



OBSAH



PREDJEDLÁ

Taštičky empanadas (grilovanie)
 Chrumkavé krevety
 Rastlinná samosa
 Mini pizze
 Kuracie jarné rolky
 Falafel

HLAVNÉ JEDLÁ

Hovädzia kofta s koriandrom
 Deluxe burger (grilovanie)
 Hovädzie ražniči s teriyaki omáčkou
 Kuracie nugetky
 Kuracie krídelká
 Pečené kura
 Jahňacie rebierka s citrónom (grilovanie)
 Newyorské hotdogy
 Treska s karí
 Domáca ryba s hranolkami
 Domáce hranolky
 Hranolky zo sladkých zemiakov
 Kuracie stehná s jogurtovo-rozmarínovou marinádou
 Vyprážený karfiol s citrónovou omáčkou
 Grilovaná klobáska (grilovanie)
 Sviečkovica s omáčkou chimichurri (grilovanie)
 Grilovaný pleskáč s paradajkami a olivami (grilovanie)
 Teriyaki losos (grilovanie)
 Grilovaný baklažán s pestom
 Vegetariánska zemiľa (grilovanie)
 Pražená koreňová zelenina v javorovom sirupe (grilovanie)

DEZERTY

Muffiny s kúskami čokolády
 Čokoládové soufflé
 Mandľové cigary
 Sušené jablká

MECHANICKÁ



FRITEZA S GRILOM EASY FRY CLASSIC



FRITEZA S GRILOM EASY FRY CLASSIC+

DIGITÁLNA



FRITEZA S GRILOM EASY FRY PRECISION



FRITEZA S GRILOM EASY FRY PRECISION+



PREHĽAD



POČET OSÔB



ČAS PRÍPRAVY



ČAS MARINOVANIA



ČAS VARENIA



HRANOLKY



NUGETKY



PEČENÉ KURA



PIZZA



MÄSO



RYBA



ZELENINA



DEZERT



TEPLOVZDUŠNÁ FRITEZA



GRILOVANIE

TAŠTIČKY EMPANADAS

4 ✂ 25 min. 🥄 20 min. 🍳

PRÍSADY

2 rolky koláčového cesta	1 žltok
350 g mletého hovädzieho mäsa	1 PL olivového oleja
3 jarné cibulky	Soľ
1 PL červenej papriky	Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Cibulku najemno nakrájajte. Zohrejte na veľkej panvici olej a 3 minúty pražte cibulku dohnedá. Pridajte mäso a varte ešte 10 minút, potom odstavte a nechajte vychladnúť.
- 2 | Rozviňte cesto, vykrojte 8 krúžkov s priemerom asi 9 cm, uložte na ne trochu vychladnutého mäsa. Okolo okrajov nechajte 1 cm medzeru, potom cesto preložte na polovicu a formujte taštičky.
- 3 | Zmiešajte žltok s 1 PL vody. Potrite ním taštičky a uložte ich do košíka vo fritéze s grilom Easy Fry.
- 4 | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie GRILL a predhrejte zariadenie na 200°C na 15 minút. Varte 10 minút a potom proces zopakujte s druhou várkou.
Mechanický model: Predhrejte zariadenie na 200°C na 15 minút. Varte 10 minút a potom proces zopakujte s druhou várkou.

TIP

Hovädziu plnku taštičiek môžete dochutiť rascou, oreganom alebo nasekaným cesnakom. Pre viac chuti môžete tiež skúsiť pridať paradajku alebo sladkú kukuricu.

CHRUMKAVÉ KREVETY

4  20 min.  10 min. **PRÍSADY**

250 g lúpaných kreviet
2 vajcia
60 g pšeničnej múky
60 g kukuričného škrobu

2 PL karí korenia
1 PL oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Pripravte si prísady na obaľovanie: v miske rozmiešajte vajčička, štipku soli a čierneho korenia. Do druhej misky nasypete pšeničnú múku a karí korenie, do tretej zas kukuričný škrob.
- 2** | Namáčajte krevety do jednotlivých misiek v tomto poradí: najprv pšeničná múka s karí, potom vajčička a nakoniec kukuričný škrob. Medzi miskami nechajte krevety stiecť, aby z nich nekvapkalo.
- 3** | Obalené krevety vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry a pokvapkajte ich olejom.
- 4** | **Digitálny model:** Pripravujte ich v režime fritovania FISH pri 170°C 5 minút. Potom krevety otočte a pripravujte ďalších 5 minút.
Mechanický model: Pripravujte pri 170°C 5 minút, potom krevety otočte a pripravujte ďalších 5 minút.

