

Будь ласка, уважно прочитайте вкладену інструкцію користувача Ninja перед першим використанням вашого пристрою.



NINJA CRISPi

Мультитипіч портативна

КНИГА РЕЦЕПТІВ

Рецепти, таблиці та
поради для приготування



Ласкаво просимо у світ вашої портативної багатофункціональної мультипечі!

Тепер у вас під рукою вся потужність мультипечі..

На наступних сторінках ви дізнаєтесь корисні поради, хитрощі та покрокові інструкції для ефективного використання вашої нової мультипечі Ninja Crispi .



ГОТУЙ



СТВОРЮЙ ХРУСТКУ СКОРНКУ



ПОДАВАЙ



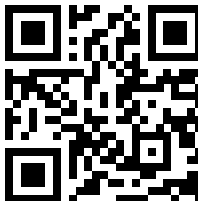
ЗБЕРІГАЙ

Приготування їжі стало ще простіше.

Усі контейнери, необхідні для вашого щотижневого меню, вже готові до використання.

Доступні на

www.ninja-kitchen.com.ua



Відскануйте тут:

- Відео для початку роботи
- Поради та рецепти
- Придбайте додаткові контейнерів

ЗМІСТ

Познайомтесь із своєю мультипіччю Ninja CRISPi	2
Познайомтесь із набором контейнерів TempWare Starter Set	3
Панель управління	4
Функції 4-в-1	5
Приготування страв з хрусткою скоринкою	6
Повторне обсмаження	7
Планування меню на тиждень	8-9
Повторне обсмаження – поради та застереження	10
Очищення	11
Рецепти для малого контейнера	12-25
Таблиці приготування для малого контейнера	26-29
Рецепти для великого контейнера	30-43
Таблиці приготування для великого контейнера	44-51

Ми позначили рецепти цими піктограмами, щоб полегшити вам пошук, рецепта, який підходить саме вам.



НЕ МІСТИТЬ ГЛЮТЕНУ НЕ МІСТИТЬ ГОРІХІВ ВЕГЕТАРІАНСЬКІ НЕ МІСТИТЬ ЛАКТОЗИ

Набір контейнерів TempWare Starter Set



**Малий контейнер 1,4 л – на 2 особи
(входить до комплекту постачання)**



**Великий контейнер 3,8 л – на 6 осіб
(входить до комплекту постачання)**

Познайомтесь зі своєю новою мультипіччю Ninja CRISPi

1700 Вт мультипіч у легкому корпусі.

Примітка: кольори та режими можуть відрізнятися.

CRISPi PowerPod

Автоматично визначає, який контейнер TempWare ви використовуєте, і регулює температуру приготування.

Стійкі ніжки

PowerPod можна встановлювати на стільницю завдяки міцним, термостійким ніжкам.

Тарілки для приготування хрустких страв

Великі та малі тарілки що вставляються у контейнер для ідеальної хрусткої скоринки.

Зручні ручки для перенесення

Дозволяють легко переміщати контейнер з кухні на стіл. Поверхня ручок залишається безпечною для дотику навіть після приготування.



Компактне зберігання

PowerPod можна встановити на контейнери для зручного зберігання.



Адаптер для великого контейнера

Дозволяє встановити PowerPod на великий контейнер.

Порада: адаптер для малого контейнера не потрібен.

Контейнери TempWare

Скляні контейнери витримують високу температуру та можуть використовуватися як для приготування, так і для подачі чи маринування страв.

Порада: CRISPi працює виключно зі скляними контейнерами TempWare.

TempWare

Система контейнерів

Висока термостійкість

Контейнери витримують гарячу температуру під час приготування.

Стійкість до термічних перепадів

Можна швидко перетворити заморожені продукти в страв з хрусткою скоринкою всього за кілька хвилин.

Можна мити в посудомийній машині

Контейнери та кришки можна безпечно мити в посудомийній машині; матеріал не містить ВРА.

Доступні розміри контейнерів

Відскануйте QR-код, щоб придбати додаткові контейнери різних розмірів для приготування широкого спектру страв у будь-який час:



1,4 л
Малий контейнер



3,8 л
Великий контейнер

Стартовий набір TempWare



3,8 л
Великий контейнер
– на 6 осіб

! Кришка Snap-on !
для зручного зберігання
залишків страв

! Зручні ручки !
для перенесення з кухні на
стіл, що не знімаються



1,4 л
Малий контейнер
– на 2 особи



Термостійкі ніжки

Розташуйте контейнер і адаптер на стійкій термостійкій поверхні.

Сумісні з різними
покриттями такими як:
ГРАНІТ, ЛАМІНАТ, КВАРЦ, ТА
МАРМУР



Панель керування CRISPi PowerPod

Чотири функції для легкого приготування.



Покрокове приготування

1

Увімкнення:

Натисніть START/POWER на PowerPod.

2

Вибір режиму:

Натисніть MODE, щоб обрати потрібну функцію приготування.

3

Налаштування часу:

Початковий час встановлюється автоматично. Натисніть - або + для зміни часу перед або під час приготування.

4

Початок приготування:

Натисніть START/POWER.

Функціональність 4-в-1

PowerPod дозволяє переходити від низької до високої температури з чотирма функціями приготування:

Детальні таблиці приготування див. на стор. 26–29 та 44–51.

**Низька
температура**

7 0°C

Висока температура

Готує як духовка при
температурі
200°C

KEEP WARM
(ПІДТРИМКА
ТЕПЛА)



Тримає ваші страви
гарячими до моменту
подачі.

Найкраще для: Підігріву
готових страв, хліба та
випічки.

RECRISP
(ПОВТОРНЕ
ОБСМАЖЕННЯ)



Оновлює залишки
страв за
допомогою
ніжного нагріву.

Найкраще для: Густих страв,
страв з сирною скоринкою
або для повторного
підсмаження м'ясних або
овочевих страв, наприклад
піци

ROAST
(ОБСМАЖЕННЯ)



Ідеально підходить для
смаження великих
шматків м'яса.

Найкраще для:
Приготування цілої курки,
ростбіфу або інших великих
білкових продуктів.

AIR FRY
(ПОВІТРЯНЕ
ОБСМАЖЕННЯ)



Смажте улюблені страви
майже без олії до
досконалої хрусткої
скоринки.

Найкраще для: Свіжої чи
замороженої картоплі,
курячих нагетсів, невеликих
білкових продуктів та
розігріву страв

Приготування страв з хрусткою скоринкою

Як готувати страви з
хрусткою скоринкою?

Смажте свіжі або заморожені страви

Roast

Air Fry

1. Оберіть потрібний контейнер і встановіть в нього тарілку

2. Додайте продукти

Додайте їжу та приправте або замаринуйте за потреби.

Порада: можна маринувати прямо в контейнері TempWare.

Примітка: пергаментний папір не можна використовувати в контейнерах TempWare.

3. Прикріпіть PowerPod і оберіть функцію приготування

- Встановіть PowerPod на адаптер до характерного клацання спереду та ззаду.
- Помістіть зібраний PowerPod і адаптер на контейнер.
- Виберіть функцію приготування і, за потреби, налаштуйте час.

Примітка: адаптер не використовується з малим контейнером.

4. Періодично перевіряйте страв під час процесу приготування

Підніміть PowerPod і обережно переверніть інгредієнти 1–2 рази за допомогою щипців із силіконовими наконечниками.

Безпечне приготування

- Приготування автоматично призупиняється, якщо ви знімаєте PowerPod з контейнера.
- Для продовження приготування помістіть PowerPod назад і натисніть кнопку START.

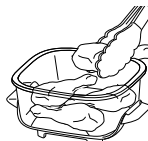
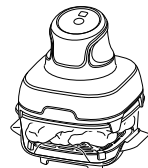
5. Подача

Контейнери TempWare можна ставити прямо на стіл.

