

TARTALOM

ELŐÉTELEK

Empanada (grillező funkció)
Ropogós fűrészes garnéla
Zöldséges samosa
Mini pizza
Tavaszi csirketekercs
Falafel

FŐÉTELEK

Marhaköfte korianderrel
Deluxe burger (grillező funkció)
Marha nyárson teriyaki szósszal
Csirkefalatok
Csirkeszárnyak
Sült csirke
Bárányszelet citrommal (grillező funkció)
New York-i hot dog
Tőkehalas curry
Házi sült hal sült hasábburgonyával
Házi sült hasábburgonya
Édesburgonya hasábok
Csirkecomb joghurtos-rozmaringos pácban
Sült karfiol citromszósszal
Grillezett kolbász (grillező funkció)
Bélszín steak chimichurri szósszal (grillező funkció)
Grillezett tengeri durbincs paradicsommal és olajbogyóval (grillező funkció)
Teriyaki lazac (grillező funkció)
Pestós grillezett padlizsán
Vegetáriánus bagel (grillező funkció)
Juharszirupban pirított gyökérzöldségek (grillező funkció)

DESSZERTEK

Csokoládédarabkás muffin
Csokoládészüflő
Mandularudacsákák
Szárított almaszeletek

MECHANIKUS



EASY FRY & GRILL CLASSIC



EASY FRY & GRILL CLASSIC+

DIGITÁLIS



EASY FRY & GRILL PRECISION



EASY FRY & GRILL PRECISION+



ÚTMUTATÓ



ADAGOK
SZÁMA



ELŐKÉSZÍTÉS
IDŐ



PÁCOLÁS
IDŐ



SÜTÉSI
IDŐ



CHIPS



FALATKÁK



SÜLT CSIRKE



PIZZA



HÚS



HAL



ZÖLDSÉGEK



DESSZERT



LÉGKEVERÉS



GRILL

EMPANADA

4  25 perc  20 perc 

HOZZÁVALÓK

2 tekercs omlós tészta
350 g darált marhahús
3 zöldhagyma
1 ek. pirospaprika

1 tojássárgája
1 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Vágja finomra a hagymát. Melegítse fel az olajat egy nagy serpenyőben, majd pirítsa benne a hagymát 3 percig. Adja hozzá a húst, és főzze további 10 percig, majd vegye le, és hagyja lehűlni.
- 2 | Terítse ki a tésztát, vágjon ki belőlük 8 db, kb. 9 cm-es átmérőjű kört, tegyen rájuk a lehűlt darált húsból, hagyjon 1 cm-es helyet a szélén, majd hajtsa félbe őket.
- 3 | Keverje össze a tojássárgáját 1 evőkanál vízzel. Kenje meg az empanadákat a tojássárgájával, majd helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába.
- 4 | **Digitális változat:** Válassza ki a GRILL üzemmódot, és melegítse elő 200°C-ra és programozzon be 15 percet. Süsse az empanadákat 10 percig, majd ismételje meg ugyanezt a második adaggal.
Mechanikus változat: Melegítse elő 200°C-ra, és programozzon be 15 percet. Süsse az empanadákat 10 percig, majd ismételje meg ugyanezt a második adaggal.

TANÁCS

Az empanada marhahúsos töltelékét ízesítheti köménnyel, oregánóval vagy aprított fokhagymával. Miért ne adhatna hozzá egy kis plusz ízt paradicsommal vagy csemegekukoricával?

ROPOGÓS FŰRÉSSES GARNÉLA

4  20 perc  10 perc 



HOZZÁVALÓK

250 g fűrészes garnéla páncéllal
2 tojás
60 g búzaliszt
60 g kukoricaliszt

2 ek currypor
1 ek olaj
Só
Bors

RECEPT

- 1** | Készítse elő a hozzávalókat a prézlihez: egy tálban verje fel a tojásokat egy csipet sóval és borssal. Öntse a búzalisztet és a curryport egy másik tálba, és egy harmadik tálba a kukoricalisztet.
- 2** | Mártsa a garnélákat a tálakba a következő sorrendben: először a curry és búzalisztesbe, majd a tojásba, majd végül a kukoricalisztesbe. A tisztaság érdekében csöpögtesse le a garnélákat minden egyes lépés után.
- 3** | Helyezze a panírozott garnélákat az Easy Fry & Grill kosarába, majd öntsön rájuk olajat.
- 4** | **Digitális változat:** Süsse 170°C-on HAL üzemmódban 5 percig. Majd forgassa meg a garnélákat, és süsse még 5 percig. **Mechanikus változat:** Süsse 170°C-on 5 percig, majd forgassa meg a garnélákat, és süsse további 5 percig.