RASTLINNÁ SAMOSA

4 (= 12 samos)  20 min.  2 x 15 min. 

PRÍSADY

6 plátkov lístkového cesta na brik
100 g syru feta
150 g mrazeného hrášku
250 g karfiolu
1 ČL karí korenia

1 žltok
1 PL olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Karfiol pokrájajte na stredne veľké ružičky a opláchnite. Ružičky zmiešajte s hráškom. Pripravujte ich v režime fritovania ZELENINA 15 minút.
- 2 | Uvarenú zeleninu vyberte a vložte do veľkej misky. Pridajte rozdrobený syr feta, karí, štipku soli a čierne korenie. Zmes rozdrvte vidličkou na hrubé pyré.
- 3 | Listy cesta pokrájajte na dva rovnaké kusy. Ohnite ich na polovicu sklopením zaokrúhlenej časti smerom k stredu rovného okraja. Na jeden koniec dajte náplň v objeme jednej lyžice a cesto prehnite do trojuholníka. Pokračujte
- 4 | Pokračujte, kým nespotebujete všetku plnku. Samosy vložte do košíka a potrite olejom.
- 5 | **Digitálny model:** Vyberte režim AIR FRY a varte na 170°C 15 minút, v polovici ich pootáčajte.
Mechanický model: Pripravujte na 170°C 15 minút, v polovici ich pootáčajte.

TIP

Prvú várku môžete ohriať tak, že ich vložíte do košíka a povaríte ešte pár minút.

MINI PIZZE

4 ✂ 15 min. 🍲 8 min. ☕



PRÍSADY

2 anglické muffiny
8 PL paradajkovej omáčky

4 kúsky syra mozzarella
4 odkôstkované čierne olivy

RECEPT

- Prekrojte muffiny na polovicu a uložte ich do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
Digitálny model: Vyberte nastavenie PIZZA a pripravujte na 170°C 3 minúty.
Mechanický model: Pripravujte 3 minúty na 170°C.
- Každý muffin potrite veľkou polievkovou lyžicou paradajkovej omáčky. Kúsky mozzarely nakrájajte na tenké pásiky. Rozložte ich na každý muffin, pridajte olivy nakrájané na kolieska. Pizze vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
- Digitálny model:** Vyberte nastavenie PIZZA a pripravujte na 170°C 5 minút.
Mechanický model: Pripravujte 5 minút na 170°C.

TIP

Zábavný recept, ktorý si môžu pripraviť aj deti samy, avšak vždy pod dohľadom dospelého, aby sa nepopálili.

KURACIE JARNÉ ROLKY

4 (= 16 roliek) ✨ 35 min. 20 min.

PRÍSADY

16 ryžových papierov
50 g ryžových rezancov vermicelli
2 kuracie rezne
200 g miešanej zeleniny na stir-fry
4 šampiňóny

1 strúčik cesnaku
1 PL olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- Ryžové rezance vermicelli ponorte do vody podľa pokynov na obale. Dôkladne ich zlejte v rukách. Nahrubo ich posekajte nožnicami a nechajte vychladnúť.
- Kuracie rezne nakrájajte na kocky a 5 minút pražte v horúcom oleji s nakrájaným cesnakom. Pridajte zeleninu na stir-fry a varte ďalších 5 minút. Pridajte vermicelli a nechajte vychladnúť.
- Na pracovnej ploche si pripravte nádobu s teplou vodou a čistou utierku. Ponorte ryžové listy do vody na niekoľko minút a potom ich položte na utierku. Na list uložte 1 plnú lyžicu plnky. Najskôr zložte ľavú a pravú stranu, aby náplň nevytiekla, a potom ju zrolujte. Postup opakujte, až kým neminiete všetku plnku.
- Jarné rolky uložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry, nechajte medzi nimi medzery, aby sa nezlepili.

Digitálny model: Vyberte režim AIR FRY a varte na 160°C 20 minút, v polovici ich pootáčajte.

Mechanický model: Pripravujte na 160°C 20 minút, v polovici ich pootáčajte.

TIP

Podávajte s mäťou, šalátom a sójovou omáčkou.

