils ne soient pas les uns sur les autres et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 15 minutes. À mi-cuisson, retournez les anchois.
- Servez les anchois avec un demi-citron coupé en tranches.



TRUITE SAUMONÉE AU CITRON



Ingrédients:

1 truite saumonée.

1 citron.

1 épi de maïs.

1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

½ bouquet de ciboulette.

Préparation:

- Ouvrez la truite et enlevez les os.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Versez l'huile d'olive dans le panier et mettez-y la truite.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 24 minutes. À mi-cuisson, retournez la truite et pressez un demi-citron.
- Servez avec du maïs haché, de la sauce au goût et de la ciboulette pour décorer.



POISSON EN PAPILOTE



Ingrédients:

1 bar ou loup.

1 petit oignon tranché.

1 tomate en tranches.

2-3 gousses d'ail.

1 cuillère à café de beurre.

½ cuillère à café de poivre noir.

Sel.

Feuille d'aluminium.

Préparation:

- Découpez un morceau de papier d'aluminium de la taille du panier.
- Placez un lit de légumes, en ajoutant un sur l'autre, puis le poisson sur les légumes, le beurre et les assaisonnements. Fermez bien la feuille d'aluminium en vous assurant que les extrémités sont tournées vers le haut.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 20-25 minutes.
- Servez avec du riz, des pâtes ou de la purée de pommes de terre.



COQUILLES SAINT-JACQUES AU BACON



Ingrédients:

16 coquilles Saint-Jacques.
8 tranches de bacon.

16 cure-dents.
Huile d'olive.

Poivre noir.

Préparation:

- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les tranches de bacon dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 6 minutes. A mi-cuisson, retournez les tranches de bacon. Retirez et placez sur du papier de cuisine pour refroidir.
- Séchez les coquilles Saint-Jacques avec des serviettes en papier pour éliminer toute humidité.
- Enveloppez chaque coquille Saint-Jacques avec une tranche de bacon et fixez-la avec un cure-dent.
- Recouvrez légèrement les coquilles Saint-Jacques d'huile d'olive et assaisonnez-les de poivre noir.
- Mettez les coquilles Saint-Jacques dans le panier et placez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 8 minutes. À mi-cuisson, retournez les coquilles Saint-Jacques.



CREVETTES À LA SAUCE SRIRACHA



Ingrédients:

900 g de crevettes pelées.

1/4 cuillère à café de poudre de Sriracha séchée.

1 tasse de féculé de maïs.

1/4 tasse de sauce chili sucrée.

1/4 tasse de mayonnaise.

Préparation:

- Mélangez le Sriracha séché et la féculé de maïs dans un bol.
- Couvrez les crevettes avec le mélange de sriracha et de féculé de maïs.
- Préchauffez la friteuse à 160 °C (320 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les crevettes en une seule couche dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 15 minutes. À mi-cuisson, retournez les crevettes.
- Pendant que les crevettes cuisent, mélangez la mayonnaise et la sauce au piment doux.
- Servez les crevettes avec la sauce.



CALMARS GRILLÉS



Ingrédients:

4 calmars de taille moyenne.
2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge.
1 gousse d'ail.

1/2 cuillère à café de persil.
Sel.

Préparation:

- Nettoyez le calmar et assaisonnez.
- Mettez 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et répartissez-la sur tout le panier.
- Placez le calmar dans le panier et mettez-le dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez le calmar.
- Dans un bol, mettez l'autre cuillerée d'huile d'olive avec l'ail haché et un peu de persil, pour l'ajouter aux calmars.



BÂTONNETS DE CRABE



Ingrédients:

2 œufs.
3 cuillères à soupe de lait.
2 tasses de chapelure.

1 tasse de farine.
450 g de bâtonnets de crabe.
1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

1/4 cuillère à café de sel.
1 tasse de sauce tartare.
Poivre noir moulu.

Préparation:

- Mélangez les œufs et le lait dans un bol.
- Mettez la chapelure dans une poêle.
- Mettez la farine dans une deuxième poêle.
- Couvrez les bâtonnets de crabe avec de l'huile d'olive, du sel et du poivre noir.
- Trempez les bâtonnets de crabe dans la farine, mélangez-les avec l'œuf et enfin avec la chapelure.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les bâtonnets de crabe dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 12 minutes. À mi-cuisson, retournez les bâtonnets de crabe.
- Servez avec la sauce tartare.



