

Mini Receptkönyv



Amiko A80 WiFi Forrólevegős Sütő és Grill 1700W • 12 liter



Egész grillcsirke nyárson

Egy egész csirke különleges, ropogós héjjal és szaftos belsővel. Fűszerezd be sóval, borssal, fokhagymával és friss rozsmaringgal, majd locsold meg egy kis olívaolajjal és citromlével. Helyezd a csirkét a forgónyársra, és indítsd el a sütést. A forgatás egyenletesen pirítja minden oldalát.

Beállítás: 180 °C • 45–60 perc (a csirke méretétől függően)



Ropogós sült krumpli forgódobban

A kedvenc klasszikus, amit most olajban tocsogás nélkül készíthetsz el. A burgonyát vágd hasábokra, mosd át hideg vízben a keményítő eltávolításához, majd töröld szárazra. Keverd össze egy evőkanál olajjal és kevés sóval. Tedd a forgódobba, és élvezd a ropogós végeredményt.

Beállítás: 200 °C • 20–25 perc.



Rántott csirkemell / nuggets

Kívül ropogós, belül omlós falatok. A csirkemellet vágd csíkokra, forgasd lisztbe, majd tojásba, végül zsemlemorzsába. A forrólevegős sütő kevés olajjal is tökéletesen megsüti. Félidőben fordítsd meg a darabokat, hogy egyenletesen piruljanak.

Beállítás: 200 °C • 15–18 perc.



Lazacfilé citrommal

Egészséges és könnyű fogás. A lazacfilét helyezd sütőpapírra, sózd, borsozd, majd fedd be citromkarikákkal és egy kevés vajjal. A sütőben gyorsan elkészül, és megőrzi szaftos állagát.

Beállítás: 180 °C • 12–15 perc.



Zöldségchips

Egészséges nassolnivaló. A cukkinit, répát vagy édesburgonyát vágd vékony szeletekre. Keverd össze kevés olajjal, szórd meg sóval és kedvenc fűszereiddel, majd rendezd el a rácson. A lassabb, alacsonyabb hőfok biztosítja, hogy ropogós legyen, de ne égjen meg.

Beállítás: 150 °C • 20–25 perc.



Pizza

Gyors házi pizza ropogós tésztával. Használhatsz előre elkészített pizzalapot vagy saját tésztát. Pakold meg paradicsomszósszal, sajttal és feltétekkel, majd előmelegített sütőben süsd készre.

Beállítás: 200 °C • 8–12 perc.



Csirkeszárnyak

A csirkeszárny ropogós bőrével igazi csemege. Pácolhatod fokhagymás, csípős vagy BBQ szósszal is. A sütés után, ha extra ragacsos BBQ szárnyakat szeretnél, kend meg plusz szósszal, és pirítsd még 5 percig.

Beállítás: 190 °C • 25–30 perc.



Steak

Egy közepesen átsült steakhez a hőfok és az idő kulcsfontosságú. A 2–3 cm vastag húst sózd, borsozd, és kevés olajjal kend be. Félidőben fordítsd meg, majd a sütés után pihentesd 5 percig.

Beállítás: 200 °C • 10–12 perc.



Muffin / süti

Édes kényeztetés pillanatok alatt. A muffin tésztáját szilikon formába öntsd, és helyezd a rácsra. A forrólevegős sütő egyenletesen átsüti, így kívül aranybarna, belül puha lesz.

Beállítás: 160 °C • 18–22 perc.



Zöldséges egytál

Gyors és egészséges vacsora. Spárga (vagy brokkoli), paprika, cukkini, gomba és hagyma kombinációja kevés olívaolajjal, sóval és fokhagymával. Rendezd el a tálcán, és hagyd, hogy a sütő kihozza az ízeket.

Beállítás: 180 °C • 15–20 perc.