FALAFEL

4 ✂ 20 min. 🥄 15 min. 🍲

PRÍSADY

500 g vareného cíceru
1 biela cibuľa
2 vetvičky petržlenu
4 vetvičky koriandra
1 ČL rasce

1 strúčik cesnaku
1 PL tahini (sezamová pasta)
1 PL olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Zmiešajte cícer, petržlen, koriander a rascu so štipkou soli, štipkou čierneho korenia a sezamovou pastou (tahini), kým sa zmes nespojí.
- 2 | Pridajte nasekaný cesnak a cibuľu a cesto vymiešajte rukami. Cesto tvarujte do guľičiek. Vložte ich do košíka fritézy s grilom Easy Fry a pokvapkajte ich olejom.
- 3 | **Digitálny model:** Vyberte režim AIR FRY a varte na 170°C 15 minút, v polovici ich pootáčajte.
Mechanický model: Pripravujte na 170°C 15 minút, v polovici ich pootáčajte.

TIP

Falafely podávajte na horúcom chlebíku pitta s mäťou, jogurtom a plátkami paradajok.

HOVÄDZIA KOFTA S KORIANDROM



PRÍSADY

350 g mletého hovädzieho mäsa
 2 PL nasekaných šalotiek
 2 PL nasekaného koriandra
 1 PL korenia Ras-el-Hanout

1 ČL rasce
 1 PL olivového oleja
 Soľ
 Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Krátko popražte šalotky na panvici na troške olivového oleja.
- 2 | Zmiešajte mleté hovädzie mäso, koreniny a koriander s praženou šalotkou. Posypte soľou a čiernym korením. Tvarujte klobásky a nastoknite ich na drevené ihlice.
- 3 | **Digitálny model:** Vyberte režim PEČENÉ KURA a varte 8 minút na 180°C, v polovici ich pootáčajte.
Mechanický model: Pripravujte na 180°C 8 minút, v polovici ich pootáčajte.

TIP

Kofty podávajúte s mäťovou omáčkou: zmiešajte 2 grécke jogurty, 1 PL čerstvej nasekanej mäty, trošku olivového oleja a trošku citrónovej šťavy.

DELUXE BURGER

4  25 min.  12 min. *PRÍSADY*

600 g mletého hovädzieho mäsa
 4 hamburgerové žemle
 2 paradajky
 6 listov šalátu
 1 strúčik cesnaku

3 ČL sójovej omáčky
 2 PL olivového oleja
 Soľ
 Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Zmiešajte mäso, roztlčený cesnak, sójovú omáčku a olivový olej. Dochuťte. V rukách vytvarujte 4 burgery.
Digitálny model: Vyberte nastavenie GRILL a pripravujte 8 minút, podľa potreby +/- 2 minúty.
- 2 | Hamburgerové žemle uložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
Digitálny model: Vyberte nastavenie PIZZA a pripravujte 4 minúty.
Mechanický model: Nastavte zariadenie na 200°C a pripravujte 8 minút, podľa potreby +/- 2 minúty.
- 3 | Vyberte žemle, a zakryte ich alobalom, aby nevychladli. Do košíka vložte burgery.
- 4 | Na žemle uložte listy šalátu, paradajku, grilované burgery a podávajte.

TIP

Namiešajte si omáčku: 1 PL kremzskej horčice, 2 PL štiplavej horčice, 1 žltok a 1 PL oleja. Potom primiešajte 1 PL šľahačkovej smotany.

HOVÄDZIE RAŽNIČI S TERIYAKI OMÁČKOU

4 ✂ 20 min. 🍲 1 hod. 🍳 6 min. 🍲

PRÍSADY

12 kúskov hovädzieho carpaccia
200 g blok syra Comté
4 PL medu

6 PL sójovej omáčky
Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Zo syra odkrojíte kôrku a nakrájajte ho na kocky veľké 1,5 cm. Syr ponapichujete na 12 ihlíc a zabalíte do carpaccia.
- 2 | Zmiešajte sójovú omáčku s medom a v zmesi marinujte ražniči 1 hodinu na chladnom mieste.
- 3 | Ražniči vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
Digitálny model: Vyberte nastavenie MEAT a pripravujte na 180°C 6 minút.
Mechanický model: Pripravujte 6 minút na 180°C.

TIP

Ražniči podávajte s mištičkou sójovej omáčky.

KURACIE NUGETKY

4 ✂ 30 min. 🥣 10 min. 🍲



PRÍSADY

4 kuracie rezne
100 g strúhanky
60 g múky
3 vajcia

2 PL oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Z kuracích rezňov odrežte všetky šľachy a tuk. Nakrájajte ich na 4 až 5 cm kúsky, posolte a okoreňte.
 - 2 | Pripravte si prísady na obaľovanie: Do misky rozbite vajčička a vymiešajte ich so štipkou soli a korenia. Do druhej misky nasypťte múku a do tretej strúhanku.
 - 3 | Obaľte nugetky v múke, potom vo vajčičkách a nakoniec v strúhanke. Ak chcete získať bohatšie obalené nugetky,
- vložte ich ešte raz do vajčičok a potom do strúhanky. Vložte ich do košíka fritézy s grilom Easy Fry a pokvapkajte ich olejom.
- 4 | **Digitálny model:** Vyberte režim NUGETKY a varte 10 minút, v polovici ich pootáčajte.
- Mechanický model:** Pripravujte na 200°C 10 minút, v polovici ich pootáčajte.