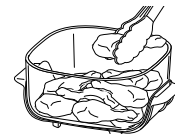
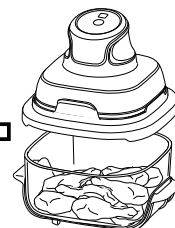
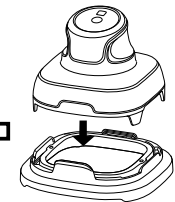
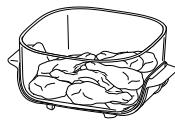
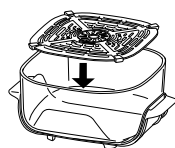


Примітка: PowerPod завдяки наявності термостійких ніжок також можна ставити на будь-яку поверхню.

Малий контейнер
– 1,4 л



Великий контейнер
– 3,8 л



Використовуйте для зберігання залишків страв.

Під час перевірки їжі піднімайте PowerPod разом із адаптером.

RECRISP (ПОВТОРНЕ ОБСМАЖЕННЯ)

Відновіть залишки страв та перетворіть їх на нові хрусткі страви.

Як повторно обсмажувати страви?

Recrisp

1 Вибір контейнера

Оберіть потрібний контейнер і встановіть в нього тарілки для приготування страв з хрусткою скоринкою

2 Додайте продукти

Додайте їжу та приправте або замаринуйте за потреби.

3 Прикріпіть PowerPod і оберіть функцію приготування Recrisp.

Готуйте страву протягом 5–12 хвилин або до повного приготування продуктів.

4 Зніміть Crisper Plate і подавайте страву

Використайте виделку, щоб вийняти тарілку для приготування хрустких страв, а потім подавайте страву до столу.

Контейнери TempGuard можна розміщувати безпосередньо на поверхні.

Порада: Малий контейнер 1,4 л ідеально підходить для зберігання залишків страви.

Дивіться відео:

Як почати роботу з функцією Recrisp.



Використовуйте малі та великі контейнери для приготування обіду та вечері на тиждень

Використовуйте цей посібник як джерело ідей та готуйте власні улюблені страви за власними рецептам та додавайте різні інгредієнти за бажанням.

Позначення:

Використовуйте кольори наведені нижче для приготування страв у кожному контейнері

Малий
контейнер 1,4 л



Великий
контейнер 3,8 л



Планування меню на
тиждень

Ланч

Цвітна капуста-Баффало з соусом з блакитного сиру
Подавати з салатом з огірків і селери.



Див. стор. 12–13

Куряча грудка з салатом



Див. стор. 26–29 (таблиці приготування з функцією Air Fry).

Вечеря

Яловичі Фахітас



Див. стор. 34–35

Сьомга з травами, картоплею з сумаком та перцем



Див. стор. 38

Планування меню на тиждень

Тако з лососем (з залишків лосося)



Див. стор. 7

Паніні з куркою, моцарелою та авокадо (з залишків курки)



Див. стор. 7

Креветки теріякі з перцем та броколі



Див. стор. 16–17

Курка Пері -Пері з кукурудзою та картоплею фрі



Див. стор. 36–37

Курячий сагай з арахісовим соусом



Див. стор. 40

Запіканка з макаронами, сиром і томатним соусом, зі свіжим салатом



Див. стор. 39

ReCRISP: що робити, а чого уникати:

Робіть:

Подавайте розігріту їжу відразу.

Розігрівайте м'ясо та рис до гарячого стану (внутрішня температура — 75 °C).

Давайте стравам охолонути перед тим, як ставити їх у холодильник.

Перевертайте або помішуйте слав всередині процесу приготування.

Щоб уникнути пересушування білкових продуктів та для їх рівномірного прогріву, радимо розрізати їх навпіл або на скибки перед розігріванням.

При розігріванні рагу, стир-фрау та паст із соусом — регулярно помішуйте страви для їх рівномірного прогрівання.

Лазанью, запіканки та пироги спершу необхідно розігріти у мікрохвильовці (попередньо знявши з контейнера тарілку для приготування хрустких страв), а потім доведіть до хрусткої скоринки за допомогою функції ReCrisp.

Не робіть так:

Не перевантажуйте тарілку для приготування хрустких страв — залишайте простір між шматочками м'яса для утворення кращої хрусткої скоринки.

Не розігрівайте м'ясо чи рис більше одного разу.

Не використовуйте пергаментний папір.

Посібник з очищення

CRISPi PowerPod

Протирайте вологою ганчіркою після кожного використання. НІКОЛИ не занурюйте у воду чи інші рідини. НІКОЛИ не мийте у посудомийній машині.

Контейнери Tempware

Можна мити в посудомийній машині або вручну.

Якщо миєте вручну — добре ополіскуйте та дайте повністю висохнути перед повторним використанням. Обов'язково промивайте місця між ручками та склом, щоб видалити залишки їжі чи миючого засобу.

Примітка: Скляні контейнери витримують високу температуру та безпечні для занурення у холодну воду, навіть коли він гарячий

Тарілки для приготування хрустких страв

Можна мити в посудомийній машині або вручну.

Якщо миєте вручну — добре ополіскуйте та дайте повністю висохнути перед повторним використанням

Кришки

Можна мити у посудомийній машині (тільки верхня полиця) або вручну.

Якщо миєте вручну — добре ополіскуйте та дайте повністю висохнути перед повторним використанням

Адаптер

Можна мити в посудомийній машині або вручну.

Якщо миєте вручну — добре ополіскуйте та дайте повністю висохнути перед повторним використанням

Цвітна капуста у стилі “Баффало” з соусом із блакитного сиру

Підготовка: 10 хв | Приготування: 10 хв | Функція: AIR FRY | Порції: 1–2

Інгредієнти:

Олія-спрей для смаження
40 г борошна
½ ч. л. гранульованої цибулі
¼ ч. л. гранульованого часнику
¼ ч. л. меленого кмину
½ ч. л. паприки
Сіль і чорний перець за смаком
70 мл молока (на вибір)
215 г цвітної капусти (суцвіття по ~4 см)
30 мл соусу Баффало

Соус з блакитного сиру:

30 г сметани
15 г майонезу
40 г блакитного сиру
1 ст. л. лимонного соку
1 ст. л. дрібно нарізаних шніт-цибулі
Сіль і перець за смаком

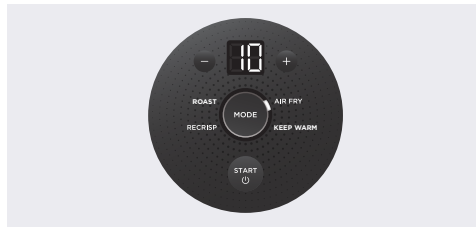
Приготування:



Вставте тарілку у малий контейнер і добре збризніть її олією.

У мисці змішайте борошно, цибулю, часник, кмин, паприку, сіль, перець. Поступово вливайте молоко, збиваючи суміш до стану густого тіста.

Обвалюйте суцвіття капусти в тісті, струсіть його надлишок і викладіть на тарілку. Збризніть олією.



Встановіть контейнер, приєднай адаптер, увімкніть функцію AIR FRY, встановіть час на 40 хв та натисніть START щоб почати приготування.



Малий контейнер 1,4 л.

швидкі рецепти



Рецепт для початківців



Для соусу змішайте усі інгредієнти в мисці та добре перемішайте.



Після приготування обваляйте капусту у соусі Баффало та подавайте до столу разом з соусом з блакитного сиру.

Креветки в кокосовій паніровці

Підготовка: 15 хв | Приготування: 8 хв | Функція: AIR FRY | Порції: 2



Малий контейнер 1,4 л.

швидкі рецепти



Рецепт для початківців



Інгредієнти:

Олія

1 ст. л. борошна

½ ст. л. кукурудзяного крохмалю

½ ч. л. паприки

Сіль, перець за смаком

1 яйце, збите

30 г панірувальних сухарів

10 г кокосової стружки

120 г тигрових креветок, розморожених

Соус «солодкий чилі»

Приготування:

1. Вставте тарілку у малий контейнер і щед्रो збризніть його олією. У невеликій мисці змішайте борошно, кукурудзяний крохмаль, паприку, сіль і перець. У другій мисці збийте яйце. У третій, більшій мисці, змішайте панірувальні сухарі і кокосову стружку.
2. Креветки потрібно обсушити паперовим рушником. Обваляйте кожну креветку окремо у борошні, потім в яйці, потім у сухарях із кокосом.
3. Викладіть креветки на тарілку, збризніть їх олією.
4. Приєднайте адаптер до CRISPi PowerPod, встановіть його в контейнер. Увімкніть функцію AIR FRY на 8 хв. За 2 хвилини хвилин до кінця приготування переверніть креветки.
5. Після завершення приготування подавайте хрусткі кокосові креветки разом з солодким чилі соусом.



