



OBSAH



PŘEDKRMY

Empanady (funkce grilování)
 Křupavé krevety
 Zeleninové indické pirožky
 Mini pizy
 Kuřecí jarní závitky
 Falafely

HLAVNÍ CHODY

Hovězí kořty s koriandrem
 Hamburger Deluxe (funkce grilování)
 Hovězí špízy s omáčkou teriyaki
 Kuřecí nugety
 Kuřecí křidélka
 Pečené kuře
 Jehněčí kotlety s citronem (funkce grilování)
 Hotdogy v newyorském stylu
 Treska na kari
 Domácí ryba s hranolky
 Domácí hranolky
 Hranolky z batátů
 Kuřecí stehna s jogurtem a rozmarýnovou marinádou
 Pečený květák s citronovou omáčkou
 Grilovaná klobása (funkce grilování)
 Steak z vysoké roštěné s omáčkou chimichurri (funkce grilování)
 Grilovaná pražma s rajčaty a olivami (funkce grilování)
 Losos s omáčkou teriyaki (funkce grilování)
 Grilovaný lilek s pestem
 Vegetariánský bagel (funkce grilování)
 Kořenová zelenina opečená s javorovým sirupem (funkce grilování)

MOUČNÍKY

Muffiny s čokoládovými lupínky
 Čokoládové suflé
 Mandlové doutníky
 Sušené plátky jablek

MECHANICKÁ



EASY FRY & GRILL CLASSIC



EASY FRY & GRILL CLASSIC+

DIGITÁLNÍ



EASY FRY & GRILL PRECISION



EASY FRY & GRILL PRECISION+



PRŮVODCE



POČET OSOB



PŘÍPRAVA ČAS



DOBA MARINOVÁNÍ



DOBA PŘÍPRAVY



HRANOLKY



NUGETY



PEČENÉ KURĚ



PIZZA



MASO



RYBY



ZELENINA



DEZERT



HORKOVZDUŠNÁ FRITEZA



GRILOVÁNÍ

EMPANADY

4  25 min.  20 min. **INGREDIENCE**

2 balíčky křehkého těsta
350 g mletého hovězího masa
3 jarní cibulky
1 lžice papriky

1 žloutek
1 lžice olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1** | Nasekejte cibuli na jemno. Ve velké pánvi rozehejte olej a cibulky 3 minuty smažte dohněda. Přidejte maso a připravujte dalších 10 minut, poté vyjměte a nechte vychladnout.
- 2** | Rozválejte těsto, vykrojte 8 koleček o průměru přibližně 9 cm. Přidejte trochu vychlazeného mletého masa a nechte místo asi 1 cm od okraje. Poté složte do překládaného tvaru.
- 3** | Smíchejte žloutek s 1 lžící vody. Potřete empanady směsí a vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill.
- 4** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Připravujte 10 minut a poté postup zopakujte s druhou dávkou. **Mechanická verze:** Nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Připravujte 10 minut a poté postup zopakujte s druhou dávkou.

TIP

Náplň z hovězího masa do empanad můžete ochutit kmínem, oreganem nebo sekaným česnekem. A co takhle zkusit použít do náplně rajče nebo sladkou kukuřici na zpestření chuti?

KŘUPAVÉ KREVETY

4  20 min.  10 min. **INGREDIENCE**

250 g loupaných krevet
2 vejce
60 g celozrnné pšeničné mouky
60 g kukuřičné mouky

2 lžice kari koření
1 lžice rostlinného oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1** | Připravte si ingredience na trojbal: Do misky rozklepněte vejce, přidejte špetku soli a pepře a ušlehejte. Do jiné misky nasype mouku a do třetí kukuřičnou mouku.
- 2** | Obalte krevety v miskách v tomto pořadí: nejprve miska s kari a pšeničnou moukou, poté vejce a nakonec miska s kukuřičnou moukou. Mezi ponořením do jednotlivých misek nechte krevety co nejvíce oschnout, aby z nich nic neodkapávalo.
- 3** | Obalené krevety vložte do koše grilu Easy Fry & Grill a zakápněte olejem.
- 4** | **Digitální verze:** Připravujte v režimu FISH při 170°C po dobu 5 minut. Krevety otočte a připravujte dalších 5 minut. **Mechanická verze:** Připravujte při 170°C po dobu 5 minut, poté krevety otočte a připravujte dalších 5 minut.