TIP

Uvarte si vlastný kečup: povarte 3 paradajky, 1 cibuľu, 1 ČL koncentrovaného paradajkového pretlaku, 1 nasekaný strúčik cesnaku, 4 ČL octu balsamico, 1 ČL medu, soľ a čierne korenie.

KURACIE KRÍDELKÁ

4 ✂

20 min. 12 hod. 17 min. **PRÍSADY**

1,2 kg kuracích krídeliek
 4 PL kečupu
 2 PL horčice
 2 PL červenej papriky

2 PL sladkej sójovej omáčky
 2 PL olivového oleja
 soľ
 čierne korenie

RECEPT

- 1** | Kuracie krídelká prekrojte na polovicu na kĺbe.
- 2** | Všetky prísady zmiešajte vo veľkej miske, potom do nej vložte krídelká. Poriadne ich obalte. Zabaľte ich do potravinovej fólie a nechajte 12 hodín marinovať.
- 3** | Kuracie krídelká uložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.

Digitálny model: Vyberte nastavenie PEČENÉ KURA a pripravujte 17 minút, po 12 minútach ich pootáčajte.

Mechanický model: Pripravujte 17 minút na 170°C, po 12 minútach ich pootáčajte.

TIP

Marinádu si môžete upraviť podľa chuti: skúste pridať BBQ omáčku, koreniny, čili alebo cesnak.

PEČENÉ KURA

4  5 min.  50 min. *PRÍSADY*

1x 1,2 kg kura
 5 strúčikov cesnaku
 2 PL olivového oleja

Soľ
 Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Cesnak ošúpte a nakrájajte. Kura potrite olejom, poriadne ochuťte a pridajte cesnak.
- 2** | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie PEČENÉ KURA a pripravujte 50 minút.
Mechanický model: Pripravujte 50 minút na 200°C.

TIP

Presný čas varenia kuraťa závisí od jeho váhy. Ak chcete skontrolovať, či je už hotové, zapichnite do prs špičku noža, šťava, ktorá z neho bude vytekať, by mala byť číra.

JAHŇACIE REBIERKA S CITRÓNOM

4 ✂ 15 min. 🥣 4 hod. 🍳 10 min. ☕

PRÍSADY

12 malých jahňacích rebierok
1 nevoskovaný citrón
4 strúčiky cesnaku

1 PL olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Nastrúhajte citrónovú kôru. Ošúpte cesnak a najemno ho roztlačte. Pridajte citrónovú kôru a 2 PL olivového oleja.
- 2 | Potom pridajte rebierka a marinujte ich 4 hodiny na chladnom mieste.
- 3 | Rebierka vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.

Digitálny model: Vyberte nastavenie GRILL a predhrejte zariadenie na 200°C na 15 minút. Pripravujte 10 minút, v polovici ich pootáčajte.

Mechanický model: Zariadenie nastavte na 200°C a 15 minút predhrievajte. Pripravujte 10 minút, v polovici ich pootáčajte.

TIP

Skúste do marinády pridať čerstvé bylinky, napríklad tymián, materinu dúšku alebo oregano.

NEWYORSKÉ HOTDOGY

4  25 min.  5 min. *PRÍSADY*

4 žemle na hotdog
 4 PL kečupu
 4 párky
 4 zavárané uhorky
 1 červená cibuľa

8 cherry paradajok
 4 plátky syra čedar
 1 PL oleja
 Soľ
 Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Uvarte párky vo viacej vode podľa pokynov na obale.
- 2** | Nakrájajte cibuľu a 5 minút ju pražte na horúcom oleji na strednej teplote. Primiešajte rozštvrtené paradajky a nakrájané uhorky.
- 3** | Žemle prekrojte na polovicu, potrite kečupom a pridajte zeleninovú zmes, párok a nakrájaný čedar. Hotdogy vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
- 4** | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie PIZZA a pripravujte na 170°C 5 minút.
Mechanický model: Pripravujte 5 minút na 170°C.