Грінки з чатні та сиром

Підготовка: 5 хв | Приготування: 12 хв | Функція: AIR FRY | Порції: 1

Інгредієнти:

1 шматок (24 см) хліба на заквасці, порізаний навпіл

2 скибки сиру (чеддер, гауда або ементаль)

½ ст. л. томатного чатні

Сіль і перець за смаком

1 ст. л. м'якого вершкового масла

Приготування:

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв у малий контейнер.
2. На чисту дошку викладіть дві половинки хліба. На одну з них викладіть сир, чатні, приправте сіллю й перцем. Накрийте другою половиною хліба.
3. Зовнішні сторони обох шматків рівномірно змастіть м'яким маслом і викладіть на тарілку.
4. Приєднайте CRISPi PowerPod, оберіть AIR FRY, встановіть час на 12 хвилин і натисніть START для початку приготування.
5. Коли залишиться 4 хвилини до кінця приготування переверніть грінку щипцями з силіконовими наконечниками. Встановіть контейнер і продовжуйте приготування.
6. Після завершення приготування дістаньте грінки та подавайте їх до столу гарячими.



Порада: Використовуйте безглютеновий хліб, за необхідності.



Малий контейнер 1,4 л.

швидкі рецепти



Рецепт для початківців



Створюйте поєднання з ваших улюблених білків та овочів



Контейнер 1,4 л

ідеальний об'єм для 1–2
порцій вашої улюбленої
страви.

КРОК 1

Оберіть білкову основу

Замаринуйте або приправте за
бажанням.

Птиця

2 курячих стегна без кісток, розрізані
навпіл (приблизно 90 г кожне)

1 куряча грудка без кістки та шкіри
(170 г), розрізана вздовж навпіл

6 заморожених курячих нагетсів

Яловичина

1 стейк із вирізки (230 г)

6 фрикадельок (по 15 г кожна)

200 г смужок стейка

Риба/морепродукти

8–10 великих креветок
(свіжих або заморожених,
очищених)

1 стейк лосося (120 г)

Свинина

1 відбивна без кістки (150 г)

2 ковбаски

Рослинна основа

280 г твердого тофу, нарізаного
кубиками по 4 см

150 г рослинного м'яса (свіжого чи
замороженого), нарізаного
кубиками по 4 см

Порада: для більш насиченого смаку
викладіть білкову основу на тарілку в
контейнер та змастіть маринадом з усіх боків.
Маринуйте в холодильнику від 30 хвилин або
протягом ночі.

КРОК ②

Оберіть овочі

Перемішайте з 1 ст. л. олії та приправте за смаком.

- 100 г стручкової квасолі, обрізати кінчики
- 100 г спаржі, обрізаної, нарізаної шматочками по 8 см
- 1 солодкий перець (150 г), очищений від насіння, нарізаний на четвертинки
- 200 г молодой картоплі, розрізаної на четвертинки
- 150 г цвітної капусти, поділеної на шматочки по 4 см
- 150 г батату, нарізаного кубиками по 4 см
- 120 г кабачка, нарізаного кубиками по 4 см
- 120 г баклажана, нарізаного кубиками по 4 см
- 120 г печериць, розрізаних на четвертинки
- 120 г замороженої картоплі фрі
- 120 г замороженої батат-фрі

Можна змішувати овочі на свій смак!

Порада: ніжні овочі, такі як броколі чи стручкова квасоля, краще додавати ближче до кінця приготування.

КРОК ③

Готуйте

Дотримуючись наведених нижче інструкцій

Викладіть білкову основу та овочі поруч на тарілку для приготування хрустких страв.

Готуйте за допомогою функції AIR FRY, використовуючи наведений нижче час. У таблиці нижче наведено орієнтовний час приготування відповідно до видів білків із КРОКУ 1.

Тип продукту Час приготування

Курятина 15–20 хв

Яловичина 8–15 хв

Морепродукти 6–15 хв

Свинина 12–15 хв

Тофу/
замінники
м'яса 10–15 хв

Перевіряйте продукти всередині процесу приготування, щоб забезпечити рівномірне приготування.



Пам'ятайте: перед подачею перевірте, щоб страва досягла безпечної внутрішньої температури, дотримуючись рекомендацій місцевих органів контролю харчових стандартів.

КРОК ④

Додайте топінги

на вибір

Соус теріякі

Соус «Баффало»

Соус пері-пері

Соус хойсін

Барбекю-соус

Бальзамічна глазур

Кунжут

Хрустка смажена цибуля

Мариновані овочі

Розкришений сир (пармезан, фета, козячий тощо)

Свіжа зелень

Мариновані курячі стегна з лимоном, часником, кабачком та помідорами

Час підготовки: 10 хв | Маринування: 3+ години | Час приготування: 18 хв | Функції: AIR FRY | Порції: 1

Інгредієнти

2 ст. л. оливкової олії, поділити навпіл

Цедра 1 лимона, поділити навпіл

1 маленький зубчик часнику, очищений та подрібнений

1 ½ ч. л. діжонської гірчиці

2 курячих стегна без кістки та шкіри (80–90 г кожне)

Морська сіль і мелений чорний перець за смаком

½ маленького кабачка (≈120 г), розрізаного навпіл вздовж і на шматочки по 4 см

6 томатів черрі

Лимонні скибки для подачі

Свіжа петрушка, подрібнена, для подачі

Спосіб приготування



Вставте тарілку для приготування хрустких страв у малий контейнер і рясно збризніть її олією.

У маленький мисці змішайте 1 ½ ст. л. оливкової олії, ¼ цедри лимона, часник, гірчицю, курячі стегна, сіль і перець. Перемішайте і викладіть на решітку.



У другій мисці змішайте кабачок і помідори з рештою олії та цедрою лимона, приправте сіллю і перцем. Викладіть інгредієнти на тарілку. Накрийте кришкою та залиште в холодильнику мінімум на 3 години або на ніч.



Малий контейнер 1,4 л.

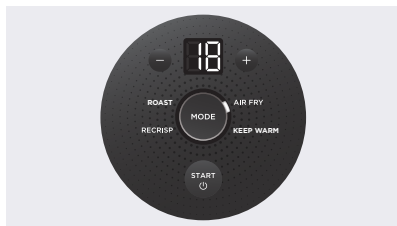
швидкі рецепти



Рецепт для початківців



ОСНОВНІ СТРАВИ



Вийміть контейнер із холодильника, зніміть кришку, приєднайте до нього CRISPi PowerPod. Встановіть функцію AIR FRY, час на 18 хв, натисніть START щоб розпочати приготування.



Коли на дисплеї залишиться 5 хвилин до кінця приготування, зніміть PowerPod, переверніть курку і перемішайте овочі. Поверніть PowerPod на контейнер і продовжіть процес приготування.



Після приготування переконайтеся, що внутрішня температура курки досягла 75°C, за допомогою кухонного термометра. Викладіть стегна, кабачок і помідори на тарілку, полийте соком із контейнера. Подавайте з лимонними дольками та петрушкою.



Курка парміджано

Час підготовки: 10 хв | Час приготування: 18 хв | Функції: AIR FRY | Порції: 1



Малий контейнер 1,4 л.



