

Будь-ласка перед використанням приладу ознайомтесь з інструкцією з експлуатації



# Мультипіч **NINJA** Air Fryer



**PRO**

4,7л

## Книга рецептів



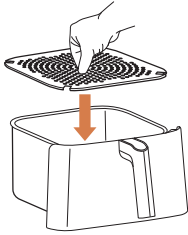
---

ПОРАДИ ТА ХИТРОЩІ  
ТАБЛИЦІ ПРИГОТУВАННЯ  
15 РЕЦЕПТІВ ВІД ШЕФ-  
КУХАРЯ

---

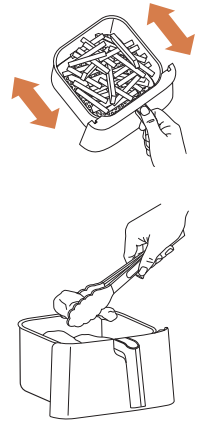


# AIR FRY (ПОВІТРЯНЕ ОБСМАЖЕННЯ)



## ТАРІЛКА ДЛЯ ФРИТЮРУ

Тарілка для фритюру сприяє ще більшому підрум'яненню страв. Ми рекомендуємо використовувати її кожного разу, коли ви готуєте за допомогою функції Air Fry "Повітряне обсмаження".



## СТРУШУЙТЕ ТА ПЕРЕМІШУЙТЕ ІНГРЕДІЄНТИ

Для отримання бездоганно приготованих страв, радимо частіше струшувати або перемішувати інгредієнти під час приготування за допомогою щипчиків з силіконовими наконечниками.

**NINJA**  
**TEST**  
**KITCHEN**



Відскануйте щоб отримати доступ до більшої кількості рецептів

[www.ninja-kitchen.com.ua](http://www.ninja-kitchen.com.ua)



ВЕГЕТАРІАНСЬКІ



НЕ МІСТИТЬ  
ГОРІХІВ



НЕ МІСТИТЬ  
ГЛЮТЕНУ



НЕ МІСТИТЬ  
ЛАКТОЗИ

# ВИКОРИСТАННЯ ФУНКЦІЙ ВАШОЇ МУЛЬТИПЕЧІ

Мультипіч Ninja® Air Fryer надає вашим стравам неймовірної золотисто-коричневої хрусткої скоринки завдяки циркуляції надгарячого повітря навколо ваших страв видаляючи з них зайву вологу.

ФУНКЦІЯ

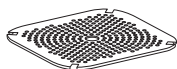
НЕОБХІДНИЙ  
АКСЕСУАР

ТЕМПЕРАТУРА

ЧАС

## AIR FRY

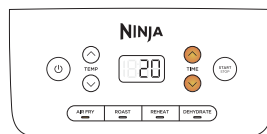
Насолоджуйтесь хрумкою скоринкою без почуття провини за вживання смажених у фритюрі страв.



Тарілка для фритюру



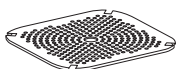
Встановіть необхідну температуру.



Встановіть час у хвилинах та натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування

## ROAST

Використовуйте пристрій в якості духовки для ніжного м'яса та інших страв.



Тарілка для фритюру



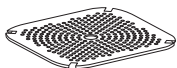
За потреби відрегулюйте температуру



Встановіть час у хвилинах та натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування

## REHEAT

Розігрівайте залишки їжі



Тарілка для фритюру



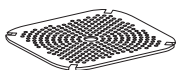
За потреби відрегулюйте температуру



Встановіть час у хвилинах та натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування

## DEHYDRATE

Зневодніть м'ясо, фрукти та овочі для більш корисних перекусів.



Тарілка для фритюру



За потреби відрегулюйте температуру



Встановіть час у хвилинах та натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування

# ПОРАДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІ ПІД ЧАС ПРИГОТУВАННЯ З ФУНКЦІЄЮ AIR FRY



## Струшуйте та перемішуйте інгредієнти

Перемішуйте та струшуйте інгредієнти під час приготування для їх рівномірного підрум'янення.



## Готуйте страви, як в звичайній духовці

Готуйте страви, як в звичайній духовці, використовуючи функцію ROAST або BAKE. Щоб приготувати страви по рецептам для звичайної духовки, радимо зменшити температуру на 10 °C. Рекомендуємо частіше перевіряти страви, під час всього процесу приготування.



## Приготування свіжих інгредієнтів з функцією AIR FRY

Для найкращого обсмаження свіжих овочів, під час їх приготування, радимо додавати до них не менше 1 ст. ложки олії. Ви можете варіювати кількість олії, за власним бажанням.



## Захистіть ваші страви

Щоб легкі продукти, які готуються в мультиварці, не здувало вентилятором, закріпіть їх за допомогою паличок для коктейлів.



## Автостоп та автозапуск

Мультипіч автоматично призупиняє приготування страви, під час виймання контейнера з мультиварки та поновлює приготування, під час встановлення його назад в прилад.



## Імпровізовані рецепти

Якщо ви хочете приготувати меншу кількість їжі, ніж вимагає рецепт, не забудьте скоротити час приготування.

Якщо ви готуєте трохи більше інгредієнтів, ніж зазначено в рецепті-збільште час приготування.

Рекомендуємо частіше перевіряти готовність страв.



## Не переповнюйте контейнер та тарілку для фритюру

Рівномірно розташовуйте та розподіляйте інгредієнти всередині тарілки та контейнера, щоб забезпечити їх рівномірне підсмажування.