TIP

Kečupom a horčicou môžete hotdogy pokresliť na americký štýl.

TRESKA S KARÍ

4  20 min.  10 min. *PRÍSADY*

500 g filé z tresky
3 PL jemnej indickej karí pasty

10 g strúhaného kokosu
200 ml kokosovej smotany

RECEPT

- 1** | Potrite filé z tresky karí pastou a zvyšok karí vložte do malej panvice spolu s kokosovou smotanou, soľou a čiernym korením. Zohrejte obsah panvice.
- 2** | Do košíka fritézy s grilom Easy Fry vložte štvorec papiera na pečenie a uložte naň rybu.

Digitálny model: Vyberte nastavenie RYBA a pripravujte na 200°C 10 minút.

Mechanický model: Pripravujte 10 minút na 200°C. Podávajte s karí omáčkou a posypanú kokosom.

DOMÁCA RYBA S HRANOLKAMI

4  25 min.  12 min. 

PRÍSADY

4 filé z tresky
5 PL múky
5 PL strúhanky
2 vajcia
50 g masla

1 hrst' estragónu
1 pohár majonézy
½ citróna
Soľ
Čierne koreníe

RECEPT

- 1 | Rybie filé nakrájajte na veľké, asi 4 cm, štvorcové kúsky a jemne osušte papierovým obrúskom. Posypte soľou a čiernym korením.
- 2 | Pripravte si tri misky, do jednej dajte múku, do druhej rozšľahané vajcia a do tretej strúhanku. Zmiešajte majonézu so šťavou z polky citróna a nasekaným estragónom. Odložte zmes na chladné miesto.
- 3 | Obalte kúsky tresky v múke, vajíčkach a strúhanke. Pred každou miskou kúsky otraste alebo nechajte odkvapkať. Obalenú rybu uložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry a na každý kúsok položte kúsok masla.
- 4 | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie RYBA a pripravujte na 180°C 12 minút. **Mechanický model:** Pripravujte 12 minút na 170°C. Podávajte s pripravenou omáčkou.

TIP

Tento recept bude fungovať s akoukoľvek čerstvou rybou, ako je merlúza, treska tmavá alebo polak.

DOMÁCE HRANOLKY

4 ✂ 25 min. 🥄 50 min. 🍲

*PRÍSADY*

1 kg zemiakov
3 PL červenej papriky

3 PL oleja
Soľ

RECEPT

- 1** | Zemiaky ošúpte a nakrájajte na hranolčky.
- 2** | Vložte ich do misky a pridajte všetky prísady. Všetko premiešajte a polovicu hranoliek vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
- 3** | **Digitálny model:** Vyberte režim HRANOLKY a varte 25 minút, v polovici ich premiešajte.
Mechanický model: Pripravujte na 170°C 25 minút, v polovici ich premiešajte. Opakujte pre všetky hranolčky.

TIP

Prekvapte úžasnou chuťou – pridajte lyžicu červenej kari pasty.

HRANOLKY ZO SLADKÝCH ZEMIAKOV

4 ✂ 25 min. 🥣 50 min. 🍲

*PRÍSADY*

1 kg sladkých zemiakov
2 PL múky

4 PL oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

1 | Sladké zemiaky ošúpte, umyte a nakrájajte na hranolčky. Vložte ich do veľkej misky s múkou, olejom, soľou a čiernym korením. Poriadne zmiešajte.

Mechanický model: Pripravujte na 180°C 25 minút, v polovici ich premiešajte. Opakujte pre všetky hranolčky.

2 | Hranolky uložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry, rozdeľte ich na 2 alebo 3 várky.

Digitálny model: Vyberte režim HRANOLKY a varte 25 minút, v polovici ich premiešajte.

TIP

Podávajte s jogurtovou omáčkou dochutenou troškou kari korenia.

KURACIE STEHNÁ S JOGURTOVO-ROZMARÍNOVOU MARINÁDOU



PRÍSADY

4 kuracie stehná
250 g gréckeho jogurtu
3 PL dijonskej horčice

1 vetvička čerstvého rozmarínu
4 strúčiky cesnaku
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1 | Odrežte kožu z kuracích stehien a vložte ich do veľkej misky.
- 2 | Zmiešajte jogurt, horčicu, nakrájaný cesnak, štipku soli, trochu korenia a nakrájaný rozmarín. Zmesou potrite kura a odložte ho na chladné miesto. Marinujte 4 hodiny.
- 3 | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie PEČENÉ KURA a predhrejte fritézu s grilom Easy Fry na 200°C 15 minút, potom do nej vložte košík s kuracími stehnami. Pripravujte 35 minút, v polovici ich pootáčajte.
Mechanický model: Vložte kuracie stehná do košíka fritézy s grilom Easy Fry, nastavte 200°C a pripravujte 30 minút. V polovici ich pootáčajte.