ZELENINOVÉ INDICKÉ PIROŽKY

4 (= 12 indických pirožků)  20 min.  2 x 15 min. 

INGREDIENCE

6 plátků těsta na pirohy
100 g sýru feta
150 g mraženého hrášku
250 g květáku
1 čajová lžička kari koření

1 žloutek
1 lžice olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1** | Květák nakrájejte na středně velké růžičky a opláchněte. Přidejte hrášek a květákové růžičky. Připravujte v režimu VEGETABLE po dobu 15 minut.
 - 2** | Hotovou zeleninu vyjměte a vložte do velké mísy. Přidejte rozdrobený sýr feta, kari koření, špetku soli a pepře. Vidličkou rozmačkejte na hrubé pyré.
 - 3** | Pláty těsta nakrájejte na dva stejně velké dílky. Přeložte je napůl tak, že zaoblenou část sklopíte směrem ke středu rovného okraje. Na jeden konec proužku položte množství náplně odpovídající jedné lžici a přeložte jej do trojúhelníku.
- Pokračujte ve skládání, aby byla nádivka v trojúhelníku zcela překrytá, poté těsto potřete žloutkem a položte na pirožek.
- 4** | Postup opakujte, dokud nespoteřebujete všechnu náplň. Vložte indické pirožky do koše a potřete olejem.
 - 5** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení AIR FRY a připravujte při 170°C po dobu 15 minut. V polovině doby přípravy pirožky otočte.
Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 15 minut. V polovině doby přípravy pirožky otočte.

TIP

První dávku indických pirožků můžete ohrát, když je vložíte do koše a budete připravovat ještě několik minut.

MINI PIZZY

4 ✂ 15 min. 🍲 8 min. 🍳



INGREDIENCE

2 anglické muffiny
8 lžic rajského protlaku

4 plátky mozzarely
4 vypeckované černé olivy

RECEPT

- 1** | Muffiny nakrájejte na poloviny a vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill. **Digitální verze:** Vyberte nastavení PIZZA a připravujte při 170°C po dobu 3 minut. **Mechanická verze:** Pečte 3 minuty při 170°C.
- 2** | Každý muffin potřete velkou lžící rajského protlaku. Plátky mozzarely nakrájejte na tenké proužky. Položte je na každý muffin a poté přidejte olivy nakrájené do tvaru očí. Pizzy vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill.
- 3** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení PIZZA a připravujte při 170°C po dobu 5 minut. **Mechanická verze:** Připravujte při 170°C po dobu 5 minut.

TIP

Zábavný recept, který mohou děti připravovat samy, ale vždy pod dozorem dospělých, aby nevzniklo riziko popálení.

KUŘECÍ JARNÍ ZÁVITKY

4 (= 16 závitků) ✪

35 min. 20 min. 

INGREDIENCE

16 plátků rýžového papíru
 50 g rýžových nudlí
 2 kuřecí řízky
 200 g orestované zeleninové směsi
 4 mladé žampiony

1 stroužek česneku
 1 lžice oleje bez výrazné chuti
 Sůl
 Paprika

RECEPT

- 1 | Rehydratujte rýžové nudle podle návodu na obalu. Jemně vymačkejte vodu rukama. Nakrájejte nahrubo a nechte vychladnout.
- 2 | Nakrájejte kuře na kostky a smažte v horkém oleji se sekaným česnekem po dobu 5 minut. Přidejte restovanou zeleninu a připravujte dalších 5 minut. Přidejte nudle a nechte vychladnout.
- 3 | Na pracovní desku si připravte mísu teplé vody a čistou utěrku. Plátky rýžového papíru na pár minut ponořte do vody poté je položte na utěrku. Na každý papír umístěte asi 1 celou lžici náplně.
- 4 | Jarní závitky vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill. Dávejte je dostatečně daleko od sebe, aby se neslepily.
Digitální verze: Vyberte nastavení AIR FRY a připravujte při 160°C po dobu 20 minut. V polovině doby přípravy pirožky otočte.
Mechanická verze: Připravujte při 160°C po dobu 20 minut. V polovině doby přípravy rolky otočte.

TIP

Podávejte s mátou, salátem a sójovou omáčkou.