ZÖLDSÉGES SAMOSA

4 (= 12 samosa)

20
perc2x15
perc

HOZZÁVALÓK

6 réteslap
100 g feta sajt
150 g fagyasztott borsó
250 g karfiol
1 tk currypor

1 tojássárgája
1 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- Vágja a karfiolt közepes méretű rózsákra, és öblítse le őket. Adja hozzá a borsót és a karfiolrózsákat. Süsse ZÖLDSÉG üzemmódban 15 percig.
- Rakja át a főtt zöldségeket egy nagy tálba. Adja hozzá a morzsolt feta sajtot, a curryt, egy csipet sót és borsot. Törje össze villával durva püré állagúvá.
- Vágja a tésztát két egyenlő részre. Hajtsa félbe őket úgy, hogy a kerek részt az egyenes szél felé hajtja. Helyezzen egy evőkanányi tölteléket az így kapott forma egyik végére, és hajtsa össze a tésztát háromszög alakban. Hajtsa össze úgy, hogy a töltelék ne tudjon kifolyni a tésztából, majd kenje meg a kimaradt tésztát egy kis tojássárgájával, és ragassza a samosára.
- Ismételje ezt addig, amíg a töltelék el nem fogy. Helyezze a samosákat a kosárba, és kenje meg őket olajjal.
- Digitális változat:** Válassza a LÉGKEVERÉS üzemmódot, és süsse 170°C-on 15 percig, a főzési idő felénél fordítsa meg a samosákat.
Mechanikus változat: Süsse 15 percig 170°C-on, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg a tekercseket.

TANÁCS

Az első adag samosát felmelegítheti, ha a kosárba csúsztatja őket, és még néhány percig süti őket.

MINI PIZZA

4 ✂ 15 perc 🍲 8 perc 🍳



HOZZÁVALÓK

2 angol muffin
8 ek. paradicsomszószt

4 szelet mozzarella sajt
4 magozott fekete olajbogyó

RECEPT

- 1 | Vágja félbe a muffinokat, majd helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába.
Digitális változat: Válassza ki a PIZZA üzemmódot, és süsse 170°C-on 3 percig.
Mechanikus változat: Süsse 3 percen keresztül 170°C-on.
- 2 | Szórjon egy nagy evőkanálnyi paradicsomszószt minden muffinra. Vágja a mozzarellát vékony csíkokra. Fektesse őket a muffinokra, majd helyezze rájuk a felvágott olajbogyókat, amik úgy néznek ki, mintha szemek lennének. Helyezze a pizzákat az Easy Fry & Grill kosarába.
- 3 | **Digitális változat:** Válassza ki a PIZZA üzemmódot, és süsse 170°C-on 5 percig.
Mechanikus változat: Süsse 170°C-on 5 percig.

TANÁCS

Szórakoztató recept, amelyet a gyerekek is könnyen elkészíthetnek, de az égési sérülések elkerülése érdekében mindig felnőtt felügyelete mellett.

TAVASZI CSIRKETEKERCSCS

4 (= 16 tekercs) ✪ 35 perc  20 perc 

HOZZÁVALÓK

16 rizslap
50 g rizstészta
2 csirkefilé
200 g serpenyős zöldségkeverék
4 csiperkegomba

1 gerezd fokhagyma
1 ek ízesítetlen olaj
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Eközben a csomagoláson található utasításoknak megfelelően készítse el a rizstésztát. Óvatosan szűrje le a kezével. Durván aprítsa ollóval, majd hagyja hűlni.
- 2 | Kockázza fel a csirkét, majd süsse forró olajban 5 percre a felaprított fokhagymával. Adja hozzá a serpenyős zöldségkeveréket, és süsse kevergetve további 5 percre. Adja hozzá a rizstésztát, és hagyja hűlni.
- 3 | Készítsen ki egy tál meleg vizet és egy tiszta konyharuhát a munkalapra. Mártsa a rizslapokat néhány percre a vízbe, majd helyezze őket a konyharuhára. Helyezzen körülbelül 1 kanálnyi töltelék a lapra.
- 4 | Helyezze a tavaszi tekercseket az Easy Fry & Grill kosarába úgy, hogy elég messze legyenek egymástól ahhoz, hogy ne ragadjanak össze.

Digitális változat: Válassza a LÉGKEVERÉS üzemmódot, és süsse 160°C-on 20 percre, a főzési idő felénél fordítsa meg a samosákat.

Mechanikus változat: Süsse 20 percre 160°C-on, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg a tekercseket.

TANÁCS

Tálalja mentával, salátával és szójaszósszal.

FALAFEL

4 ✂ 20 perc 🍲 15 perc 🍳

HOZZÁVALÓK

500 g főtt csicseriborsó
1 fehérgyoma
2 szál petrezselyem
4 szál koriander
1 tk. kömény

1 gerezd fokhagyma
1 ek tahini (szezámpaszta)
1 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Keverje össze a csicseriborsót, a petrezselyemleveleket, a koriandert és a köményt egy csipet sóval, egy csipet borssal és a szezámpasztával (tahini).
- 2 | Adja hozzá az aprított fokhagymát és a hagymát, majd keverje alaposan össze kézzel. Ezután formálja a keverékből golyókat. Helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába, majd öntsön rájuk olajat.