TIP

Grilované kuracie stehná podávajte so šalátom a grilovanými plátkami zemiakov.

VYPRÁŽANÝ KARFIOL S CITRÓNOVOU OMÁČKOU

4 ✂ 15 min. 🍲

1 várka
15 min. 🍲*PRÍSADY*

1 malý karfiol
2 PL olivového oleja
30 g tahini

100 ml olivového oleja
50 ml citrónovej šťavy
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Z karfiolu obtrhajte listy, rozštvrtte ho a vyberte stredový kmeň. Každú časť nakrájajte na ružičky a vložte ich do veľkej misky.
 - 2** | Pridajte 2 PL olivového oleja, soľ a čierne korenie a poriadne zamiešajte. Zmes vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry (ak treba, rozdeľte ju na 2 várky).
- Digitálny model:** Vyberte režim HRANOLKY a varte 15 minút, v polovici ich premiešajte.

Mechanický model: Pripravujte na 180°C 15 minút, v polovici ich premiešajte.

- 3** | Zatiaľ urobte omáčku, s ktorou budete karfiol podávať. Zmiešajte tahini, olivový olej a citrónovú šťavu.

GRILOVANÁ KLOBÁSKA

4  10 min.  10 min. 

PRÍSADY

700 g toulouskej klobásky
v jednom kuse
1 PL dijonskej horčice
1 PL kremžskej horčice

2 PL medu
2 vetvičky tymiánu
soľ
čierne korenie

RECEPT

- 1 | Zmiešajte med, horčicu, tymián a štipku soli a čierneho korenia.
- 2 | Zvite klobásku do kolieska a v dvoch bodoch oproti sebe upevnite špajľami. Potrite ju horčicovou zmesou.
- 3 | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie GRILL a predhrejete zariadenie na 200 °C na 15 minút. Vložte klobásku do košíka a varte 10 minút, v polovici ju otočte.

Mechanický model: Nastavte zariadenie na 200°C a predhrejete na 15 minút, potom vložte klobásku do košíka. Pripravujte 10 minút, v polovici ju otočte.

TIP

Podávajte s domácou horčicovou kašou: Ošúpte a uvarte 1 kg zemiakov. Zlejte ich a rozťlačte s 25 g masla, 2 PL horčice, 150 ml mlieka, soľou a čiernym korením.

SVIEČKOVICA S OMÁČKOU CHIMICHURRI

4  15 min.  17 min. *PRÍSADY*

4 steaky zo sviečkovice (každý asi 200 g)
2 PL červeného vínneho octu
1/2 citróna
4 strúčiky cesnaku

6 vetvičiek petržlenu
½ ČL čili prášku
60 ml olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Vyberte mäso z chladničky a nechajte ho zohriať pri izbovej teplote aspoň 30 minút pred varením.
- 2** | Zatiaľ pripravte omáčku chimichurri: Zmiešajte ocot, citrónovú šťavu, nasekaný cesnak, nasekaný petržlen a olej. Pridajte štipku soli, čierne korenie a čili.
- 3** | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie GRILL a predhrejete zariadenie na 200°C na 15 minút. Steaky osolte a okoreňte, potom ich vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry a varte 2 minúty z každej strany.

Mechanický model: Predhrejete zariadenie na 200°C, steaky osolte a okoreňte a vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry. Varte 2 minúty z každej strany.

TIP

Čas varenia upravte podľa toho, ako veľmi prepečený chcete steak.

GRILOVANÝ PLESKÁČ S PARADAJKAMI A OLIVAMI

4  20 min.  18 min. 

PRÍSADY

4 filé z pleskáča
4 vetvičky petržlenu
½ citróna
2 paradajky
4 PL olivového oleja

1 strúčik cesnaku
2 paradajky
50 g olív bez kôstky
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Citrón ošúpte a vytlačte. Nasekajte petržlen a cesnak, paradajky nakrájajte na kocky, olivy na kolieska. Všetko zmiešajte, pridajte olivový olej a odložte nabok.
- 2** | Filé z pleskáča potrite olejom a ochuťte soľou a čiernym korením.
- 3** | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie GRILL a predhrejte zariadenie na 200°C na 15 minút. Potom filé vložte do košíka a varte 5 minút.
Mechanický model: Filé vložte do košíka a zariadenie predhrejte zariadenie na 200°C na 15 minút. Pripravujte 7 minút.
- 4** | Podávajte s omáčkou.