FALAFELY

4  20 min.  15 min. **INGREDIENCE**

500 g uvařené cizrny
 1 bílá cibule
 2 snítky petržele
 4 snítky čerstvého koriandru
 1 lžička kmínu

1 stroužek česneku
 1 lžice tahini (sezamové pasty)
 1 lžice olivového oleje
 Sůl
 Paprika

RECEPT

- 1 | Smíchejte cizrnu, snítky petržele, koriandr a kmín se špetkou soli, pepře a se sezamovou pastou (tahini), dokud vše není nahrubo rozmíchané.
- 2 | Přidejte nasekaný česnek a cibuli a dobře rukou rozmíchejte. Poté ze směsi vytvořte kuličky. Vložte je do koše grilu Easy Fry & Grill zakápněte olivovým olejem.
- 3 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení AIR FRY a připravujte při 170°C po dobu 15 minut. V polovině doby přípravy pirožky otočte.
Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 15 minut. V polovině doby přípravy pirožky otočte.

TIP

Falafely podávejte v horkém chlebu pitta zdobeném čerstvou mátou, jogurtem a plátky rajčete.

HOVĚZÍ KOFTY S KORIANDREM



INGREDIENCE

350 g mletého hovězího masa
 2 lžičce nasekaných šalotek
 2 lžičce nasekaného koriandru
 1 lžičce směsi koření ras el hanout

1 lžička kmínu
 1 lžičce olivového oleje
 Sůl
 Paprika

RECEPT

- 1 | Rychle osmahněte šalotky dohněda na pánvi s trochou olivového oleje.
- 2 | Smíchejte mleté hovězí, směs koření a koriandr s připravenou šalotkou. Ochutťte solí a pepřem. Vytvarujte podlouhlé klobásky a napichujte na dřevěné špízy.
- 3 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení ROAST CHICKEN a připravujte při 180°C po dobu 8 minut. V polovině doby přípravy pirožky otočte.
Mechanická verze: Připravujte při 180°C po dobu 8 minut. V polovině doby přípravy kofty otočte.

TIP

Kofty podávejte s mátovou omáčkou: smíchejte 2 kelímky řeckého jogurtu, 1 lžičci čerstvě nasekané máty, trochou olivového oleje a citrónové šťávy.

HAMBURGER DELUXE

4  25 min.  12 min. 

INGREDIENCE

600 g mletého hovězího masa
4 bulky na burgery
2 rajčata
6 listů salátu
1 stroužek česneku

3 lžičky sójové omáčky
2 lžíce olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Smíchejte hovězí, prolisovaný česnek, sójovou omáčku a olivový olej. Okořeňte. Rukama vytvořte 4 burgery.
- 2 | Bulky na burgery vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill.
Digitální verze: Vyberte nastavení PIZZA a připravujte po dobu 4 minut.
Mechanická verze: Připravujte při 180°C po dobu 4 minut.
- 3 | Vyjměte bulky a dejte je pod alobal, aby zůstaly teplé. Poté vložte do koše burgery.

Digitální verze: Vyberte nastavení GRILL a připravujte po dobu 8 minut. Podle potřeby upravte nastavení doby přípravy o plus nebo minus 2 minuty.
Mechanická verze: Nastavte na 200°C po dobu 8 minut. Podle potřeby upravte nastavení doby přípravy o plus nebo minus 2 minuty.

- 4 | Na bulky dejte salátové listy, plátky rajčat a grilované burgery a servírujte.

TIP

Smíchejte z přísad omáčku: 1 lžíce celozrnné hořčice, 2 lžíce pálivé hořčice, 1 žloutek a 1 lžíce rostlinného oleje; poté přidejte 1 lžičku kysané smetany.

HOVĚZÍ ŠPÍZY S OMÁČKOU TERIYAKI

4 20 min. 1 h 6 min. 

INGREDIENCE

12 plátků hovězího carpaccia
200g blok sýra Comté
4 lžičce medu

6 lžic sójové omáčky
Paprika

RECEPT

- 1 | Odstraňte kůrku sýru a nakrájejte jej na kostky velké 1,5 cm. Sýrové kostky napíchněte na 12 špízů a obalte je v carpacciu.
- 2 | Smíchejte sójovou omáčku a med a poté nechte špízy marinovat ve směsi po dobu 1 hodiny na chladném místě.
- 3 | Špízy vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill.
Digitální verze: Vyberte nastavení MEAT a připravujte při 180°C po dobu 6 minut.
Mechanická verze: Připravujte při 180°C po dobu 6 minut.