## Інтенсивне підрум'янення

Під час приготування, радимо використовувати олію-спрей, щоб рівномірно покрити інгредієнти для їх рівномірного підсмажування.

# ПОРАДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІД ЧАС ГОТУВАННЯ З ФУНКЦІЄЮ DEHYDRATE



## Нарізка

Використовуйте слайсер, щоб отримати однакові тонкі скибочки фруктів та овочів. Рекомендуємо нарізати фрукти та овочі якомога тонше.



## Уникайте окислення інгредієнтів

Фрукти, такі як яблука та груші, швидко окислюються. Щоб відтермінувати процес окислення, після нарізання їх на слайси рекомендуємо замочувати їх у воді з лимонним соком приблизно на 5 хвилин.



## Витирайте інгредієнти

Рекомендуємо насухо витирати інгредієнти перед тим, як класти їх до контейнеру.



## Не нашаровуйте інгредієнти

Для оптимізації простору розкладайте інгредієнти одним шаром та близько один до одного. Уникайте нашаровування інгредієнтів.



## Зрізайте жир

Перед зневодненням яловичини або птиці обов'язково зрізайте весь жир, оскільки він не піддається зневодненню та може призвести до псування продукту.



## Як довго триває процес зневоднення?

Дегідратація більшості фруктів та овочів займає 6–8 годин, в'яленому м'ясу потрібно 5–7 годин. Чим довше ви зневоднюєте інгредієнти, тим хрусткішими вони стають.



## Зберігання

Щоб максимально збільшити термін придатності зневоднених продуктів, зберігайте їх при кімнатній температурі в герметичному контейнері до 2 тижнів.

# Таблиця приготування з функцією Air Fry

ІНГРЕДІЄНТИ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА
<b>Овочі</b>		
Спаржа	250 гр	Обрізати кінчики
Буряк	6 маленьких, або 4 великих (1 кг)	Цілий
Болгарський перець	4 шт. (600 гр)	Цілий
Броколі	400 гр	Розділити на суцвіття по 2,5 см.
Брюсельськ а капуста	1 кг	Розрізати навпіл, видалити плодоніжку
Мускатний гарбуз	1 кг	Нарізаний шматочками по 2,5 см
Морква	1 кг	Очищена, нарізана шматочками по 1,5 см
Цвітна капуста	900 гр	Розрізати на суцвіття 2,5 см
Кукурудза в качанах	4 шт	Цілі качани, очищені від лущиння
Кабачок	1 кг	Розрізати вздовж на четвертинки, потім нарізати шматочками по 2,5 см
Зелена квасоля	400 г	Подрібнена
Капуста кале (для чіпсів)	200 гр	Порвати на шматочки, видалити стебла
Гриби (по 250 г)	300 гр	Промийте, поріжте на четвертинки
Картопля	1 кг	Нарізати скибочками по 2,5 см
	4 шт. ( 185-250 г)	Проколоти виделкою
Картопля, солодка	1 кг	Нарізати шматочками по 2,5 см
	185-250 г	Проколоти виделкою
<b>ПТИЦЯ</b>		
Курачі грудки	4 шт (по 200 гр кожна)	На кістці
Курачі стегенця	1 кг	На кістці
	1 кг	Без кісток та шкіри
Курачі крильця	1кг	Без нижньої фаланги
<b>РИБА ТА МОРЕПРОДУКТИ</b>		
Рибні бургери	4 шт ( по 145 гр. кожне)	-
Філе лосося	4 шт. ( по 130 гр. кожне)	-
Креветки	16 шт (великі)	Цілих, очищені від хвостиків
<b>ЯЛОВИЧИНА</b>		
Бургери	4 шт (по 113 гр. кожен)	Товщиною 2,5 с
Стейки	2 стейка (по 230 гр кожен)	Цілі

\*Замочіть нарізану картоплю в холодній воді на 30 хвилин, щоб видалити надлишок крохмалю. Через 30 хвилин процідіть та повністю висушіть картоплю. Чим сухіша картопля, тим більш хрумкою вона буде.

Використовуйте час приготування, зазначений в таблицях, як рекомендований, налаштовуючи його на свій смак.

КІЛЬКІСТЬ ОЛІЇ      ТЕМПЕРАТУРА      ЧАС ПРИГОТУВАННЯ

2 чайні ложки	200°C	6-8 хв
Без олії	200°C	45-60 хв
Без олії	200°C	26-30 хв
1 ст.л.	200°C	13-16 хв
1 ст.л.	200°C	18-22 хв
1 столова ложка	200°C	23-26 хв
1 ст.л.	200°C	20-24 хв.
2 ст.л.	200°C	20-24 хв.
1 ст.л.	200°C	12-15 хв.
1 столова ложка	200°C	18-20 хв.
1 столова ложка	200°C	12-14 хв
Без олії	150°C	8-10 хв
1 ст.л.	200°C	10-12 хв
1 столова ложка	200°C	20-25 хв
Без олії	200°C	30-40 хв
1 столова ложка	200°C	20-24 хв
Без олії	200°C	30-35 хв

Змастити олією	190°C	18-22 хв
Змастити олією	200°C	22-28 хв
Змастити олією	200°C	22-26 хв
1 столова ложка	200°C	22-26 хв

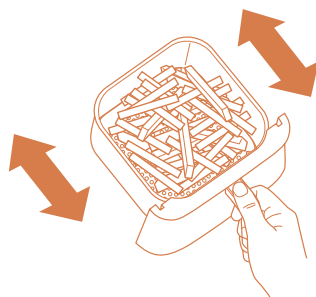
Змастити олією	200°C	12-15 хв
Змастити олією	200°C	8-10 хв
1 ст.л.	200°C	9-11 хв.