3 | Digitális változat: Válassza a LÉGKEVERÉS üzemmódot, és süsse 170°C-on 15 percig, a főzési idő felénél fordítsa meg a samosákat.

Mechanikus változat: Süsse 15 percig 170°C-on, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg a tekerceket.

TANÁCS

Tálalja a falafelt forró pitában friss mentával, joghurttal és paradicsomszeletekkel.

MARHAKÖFTE KORIANDERREL

4  20 perc  8 perc 

HOZZÁVALÓK

350 g darált marhahús	1 tk. kömény
2 ek. aprított salottahagyma	1 ek olívaolaj
2 ek. aprított koriander	Só
1 ek ras el hanout fűszerkeverék	Bors

RECEPT

- Rövid idő alatt pirítsa meg a salottahagymákat serpenyőben egy kevés olívaolajon.
- Keverje össze a darált marhahúst, fűszereket, koriandert és a pirított salottahagymát. Ízesítse sóval és borssal. Formázza őket vékony, hosszúkás kolbászokká, majd tűzze őket fanyársra.
- Digitális változat:** Válassza a SÜLT CSIRKE üzemmódot, és süssse 180°C-on 8 percig, a főzési idő felénél fordítsa meg őket.
Mechanikus változat: Süssse 8 percig 180°C-on, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg a tekerceket.

TANÁCS

Tálalja a köftét mentaszósszal: Keverjen össze 2 pohár görög joghurtot, 1 evőkanál friss, vágott mentát, egy leheletnyi olívaolajat és egy kevés citromlevet.

DELUXE HAMBURGER

4  25
perc  12
perc 

HOZZÁVALÓK

600 g darált marhahús
4 hamburgerzsemle
2 paradicsom
6 salátalevél
1 gerezd fokhagyma

3 tk. szójaszósz
2 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Keverje össze a marhahúst, a zúzott fokhagymát, a szójaszószot és az olívaolajat. Ízesítse. Kézzel formáljon belőle 4 húspogácsát.
- 2 | Helyezze a hamburgerzsemleket az Easy Fry & Grill kosarába.
Digitális változat: Válassza ki a PIZZA üzemmódot, és süsse 4 percig.
Mechanikus változat: Süsse 180°C-on 4 percig.
- 3 | Vegye le a zsemleket, helyezze őket alufóliába, hogy melegen tartsa őket, majd helyezze a húspogácsákat a kosárba.

Digitális változat: Válassza ki a GRILL üzemmódot, és süsse 8 percig, szükség szerint módosítva a főzési időt +/- 2 perccel.

Mechanikus változat: Állítsa 200°C-ra és süsse 8 percig, szükség szerint módosítva a főzési időt +/- 2 perccel.

4 | Tálalja a zsemleket salátalevéllel, paradicsomszeletekkel és grillezett húspogácsával.

TANÁCS

Készítsen szószot a következők összekeverésével: 1 evőkanál magvas mustár, 2 evőkanál csípős mustár, 1 tojássárgája és 1 evőkanál olaj, majd adjon hozzá 1 evőkanál magas zsírtartalmú tejfölt.

MARHA NYÁRSON TERIYAKI SZÓSSzal

4

20
perc1
óra6
perc

HOZZÁVALÓK

12 szelet marha carpaccio
200 g Comté sajt
4 ek méz

6 evőkanál szójaszószt
Bors

RECEPT

- Távolítsa el a sajt borítását, majd vágja 1,5 cm-es kockákra. Tűzze a sajtdarabokat a 12 nyársra, és tekerje őket a carpaccio szeletekbe.
- Keverje össze a szójaszószt és a mézet, majd pácolja be vele a nyársakat, és helyezze őket 1 órára hűvös helyre.
- Helyezze a nyársakat az Easy Fry & Grill kosarába.
Digitális változat: Válassza ki a MEAT üzemmódot, és süssse 180°C-on 6 percig.
Mechanikus változat: Süssse 180°C-on 6 percig.

TANÁCS

Tálalja a nyársakat egy tálkányi édes szójaszósszal.

CSIRKEFALATOK

4  30
perc  10
perc 

HOZZÁVALÓK

4 csirkefilé
100 g prézli
60 g liszt
3 tojás

2 ek olaj
Só
Bors

RECEPT

- 1** | Távolítsa el a csirkefilékről a porcokat és a zsíros részeket. Vágja kb. 4-5 cm-es darabokra, majd ízesítse sóval és borsal.
- 2** | Készítse elő a hozzávalókat a panírhoz: Helyezze a tojásokat egy tálba egy csipet sóval és borsal, majd verje fel. Öntse a lisztet egy másik tálba, a prézlit pedig egy harmadik tálba.
- 3** | Mártsa a falatokat a lisztbe, majd a tojásba, végül a prézlibe. Ha vastagabb panírt szeretne, mártsa a falatkákat még egyszer a tojásba, majd ismét a prézlibe. Helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába, majd öntsön rájuk olajat.
- 4** | **Digitális változat:** Válassza a FALATKÁK üzemmódot, és süssé 10 percig, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg őket.
Mechanikus változat: Süssé 10 percig 200°C-on, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg a tekerceket.