TIP

Špízy podávejte s mističkou sladké sójové omáčky.

KUŘECÍ NUGETY

4  30 min.  10 min. 

INGREDIENCE

4 kuřecí řízky
100 g strouhanky
60 g mouky
3 vejce

2 lžíce oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Z kuřecích řízků odstraňte veškerý tuk a chrupavky. Nakrájejte na kousky velké přibližně 4 až 5 cm, osolte a opepřete.
- 2 | Připravte si ingredience na trojbal: V jedné misce vyšlehejte vejce se špetkou soli a pepře. Do jiné misky nasypejte mouku a do třetí dejte strouhanku.
- 3 | Obalte nugety v mouce, vejci a nakonec ve strouhance. Chcete-li získat bohatší obal, obalte nugety znovu ve vejci a poté ve strouhance. Vložte je do koše grilu Easy Fry & Grill zakápněte olivovým olejem.
- 4 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení NUGGETS a připravujte po dobu 10 minut. V polovině doby přípravy nugety otočte.
Mechanická verze: Připravujte při 200°C po dobu 10 minut. V polovině doby přípravy kofty otočte.

TIP

Připravte si vlastní kečup: povařte 3 rajčata, 1 cibuli, 1 lžici koncentrované rajčatové pasty, 1 sekaný stroužek česneku, 4 lžičky balzamikového octa, 1 lžici medu a sůl a pepř.

KUŘECÍ KŘIDELKA

4 20 min. 12 h 17 min. 

INGREDIENCE

1,2 kg kuřecích křidélek
 4 lžíce kečupu
 2 lžíce hořčice
 2 lžíce papriky

2 lžíce sladké sójové omáčky
 2 lžíce olivového oleje
 Sůl,
 pepř

RECEPT

- 1 | Kuřecí křidélka rozkrojte na polovinu a v kloubu je oddělte.
- 2 | Dejte všechny ingredience do velké mísy a přidejte kuřecí křidélka. Dobře smíchejte, aby se křidélka úplně obalila. Zakryjte potravinovou fólií a nechte marinovat 12 hodin.
- 3 | Kuřecí křidélka vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill.
Digitální verze: Vyberte nastavení ROAST CHICKEN a připravujte po dobu 17 minut. Po 12 minutách křidélka otočte.
Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 17 minut. Po 12 minutách křidélka otočte.

TIP

Marinádu můžete obměnit podle chuti: zkuste přidat omáčku barbecue, koření, chilli nebo česnek.

PEČENÉ KUŘE

4  5 min.  50 min. 

INGREDIENCE

1 x 1,2 kg kuřete
5 stroužků česneku
2 lžíce olivového oleje

Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Ooloupejte a nakrájejte česnek. Kuře potřete olejem, dobře okořeňte a přidejte česnek.
- 2 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení ROAST CHICKEN a připravujte po dobu 50 minut.

Mechanická verze: Připravujte při 200°C po dobu 50 minut.

TIP

Přesná doba přípravy kuřete závisí na jeho hmotnosti. Chcete-li zkontrolovat, zda je kuře hotové, píchněte do kuřecích prsíček špičkou nože; vytékající šťáva musí být čirá.

JEHNĚČÍ KOTLETY S CITRÓNEM

4 15 min. 4 h 10 min. **INGREDIENCE**

12 malých jehněčích kotlet
1 chemicky neošetřený citrón
4 stroužky česneku

1 lžice olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Olupejte citrónovou kůru. Olupejte česnek a rozdrťte na jemno v moždíři. Přidejte citrónovou kůru a 2 lžice olivového oleje.
- 2 | Poté přidejte kotlety a nechte marinovat 4 hodiny v chladu.
- 3 | Kotlety vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill.

Digitální verze: Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Připravujte po dobu 10 minut. V polovině doby přípravy kotlety otočte.

Mechanická verze: Nastavte na 200°C a nechte 15 minut předehřát. Připravujte po dobu 10 minut. V polovině doby přípravy kotlety otočte.