Без олії	190°C	8-10 хв
Без олії	200°C	6-10 хв

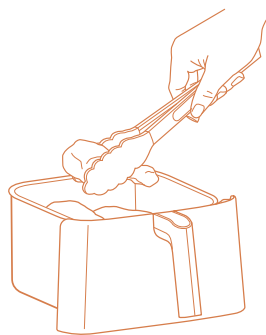
Для отримання  
бездоганих страв,  
рекомендуємо

часто струшувати,  
перемішувати або перевертати  
інгредієнти під час їх  
приготування.

Струшуйте продукти



або перемішуйте та  
перевертайте їх  
силіконовими  
щипцями .



# Таблиця приготування з функцією Air Fry

ІНГРЕДІЄНТИ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА
<b>СВИНИНА</b>		
Бекон	4 смужки, розрізані навпіл	-
Свинячі відбивні	2 шт. по 250 гр. кожна)	Відбивні на кістці
	4 відбивні ( 400 гр. кожне)	Без кісток
Свиняча вирізка	2 цілі вирізки (по 350-500 г кожна)	Ціла, не нарізана
Сосиски	8 сосисок (450 г)	Цілі
<b>ЗАМОРОЖЕНІ ПРОДУКТИ</b>		
Курячі котлети	695 г	-
Рибне філе	4 шт (440 г)	-
Рибні палички	10 шт, (280 г)	-
Печериці в паніровці	300 г	Немає
Кільця цибулі	300 г	Немає
Деруни	625 г	Немає
<b>КАРТОПЛЯНІ ВИРОБИ</b>		
Домашня смажена картопля	500 гр (1 см завтовшки)	Замочить у воді на 30 хвилин, висушіть
Домашня смажена картопля	500 гр, товщиною 2 см	Замочить у воді на 30 хвилин, висушіть
Заморожена картопля скибочками	500 г	Немає
Заморожена картопля соломкою	500 г	Немає
Заморожена картопля фрі	700 г	Немає
Заморожена картопля фрі клинками	500 г	Немає
Заморожена магазинна картопля	700 г	Немає
Заморожені картопляні шматочки	650 г	Немає
Заморожена картопляна шкірка	500 г	Немає
Заморожена картопля нарізана рівними тонкими скибочками	500 г	Немає
Заморожена картопля фрі )	500 г	Немає



Домашня смажена картопля



Картопля-фрі великими шматками



Хвиляста картопля-фрі



Картопля фрі



Використовуйте час приготування, зазначений в таблицях, як рекомендований, налаштуваючи його на свій смак.

**КІЛЬКІСТЬ ОЛІЇ                      ТЕМПЕРАТУРА                      ЧАС ПРИГОТУВАННЯ**

-	200°C	8–10 хв
Змастити олією	190°C	14–17 хв.
Змастити олією	190°C	10–14 хв
Змастити олією	190°C	25–30 хв
Без олії	200°C	8–10 хв
Без олії	200°C	20–22 хв
Без олії	200°C	14–16 хв.
Без олії	200°C	8–10 хв
Немає	190°C	15–18 хв.
Немає	180°C	12 хв
Немає	180°C	20 хв
1-3 столові ложки олії	200°C	20–25 хв
1-3 столові ложки олії	200°C	20–24 хв
Немає	200°C	20 хв.
Немає	210°C	18–20 хв.
Немає	210°C	18–20 хв.
Немає	180°C	20 хв
Немає	210°C	22 хв.
Немає	190°C	20 хв.
Немає	200°C	18–20 хв.
Немає	200°C	18 хв.
Немає	190°C	20 хв



Картопляні клинки

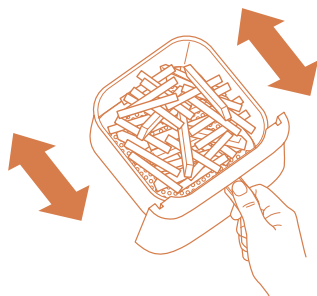


Солодка картопля фрі

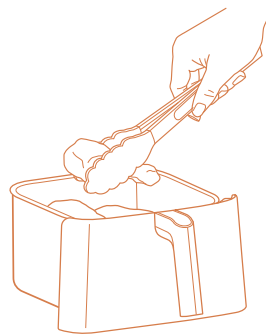
Для отримання бездоганих страв, рекомендуємо

часто струшувати, перемішувати або перевертати інгредієнти під час їх приготування.

Струшуйте продукти



або перемішуйте та перевертайте їх силіконовими щипцями .