TANÁCS

Készítse el saját ketchupjét: lassan főzzön össze 3 paradicsomot, 1 hagymát, 1 teáskanál sűrített paradicsomot, 1 gerezd aprított fokhagymát, 4 teáskanál balsamecetet, 1 teáskanál mézet, sót és borsot.

CSIRKESZÁRNYAK

4

20
perc12
óra17
perc

HOZZÁVALÓK

1,2 kg csirkeszárny
4 ek ketchup
2 ek. mustár
2 ek. pirospaprika

2 ek édes szójaszós
2 ek olívaolaj
só
bors

RECEPT

- Vágja félbe a csirkeszárnyakat, és válassza szét őket az ízületek illeszkedésénél.
- Tegye a hozzávalókat egy nagy edénybe, majd tegye bele a csirkeszárnyakat. Alaposan keverje el, hogy jól be tudja panírozni őket. Helyezze a szárnyakat folpackba, és pácolja őket 12 órán át.
- Helyezze a csirkeszárnyakat az Easy Fry & Grill kosarába.
Digitális változat: Válassza ki a SÜLT CSIRKE üzemmódot, és süsse 17 percig, 12 perc elteltével forgassa meg őket.
Mechanikus változat: Süsse 17 percig 170°C-on, 12 perc elteltével forgassa meg őket.

TANÁCS

A páclét ízlés szerint változtathatja: Próbálja ki barbecue szósz, fűszerek, chili vagy fokhagyma hozzáadásával.

SÜLT CSIRKE

4  5 perc  50 perc 

HOZZÁVALÓK

1 x 1,2 kg csirke
5 gerezd fokhagyma
2 ek olívaolaj

Só
Bors

RECEPT

- 1** | Hámozza meg és aprítsa fel a fokhagymát. Kenje meg a csirkét olajjal, alaposan fűszerezze be, majd adja hozzá a fokhagymát.
- 2** | **Digitális változat:** Válassza ki a SÜLT CSIRKE üzemmódot, és süsse 50 percig.
Mechanikus változat: Süsse 200°C-on 50 percig.

TANÁCS

A csirke pontos elkészítési ideje a súlyától függően változhat. A sültég ellenőrzéséhez szúrjon bele az egyik mellbe egy kés hegyével; a kiáramló szaftnak átlátszónak kell lennie.

BÁRÁNYSZELET CITROMMAL

4 15 perc 4 óra 10 perc 

HOZZÁVALÓK

12 kisebb bárányszelet
1 kezeletlen citrom
4 gerezd fokhagyma

1 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- Reszelje le a citromot. Hámozza meg a fokhagymát, és zúzza össze mozsártörővel. Adja hozzá a reszelt citromhéjat és 2 evőkanál olívaolajat.
- Ezután adja hozzá a szeleteket, és egy hűvös helyen hagyja pácolódni 4 órán át.
- Helyezze a szeleteket az Easy Fry & Grill kosarába.
Digitális változat: Válassza ki a GRILL üzemmódot, és melegítse elő 200°C-ra 15 perc alatt. Süsse 10 percig, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg őket.
Mechanikus változat: Állítsa 200°C-ra, és melegítse elő 15 percig. Süsse 10 percig, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg őket.

TANÁCS

Tegyen friss fűszernövényeket (például kakukkfűvet, keskenylevelű kakukkfűvet és oregánót) a pácba.

NEW YORK-I HOT DOG

4 ✂ 25 perc  5 perc 

HOZZÁVALÓK

4 hot dog kifli
 4 ek ketchup
 4 hot dog virsli
 4 savanyú uborka
 1 vöröshagyma

8 koktélpáradicsom
 4 szelet cheddar sajt
 1 ek olaj
 Só
 Bors

RECEPT

- 1 | Főzze meg a virslit a csomagoláson feltüntetett ideig forrásban lévő vízben.
- 2 | Szeletelje fel a hagymát, majd pirítsa meg forró olajban 5 percig, közepes hőfokon. Keverje össze a négybe vágott paradicsommal és a felkockázott uborkával.
- 3 | Vágja félbe a hot dog kiflit hosszában, öntsön rá ketchupöt, majd tegyen rá a zöldségkeverékből, helyezzen bele virslit és egy szelet cheddart. Helyezze az Easy Fry & Grill kosarába.
- 4 | **Digitális változat:** Válassza ki a PIZZA üzemmódot, és süssé 170°C-on 5 percig. **Mechanikus változat:** Süssé 170°C-on 5 percig.

TANÁCS

Rajzoljon ketchuppal vagy mustárral amerikai módra!