TIP

Zkuste do marinády přidat čerstvé bylinky, jako je tymián, mateřídouška a oregano.

HOTDOGY V NEWYORSKÉM STYLU

4  25 min.  5 min. 

INGREDIENCE

4 žemle na hotdogy
4 lžice kečupu
4 párky na hotdogy
4 nakládané okurky
1 červená cibule

8 cherry rajčat
4 plátky čedaru
1 lžice rostlinného oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1** | Připravte párky: vložte je do rendlíku s vroucí vodou na dobu uvedenou na obalu párků.
- 2** | Nakrájejte cibuli a 5 minut osmahněte na středním plameni. Smíchejte s rajčaty nakrájenými na čtvrtky a s pokrájenými nakládanými okurkami.
- 3** | Hotdogové žemle podélně uprostřed rozkrojte, potřete kečupem a na něj položte směs zeleniny, párky a plátky čedaru. Vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill.
- 4** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení PIZZA a připravujte při 170°C po dobu 5 minut. **Mechanická verze:** Připravujte při 170°C po dobu 5 minut.

TIP

Nakreslete si pro zábavu něco kečupem nebo hořčicí v americkém stylu!

TRESKA NA KARI

4  20 min.  10 min. 

INGREDIENCE

500 g filé z tresky
3 lžičce indické jemné kari pasty

10 g strouhaného kokosu
200 ml kokosového krému

RECEPT

1 | Filety tresky potřete kari pastou a zbytek kari dejte do malého rendlíku s kokosovým krémem, solí a pepřem. Obsah rendlíku zahřejte.

2 | Do koše v grilu Easy Fry & Grill vložte čtverec pečicího papíru a položte na něj rybu.

Digitální verze: Vyberte nastavení FISH a připravujte při 200°C po dobu 10 minut.

Mechanická verze: Připravujte při 200°C po dobu 10 minut. Rybu pokapejte kari omáčkou a servírujte posypanou kokosem.

DOMÁCÍ RYBA S HRANOLKY

4  25 min.  12 min. 

INGREDIENCE

4 filety z tresky
5 lžic mouky
5 lžic strouhanky
2 vejce
50 g másla

1 svazek estragonu
1 sklenice majonézy
½ citronu
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Nakrájejte rybí filety na čtverečky velké asi 4 cm a jemně je osušte papírovou utěrkou. Ochutíte solí a pepřem.
- 2 | Připravte si 3 misky: do první dejte mouku, do druhé ušlehaná vejce a do třetí dejte strouhanku. Smíchejte majonézu se šťávou z půlky citronu a nasekaným estragonem. Dejte stranou vychladit.
- 3 | Obalte kousky tresky v mouce, vejci a nakonec ve strouhance. Před přemístěním do další misky vždy dobře osušte. Hotové kousky obalené ve strouhance vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill a na každý kousek ryby dejte oříšek másla.
- 4 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení FISH a připravujte při 180°C po dobu 12 minut.
Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 12 minut. Podávejte s předem připravenou omáčkou.

TIP

V tomto receptu lze použít s jakoukoli čerstvou rybu, například s mořskou štikou, tmavou tresku a tresku polak.

DOMÁCÍ HRANOLKY

4  25 min.  50 min. 

INGREDIENCE

1 kg brambor
3 lžičce papriky

3 lžičce oleje
Sůl

RECEPT

- 1** | Olupejte brambory a nakrájejte je na hranolky.
- 2** | Dejte je do mísy a přidejte všechny ingredience. Dobře promíchejte a rozdělte napůl. Polovinu množství vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill.
- 3** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení CHIPS a připravujte po dobu 25 minut. V polovině doby přípravy hranolky protřeste.

Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 25 minut. V polovině doby přípravy hranolky protřeste. U zbylých hranolek postup opakujte.

TIP

Přidejte lžičci červené kari pasty pro lahodnou příchut.

HRANOLKY Z BATÁTŮ

4  25 min.  50 min. 

INGREDIENCE

1 kg batátů
2 lžíce mouky

4 lžíce oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

1 | Olupejte a opláchněte batáty a nakrájejte je na hranolky. Vložte je do velké mísy s moukou, olejem, solí a pepřem. Dobře promíchejte.