Desserts



PAIN PERDU CROUSTILLANT



Ingrédients:

1 gros œuf.
1 cuillère à café de vanille.
1 cuillère à soupe de sel.
1 cuillère à soupe de beurre non salé, fondu.

½ tasse de crème liquide.
1 banane mûre, écrasée.
1 pain brioché, coupé en 12 tranches.

Garniture

½ tasse de fraises.
2 cuillères à soupe de miel.
1 banane mûre en tranches.

Préparation :

- Mélangez l'œuf, la vanille, le sel, le beurre, la crème et la purée de bananes dans un bol.
- Trempez les tranches de brioche dans le mélange d'œufs
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les tranches de pain grillé dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez le pain.
- Couvrez le pain de fraises, de bananes et de miel.



CROISSANT AU CHOCOLAT



Ingrédients:

- 1 pâte feuilletée préparée.
- 8 cuillères à café de chocolat.

Préparation:

- Déroulez la pâte et coupez-la en triangles.
- Ajoutez une cuillère à café de chocolat sur le haut de chaque triangle, en laissant un espace d'environ $\frac{1}{4}$ sur les bords.
- Enroulez chaque triangle sur la garniture, de l'extrémité la plus large vers le haut, et formez un croissant.
- Préchauffez la friteuse à 160 °C (320 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les croissants dans le panier de manière qu'ils ne soient pas les uns sur les autres et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 8 minutes. À mi-cuisson, retournez les croissants.



ANANAS RÔTI



Ingrédients:

8 tranches d'ananas dans son jus.
Yaourt au citron.

4 noix hachées.
Sirop de fraise et/ou miel.

Préparation:

- Égouttez les tranches d'ananas.
- Préchauffez la friteuse à 200 °C (392 °F) pendant 5 minutes.
- Placez les tranches d'ananas dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 200 °C (392 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez chaque tranche.
- Servez l'ananas avec un yaourt au citron ou une glace à la vanille.
- Ajoutez des noix hachées sur le dessus et ajoutez du sirop de fraise ou du miel.



GÂTEAU AU CHOCOLAT ET AUX NOIX



Ingrédients:

60 g de chocolat noir.

2 cuillères à soupe de beurre.

1 œuf.

3 cuillères à soupe de sucre.

50 g de farine.

1 sachet de levure.

Noix hachées.

Préparation:

- Faites fondre le chocolat noir avec le beurre à feu doux. Une fois fondu, placer dans un bol.
- Ajoutez l'œuf, le sucre, la farine, la levure et enfin les noix hachées.
- Battez bien jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Placez la pâte dans un moule en silicone ou résistant au four, adapté à l'incorporation dans le panier de la friteuse.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 5 minutes.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 20 minutes. Attendez qu'il refroidisse avant de le démouler.



CHEESECAKE



Ingrédients:

500 g de fromage blanc.

3 œufs.

2 cuillères à soupe d'édulcorant en poudre.

2 cuillères à soupe de flocons d'avoine.

4 cuillères à soupe de sirop de fraise.

150 g de myrtilles.

½ cuillère à soupe de levure.

2 cuillères à soupe de cannelle.

2 cuillères à soupe d'arôme de vanille.

1 zeste de citron.

Preparación:

- Mélangez dans un bol le fromage blanc, l'édulcorant, la cannelle, l'arôme de vanille et le zeste de citron, jusqu'à l'obtention d'une crème homogène.
- Ajoutez les œufs un à la fois.
- Enfin, ajoutez les flocons d'avoine et la levure en mélangeant bien.
- Mettez le mélange dans un moule pour qu'il rentre dans la friteuse.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez le moule dans le panier et mettez-le dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 20-22 minutes.
- Accompagnez le gâteau d'un sirop de fraise et de myrtille.



MINI-PÂTE FEUILLETÉE À LA PÊCHE



Ingrédients:

1 pâte feuilletée. 1 cuillère à soupe de sucre.
8 cuillères à soupe de confiture de pêches.