TŐKEHALAS CURRY

4  20
perc  10
perc 

HOZZÁVALÓK

500 g tőkehalfilé
3 ek enyhén csípős indiai curry paszta

10 g reszelt kókusz
200 ml kókusztejszín

RECEPT

- 1 | A tőkehaldarabokat kenje meg a curry pasztával. A maradék curryt tegye egy kis serpenyőbe, és keverje össze a kókusztejszínnel, sóval és borssal. Melegítse fel a serpenyő tartalmát.
- 2 | Helyezzen egy négyzet alakú sütőpapírt az Easy Fry & Grill kosarába, majd helyezze rá a halat.

Digitális változat: Válassza ki a FISH üzemmódot, és süssse 200°C-on 10 percig.

Mechanikus változat: Süssse 200°C-on 10 percig. Tálalja a halat curry szósszal, és szórja meg kókusszal.

HÁZI SÜLT HAL SÜLT HASÁBBURGONYÁVAL

4  25 perccel  12 perccel 

HOZZÁVALÓK

4 tőkehalfilé
5 ek liszt
5 ek prézli
2 tojás
50 g vaj

1 csomó tárkony
1 üveg majonéz
½ citrom
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Vágja a halfilét nagyobb darabokra (kb. 4 cm-es négyzetekre), és óvatosan itassa le papírtörlővel. Ízesítse sóval és borssal.
- 2 | Készítsen elő 3 tálat, és tegyen lisztet az elsőbe, a tojásokat verje fel a másodikban, prézlit pedig a harmadikba. Keverje össze a majonézt a fél citrom levével és a felaprított tárkonnyal. Tegye hűvös helyre.
- 3 | Mártsa a tőkehaldarabokat a lisztbe, majd a tojásba, végül a prézlibe. Mielőtt

a következő tábla tenné, alaposan csepegtesse le. Helyezze a panírozott haldarabokat az Easy Fry & Grill kosarába, majd tegyen mindegyikre egy darab vajat.

4 | Digitális változat: Válassza ki a FISH üzemmódot, és süsse 180°C-on 12 percig.

Mechanikus változat: Süsse 170°C-on 12 percig. Tálalja az előzőleg elkészített szósszal.

TANÁCS

Ez a recept bármilyen friss hallal használható (például hekkkel, fekete tőkehallal és sávós tőkehallal).

HÁZI SÜLT HASÁBBURGONYA

4  25
perc  50
perc 

HOZZÁVALÓK

1 kg burgonya
3 ek. pirospaprika

3 ek olaj
Só

RECEPT

- 1** | Hámozza meg a krumplit, és vágja őket hasábokra.
- 2** | Tegye a hasábokat egy edénybe, majd adja hozzá a hozzávalókat. Keverje jól össze őket, majd tegye a felét az Easy Fry & Grill kosarába.
- 3** | **Digitális változat:** Válassza a HASÁBBURGONYA üzemmódot, és süsse 25 percig, a főzési idő felénél pedig forgassa át.
- Mechanikus változat:** Süsse 25 percig 170°C-on, a főzési idő felénél pedig forgassa meg. Ismétlje meg a műveletet a maradék burgonya esetében is.

TANÁCS

Adjon hozzá egy evőkanál vörös curry pasztát az ízélmény fokozásához.

ÉDESBURGONYA HASÁBOK

4  25
perc  50
perc 

HOZZÁVALÓK

1 kg édesburgonya
2 ek liszt

4 ek olaj
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Hámozza meg és mossa meg az édesburgonyákat, majd szeletelje őket hasábokra. Egy nagy tálban keverjen össze lisztet, olajat, sót és borsot, és forgassa bele a burgonyahasábokat. Jól keverje össze.
- 2 | Helyezze a hasábokat az Easy Fry & Grill kosarába két vagy három adagban.

Digitális változat: Válassza a HASÁBBURGONYA üzemmódot, és süsse 25 percig, a főzési idő felénél pedig forgassa át.

Mechanikus változat: Süsse 25 percig 180°C-on, a főzési idő felénél pedig forgassa meg. Ismételje meg a műveletet a maradék burgonyával.

TANÁCS

Tálalja kevés curryporral ízesített, joghurtos szósszal.

CSIRKECOMB JOGHURTOS-ROZMARINGOS PÁCBAN

4  20 perc  4 óra  35 perc 

HOZZÁVALÓK

4 csirkecomb
250 g görög joghurt
3 ek. dijoni mustár

1 szál friss rozmaring
4 gerezd fokhagyma
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Távolítsa el a bőrt a csirkecombokról, majd rakja őket egy nagy tányérra.
- 2 | Keverje össze a joghurtot, a mustárt, az aprított fokhagymát egy csipet sóval, borssal és az aprított rozmaringlevelekkel. Szórja a keveréket a csirkére, és tegye hűvös helyre. Hagyja a pácban állni 4 órán keresztül.
- 3 | **Digitális változat:** Mielőtt a csirkét az Easy Fry & Grill kosarába helyezné, válassza a SÜLT CSIRKE üzemmódot, és melegítse elő 200°C-ra 15 percig. Süsse 35 percig, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg őket.
Mechanikus változat: Helyezze a csirkecombokat az Easy Fry & Grill kosarába, majd programozzon be 200°C-ot és 30 percet. A sütési idő felénél forgassa meg őket.