# Таблиця приготування з функцією Roast

ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА
<b>СВІЖА ПТИЦЯ ТА М'ЯСО</b>		
Курка цілком	1 кг	Приправити за смаком.
Яловича вирізка	1 кг,	Приправити за смаком, загорнути в формі рулета
Свиняча корейка без кісток	1 кг	Приправити за смаком та зрізати жир
Половина баранячої ноги	1 кг	Приправити за смаком
Бараняча лопатка	1 кг	Приправити за смаком

# Таблиця приготування з функцією Dehydrate

ІНГРЕДІЄНТИ	ПІДГОТОВКА
<b>СВІЖІ ФРУКТИ І ОВОЧІ</b>	
Яблука	Видаляють серцевину, нарізають скибочками 3 мм, промивають у лимонній воді, висушують
Спаржа	Нарізати шматочками по 2,5 см, бланшувати
Банани	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм
Буряк	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм
Баклажани	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм
Свіжа зелень	Промити, висушити, очистити стебла
Корінь імбиру	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм
Манго	Очистити, нарізати скибочками по 3 мм
Гриби	Очистити м'якою щіткою (не мити)
Ананас	Очистити, врізати серцевину, нарізати скибочками 3 мм - 1,25 см
Полуниця	Розрізати навпіл або скибочками по 1,25 см
Помідори	Нарізати скибочками по 3 мм або натерти на тертці; Обробити парою, якщо ви плануєте зволожувати.
<b>М'ЯСО, ПТИЦЯ, РИБА</b>	
В'ялена яловичина, курятина, індичка	Нарізати скибочками по 6 мм, маринувати протягом ночі
В'ялений лосось	Нарізати скибочками по 6 мм, маринувати протягом ночі

ПРОЦЕС ПРИГОТУВАННЯ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ
Перевернути під час приготування, змастити олією	190°C	30 хв.
Перевернути під час приготування, змастити олією . В кінці приготування накрити фольгою	160°C	40-45 хв.(для середнього просмаження)
Перевернути під час приготування, змастити олією	190°C	50 хв.
Перевернути під час приготування, змастити олією	170°C	40-45 хв.
Перевернути під час приготування, змастити олією	170°C	40 хв.

ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ДЕГІДРАТАЦІЇ
60°C	7-8 годин
60°C	6-8 годин
60°C	8-10 годин
60°C	6-8 годин
60°C	6-8 годин
60°C	4 години
60°C	6 годин
60°C	6-8 годин
60°C	6-8 годин
60°C	6-8 годин
60°C	6-8 годин
60°C	6-8 годин
60°C	6-8 годин
70°C	5-7 годин
70°C	3-5 год



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 12 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 12 ПОРЦІЙ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

350 г сосисок  
1 столова ложка цільнозернової гірчиці  
1 столова ложка свіжоподрібненого  
листя шавлії або 1 чайна ложка сухого  
листя шавлії  
Морська сіль і чорний мелений перець  
за смаком  
1 x 320 г готового листового тіста  
кімнатної температури  
1 велике яйце, збити  
1-2 чайні ложки маку

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У середній мисці змішайте сосиски, гірчицю, шавлію, сіль і перець та добре перемішайте, до повного покриття сосисок.
2. Розгорніть тісто та розріжте його на порційні шматки.
3. Викладіть окремо кожен сосиску на шматок тіста. Змастіть край тіста водою та загорніть сосиску в тісто, по всій довжині, формуючи з неї рулетик. Гострим ножем, зробіть надрізи на тісті.
4. Вставте тарілку для фритюру в контейнер. Рівним шаром викладіть сосиски в тісті в контейнер та змастіть їх збитим яйцем і присипте маком. Вставте контейнер в мультипіч.
5. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 170°C і час на 12 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
6. Після завершення приготування сосиски в тісті з контейнера та подавайте їх до столу гарячими.



# ЗАКУСКА З ЦВІТНОЇ КАПУСТИ З СОУСОМ РАНЧ

ЗАКУСКИ  
ТА  
ГАРНІРИ



ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 27 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

150 г звичайного борошна  
1 чайна ложка сухої цибулі  
1 чайна ложка сухого часнику  
1 чайна ложка меленого кмину  
1 чайна ложка паприки  
Сіль і чорний мелений перець, за  
смаком  
250 мл молока, на вибір  
100 г панірувальних сухарів  
500 г цвітної капусти, нарізати на  
судцвіття по 5 см  
Кулінарний спрей  
30 мл соняшникової олії  
90 мл соусу Буффало

## СОУС РАНЧ

100 мл майонезу  
50 мл молока, на вибір  
1 столова ложка свіжої подрібненої  
петрушки  
1 столова ложка свіжої подрібненої  
цибулі  
1 чайна ложка сухого часнику  
1 чайна ложка сухої цибулі



## ПРИГОТУВАННЯ

1. У велику миску додайте борошно, суху цибулю, сухий часник, кмин, паприку, сіль і перець. Поступово вливайте в миску молоко, поки не утвориться однорідне тісто. В окрему велику миску викладіть панірувальні сухарі.
2. По одному занурюйте судцвіття цвітної капусти в тісто до рівномірного покриття, струсіть надлишки тіста з капусти.
3. Потім покладіть шматочки капусти в панірувальні сухарі та добре обваліть їх.
4. Вставте тарілку для фритюру в контейнер та змастіть її кулінарним спреєм або олією. Викладіть шматочки цвітної капусти в контейнер та збризніть її кулінарним спреєм, потім встановіть контейнер в мультипіч.
5. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 170°C і час на 15 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
6. Поки цвітна капуста готується, приготуйте соус Баффало. У невеликій мисці збийте разом олію та соус Буффало.
7. Після завершення приготування вийміть контейнер з пристрою та за допомогою силіконової щіточки покритте кожен шматочок цвітної капусти соусом Буффало.
8. Знову вставте контейнер в пристрій. Виберіть AIR FRY, встановіть температуру на 170°C і час на 12 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
9. Коли приготування буде завершено, подавайте шматочки цвітної капусти з соусом Буффало та соусом Ранч.