Рецепт для початківців



Інгредієнти

Рослинна олія для змащування

1 ст. л. пшеничного борошна

¼ ч. л. орегано

Сіль і перець за смаком

1 маленьке яйце, збите

3 ст. л. панірувальних сухарів

1 ½ ст. л. тертого пармезану

1 куряча грудка (175–200 г), відбита до товщини 1 см

2 ст. л. пасати

30 г тертої моцарели

Свіжий базилік для подачі

Спосіб приготування

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв у малий контейнер, рясно збризніть її олією.
2. У середній мисці змішайте борошно з орегано, сіллю і перцем. У другій мисці збийте яйце. У третій мисці змішайте панірувальні сухарі та пармезан.
3. Обваляйте курку в борошні, потім в яйці, а далі в панірувальній суміші. Викладіть на тарілку для приготування хрустких страв.
4. Приєднайте CRISPi PowerPod до контейнера встановіть функцію AIR FRY, час на 18 хв, натисніть START щоб почати приготування. Через 9 хвилин переверніть курку за допомогою силіконових щипців.
5. За 3 хвилини до кінця приготування, розподіліть пасату по курці, зверху викладіть моцарелу. Встановіть CRISPi PowerPod на контейнер та продовжуйте приготування.
6. Переконайтеся, що внутрішня температура курки досягла 75°C за допомогою кухонного термометра. Прикрасьте страву базиліком і подавайте до столу гарячою.

Панір тічка з зеленим перцем

Час підготовки: 10 хв | Маринування: 3+ години | Час приготування: 13 хв |
Функція: AIR FRY | Порції: 2

Інгредієнти

1 ст. л. рослинної олії
3 ст. л. натурального йогурту
1 зубчик часнику, подрібнений
1 ч. л. свіжого імбиру, подрібненого
1 ч. л. лимонного соку
1 ч. л. перцю чилі
¼ ч. л. куркуми
½ ч. л. кмину
½ ч. л. коріандру
Сіль за смаком
225 г паніру, нарізаного на 12 шматочків по 3 см
1 маленький–середній зелений перець, нарізаний на шматки по 3 см
Свіжий коріандр для подачі
Натуральний йогурт для подачі
Лимонні скибочки для подачі
Хліб Наан для подачі



Малий контейнер 1,4 л.



Рецепт для початківців



Спосіб приготування

- 1. Insert Crisper Plate in Small Container.** In a large Вставте тарілку для приготування хрустких страв у малий контейнер. У великій мисці змішайте олію, йогурт, часник, імбир, лимонний сік, порошок чилі, куркуму, кмин, коріандр та сіль.
2. Додайте панір і перець, добре обваляйте все в маринаді. Викладіть інгредієнти на тарілку для приготування хрустких страв та накрийте кришкою. Маринуйте в холодильнику мінімум 3 години або протягом ночі.
3. Вийміть контейнер, зніміть з нього кришку, збризніть інгредієнти олією. Приєднайте PowerPod до контейнера, встановіть функцію AIR FRY, час на 13 хв, натисніть START щоб почати приготування.
4. Через 4 хвилини переверніть панір і овочі. Встановіть CRISPi PowerPod на контейнер та продовжуйте приготування.
5. Після завершення приготування подавайте страву до столу разом з коріандром, йогуртом, лимонними скибочками та хлібом Наан.

Тріска з прошутто, червоним песто та овочами

Час підготовки: 10 хв | Час приготування: 15 хв | Функція: AIR FRY | Порції: 2

Інгредієнти

100 г спаржі, нарізаної шматками по 4 см
70 г молодшої кукурудзи, розрізаної навпіл
80 г горошку
1 ч. л. оливкової олії
Сіль і перець за смаком
2 ст. л. червоного песто
2 філе тріски (120 г кожне), товщина не більше 2 см
4 скибки прошутто

Спосіб приготування

1. У малому контейнері (без встановлення тарілки для приготування хрустких страв) перемішайте овочі з олією, сіллю і перцем. Філе тріски приправте сіллю, перцем і натріть його песто.
2. Викладіть 2 скибки прошутто хрест-навхрест в контейнер, покладіть поверх нього філе тріски і загорніть навколо неї прошутто, формуючи «пакетик». Повторіть даний крок з другим філе. Викладіть рибу на овочі в контейнер.
3. Приєднайте PowerPod до контейнера, встановіть функцію AIR FRY, час на 15 хв, натисніть START щоб почати приготування.
4. Через 6 хвилин зніміть PowerPod, переверніть тріску, перемішайте овочі встановіть PowerPod назад на контейнер та продовжуйте приготування.
5. Після завершення приготування подавайте тріску з овочами до столу гарячою.



Малий контейнер 1,4 л.



Рецепт для початківців



Карамелізовані банани

Час підготовки: 5 хв | Час приготування: 12 хв | Функція: AIR FRY | Порції: 2



Малий контейнер 1,4 л.



Рецепт для початківців



Інгредієнти

2 маленькі банани, очищені, розрізані навпіл вздовж

1 ½ ст. л. коричневого цукру

¼ ч. л. кориці

Грецький йогурт для подачі

Подрібнені горіх пекан, для подачі

Спосіб приготування

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв в малий контейнер. Викладіть в контейнер банани зрізом догори, посипте їх цукром і корицею.
2. Приєднайте PowerPod до контейнера, встановіть функцію AIR FRY, час на 12 хв, натисніть START щоб почати приготування.
3. Після приготування дайте страві охолонути кілька хвилин. Подавайте банани до столу прикрасивши старву йогуртом і горіхам пекан.



Таблиці приготування в малому контейнері 1,4 л

Примітка: : Перед приготуванням обов'язково встановіть тарілку для приготування хрустких страв.

Зазначений час діє лише для наведених продуктів та ваг.

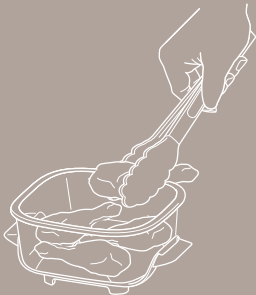
ПРИМІТКА:*Замочіть нарізану картоплю в холодній воді на 30 хвилин, щоб видалити надлишок крохмалю. Через 30 хвилин процідіть та повністю висушіть картоплю. Чим сушіша картопля, тим більш хрумкою вона буде.

Інгредієнт	Кількість	Підготовка	Олія
Овочі			
Спаржа	200 г	Розрізати навпіл	1 ч. л.
Кабачок	200г	Нарізати кружечками по 2 см	1 ч. л.
Перець	2 шт	Нарізати на четвертинки	1 ч. л.
Броколі	200г	Розділити на суцвіття по 2,5 см	1 ч. л.
Гарбуз	200г	Нарізати кубиками по 2 см	1 ч. л.
Молоді кукурудзяні качанчики	4 шт	Цілі	1 ч. л.
Цвітна капуста	200 г	Розділити на суцвіття по 2,5 см	1 ч. л.
Стручкова квасоля	150г	Обрізати кінчики	1 ч. л.
Гриби	150г	Промити, нарізати четвертинками	1 ч. л.
Молода картопля	200г	Нарізати на четвертинки	1 ч. л.
Батат	200г	Нарізати кубиками по 1,5 см	1 ч. л.
Домашня тонка картопля фрі*	200г	Нарізати смужками по 1 см	Немає
Домашня товста картопля фрі*	200г	Нарізати смужками по 2 см	Немає
Птиця			
Куряча грудка	2 шт (200 г кожна).	Без кістки	Змастити олією
Куряче стегно на кістці	2 шт (150–170 г)	Немає	Змастити олією
Куряче стегно без кістки	2–3 шт (90 г)	Немає	Змастити олією
Курячі гомілки	2–3 шт (120 г)	Немає	Змастити олією
Курячі крила	250 г	3 кісткам	1 ч. л.
Морепродукти			
Філе лосося	2 шт (115 г)	Немає	Змастити олією
Креветки	165 г	Очистити	1 ч. л.
Рибні котлети	2 шт (145 г)	Немає	Немає
Вегетаріанські страви			
Сир халумі	225 г	Нарізати кубиками по 2 см	1 ст. л.
Тофу (твердий)	280 г	Нарізати кубиками по 2 см	1 ст. л.