TANÁCS

A grillezett csirkecombokat tálalhatja salátával és grillezett burgonyaszeletekkel.

SÜLT KARFIOL CITROMSZÓSSzal

4  15
perc 1 adag
15 perc 

HOZZÁVALÓK

1 kisebb karfiol
2 ek olívaolaj
30 g tahini

100 ml olívaolaj
50 ml citromlé
Só
Bors

RECEPT

- 1** | Távolítsa el a karfiol leveleit, majd vágja négy részbe és távolítsa el a karfiol torzsáját. A karfiol rózsáit vágja kisebb darabokba és tegye őket egy nagy tálba.
 - 2** | Adja hozzá a 2 evőkanál olívaolajat, a sót és borsot, és keverje jól össze. Szórja a keveréket az Easy Fry & Grill kosarába (amennyiben szükséges, két adagban).
 - 3** | Közben keverje össze a tahinit, az olívaolajat és a citromlevet, így egy szószt készítve a karfiolhoz.
- Mechanikus változat:** Süssse 15 percig 180°C-on, a főzési idő felénél pedig forgassa meg.
- Digitális változat:** Válassza a HASÁBBURGONYA üzemmódot, és süssse 15 percig, a főzési idő felénél pedig forgassa át.

GRILLEZETT KOLBÁSZ

4  10 perc  10 perc 

HOZZÁVALÓK

700 g toulouse-i kolbász
egy darabban
1 ek. dijoni mustár
1 ek. magvas mustár

2 ek méz
2 szál kakukkfű
só
bors

RECEPT

- 1 | Keverje össze a mézet, a mustárt, a kakukkfűvet egy csipet sóval és borssal.
- 2 | Helyezze a kolbászt csiga alakba, majd szűrjon bele két nyársat egymásra merőlegesen, hogy a megfelelő helyzetben maradjon a kolbász. Kenje meg a mustáros keverékkel.
- 3 | **Digitális változat:** Válassza ki a GRILL üzemmódot, és melegítse elő 200°C-ra és programozzon be 15 percet. Helyezze a kolbászt a kosárba, és süsse 10 percig, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg.

Mechanikus változat: Mielőtt a kolbászt a kosárba helyezné, állítsa 200°C-ra, és melegítse elő 15 percig. Süsse 10 percig, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg őket.

TANÁCS

Házi készítésű mustárszósszal tálalható: Hámozzon meg és főzzön meg 1 kg burgonyát. Szűrje le és törje össze 25 g vajjal, 2 evőkanál mustárral, 150 ml tejjel, sóval és borssal.

BÉLSZÍN STEAK CHIMICHURRI SZÓSSZAL

4  15 perç  17 perç 

HOZZÁVALÓK

4 bélszín steak (egyenként kb. 200 g)
 2 ek vörösborecet
 1/2 citrom
 4 gerezd fokhagyma

6 szál petrezselyem
 1/2 tk chilipehely
 60 ml olívaolaj
 Só
 Bors

RECEPT

- 1 | Vegye ki a húst a hűtőből, és hagyja állni a főzés előtt szobahőmérsékleten legalább 30 percig.
- 2 | Közben készítse el a chimichurri szószt: Keverje össze egy edényben az ecetet, a citromlevet, a megtisztított és felaprított fokhagymát, a felaprított petrezselymet és az olajat. Adjon hozzá egy csipet sót, borsot és chilit.
- 3 | **Digitális változat:** Válassza ki a GRILL üzemmódot, és melegítse elő 200°C-ra és programozzon be 15 percet. A

hússzeleteket fűszerezze meg sóval és borsal, majd helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába, és süssé őket oldalanként 2 percig.

Mechanikus változat: Melegítse elő 200°C-ra, fűszerezze a steaket sóval és borsal, majd helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába. Süssé oldalanként 2 percig.

TANÁCS

A főzési időt attól függően állítsa be, hogy a húst mennyire szereti átsütve (kevésbé vagy jól átsütve).

GRILLEZETT TENGERI DURBINCS PARADICSOMMAL
ÉS OLJBOGYÓVAL4  20
perc  18
perc 

HOZZÁVALÓK

4 durbincsfilé
4 szál petrezselyem
½ citrom
2 paradicsom
4 ek olívaolaj

1 gerezd fokhagyma
2 paradicsom
50 g magozott olajbogyó
Só
Bors

RECEPT

- 1** | Reszelje le és facsarja ki a citromot. Aprítsa fel a petrezselymet és a fokhagymát, majd kockázza fel a paradicsomot, és karikázza fel az olajbogyót. Keverje össze, adjon hozzá olívaolajat, majd tegye félre.
- 2** | Kenje meg a durbincsfiléket olajjal, és ízesítse őket sóval és borsal.
- 3** | **Digitális változat:** Válassza ki a GRILL üzemmódot és melegítse elő 200°C-ra 15 percig, majd helyezze a kosárba a filéket, és süsse további 5 percig.
Mechanikus változat: Helyezze a filéket a kosárba, és melegítse elő 200°C-ra 15 percig. 7 percig süsse.
- 4** | Szósszal tálalja.