**ПОРАДА.** Якщо у вас непереносимість лактози, використовуйте веганський майонез і рослинне молоко в соусі Ранч.

# БАКЛАЖАНИ ФАРШИРОВАНІ МОЦАРЕЛОЮ



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 30 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: ROAST TA AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

2 невеликих баклажани (приблизно 500-600 г), обрізати ніжки, розрізати вздовж навпіл  
1 столова ложка оливкової олії  
Морська сіль і чорний мелений перець, за смаком  
100 г томатно-базилікового соусу  
150 г помідорів черрі, розрізаних на четвертинки  
10 великих листя базилика, подрібнити  
150 г моцарели, нарізаної кубиками  
25 г тертого пармезану або вегетаріанського еквівалента

## ПРИГОТУВАННЯ

1. Змстіть м'якоть баклажана оливковою олією, потім посоліть і поперчіть.
2. Вставте тарілку для фритюру в контейнер та викладіть баклажани на тарілку зрізом донизу та вставте контейнер в основний пристрій.
3. Виберіть ROAST, встановіть температуру на 190°C і час на 20 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
4. Після завершення приготування перекладіть баклажани на дошку і видаліть з баклажанів м'якоть ложкою. Помістіть м'якоть баклажанів у велику миску разом із томатним соусом і базиліком, помідорами черрі, моцарелою, сіллю та перцем і перемішайте все до однорідності. Готовою сумішшю рівномірно наповніть баклажани, зверху посипте їх пармезаном.
5. Покладіть фаршировані баклажани на тарілку начинкою догори та вставте контейнер назад в мультипіч.
6. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 200°C і час на 12 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
7. Після завершення приготування подавайте фаршировані баклажани до столу разом з салатом, пастою або хрустким хлібом.



# КУРЯЧІ НАГЕТСИ З МЕДОВО-ГІРЧИЧНИМ СОУСОМ

ЗАКУСКИ  
ТА  
ГАРНІРИ



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 22 ХВИЛИНИ |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

3 яйця  
2 чайні ложки жовтої гірчиці  
1 столова ложка гострого соусу  
Морська сіль і чорний мелений перець, за смаком  
75 г звичайного борошна  
2 чайні ложки паприки  
1 чайна ложка цибулевої солі  
1 чайна ложка сухого часнику  
150 г подрібнених кукурудзяних пластівців  
600 г курячої грудки, нарізати на кубики по 4 см  
Антипригарний кулінарний спрей

## МЕДОВО-ГІРЧИЧНИЙ СОУС

50 г майонезу  
50 г грецького йогурту  
2 столові ложки діжонської гірчиці  
1-2 столові ложки меду  
Декілька ложок гострого соусу, за бажанням

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У неглибокій мисці збийте яйця, гірчицю, гострий соус, сіль і перець до однорідності. В окремій неглибокій мисці змішайте борошно, приправи, сіль і перець. У третю неглибоку миску покладіть подрібнені кукурудзяні пластівці.
2. Запаніруйте курячі грудки занурюючи їх спочатку в борошно, після цього в яйце і наостанок покрийте їх кукурудзяними пластівцями, а після цього збризніть запаніровані грудки кулінарним спреєм.
3. Вставте тарілку для фритюру в контейнер та викладіть на неї курячі грудки рівним шаром. Встановіть контейнер в мультипіч.
4. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 180°C і час на 22 хвилини. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
5. За 10 хвилин до кінця приготування, вийміть контейнер з приладу та струсіть або переверніть нагетси. Повторно встановіть контейнер в прилад, щоб продовжити приготування.
6. Щоб приготувати медово-гірчичний соус, змішайте в маленькій мисці всі інгредієнти соусу.
7. Після завершення приготування подавайте курячі нагетси з медово-гірчичним соусом до столу гарячими.





ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 8 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

2 скибочки білого хліба  
100 г тертого сиру чеддер  
1 яечний жовток  
1 чайна ложка подрібненої свіжої  
цибулі  
½ чайної ложки вустершиського соусу  
½ чайної ложки порошку англійської  
гірчиці  
1 столова ложка пива або молока  
Морська сіль і чорний мелений  
перець, за смаком

## ПРИГОТУВАННЯ

1. Встановіть тарілку для фритюру в контейнер мультипечі та викладіть на неї скибочки хліба. Після цього встановіть контейнер в прилад.
2. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 170°C і час на 4 хвилини. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
3. Поки хліб підсмажується, у невеликій місці змішайте сир, яечний жовток, шніт-цибулю, вустерширський соус, гірчичний порошок, пиво або молоко та сіль і перець.
4. Коли тости будуть готові, вийміть їх з контейнера.
5. Викладіть сирну суміш на тости. Після цього повторно викладіть тости на тарілку для фритюру та встановіть контейнер в мультипіч. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 170°C і час на 4 хвилини. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
6. Після завершення приготування вийміть тости з мультипечі і негайно подавайте до столу.