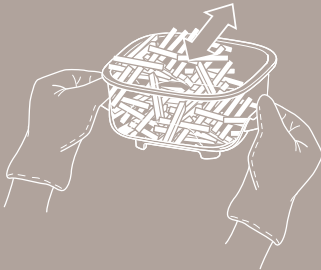
Порада: перевертайте страву під час приготування для рівномірного пропікання

Функція	Час	Дії під час приготування
AIR FRY	5-7 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	8-10 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	8-10 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	8-12 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	15-18 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	8-10 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	9-14 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	7-10 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	10-15 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	15-20 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	15-20 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	22-24 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	30-32 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	22-25 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	18-22 хв	Немає
AIR FRY	15-18 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	17-20 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	20-25 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	10-14 хв	Немає
AIR FRY	4-6 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	13-15 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	8-10 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10-12 хв	Перевернути всередині процесу приготування

Рекомендуємо час від часу перевіряти страву під час приготування й перевертати її щипцями з силіконовими наконечниками. Орієнтуйтеся на вказаний час, але підлаштовуйте його під власні вподобання.



АБО



Таблиці приготування в малому контейнері 1,4 л

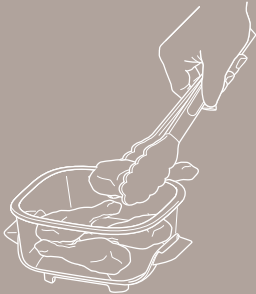
Примітка: : Перед приготуванням обов'язково встановіть тарілку для приготування хрустких страв.

Зазначений час діє лише для наведених продуктів та ваг.			
Інгредієнт	Кількість	Підготовка	Олія
Яловичина			
Фрикадельки, свіжі	250 г (по 15 г кожна)	Немає	Немає
Рібай стейк, товстий	1 шт (380 г)	Для кращого результату розігріти пристрій протягом 5 хв	Змастити олією
Стейк Рамп або Сірлоїн	1 шт (230 г)	Для кращого результату розігріти пристрій протягом 5 хв	Змастити олією
Свинина			
Ковбаски	5 шт	Немає	Немає
Бекон (слайси)	4 скибки	Немає	Немає
Бекон (рашер)	3 скибки	Немає	Немає
Свиняча відбивна	1 шт, (250 г)	На кістці	Змастити олією
Ягнятина			
Ягнячі відбивні	2 шт (100 г кожна)	Немає	Змастити олією
Заморожені продукти			
Курячі нагетси	250 г	Немає	Немає
Котлета “по -київськи”	2 шт	Немає	Немає
Бургер, заморожений	1 шт (110 г)	Немає	Немає
Рибні пальчики	6 шт	Немає	Немає
Філе риби в клярі	2 шт (100 г)	Немає	Немає
Креветки	200 г	Немає	Немає
Картопля фрі	230 г	Немає	Немає
Батат-фрі	230 г	Немає	Немає
Картопляні скибочки	250 г	Немає	Немає
Вегетаріанські ковбаски	6 шт	Немає	Немає
Вегетаріанський бургер	2 шт	Немає	Немає
Вегетаріанські нагетси	200 г	Немає	Немає
Хашбрауни	4 шт	Немає	Немає
Кільця цибулі	150 г	Немає	Немає
Запечена картопля	250 г	Немає	Немає

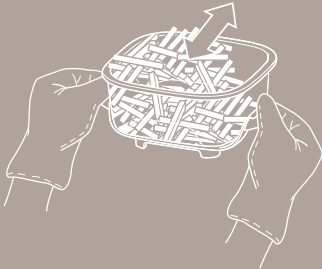
Порада: перевертайте страву під час приготування для рівномірного пропінання

Функція	Час	Дії під час приготування
AIR FRY	6–8 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	9–12 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	7–10 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	14–18 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	4–6 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	5–8 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	15–19 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	8–11 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10–12 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	16–20 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	17–20 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	11–13хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	16–20 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	10–13 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	12–15 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	12–14 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	16–20 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	11–13 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	12–15хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	12–15 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	15–18 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	9–11 хв	Перемішати 2–3 рази
AIR FRY	16–20 хв	Перемішати 2–3 рази

Рекомендуємо час від часу перевіряти страву під час приготування й перевертати її щипцями з силіконовими наконечниками. Орієнтуйтеся на вказаний час, але підлаштовуйте його під власні вподобання.



АБО



Курячі крильця в соусі Теріякі

Час підготовки: 5 хв | Час приготування: 40 хв | Режим: AIR FRY | Порції: 4–6

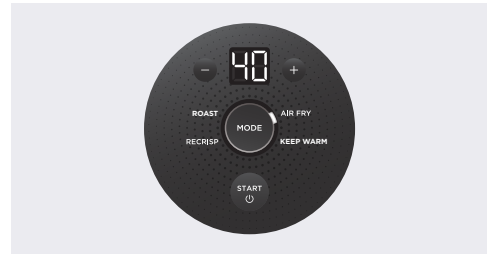
Інгредієнти:

1,2 кг свіжих курячих крилець
Морська сіль та мелений чорний перець – за
смаком
2 ст. л. соняшникової олії
100 мл соусу теріякі
2 зелені цибулини, нарізані тонкими кільцями
1 ч. л. насіння кунжуту

Спосіб приготування:



Вставте тарілку для приготування хрустких страв у великий контейнер.
Викладіть в контейнер крильця, сіль, перець та олію та добре перемішайте.
Приєднайте адаптер до CRISPi PowerPod і встановіть його на контейнер.



Натисніть MODE, оберіть функцію AIR FRY, встановіть час 40 хв, натисніть START для початку приготування.



Коли на дисплеї залишиться 20 хв, зніміть PowerPod з адаптером і переверніть крильця силіконовими щипцями. Поверніть PowerPod на контейнер і натисніть START для продовження приготування. Повторіть процес за 8 хв до кінця приготування.



Після завершення переконайтеся, що внутрішня температура крильць досягла 75°C за допомогою кухонного термометра. Перекладіть крильця у велику миску, додайте соус теріякі та добре все перемішайте. Прикрасьте страву зеленою цибулею та насінням кунжуту та подавайте до столу.

Фаршировані баклажани з моцарелою

Час підготовки: 15 хв | Час приготування: 27 хв | Режим: AIR FRY | Порції: 2

Інгредієнти:

1 великий баклажан (~300 г), без плодоніжки, розрізати вздовж навпіл

1 ½ ст. л. оливкової олії

Морська сіль та мелений чорний перець – за смаком

60 г томатного соусу з базиліком

60 г чері-помідорів, розрізаних на четвертини

8 великих листків базиліку, подрібнені

60 г свіжої моцарели, нарізаної кубиками 1 см

20 г тертого пармезану або вегетаріанський аналог

Салат із зелені або помідорів для подачі (за бажанням)



Великий контейнер 3,8 л.



РЕЦЕПТ ДЛЯ ПОЧАТКІВЦІВ



Спосіб приготування:

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв у великий контейнер. Змастіть м'якоть баклажана олією, приправте сіллю та перцем. Покладіть баклажан зрізом донизу на тарілку.
2. Встановіть адаптер на контейнер та встановіть CRISPI PowerPod. Натисніть MODE, оберіть функцію AIR FRY, встановіть час на 20 хв, натисніть START.
3. У великій мисці змішайте томатно-базиліковий соус, чері, моцарелу, базилік, сіль і перець, відкладіть.
4. Після завершення приготування перекладіть баклажани на дошку, вийміть з них м'якоть ложкою, грубо наріжте і додайте її до томатної суміші. Шкірки баклажанів поверніть на тарілку та заповніть їх сумішшю, посипте зверху пармезаном.
5. Поверніть PowerPod на контейнер, оберіть функцію AIR FRY, встановіть час на 7 хв і натисніть START.
6. Після завершення приготування поріжте фаршировані баклажани навпіл і подавайте до столу разом із салатом за власним смаком.

Боби едамаме з імбиром та часником

Час підготовки: 5 хв | Час приготування: 12 хв | Режим: AIR FRY | Порції: 4–6

Інгредієнти:

500 г заморожених соєвих бобів у стручках
1 ст. л. перцевої або кунжутної олії
2 ст. л. темного соєвого соусу або тамарі (для безглютенового варіанту)
¼ ст. л. тертого імбиру
1 зубчик часнику, очищений, подрібнений
Морська сіль та мелений чорний перець – за смаком
1 ч. л. насіння кунжуту
Перець чилі (за бажанням)



Великий контейнер 3,8 л.