TIP

Filé z pleskáča podávajte s ryžou a zeleninou podľa chuti.

TERIYAKI LOSOS

4 5 min. 30 min. 23 min. *PRÍSADY*

- 500 g filé z lososa
- 8 PL teriyaki omáčky
- 1 PL sezamových semienok

RECEPT

- 1** | Filé z lososa marinujte v teriyaki omáčke 30 minút.
- 2** | **Digitálny model:** Predhrejte zariadenie na režime GRILL na 200°C na 15 minút, potom vložte rybie filé do košíka na grilovacom plechu a pripravujte 10 minút.
- 3** | Posypte sezamovými semienkami a podávajte.

Mechanický model: Nastavte zariadenie na 200°C a riadne ho predhrejte. Potom uložte filé z lososa na panvicu na grilovacom plechu a pripravujte 10 minút.

GRILOVANÝ BAKLAŽÁN S PESTOM

4



10

min.



27

min.

*PRÍSADY*

2 baklažány
100 g pesta

5 PL olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Baklažány opláchnite a nakrájajte ich na plátky s hrúbkou približne 5 mm.
- 2** | Potrite ich olejom, osolte a okoreňte a uložte v jednej vrstve do košíka fritézy s grilom Easy Fry.
- 3** | **Digitálny model:** Vyberte režim AIR FRY a varte na 170°C 20 minút, v polovici ich pootáčajte. Potrite baklažány pestom a pripravujte na režime AIR FRY ešte 2 minúty.

Mechanický model: Pripravujte na 170°C 20 minút, v polovici ho pootáčajte, potom ho potrite pestom a varte ešte 2 minúty.

- 4** | Baklažán potrite pestom a pripravujte na režime GRILL ešte 5 minút (digitálny model) alebo na 200°C ešte 5 minút (mechanický model).

VEGETARIÁNSKA ŽEMĽA

4  20 min.  30 min. *PRÍSADY*

4 žemle
200 g smotanového syra
4 ČL kremzskej horčice
1 červená paprika
1 zelená paprika

4 šampiňóny
1 ČL oregana
2 PL olivového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

- 1** | Papriky opláchnite, vykrojte z nich jadrovníky a nakrájajte ich na veľké kúsky s veľkosťou približne 3 cm. Huby opláchnite, nakrájajte na hrubé plátky a poodkrajujte poškodené časti.
- 2** | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie GRILL a predhrejте zariadenie na 200°C na 15 minút. Potom zeleninu vložte do košíka na grilovacom plechu, pokropte olejom a pripravujte 12 minút, v polovici ju premiešajte.
Mechanický model: Zariadenie nastavte na 200°C a 15 minút predhrievajte. Zeleninu vložte do košíka na grilovacom plechu, pokropte olejom a pripravujte 12 minút, v polovici ju premiešajte.
- 3** | Zatiaľ zmiešajte syr s horčicou.
- 4** | Vyberte zeleninu a rozpolené žemle vložte do košíka na 5 minút na režime GRILL pre **digitálny model** a na 200°C pre **mechanický model**. Proces zopakujte, potom žemle potrite syrom a poukladajte na ne zeleninu.

PRAŽENÁ KOREŇOVÁ ZELENINA V JAVOROVOM SIRUPE

4 ✂ 15 min. 🍲 30 min. 🍲



PRÍSADY

4 mrkvy
4 paštrnáky
350 kg sladkých zemiakov
50 ml javorového oleja
1 ČL tymiánu

1 pomaranč
20 ml jablčného octu
30 ml slnečnicového oleja
Soľ
Čierne korenie

RECEPT

1 | Ošúpte zeleninu. Mrkvu nakrájajte na hrubé plátky, paštrnák a sladké zemiaky na 2 cm kocky.

2 | Zeleninu vložte do košíka. Potrite asi 1 PL olivového oleja a potom posypte tymiánom, soľou a čiernym korením.

Digitálny model: Vyberte nastavenie GRILL a predhrejte zariadenie na 200°C na 15 minút. Pripravujte 30 minút, v polovici ju premiešajte.

Mechanický model: Zariadenie nastavte na 200°C a 15 minút predhrievajte. Pripravujte 30 minút, v polovici ju premiešajte.

4 | Zatiaľ v miske zmiešajte zvyšný olej, ocot, nastrúhanú kôru z polovice pomaranča, javorový sirup a štipku soli a čierneho korenia. Zeleninu po dopražení pokvapkajte zálievkou a podávajte.