Préparation:

- Déroulez la pâte feuilletée et coupez-la en quatre carrés.
- Remplissez chaque carré de 2 cuillères à soupe de confiture de pêche.
- Pliez les carrés et utilisez une fourchette pour en sceller les bords.
- Préchauffez la friteuse à 160 °C (320 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les mini gâteaux dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 15 minutes. À mi-cuisson de la cuisson, retournez les mini gâteaux.



RIZ AU LAIT



Ingrédients:

1,5 l de lait.
200 g de riz.

1 zeste de citron.
Bâton de cannelle.

220 g de sucre.
Cannelle moulue à saupoudrer.

Préparation:

- Placez le lait, le riz, le zeste de citron et le bâton de cannelle dans la friteuse selon votre goût.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 30 minutes.
- Une fois les 30 minutes écoulées, ajoutez le sucre et laissez cuire pendant 5 minutes supplémentaires à 160 °C (320 °F).
- Retirez le zeste de citron et le bâton de cannelle.
- Versez dans des casseroles individuelles et ajoutez un peu de cannelle moulue sur le dessus.
- Servez froid.



FLAN



Ingrédients:

450 ml de lait entier ou écrémé.
4 œufs.

4 cuillères à soupe de sucre.
Caramel liquide.

Préparation:

- Répartissez le caramel dans 4 moules.
- Battez le lait, les œufs et le sucre pendant environ 2 minutes.
- Placez le mélange dans les moules.
- Couvrez les moules d'une feuille d'aluminium et placez-les dans la friteuse.
- Versez de l'eau dans le panier pour la cuisson au bain-marie.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson d'environ 15 minutes.
- Pour savoir si la crème anglaise est bien caillée, piquez la feuille d'aluminium avec un cure-dent. S'il sort propre, la crème est prête, sinon, il faut prolonger le temps de cuisson.



PALMIERS EN PÂTE FEUILLETÉE



Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée.
- 1 tasse de sucre.

Préparation:

- Étalez pâte feuilletée.
- Posez le sucre sur le dessus et pliez la pâte feuilletée en deux.
- Ajoutez une autre couche de sucre sur le dessus et repliez la pâte feuilletée en deux.
- Déroulez la pâte feuilletée des deux extrémités vers le centre (en créant la forme d'un palmier).
- Coupez en roses de 5 à 8 mm d'épaisseur.
- Préchauffez la friteuse à 180 °C (356 °F) pendant 3 minutes.
- Placez les palmiers dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 180 °C (356 °F) au temps de cuisson de 10 minutes. À mi-cuisson, retournez les palmiers.
- Si les palmiers ne sont pas croquants, prolongez le temps de cuisson.



POMMES FARCIES



Ingrédients:

2 pommes.

20 g d'amandes.

15 g de raisins secs.

10 g de noisettes.

½ sachet de vanille en poudre.

1 cuillère à soupe de sucre.

½ cuillère à café de cannelle.

1 cuillère à soupe de miel.

30 g de beurre liquide.


5 g de bâton de cannelle.

Préparation:

- Coupez le dessus des pommes et laissez le couvercle. Faites un trou pour vider les pommes et enlever les pépins. Laissez une épaisseur de 1 cm afin que la structure des pommes soit stable.
- Mélangez tous les ingrédients de la garniture dans un bol et remplissez les pommes.
- Placez les pommes farcies sans le couvercle dans le panier et mettez-les dans la friteuse.
- Réglez la température à 160 °C (320 °F) au temps de cuisson de 5 minutes.
- Mettez les couvercles des pommes que vous avez coupées au début dans le panier, à côté des pommes farcies et laissez-les avec tous les ingrédients à 160 °C (320 °F) pendant 10 minutes supplémentaires dans la friteuse.
- Les pommes peuvent être servies avec du sucre glace sur le dessus ou aussi avec de la glace à la vanille.



ABANTERA
DESIGN AND FUTURE



739N2411215C

ABANTERA
DESIGN AND FUTURE

www.abantera.com

DESIGNED IN SPAIN BY ABANTERA TO BE ASSEMBLED IN CHINA