РЕЦЕПТ ДЛЯ ПОЧАТКІВЦІВ



Спосіб приготування:

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв у великий контейнер. У великій мисці змішайте едамаме з олією, соєвим соусом, імбиром, часником, сіллю і перцем та викладіть все на тарілку.
2. Встановіть адаптер і CRISPi PowerPod. Натисніть MODE, оберіть AIR FRY, встановіть час на 12 хв, натисніть START.
3. Коли залишиться 3 хв до кінця приготування, зніміть PowerPod і перемішайте боби силіконовими щипцями. Поверніть PowerPod на контейнер і натисніть START.
4. Після завершення приготування перекладіть страву у миску, посипте кунжутом, перцем чилі та подавайте до столу..

Фахітос з яловичини

Час підготовки: 15 хв | Час приготування: 22 хв | Режим: AIR FRY | Порції: 4–6

Інгредієнти:

4 середніх перці, нарізані смужками по 1 см
2 червоні цибулини, нарізані смужками 0,5 см
3 ст. л. рослинної олії, розділити навпіл
2 ст. л. приправи для фахітас, розділити навпіл
Морська сіль і мелений чорний перець – за смаком
3 яловичих стейка (по ~225 г), нарізані смужками 0,5 см
8–12 шт. тортільї (24 см) (для безглютенового варіанту використовуйте безглютенові тортільї)

Начинки (за бажанням):

гуакамоле, сметана, сальса, тертий чеддер



Великий контейнер 3,8 л.



РЕЦЕПТ ДЛЯ ПОЧАТКІВЦІВ



Спосіб приготування:

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв у великий контейнер. У великий мисці змішайте перці та цибулю з 2 ст. л. олії, 1,5 ст. л. приправи фахіта, сіллю і перцем, викладіть все на тарілку.
2. Встановіть адаптер на CRISPi PowerPod. Натисніть MODE, оберіть функцію AIR FRY, встановіть час на 10 хв, натисніть START. За 5 хв до кінця приготування переверніть овочі силіконовими щипцями. Встановіть PowerPod на контейнер і натисніть START, щоб продовжити приготування.
3. Змішайте яловичину з рештою олії та приправою, приправте її сіллю і перцем. Викладіть яловичину зверху на овочі, встановіть PowerPod на контейнер, оберіть функцію AIR FRY встановіть час на 12 хв, натисніть START для прготування. За 4 хв до кінця приготування переверніть тільки яловичину, встановіть PowerPod на контейнер і натисніть START, щоб продовжити приготування.
4. Після приготування подавайте страву з з тортільями та начинками на власний смак.

Порада: додайте чилі-олію для гостроти



Курка Пері-Пері

Час підготовки: 5 хв | Розігрів: 5 хв | Час приготування: 55 хв | Режим: ROAST | Порції: 4

Інгредієнти:

2 ст. л. оливкової олії
1 ч. л. копченої паприки
1 ч. л. паприки
¼ ч. л. пластівців перця чилі
½ ч. л. сухої цибулі
½ ч. л. меленого коріандру
1 ч. л. сушеного орегано
½ ч. л. дрібної морської солі
½ ч. л. сухого часнику
1,5 кг курки, розрізаної навпіл
Фрі, кукурудза та салат для подачі (за бажанням)

Спосіб приготування:



У велику миску додайте всі інгредієнти, окрім курки, і перемішайте до утворення пасти. Викладають в миску курку і рівномірно натріть її маринадом. Накрийте та залиште в холодильнику на 1–24 години.



Перед приготуванням розігрійте пристрій протягом 5 хв. Встановіть адаптер на контейнер, вставте CRISPi PowerPod. Натисніть MODE оберіть функцію ROAST, встановіть час на 5 хв, натисніть START.



Великий контейнер 3,8 л.

швидкі рецепти



СКЛАДНИЙ РЕЦЕПТ



ОСНОВНІ СТРАВИ



Після розігріву викладіть курку грудкою вниз на тарілку для приготування хрусткої страв. Встановіть PowerPod, оберіть функцію ROAST, встановіть час на 55 хв та натисніть START.



Коли залишиться 35 хв до кінця приготування, зніміть PowerPod і переверніть курку. Поверніть PowerPod на контейнер і продовжіть приготування.



Після завершення приготування переконайтеся, що курка досягла внутрішньої температури 75°C за допомогою кулінарного термометра. Перекладіть її на дошку та дайте відпочити протягом 15 хв. Рекомендується подавати страву до столу разом з фрі та кукурудзою.

Лосось з травами, картоплею та перцем Падрон

Час підготовки: 15 хв | Час приготування: 40 хв | Режим: ROAST | Порції: 4

Інгредієнти:

750 г молодшої картоплі, розрізаної навпіл
2 ст. л. соняшникової олії, розділити навпіл
1 ч. л. сумака
Морська сіль і мелений чорний перець – за смаком
½ філе лосося (500 г), зі шкірою
Цедра 1 лимона
5 г свіжого кропу, подрібненого
10 г свіжої петрушки, подрібненої
130 г перців Падрон



Великий контейнер 3,8 л.



РЕЦЕПТ ДЛЯ ПОЧАТКІВЦІВ



Спосіб приготування:

1. Вставте тарілку для приготування хрустких страв у великий контейнер. Картоплю змішайте з 1 ст. л. олії, сумаком, сіллю і перцем, викладіть її на тарілку. Встановіть адаптер та PowerPod, натисніть MODE оберіть функцію ROAST, встановіть час на 22 хв та натисніть START.
2. Викладіть лосось на дошку м'якоттю донизу, зробіть 3 вертикальні надрізи через шкіру, не розрізаючи її до кінця. Змастіть рибу ½ ст. л. олії, посипте цедрою, сіллю і перцем. Заповніть надрізи кропом і петрушкою.
3. Перці Падрон змішайте з рештою олії і сіллю.
4. За 7 хв до завершення приготування, зніміть PowerPod і перемішайте картоплю щипцями. Поверніть PowerPod і продовжіть приготування.
5. Після завершення приготування викладіть лосось на картоплю, шкірою догори, встановіть час на 18 хв натисніть START щоб почати приготування.
6. Коли залишиться 7 хв до кінця часу приготування, додайте в контейнер перці Падрон вклавши його навколо лосося. Продовжуйте приготування.
7. Подавайте лосось з картоплею та перцями Падрон до столу гарячим.

Сирна паста з томатним соусом

Час підготовки: 5 хв | Час приготування: 18 хв | Функція: AIR FRY | Порції: 4–6



Великий контейнер 3,8 л.



РЕЦЕПТ ДЛЯ ПОЧАТКІВЦІВ



Інгредієнти:

400 г сирі пасти фарфале (750 г вареної, використовувати гарячу)
1 ст. л. оливкової олії
800 мл томатного пюре
1 ст. л. каперсів, подрібнених
6 ст. л. в'ялених томатів, подрібнених
½ ч. л. часникових гранул
6 ст. л. пармезану або вегетаріанського аналога, розділити
Морська сіль і перець – за смаком
20 г свіжого базиліку, дрібно нарізаного
140 г тертої моцарели

Спосіб приготування:

1. У великому контейнері (без встановлення тарілки для приготування хрустких страв) змішайте гарячу пасту, олію, томатне пюре, каперси, в'ялені томати, часник, 2 ст. л. пармезану, сіль і перець.
2. Встановіть адаптер та PowerPod та встановіть його на контейнер. Оберіть функцію AIR FRY, встановіть час на 14 хв, та натисніть START щоб почати приготування.. Через 7 хв перемішайте страву та продовжуйте приготування..
3. Після завершення приготування додайте до пасты базилік, добре перемішайте, посипте страву моцарелою і залишком сиру пармезану. Встановіть час на 4 хв, та натисніть START щоб продовжити приготування..
4. Після завершення приготування подавайте страву до столу гарячою.



Порада: можна замінити фарфале на будь-яку іншу пасту або на безглютенову.