**ПОРАДА.** Якщо ви віддаєте перевагу вегетаріанській/веганським стравам, приберіть з рецепту вустерширський соус.



# СМАЖЕНА КАРТОПЛЯ ПО-ДОМАШНЬОМУ

ЗАКУСКИ  
ТА  
ГАРНІРИ



ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 20-25 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ : 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

500 г картоплі для смаження,  
очищеної, нарізаної довгими  
шматочками товщиною по 1 ½ см  
1-3 столові ложки рослинного масла

## ПРИГОТУВАННЯ

1. Для початку замочіть нарізану картоплю в холодній воді на 30 хвилин, щоб видалити зайвий крохмаль. Добре процідіть, потім промокніть її паперовим рушником.
2. У великій мисці змішайте картоплю з олією. Використовуйте щонайменше 1 столову ложку олії. Для більш хрусткої скоринки радимо додати до картоплі до 3 столових ложок олії.
3. Встановіть тарілку для фритюру в контейнер мультиварки та викладіть на неї картоплю. Виберіть AIR FRY, встановіть температуру на 200°C і час на 25 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб почати приготування.
4. Через 10 хвилин вийміть контейнер з пристрою та струсіть картоплю або перемішайте її щипцями з силіконовими наконечниками. Повторно вставте контейнер в мультиварку, щоб продовжити приготування.
5. Перевірте готовність картоплі через 20 хвилин. Для отримання більш хрумкої скоринки радимо готувати картоплю ще 25 хвилин.
6. Після завершення приготування відразу подавайте картоплю до столу разом з улюбленим соусом



**ПОРАДА.** Під час смаження картоплі використовуйте щонайменше 1 столову ложку олії. Для більш хрусткої скоринки радимо додавати до картоплі 3 столових ложок олії.

**ПОРАДА.** Під час приготування струшуйте або перевертайте картоплю, для отримання хрусткої золотистої скоринки.

# КУРЯЧІ КРИЛЬЦЯ ВВQ



ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | МАРИНУВАННЯ: 1 ГОДИНА |  
ПРИГОТУВАННЯ: 24 ХВИЛИНИ |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

1 кг курячих крилець  
120 мл соусу барбекю  
1 столова ложка олії

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У великій мисці змішайте курячі крильця з соусом барбекю та олією. Накрийте миску кришкою і поставте її в холодильник на 1 годину.
2. Вставте тарілку для фритюру у контейнер, викладіть на неї курячі крильця та встановіть контейнер в мультиварку.
3. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 180°C і час на 24 хвилини. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
4. Коли залишиться 13 хвилин до кінця приготування, вийміть контейнер з приладу та струсіть крильця або перемішайте їх щипцями з силіконовим наконечниками. Повторно встановіть контейнер в мультиварку, щоб продовжити приготування.
5. Після завершення приготування вийміть крильця з контейнера та подавайте до столу.



# СМАЖЕНИЙ ТОФУ З ОВОЧАМИ ТА ЧІЛІ

ОСНОВНІ  
СТРАВИ  
ВЕГЕТАРІАНСЬКІ



ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | МАРИНУВАННЯ: 30 ХВИЛИН |  
ПРИГОТУВАННЯ: 14 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ : 2 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

4 столові ложки соусу барбекю  
1 столова ложка арахісового масла  
1 столова ложка соєвого соусу  
2 столові ложки соняшникової олії  
400 г твердого сиру тофу, зцідити рідину, обсушити, нарізати на 4 товсті скибочки  
300 г овочевої суміші ( спаржа, брокколі, кукурудза)  
2 столові ложки олії чилі  
Морська сіль і чорний мелений перець, за смаком

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У невеликій мисці змішайте соус барбекю, арахісове масло, соєвий соус і олію. Нанесіть маринад на сир тофу і залиште його на 30 хвилин маринуватись.
2. Тим часом, у великій мисці змішайте овочі з олією чилі, сіллю та перцем.
3. Вставте тарілку для фритюру в контейнер та викладіть на неї овочі рівним шаром. Поверх овочів викладіть сир тофу. Вставте контейнер в мультипіч.
4. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 180°C і час на 14 хвилин. Виберіть START/STOP , щоб розпочати приготування.
5. Після завершення приготування подавайте тофу до столу разом з овочами.



**ПОРАДА.** Якщо у вас немає олії чилі, просто додайте дрібку пластівців перцю чилі в оливкову олію та добре перемішайте.

# ГОСТРІ КУРЯЧІ ГРУДКИ З СОУСОМ ЧІМІЧУРРІ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 25 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: ROAST

## ІНГРЕДІЄНТИ

1 столова ложка морської солі  
1 столова ложка меленої паприки  
1 чайна ложка пластівців перцю чилі  
1 столова ложка насіння кропу  
1 чайна ложка чорного меленого перцю  
1 чайна ложка сухої цибулі  
1 чайна ложка сухого часнику  
1 чайна ложка меленого кмину  
4 x 200 г курячих грудок  
Оливкова олія, для чищення

## ЧІМІЧУРРІ

60 мл оливкової олії  
30 г свіжого листя коріандру  
30 г пучка свіжого листя петрушки  
1 цибуля-шалот, очищена, нарізана  
четвертинками  
4 зубчики часнику, очищені  
Цедра і сік 1 лимона  
1 чайна ложка морської солі

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У невеликій мисці змішайте всі сухі спеції.
2. Обсушіть курячі грудки, змастіть їх олією і рясно приправте з усіх боків сумішшю спецій.
3. Вставте тарілку для фритюру в контейнер на викладіть на не курячі грудки. Встановіть контейнер в мультипіч, оберіть функцію ROAST, встановіть температуру на 180°C і час на 25 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб почати приготування.
4. Поки курка готується, з'єднайте інгредієнти для чімічуррі в кухонному комбайні або блендері та подрібніть їх до пастоподібного стану.
5. Курячі грудки будуть готові до вживання, коли їх внутрішня температура досягне 75°C. Вийміть контейнер з мультипечі та дайте курці охолонути протягом 5 хвилин, а потім подавайте її до столу з великою кількістю чімічуррі.