2 | Vložte hranolky do koše v grilu Easy Fry & Grill, ideálně ve 2 nebo 3 dávkách.

Digitální verze: Vyberte nastavení CHIPS a připravujte po dobu 25 minut. V polovině doby přípravy hranolky protřeste.

Mechanická verze: Připravujte při 180°C po dobu 25 minut. V polovině doby přípravy hranolky protřeste. U zbylých hranolek postup opakujte.

TIP

Podávejte s jogurtovou omáčkou ochucenou trochou kari koření.

KUŘECÍ STEHNA S JOGURTEM A ROZMARÝNOVOU MARINÁDOU



INGREDIENCE

4 kuřecí stehna
250 g řeckého jogurtu
3 lžičce dijonské hořčice

1 snítka čerstvé rozmarýny
4 stroužky česneku
Sůl
Paprika


RECEPT

- 1 | Z kuřecích stehna stáhněte kůži a vložte je do velké mísy.
- 2 | Smíchejte jogurt, hořčici a nasekaný česnek se špetkou soli, trochou pepře a nasekanými rozmarýnovými lístky. Směsí potřete kuřecí stehna a odložte v chladu. Nechte marinovat 4 hodiny.
- 3 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení ROAST CHICKEN a nechte předeheat na 200°C po dobu 15 minut. Poté vložte kuřecí stehna do koše v grilu Easy Fry & Grill. Připravujte po dobu 35 minut. V polovině doby přípravy stehna otočte.
Mechanická verze: Kuřecí stehna vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill a vyberte nastavení 200°C po dobu 30 minut. V polovině doby přípravy stehna otočte.

TIP

Grilovaná kuřecí stehna podávejte se salátem a grilovanými plátky brambor.

PEČENÝ KVĚTÁK S CITRONOVOU OMÁČKOU

4  15 min. 1 dávka
15 min. 

INGREDIENCE

1 malý květák
2 lžíce olivového oleje
30 g tahini

100 ml olivového oleje
50 ml citronové šťávy
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Zbavte květák listů a poté jej rozčtvřte a odstraňte košťál. Každou část nakrájejte na růžičky a dejte je do velké mísy.
- 2 | Přidejte 2 lžíce olivového oleje, osolte a opepřete a dobře promíchejte. Květák rozprostřete do koše v grilu Easy Fry & Grill (v případě potřeby rozdělte na dvě dávky).

Mechanická verze: Připravujte při 180°C po dobu 15 minut. V polovině doby přípravy květák protřeste.

Digitální verze: Vyberte nastavení CHIPS a připravujte po dobu 15 minut. V polovině doby přípravy květák protřeste.

3 | Mezitím smíchejte tahini, olivový olej a citronovou šťávu a připravte omáčku, kterou budete podávat s květákem.

GRILOVANÁ KLOBÁSA

4  10 min.  10 min. 

INGREDIENCE

700 g klobásy Toulouse
(jeden celý kus)
1 lžička dijonské hořčice
1 lžička hrubozrnné hořčice

2 lžičky medu
2 snítky tymiánu
Sůl,
pepř

RECEPT

- 1 | Smíchejte med, hořčice, tymián a špetku soli a pepře.
- 2 | Stočte klobásu do kola a zapíchněte dva špízy kolmo na sebe, aby zůstala na místě. Potřete hořčičnou směsí.
- 3 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Vložte klobásu do koše a připravujte po dobu 10 minut. V polovině doby přípravy klobásu otočte.

Mechanická verze: Nastavte na 200°C a nechte 15 minut předehřát. Poté vložte klobásu do koše. Připravujte po dobu 10 minut. V polovině doby přípravy kotlety otočte.

TIP

Podávejte s domácí hořčičnou bramborovou kaší: Oloupejte a uvařte 1 kg brambor. Slijte a rozmačkejte spolu s 25 g másla, 2 lžičkami hořčice, 150 ml mléka, solí a pepřem.

STEAK Z VYSOKÉ ROŠTĚNÉ S OMÁČKOU CHIMICHURRI

4  15 min.  17 min. 