TANÁCS

Tálalja a durbincsfilét rizzsel és tetszés szerinti zöldségekkel.

TERIYAKI LAZAC

4 ✂ 5 perc  30 perc  23 perc 

HOZZÁVALÓK

500 g lazacfilé
8 ek teriyaki szósz
1 ek szezámmag

RECEPT

- 1 |** Pácolja a lazacfilét teriyaki szószban 30 percig.
- 2 |** **Digitális változat:** Melegítse elő GRILL üzemmódban 200°C-ra 15 percig, majd helyezze a kosárban a grillezőlapra a halfiléket, és süssé őket további 10 percig.
- 3 |** **Mechanikus változat:** Állítsa 200°C-ra és hagyja kellően előmelegedni, majd helyezze az edény grillezőlapjára a lazacfilét, és süssé őket további 10 percig.

3 | A kész ételt szórja meg szezámmaggal, és tálalja rizszel.



PESTÓS GRILLEZETT PADLIZSÁN

4  10 perccel  27 perccel 

HOZZÁVALÓK

2 padlizsán
100 g pesto

5 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- 1 | Öblítse le a padlizsánt, és vágja fel kb. 5 mm vastag szeletekre.
- 2 | Kenje meg olajjal, adjon hozzá sót, borsot, majd helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába egy rétegben.
- 3 | **Digitális változat:** Válassza a LÉGKEVERÉS üzemmódot, és süssse 170°C-on 20 percig, a főzési idő felénél fordítsa meg a samosákat. Kenje meg pestóval, és süssse LÉGKEVERÉS üzemmódban további 2 percig.

Mechanikus változat: Süssse 20 percig 170°C-on, a főzési idő felénél pedig fordítsa meg őket, majd kenje meg őket pestóval, és süssse további 2 percig.

- 4 | Kenje meg pestóval, és süssse GRILL üzemmódban további 5 percig (digitális változat) vagy 200°C-on 5 percig (mechanikus változat).



VEGETÁRIÁNUS BAGEL

4  20
perc  30
perc 

HOZZÁVALÓK

4 bagel
200 g krémsajt
4 tk magvas mustár
1 pirospaprika
1 zöldpaprika

4 csiperkegomba
1 tk oregánó
2 ek olívaolaj
Só
Bors

RECEPT

- 1** | Öblítse le a paprikát, és távolítsa el a magjait, majd vágja őket nagy, nagyjából 3 cm-es darabokra. Öblítse le a gombákat, és vágja fel vastag karikákra, a sérült részeket távolítsa el.
- 2** | **Digitális változat:** Válassza ki a GRILL üzemmódot és melegítse elő 200°C-ra 15 percig, majd helyezze a kosárban a grillezőlapra a zöldségeket, locsolja meg őket olajjal, és süssse őket 12 percig, a főzési idő felénél keverje meg.
- Mechanikus változat:** Állítsa 200°C-ra, és hagyja előmelegedni 15 percig. Helyezze a zöldségeket a kosárban a grillezőlapra, locsolja meg őket olajjal, és süssse 12 percig, a főzési idő felénél pedig keverje meg.
- 3** | Eközben keverje össze a krémsajtot a mustárral.
- 4** | Vegye ki a zöldségeket, és helyezze a bageleket félbevágva a kosárba 5 percre, GRILL beállításon a **digitális változat** esetén, és 200°C-ra a **mechanikus változat** esetén. Ismétlje meg a műveletet, majd kenje meg a bageleket a krémsajttal, és helyezze a tetejére a zöldségeket.

JUHARSZIRUPBAN PIRÍTOTT GYÖKÉRZÖLDSÉGEK

4  15 perc  30 perc **HOZZÁVALÓK**

4 répa
4 paszternák
350 g édesburgonya
50 ml juharszirup
1 tk kakukkfű

1 narancs
20 ml almaborecet
30 ml napraforgóolaj
Só
Bors

RECEPT

1 | Hámozza meg a zöldségeket, és vágja a sárgarépát vastag szeletekre. A paszternákot és az édesburgonyát vágja 2 cm-es kockákra.

2 | Helyezze a zöldségeket a kosárba. Locsolja meg kb. 1 evőkanál olívaolajjal, majd szórja meg őket kakukkfűvel, sóval és borssal.

Digitális változat: Válassza ki a GRILL üzemmódot, és melegítse elő 200°C-ra 15 percig. Süsse 30 percig, a főzési idő felénél pedig keverje meg.

Mechanikus változat: Állítsa 200°C-ra, és melegítse elő 15 percig. Süsse 30 percig, a főzési idő felénél pedig keverje meg.