Курячий сатай із арахісовим соусом

Час підготовки: 17 хв | Час приготування: 15 хв | Маринад: ≥1 год | Функція: AIR FRY |

Порції: 2–4



Великий контейнер 3,8 л.



РЕЦЕПТ ДЛЯ ПОЧАТКІВЦІВ



Маринад:

400 г курячого міні-філе

1 ст. л. розтопленої кокосової олії

2 ст. л. соєвого соусу

1 зубчик часнику, подрібнений

¼ ч. л. чилі-пластівців

2 ч. л. тертого імбиру

½ ч. л. куркуми

Цедра 1 великого лайма (сік залишити для соусу)

Чорний перець – за смаком

Арахісовий соус:

1 ст. л. соєвого соусу або тамарі

1 ст. л. кленового сиропу

¾ ч. л. рибного соусу

¼ ч. л. чилі-пластівців

Сік 1 лайма

50 г арахісового масла

35 г кокосових вершків

1 ч. л. карі

Для подачі:

смажений арахіс, кінза, дольки лайма

Спосіб приготування:

1. Встановіть тарілку для приготування хрустких страв в контейнер. У середній місці змішайте інгредієнти для маринаду, додайте до них курку і залиште в холодильнику на 1 год або на ніч.
2. Змішайте інгредієнти для арахісового соусу до однорідної консистенції, за потреби додайте трохи води.
3. Викладіть філе на тарілку для приготування хрустких страв, встановіть адаптер і PowerPod. Оберіть функцію AIR FRY, встановіть час на 15 хв, і натисніть START.
4. При 5 хв після початку приготування переверніть курку силіконовими щипцями. Поверніть PowerPod на контейнер і продовжуйте приготування..
5. Після завершення приготування переконайтеся, що температура всередині курки досягла 75 °C. Подавайте страву до столу з арахісовим соусом, арахісом, кінзою і лаймом.



Баранина в м'ятному песто з овочевим гарніром та фетою

Час підготовки: 20 хв | Розігрів: 5 хв | Час приготування: 37–42 хв
Функція: ROAST & AIR FRY | Порції: 4–6

Інгредієнти

10 г свіжого листя петрушки
10 г свіжого листя м'яти
1 зубчик часнику, очищений
30 г кедрових горіхів
Цедра та сік ½ лимона
8 ст. л. оливкової олії першого віджиму, поділити навпіл
Сіль та мелений чорний перець – за смаком
25 г панірувальних сухарів
2 стейки ягнятини (по 500 г кожен), залишит при кімнатній температурі на 1 годину перед приготуванням
1 ст. л. джіонської гірчиці
400 г кабачків, розрізаних вздовж навпіл і нарізаних шматочками по 1 см
300 г спаржі, без стебел, нарізаної по 5 см
200 г замороженого горошку
2 ст. л. свіжої м'яти, подрібненої
150 г сиру фета
Скибочки лимона для подачі



Великий контейнер 3,8 л.



СКЛАДНИЙ РЕЦЕПТ



Спосіб приготування:

1. У блендері змішайте петрушку, м'яту, часник, кедрові горіхи, цедру та сік лимона, 6 ст. л. олії, сіль і перець. Збийте до однорідності, залишаючи трохи текстури. Перекладіть сміш у невелику миску та додайте до неї панірувальні сухарі, добре перемішайте.
2. Натріть обидва стейки гірчицею і покрийте їх м'ятним песто, притискаючи сухарі до стейків, щоб утворилася кірочка зверху, знизу та по боках.
3. Розігрійте пристрій протягом 5 хв. Вставте тарілку удля приготування хрустких страв у великий контейнер. Встановіть адаптер на PowerPod і встановіть його на контейнер. Натисніть MODE, оберіть функцію ROAST, встановіть час на 5 хв та натисніть START.
4. Після розігріву викладіть стейки на тарілку для приготування хрустких страв так, щоб кістки були спрямовані всередину і вгору до середини контейнера, перехрещуючи їх. Встановіть PowerPod, оберіть функцію ROAST, встановіть час на 25–30 хв (залежно від бажаного ступеня прожарки) та натисніть START щоб почати приготування.
5. Після приготування ягнятини перекладіть її на дошку і дайте їй відпочити. Додайте в контейнер кабачки, спаржу та горошок викладаючи їх на тарілку для приготування хрустких страв, посоліть, поперчіть і перемішайте з рештою олії. Встановіть PowerPod, оберіть функцію AIR FRY, встановіть час на 12 хв та натисніть START для почтку приготування. Через 5 хв зніміть PowerPod і перемішайте овочі, поверніть PowerPod на контейнер і продовжіть приготування.
6. Після завершення приготування перемішайте овочі зі свіжою м'ятою та фетою. Викладіть їх на сервірувальну тарілку та подавайте разом з ягнятиною в м'ятній кірочці та скибочками лимона.



Таблиці приготування в великому контейнері 3,8 л

Примітка: : Перед приготуванням обов'язково встановіть тарілку для приготування хрустких страв.

Зазначений час діє лише для наведених продуктів та ваги.

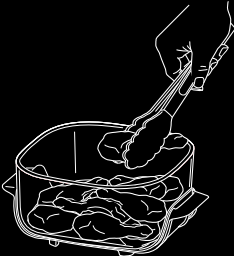
ПРИМІТКА:*Замочіть нарізану картоплю в холодній воді на 30 хвилин, щоб видалити надлишок крохмалю. Через 30 хвилин процідіть та повністю висушіть картоплю. Чим сушіша картопля, тим більш хрумкою вона буде.

Інгредієнт	Кількість	Підготовка	Олія
Овочі			
Спаржа	400 г	Розрізати навпіл по горизонталі, стебла обрізати	1 ст.л.
Перці	4 (600г)	Цілі	1 ст.л.
Броколі	400 г	Нарізати на суцвіття по 2,5 см	1 ст.л.
Гарбуз	500 г	Нарізати кубиками по 2 см	1 ст.л.
Молоді кукурудзяні качанчики	4 шт.	Цілі	1 ст.л.
Цвітна капуста	600 г	Розділити на суцвіття по 2,5 см	1 ст.л.
Стручкова квасоля	400 г	Обрізати кінчики	1 ст.л.
Гриби	400 г	Промити, нарізати четвертинками	1 ст.л.
Батат	700 г	Нарізати кубиками по 1,5 см	1 ст.л.
Молода картопля	700 г	Нарізати на четвертинки	2 ст. л.
Домашня тонка картопля фрі*	500 г	Нарізати смужками по 1 см	Немає
Домашня товста картопля фрі*	500 г	Нарізати смужками по 2 см	Немає
Кабачок	600 г	Нарізати смужками по 2 см	1 ст.л.
Птиця			
Курячі гомілки	6 шт (по 120 г)	Немає	Змастити олією
Курячі крильця	1,2 кг	Без кісток	1 ст. л.
Куряча грудка	4 шт (по 200 г)	Без кістки	Змастити олією
Куряче стегно на кістці	4–6 шт (150–170 г)	Немає	Змастити олією
Куряче стегно без кістки	4–6 шт (90 г)	Немає	Змастити олією

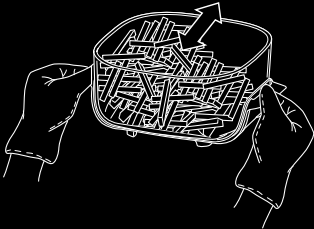
Порада: перевертайте страву під час приготування для рівномірного пропікання

Функція	Час	Дії під час приготування
AIR FRY	8-10 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	20-24 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	9-13 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	15-20 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	13-16 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	11-15 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	15-18 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	10-15 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	18-22 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	20-25 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	28-30 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	30-32 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	10-14 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	18-22 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	40-45 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	23-26 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	20-24 хв	Немає
AIR FRY	17-19 хв	Перевернути всередині процесу приготування

Рекомендуємо час від часу перевіряти страву під час приготування й перевертати її щипцями з силіконовими наконечниками. Орієнтуйтесь на вказаний час, але підлаштовуйте його під власні вподобання.