INGREDIENCE

4 steaky z vysoké roštěné
(každý o hmotnosti přibližně 200 g)
2 lžice červeného vinného octa
1/2 citronu
4 stroužky česneku

6 snítek petržele
½ čajové lžičky chilli
60 ml olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Vyměte maso z lednice a před přípravou nechte ležet při pokojové teplotě alespoň 30 minut.
- 2 | Mezitím připravte omáčku chimichurri: V misce smíchejte ocet, citrónovou šťávu, oloupaný a nakrájený česnek, nasekanou petržel a olej. Přidejte špetku soli, pepře a chilli.
- 3 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Steaky osolte a opepřete, poté je vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill a opékejte 2 minuty na každé straně.
Mechanická verze: Nechte předehřát na 200°C. Poté steaky osolte a opepřete a vložte je do koše v grilu Easy Fry & Grill. Opékejte 2 minuty na každé straně.

TIP

Dobu přípravy pokrmu upravte podle toho, zda dáváte přednost málo nebo dobře propečenému steaku.

GRILOVANÁ PRAŽMA S RAJČATY A OLIVAMI

4  20 min.  18 min. 

INGREDIENCE

4 filety z pražmy
4 snítky petržele
½ citronu
2 rajčata
4 lžíce olivového oleje

1 stroužek česneku
2 rajčata
50 g vypeckovaných oliv
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1** | Citrón oloupejte a vymačkejte šťávu. Nasekejte petrželku a česnek, rajčata pokrájejte na kostičky a olivy na kroužky. Smíchejte, přidejte olivový olej a dejte stranou.
- 2** | Potřete filety z pražmy olejem, osolte a opepřete.
- 3** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Poté vložte filety do koše a připravujte dalších 5 minut.
Mechanická verze: Vložte filety do koše a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Připravujte dalších 7 minut.
- 4** | Podávejte s omáčkou.

TIP

Filety pražmy podávejte s rýží a zeleninou podle vašeho výběru.

LOSOS S OMÁČKOU TERIYAKI

4 5 min. 30 min. 23 min. *INGREDIENCE*

500 g filetu z lososa
8 lžic omáčky teriyaki
1 lžičce sezamových semínek

RECEPT

- 1** | Marinujte filety z lososa v omáčce 30 minut. **3** | Posypte sezamovými semínky a podávejte.
- 2** | **Digitální verze:** Nechte předehřát při nastavení GRILL na 200°C po dobu 15 minut. Poté vložte filety do koše na grilovací desku a připravujte 10 minut.
Mechanická verze: Nastavte na 200°C a nechte dobře předehřát. Poté vložte filety z lososa na pánev grilu a připravujte 10 minut.

GRILOVANÝ LILEK S PESTEM

4  10 min.  27 min. 

INGREDIENCE

2 lilky
100 g pesta

5 lžic olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Lilky opláchněte a nakrájejte asi na 5mm kousky.
- 2 | Potřete olejem, osolte a opepřete a vložte jednu vrstvu do koše v grilu Easy Fry & Grill.
- 3 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení AIR FRY a připravujte při 170°C po dobu 20 minut. V polovině doby přípravy lilky otočte. Potřete pestem a vařte v režimu AIR FRY další 2 minuty.

Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 20 minut. V polovině doby přípravy lilky otočte. Poté potřete pestem a připravujte další 2 minuty.

- 4 | Potřete pestem a připravujte při nastavení GRILL dalších 5 minut (digitální verze) nebo při 200°C po dobu 5 minut (mechanická verze).



VEGETARIÁNSKÝ BAGEL

4  20 min.  30 min. 

INGREDIENCE

4 bagely
200 g smetanového sýra
4 čajové lžičky celozrnné hořčice
1 červená paprika
1 zelená paprika

4 mladé žampiony
1 čajová lžička oregana
2 lžice olivového oleje
Sůl
Paprika

RECEPT

- 1 | Papriky opláchněte a nakrájejte na velké, asi 3cm čtverečky. Opláchněte žampiony a nakrájejte na silné plátky. Všechny poškozené nohy odstraňte.
 - 2 | **Digitální verze:** Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Poté vložte zeleninu do koše na grilovací desku, pokapejte olejem a připravujte po dobu 12 minut. V polovině doby přípravy zeleninu protřeste.
 - 3 | Mezitím smíchejte krémový sýr s hořčicí.
 - 4 | Vyjměte zeleninu a rozpůlené bagely vložte na 5 minut do koše na nastavení GRILL v případě **digitální verze** nebo na 200°C v případě **mechanické verze**. Postup opakujte, poté na pečivo rozetřete krémový sýr a navrch dejte zeleninu.
- Mechanická verze:** Nastavte na 200°C a nechte 15 minut předehřát. Vložte zeleninu do koše na grilovací desku, pokapejte olejem a připravujte po dobu 12 minut. V polovině doby přípravy zeleninu protřeste.