4 | Míg a zöldségek elkészülnek, egy tálban keverje össze a maradék olajat az ecettel, fél narancs reszelt héjával, a juharsziruppal és egy csipet sóval és borssal. Ha a zöldségek megfőttek, öntse rájuk az öntetet, és már tálalhatja is.

CSOKOLÁDÉDARABKÁS MUFFIN

4 ✂ 15 perc  20 perc **HOZZÁVALÓK**

125 g liszt
 ½ zacskó élesztő
 30 g vaj
 30 g cukor

50 g csokoládédarab
 1 tojás
 120 ml tej

RECEPT

- 1** | Keverje össze a tejet, az olvasztott vaját és a tojást egy nagy tálban. Keverje össze az összes hozzávalót egy másik tálban.
- 2** | Öntse a folyékony keveréket a száraz keverékre. Eközben kevergesse habverővel, hogy szétoszlassa a csomókat.
- 3** | Ossza szét a keveréket vékonyan kivajazott muffinformákba, majd helyezze őket a kosárba.
- 4** | **Digitális változat:** Válassza ki a DESSZERT üzemmódot, és süssse 170°C-on 20 percig.
Mechanikus változat: Süssse 170°C-on 20 percig.

CSOKOLÁDÉSZUFLÉ

4  20 percc  12 percc **HOZZÁVALÓK**

100 g étcsokoládé
3 tojás (1 tojássárgája és 3 -fehérje)
100 ml magas zsírtartalmú tej

40 g cukor
1 tk. kukoricaliszt
25 g vaj

RECEPT

- 1** | Darabolja fel a csokoládét, és olvassza meg gőzfürdőben vagy mikrohullámú sütőben, alacsony fokozaton. Válassza szét a fehérjét és a sárgáját, és tegyen félre 3 fehérjét és 1 sárgáját.
 - 2** | Keverje össze a sárgáját a kukoricaliszttel egy tálban. Adjon hozzá tejet és 30 g cukrot, és keverje bele a tojássárgájás-kukoricalisztes keverékbe. Helyezze a keveréket az edénybe, és főzze alacsony lángon, kevergetés mellett. Keverje bele a csokoládét, majd tegye félre a keveréket hűlni.
 - 3** | Verje fel a tojásfehérjét kemény habbá, majd óvatosan forgassa bele a meleg csokoládékrémbe.
 - 4** | Vajazzon ki 4 nagy méretű szufléformát, szórja meg 10 g cukorral, majd töltsen meg a formákat 2/3-ig keverékkel. Helyezze a szufléformákat az Easy Fry & Grill kosarába.
- Digitális változat:** Állítsa be DESSZERT üzemmódra, 2 percre, 160°C-ra.
- Mechanikus változat:** Programozzon be 12 percet, 160°C-ot.



MANDULARUDACSKÁK

4/6 ✨ 30 perc 🍲 11 perc 🍳

**HOZZÁVALÓK**

190 g őrölt mandula
30 g vaj
6 réteslap

2 tk narancsvirág-aroma
1 tojás
120 g méz

RECEPT

- 1** | Tegyen félre 3 ek mézet. Egy nagy tálban keverje össze az őrölt mandulát a megolvasztott vajjal, a narancsvirág-aromával és a mézzel. Formázza a tésztát hurka alakúra, és vágja nagyjából 7 cm-es darabokra.
- 2** | Vágja félbe a réteslapokat, és helyezzen egy tésztatekercset a réteslapra. Kenje meg a felvert tojással, és kezdje el feltekerni. Hajtsa át a széleket, és formázza a tésztát szivar alakúra. Ismétlje meg a folyamatot, amíg az összes tésztát fel nem használta. Helyezzen egy sütőpapírt az Easy Fry & Grill kosarába, majd helyezze rá a rudakat.
- 3** | **Digitális változat:** Süssse DESSZERT üzemmódon 180°C-on 8 percig, majd adja hozzá a tésztához mézet, és süssse további 3 percig.
- Mechanikus változat:** Süssse 180°C-on 8 percig, majd adja hozzá a tésztához mézet, és süssse további 3 percig.

SZÁRÍTOTT ALMASZELETEK

4 ✂ 15 perc 🍲 1 óra 🍵

HOZZÁVALÓK

1 alma
½ citrom

RECEPT

- 1 | Facsarja ki a fél citromot. Mossa meg az almát, és távolítsa el a magházat egy almamagozóval, majd vágja a gyümölcsöt vékony csíkokra zöldségseletelővel vagy egy éles késsel.
- 2 | Kenje meg az almaszeletek mindkét felét citromlével, majd helyezze őket az Easy Fry & Grill kosarába, minél távolabb egymástól.
- 3 | Csak digitális változat esetén: Állítsa be a hőmérsékletet manuálisan 80°C-ra, 4 órára. A program lejártá után hagyja az almákat a kosárban, és kapcsolja ki a gépet. Kóstolás előtt hagyja száradni egy éjszakán át.



A szárított almaszeleteket tárolja légmentesen zárható edényben.
Magában egészséges harapnivalóként, vagy granolával fogyasztható.