АБО



Таблиці приготування в великому контейнері 3,8 л

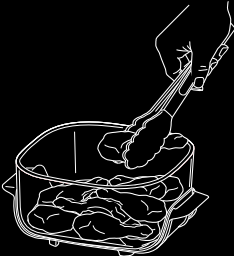
Примітка: : Перед приготуванням обов'язково встановіть тарілку для приготування хрустких страв.

Зазначений час діє лише для наведених продуктів та ваги.			
Інгредієнт	Кількість	Підготовка	Олія
Морепродукти			
Рибні котлети	4 шт	Немає	Немає
Філе лосося	4–6 шт (по 120 г)	Немає	Змастити олією
Креветки	330 г	Очистити	1 ст.л.
ЯЛОВИЧИНА			
Бургери	4-6 шт (по 115 г)	Немає	Немає
Фрикадельки, свіжі	500 г (по 15 г)	Немає	Немає
Стейки	2 шт (по 230 г)	Для кращого результату розігрійте пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
ЯГНЯТИНА			
Ягнячі відбивні	4–6 шт (100 г)	Немає	Змастити олією
СВИНИНА			
Бекон	6 скибок	Немає	Немає
Бекон (рашер)	6 скибок	Немає	Немає
Свинячі відбивні з кісткою	3 шт (по 250 г)	Немає	Змастити олією
Сосиски	10 шт	Немає	Немає
Вегетаріанські страви			
Сир халумі	2 шт. по 225 г	Нарізати кубиками по 2 см	2 ст. л
Тофу (твердий)	2 шт. по 280 гр.	Нарізати кубиками по 2 см	2 ст. л

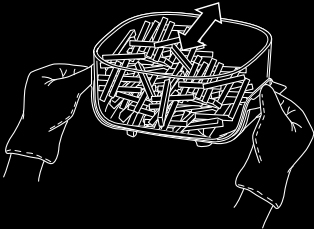
Порада: перевертайте страву під час приготування для рівномірного пропікання

Функція	Час	Дії під час приготування
AIR FRY	16-18 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	12-14 хв	Немає
AIR FRY	5-7 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10-15 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	8-10 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	8-11 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10-15 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	7-9 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	6-8 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	20-25 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	17-20 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10-12 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10-14 хв	Перевернути всередині процесу приготування

Рекомендуємо час від часу перевіряти страву під час приготування й перевертати її щипцями з силіконовими наконечниками. Орієнтуйтесь на вказаний час, але підлаштовуйте його під власні вподобання.



АБО



Таблиці приготування в великому контейнері 3,8 л

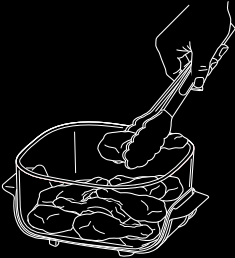
Примітка: : Перед приготуванням обов'язково встановіть тарілку для приготування хрустких страв.

Зазначений час діє лише для наведених продуктів та ваги.			
Інгредієнт	Кількість	Підготовка	Олія
Заморожені продукти			
Рибні палички	10	Немає	Немає
Філе риби у клярі/паніроване	4 (100г кожне)	Немає	Немає
Курачі нагетси	600 г	Немає	Немає
Котлета “по -київськи”	4	Немає	Немає
Бургери з яловичини	4 шт (110г)	Немає	Немає
Бургери вегетаріанські	4	Немає	Немає
Батат-фрі	500 г	Немає	Немає
Картопля фрі	500г	Немає	Немає
Картопляні скибочки	700 г	Немає	Немає
Картопля у шкірці	500г	Немає	Немає
Картопляні клнки	650г	Немає	Немає
Картопля фрі хвиляста	500г	Немає	Немає
Картопля фрі	500г	Немає	Немає
Запечена картопля	750г	Немає	Немає
Хашбраун	8	Немає	Немає
Вегетаріанські сосиски	12	Немає	Немає
Вегетаріанські нагетси	600г	Немає	Немає
Креветки	450г	Немає	Немає
Кільця цибулі	350г	Немає	Немає
Йоркширські пудинги	8 (150г)	Немає	Немає

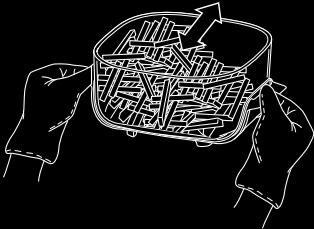
Порада: перевертайте страву під час приготування для рівномірного пропікання

Функція	Час	Дії під час приготування
AIR FRY	13-15 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	18-22 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	12-15 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	18-22 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	18-22 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	15-18 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	14-17 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	22-24 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	20-25 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	17-20 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	20-25 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	20-22 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	17-21 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	20-25 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	17-20 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	13-15 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	10-13 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	13-15 хв	Перевернути всередині процесу приготування
AIR FRY	11-14 хв	Перемішати 2-3 рази
AIR FRY	3-4 хв	Перемішати 2-3 рази

Рекомендуємо час від часу перевіряти страву під час приготування й перевертати її щипцями з силіконовими наконечниками. Орієнтуйтеся на вказаний час, але підлаштовуйте його під власні вподобання.



АБО



Таблиці приготування в великому контейнері 3,8 л

Примітка: : Перед приготуванням обов'язково встановіть тарілку для приготування хрустких страв.

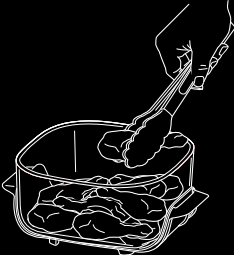
Зазначений час діє лише для наведених продуктів та ваги.			
Інгредієнт	Кількість	Підготовка	Олія
ROAST			
Курка, ціла.	Середня, ~1,5 кг	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій 5 хв до приготування	Змастити олією
Курка, ціла .	Маленька, ~1,2 кг	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій 5 хв до приготування	Змастити олією
Курачі ніжки.	4 шт (по 250 г)	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій 5 хв до приготування	Змастити олією
Свинячий стейк	2 шт (400–500 г)	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
Свиняча корейка зі шкіркою	1,2 кг	Надрізати жир, приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
Каре ягняти, ціле	2 шт (400–500 г)	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
Велике філе лосося, зі шкірою	500–800 г	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
Яловичина	1,5 кг	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
Яловичина, філе	1 кг	Приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Змастити олією
Качка.	1,2 кг	Надрізати жир, приправити сіллю та перцем. Розігріти пристрій протягом 5 хв до початку приготування	Немає

Порада: перевертайте страву під час приготування для рівномірного пропікання

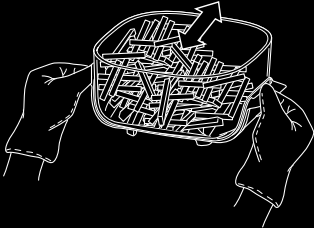
Функція	Час	Дії під час приготування
ROAST	50-55 хв	Викласти курку грудкою донизу грудкою вниз, перевернути всередні процесу приготування
ROAST	55-60 хв	Викласти курку грудкою донизу грудкою вниз, перевернути всередні процесу приготування
ROAST	35-40 хв	Перевернути всередині процесу приготування
ROAST	25-35 хв	Перевернути всередині процесу приготування
ROAST	75-80 хв	Викласти корейку жиром донизу, перевернути через 25 хв.
ROAST	20-30 хв	Немає
ROAST	20 хв	Немає
ROAST	40-50 хв	Перевернути всередині процесу приготування
ROAST	35-45 хв	Перевернути всередині процесу приготування
ROAST	30-40 хв	Викласти в контейнер грудкою донизу, перевернути всередині процесу приготування

Порада: Під час приготування функцією ROAST розігрійте пристрій протягом 5 хвилин до початку приготування.

Рекомендуємо час від часу перевіряти страву під час приготування й перевертати її щипцями з силіконовими наконечниками. Орієнтуйтеся на вказаний час, але підлаштовуйте його під власні вподобання.



АБО



[illegible]

NINJA CRISPi

Мультипiч портативна

FN101EU_JG_QSG_xRecipe_MP_Mv1_241128

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

© 2024 SharkNinja Operating LLC.