# ЯЛОВИЧИНА ТЕРІЯКІ З БРОКОЛІ

ОСНОВНІ  
СТРАВИ  
М'ЯСО



ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | МАРИНУВАННЯ: 30 ХВИЛИН |  
ПРИГОТУВАННЯ: 18 ХВИЛИН | КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2-3 ПОРЦІЇ |  
ПРОГРАМА: ROAST

## ІНГРЕДІЄНТИ

1 великий зубчик часнику, очищений, нарізаний  
1 червоний перець чилі, очищений від насіння, дрібно нарізаний  
500 г філе, тонко нарізаного  
250 мл соусу теріякі, розділити навпіл  
350 г броколі, порізаного на сучвіття по 2 ½ см  
1 столова ложка рослинного масла  
1 чайна ложка морської солі  
1 чайна ложка чорного меленого перцю  
1 столова ложка підсмаженого насіння кунжуту, для подачі

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У великій мисці змішайте разом часник, перець чилі, стейк і половину соусу теріякі. Дайте м'ясу промаринуватися в холодильнику від 30 хвилин до 24 годин. Після маринування очистіть яловичину від залишків маринада.
2. У великій мисці змішайте броколі з рослинним маслом, сіллю та перцем. Додайте до броколі маринад з яловичини.
3. Встановіть тарілку для фритюру в контейнер та викладіть на неї яловичину. Вставте контейнер в мультипеч, оберіть функцію ROAST, встановіть температуру на 190°C і час на 18 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб почати приготування.
4. За 8 хвилин до кінця приготування, вийміть контейнер та додайте до яловичини броколі. Повторно встановіть контейнер в мультипеч для продовження приготування. я.
5. Після завершення приготування негайно подавайте страву до столу, посипавши її кунжутом разом з соусом теріякі, що залишився.



**ПОРАДА.** Щоб зробити цей рецепт безглютеновим, використовуйте безглютеновий соус теріякі.

# ФРИКАДЕЛЬКИ З СОУСОМ ДЗАДЗИКИ



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | МАРИНУВАННЯ: 10 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 12 ХВИЛИН | КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

500 г баранячого фаршу  
1 невелика цибулина, очищена, дрібно нарізана  
1 зубчик часнику, очищений, подрібнений  
1 столова ложка петрушки  
1 чайна ложка сушеного орегано  
1 чайна ложка меленого кмину  
1 чайна ложка меленого коріандру  
1 велике яйце, збите  
25 г панірувальних сухарів  
Сіль морська і чорний перець, за смаком  
100 г сиру фета

## ДЗАДЗИКИ

½ огірка, очищеного від шкірки, розрізаного навпіл, без насіння  
Дрібка солі  
150 г грецького йогурту  
1 зубчик часнику, очищеного, подрібненого  
Цедра і сік ½ лимона  
2 столові ложки оливкової олії  
10 г листя м'яти, дрібно нарізаного  
Чорний мелений перець, за смаком

## ПРИГОТУВАННЯ

1. Щоб приготувати дзадзика, натріть огірок на терці. Викладіть його в сито, посоліть та залиште його для того щоб стікла рідина на 10 хвилин.
2. У невелику миску додайте йогурт, часник, лимонну цедру та сік, олію, м'яту та перець.
3. У середню миску викладіть фарш, цибулю, часник, зелень, спеції, яйце, сіль і перець. Добре все перемішайте та розділіть суміш на 12 рівних частин. Вологими руками сформуйте з фаршу кульки.
4. Встановіть тарілку для фритюру у контейнер та викладіть на неї фрикадельки одним шаром. Встановіть контейнер в мультипіч.
5. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 200°C і час на 12 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування. Коли до кінця приготування залишиться 6 хвилин, вийміть контейнер з мультипіч та переверніть фрикадельки. Повторно встановіть контейнер в мультипіч, щоб продовжити приготування.
6. Після завершення приготування вийміть фрикадельки з контейнера та подавайте їх до столу гарячими, посипавши сиром фета разом з соусом дзадзика.



# ЗАПЕЧЕНА СВИНИНА З ОВОЧАМИ ТА ЯБЛУКАМИ

ОСНОВНІ  
СТРАВИ  
М'ЯСО



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | МАРИНУВАННЯ: 2-4 ГОДИНИ | ПРИГОТУВАННЯ: 35 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2-3 ПОРЦІЙ ПРОГРАМА: ROAST

## ІНГРЕДІЄНТИ

1 філе свинини (550-600 г)  
90 мл оливкової олії, розділити навпіл  
1 ½ столової ложки червоного винного оцту  
1 столова ложка свіжої петрушки, подрібненої  
1 столова ложка меду  
1 зубчик часнику, очищений, подрібнений  
1 чайна ложка сушеного насіння фенхелю  
Морська сіль і чорний мелений перець, за смаком  
1 невеликий баклажан, нарізаний шматочками по 2 ½ см  
2 томати, нарізані четвертинками  
1 невеликий кабачок, нарізаний півмісяцями  
1 середня червона цибулина, очищена, нарізана на шматки по 2 ½ см  
1 червоний перець, очищений від насіння, нарізаний кубиками по 3 см  
1 яблуко, очищене від шкірки, серцевини та нарізане шматочками  
2 зубчики часнику, очищені, подрібнені  
10 г свіжого базиліка, порізаного на шматочки