MUFFINY S KÚSKAMI ČOKOLÁDY

4 ✂ 15 min. 🥄 20 min. ☕

*PRÍSADY*

125 g múky
 ½ sáčku sušeného droždia
 30 g masla
 30 g cukru

50 g kúskov čokolády
 1 vajce
 120 ml mlieka

RECEPT

- 1** | Vo veľkej miske zmiešajte mlieko, roztopené maslo a vajčko. V druhej miske zmiešajte všetky ostatné prísady.
- 2** | Tekutú zmes pridajte do suchej zmesi. Miešajte, aby nevznikli hrudky.
- 3** | Zmes rozdelte do vymastených foriem na muffiny a vložte ich do košíka.
- 4** | **Digitálny model:** Vyberte nastavenie DEZERT a pripravujte na 170°C 20 minút. **Mechanický model:** Pripravujte 20 minút na 170°C.

ČOKOLÁDOVÉ SOUFLLÉ

4 ✂ 20 min. 🥄 12 min. 🍲

PRÍSADY

100 g tmavej čokolády
3 vajička (1 žltok + 3 bielka)
100 ml plnotučného mlieka

40 g cukru
1 ČL kukuričného škrobu
25 g masla

RECEPT

- 1 | Čokoládu rozlámete na kúsky a roztopte nad parou alebo v mikrovlnke na nízkej teplote. Oddel'te bielka od žltkov, nechajte si 3 bielka a 1 žltok.
- 2 | V miske vymiešajte žltok s kukuričným škrobom. Rozvarte mlieko s 30 g cukru a vmiešajte doňho zmes žltka s kukuričným škrobom. Zmes vylejte do hrnca a pri stálom miešaní varte na nízkej teplote. Do zmesi vmiešajte čokoládu a nechajte ju vychladnúť.
- 3 | Z bielok vyšľahajte tuhý sneh a pomaly ho zamiešajte do teplého čokoládového krému.
- 4 | Maslom vymastite 4 veľké nádoby na soufflé, vysypte ich 10 g cukru a vlejte do nich zmes tak, aby ste zaplnili 2/3 formy. Formy vložte do košíka fritézy s grilom Easy Fry.

Digitálny model: Nastavte zariadenie na režim DEZERT a pripravujte 12 minút na 160°C.

Mechanický model: Nastavte na 160°C a pripravujte 12 minút.

MANDĽOVÉ CIGARY

4 – 6

30
min.11
min.**PRÍSADY**

190 g mletých mandlí
30 g masla
6 plátkov lístkového cesta na brik

2 ČL príchuť z pomarančových kvetov
1 vajce
120 g medu

RECEPT

- 1 | Odložte nabok 3 PL medu. Vo veľkej miske zmiešajte mleté mandle s rozpusteným maslom, pomarančovou príchuťou a medom. Cesto vytvarujte do tvaru klobásky a nakrájajte na približne 7 cm kúsky.
- 2 | Listy cesta rozkrojte na polovicu a uložte naň rolku pripravenej zmesi. Potrite ju vyšľahaným vajíčkum a začnite ich rolovať, zahnite kraje a tvarujte cigary. Proces opakujte, až kým nezrolujete všetky. Do fritézy s grilom Easy Fry vložte papier na pečenie a cigary uložte do košíka.
- 3 | **Digitálny model:** Spustite režim DEZERT pri teplote 180°C na 8 minút, potom pridajte zostávajúci med a pokračujte 3 minúty.
Mechanický model: Pripravujte pri teplote 180°C na 8 minút, potom pridajte zostávajúci med a pokračujte 3 minúty.

SUŠENÉ JABLKÁ

4 ✂ 15 min. 🥣 1 hod. 🍵

PRÍSADY

1 jablko
½ citróna

RECEPT

- 1** | Vytlačte šťavu z polovice citróna. **3** | **Iba pre digitálny model:** Manuálne nastavte teplotu na 80°C a čas na 4 hodiny. Keď sa program skončí, nechajte jablká v košíku a vypnite zariadenie. Nechajte ich vyschnúť cez noc a ochutnajte ich až na druhý deň.
- 2** | Štetcom potrite obe strany jablkových plátkov citrónovou šťavou a vložte ich do košíka fritézy s grilom Easy Fry, ukladajte ich čo najďalej od seba.

TIP

Sušené jablká skladujte v dobre uzavretej nádobe a podávajte s müsli alebo ako zdravú pochúťku.