## ПРИГОТУВАННЯ

1. Покладіть свиняче філе в неглибоке блюдо. У чисту банку для варення додайте 50 мл оливкової олії, оцет, петрушку, мед, подрібнений часник, насіння фенхелю, сіль і перець. Накрийте банку кришкою та струсіть інгредієнти до їх повного поєднання. Залийте цим маринадом свинину, потім накрийте її кришкою та поставте в холодильник на 2-4 години.
2. У велику миску викладіть баклажани, помідори, кабачок, червону цибулю, червоний перець, яблуко, подрібнений часник, залишки олії, базилік, сіль і перець.
3. Встановіть тарілку для фритюру в контейнер та викладіть на неї овочеву суміш рівним шаром. Поверх овочів викладіть свинину та встановіть контейнер в мультиварку.
4. Оберіть функцію ROAST, встановіть температуру на 190°C і час на 35 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати приготування.
5. Коли до кінця приготування залишиться 15 хвилин, вийміть контейнер з мультиварки та за допомогою силіконових щипців переверніть свинину та перемішайте овочі. Повторно встановіть контейнер в мультиварку, щоб продовжити приготування.
6. Після завершення приготування дайте свинині відпочити протягом 5 хвилин перед подачею. Подавайте страву до столу гарячою.



# СТЕЙК РІБАЙ



ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 12 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

1 столова ложка коричневого цукру  
1 ½ чайної ложки порошку англійської гірчиці  
½ чайної ложки морської солі  
Щіпка чорного меленого перцю  
2 x 230 г біфштексів кімнатної температури  
Зелений салат, для подачі

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У невеликій мисці змішайте цукор, гірчичний порошок, сіль і перець. Рівномірно покрийте стейки з обох сторін маринадом.
2. Встановіть тарілку для фритюру в контейнер верхньому положенні, викладіть стейки рівним шаром на тарілку і встановіть контейнер в мультипіч.
3. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 200°C і час на 12 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування.
4. Коли до кінця приготування залишаться 4 хвилини, вийміть контейнер з мультипечі та переверніть стейки за допомогою щипців із силіконовими наконечниками.
5. Після завершення приготування перекладіть стейки на тарілки і дайте їм відпочити декілька хвилин. Подавайте стейки до столу разом з зеленим салатом.



**ПОРАДА.** Час вказаний в даному рецепті для приготування стейка з просмаженням Medium. Якщо ви хочете просмаження Rare - готуйте стейки на 2 хвилини менше. Для просмаження Well-done - готуйте на 2 хвилини довше.



# ТРІСКА З ЛИМОНОМ ТА ТРАВАМИ

ОСНОВНІ  
СТРАВИ  
РИБА

ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 10-12 ХВИЛИН |  
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: AIR FRY

## ІНГРЕДІЄНТИ

4 x 125 г філе тріски  
1 чайна ложка морської солі, + плюс  
більше за потреби  
80 г панірувальних сухарів  
50 г розтопленого вершкового масла  
2 столові ложки свіжої петрушки,  
дрібно нарізаної  
Цедра і сік 1 лимона  
½ чайної ложки чорного меленого  
перецю

## ПРИГОТУВАННЯ

1. Приправте кожне філе тріски з обох боків ½ чайної ложки солі.
2. У невелику миску додайте сіль, панірувальні сухарі, масло, петрушку, лимонну цедру, лимонний сік і перець і добре все перемішайте. Верх кожного філе тріски щедро покрийте панірувальними сухарями.
3. Встановіть тарілку для фритюру в контейнер та викладіть на неї тріску паніруванням доверху. Встановіть контейнер в мультипіч.
4. Виберіть функцію AIR FRY, встановіть температуру на 170°C і часна 12 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати приготування.
5. Коли до кінця приготування залишиться 2 хвилини, перевірте, чи готова тріска. Якщо потрібно, готуйте її ще протягом 2 хвилин.
6. Після завершення приготування вийміть філе з мультипічі і подавайте до столу не зволікаючи.



# ПУДИНГ З ІРИСКОЮ



ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ОХОЛОДЖЕННЯ: 10 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 20 ХВИЛИН | КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 ПОРЦІЇ | ПРОГРАМА: ROAST

## ІНГРЕДІЄНТИ

250 мл молока  
 4 яйця  
 50 г цукрової пудри  
 ¼ чайної ложки меленої кориці  
 ½ чайної ложки ванільного екстракту  
 ¼ чайної ложки морської солі  
 300 г трохи черствого хліба,  
 нарізаного кубиками 2 ½ см  
 150 г шматочків іриски, розділити  
 навпіл  
 Вершкове масло, для змащування

## ПРИГОТУВАННЯ

1. У великій мисці збийте разом молоко, яйця, цукор, корицю, ваніль і сіль до однорідності.
2. Додайте в миску хліб і 100 г шматочків іриски та добре перемішайте суміш. Накрийте миску кришкою або плівкою та поставте її в холодильник на 10 хвилин.
3. Вийміть тарілку для фритюру з контейнеру мультиварки.
4. Вилийте охолоджену суміш безпосередньо на дно контейнера. Рівномірно розподіліть суміш шпателем. Зверху посипте суміш рештою шматочків іриски. Встановіть контейнер в мультиварку.
5. Виберіть функцію ROAST, встановіть температуру на 170°C і час на 20 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб почати приготування.
6. Після завершення приготування вийміть контейнер з мультиварки та дайте пудингу охолонути протягом 20 хвилин перед подачею.





Мультипіч  
**NINJA**<sup>®</sup>  
Air Fryer

**PRO**

**4,8л**

ВІДВІДАЙТЕ НАС ОНЛАЙН: на сайті  
[www.ninja-kitchen.com.ua](http://www.ninja-kitchen.com.ua).