KOŘENOVÁ ZELENINA OPEČENÁ S JAVOROVÝM SIRUPEM

4  15 min.  30 min. 



INGREDIENCE

4 mrkve	1 pomeranč
4 pastináky	20 ml jablečného octa
350 g batátů	30 ml slunečnicového oleje
50 ml javorového sirupu	Sůl
1 čajová lžička tymiánu	Paprika

RECEPT

- 1 | Oloupejte zeleninu a nakrájejte mrkev na silné proužky a pastinák a batáty na kostičky o velikosti 2 cm.
- 2 | Vložte zeleninu do koše. Zakápněte cca 1 lžící olivového oleje a posypte tymiánem, solí a pepřem.
- 4 | Během vaření v misce smíchejte zbylý olej s octem, nastrohanou kůrou z poloviny pomeranče, javorovým sirupem a špetkou soli a pepře. Jakmile bude zelenina hotová, zakápněte ji dresinkem a podávejte.

Digitální verze: Vyberte nastavení GRILL a nechte předehřát na 200°C po dobu 15 minut. Připravujte po dobu 30 minut. V polovině doby přípravy zeleninu protřeste.

Mechanická verze: Nastavte na 200°C a nechte 15 minut předehřát. Připravujte po dobu 30 minut. V polovině doby přípravy zeleninu protřeste.

MUFFINY S ČOKOLÁDOVÝMI LUPÍNKY

4  15 min.  20 min. **INGREDIENCE**

125 g mouky
 ½ sáčku droždí
 30 g másla
 30 g cukru

50 g čokoládových lupínků
 1 vejce
 120 ml mléka

RECEPT

- 1** | Ve velké míse smíchejte mléko, rozpuštěné máslo a vejce. Ve druhé míse smíchejte všechny ostatní ingredience.
- 2** | Zašlehejte tekutou směs do suché směsi a průběžně šlehejte, aby nevznikly hrudky.
- 3** | Rozdělte směs do jemně máslem vymazané formy na muffiny a vložte do koše.
- 4** | **Digitální verze:** Vyberte nastavení DESSERT a připravujte při 170°C po dobu 20 minut.
Mechanická verze: Připravujte při 170°C po dobu 20 minut.



ČOKOLÁDOVÉ SUFLÉ

**INGREDIENCE**

100 g tmavé čokolády
3 vejce (1 žloutek + 3 bílky)
100 ml plnotučného mléka

40 g cukru
1 lžička kukuřičné mouky
25 g másla

RECEPT

- 1** | Čokoládu rozlámejte na kousky a rozpustte ve vodní lázni nebo v mikrovlnné troubě na nízký výkon. Oddělte bílky od žloutků a nechte si 3 bílky 1 žloutek.
- 2** | Žloutek ušlehejte v míse s kukuřičnou moukou. Přiveďte k varu 30 g cukru a mléko a vmíchejte směs žloutku a kukuřičné mouky. Dejte směs zpět do rendlíku a za stálého míchání vařte na mírném plameni. Vmíchejte čokoládu a nechte směs vychladnout.
- 3** | Ušlehejte z bílků tuhý sníh a opatrně jej zapracujte do teplého čokoládového krému.
- 4** | 4 velké zapékací misky vymažte máslem, posypte 10 g cukru a nalijte směs do formiček do 2/3 výšky. Zapékací misky vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill.
Digitální verze: Nastavte na možnost DESSERT na 12 minut při teplotě 160°C.
Mechanická verze: Nastavte na 12 minut při teplotě 160°C.



MANDLOVÉ DOUTNÍKY

4/6 ✨ 30 min. 🥄 11 min. 🍷

**INGREDIENCE**

190 g mletých mandlí
30 g másla
6 plátků těsta na pirohy

2 lžice aromatu pomerančových květů
1 vejce
120 g medu

RECEPT

- 1** | Dejte stranou 3 lžice medu. Ve velké míse smíchejte mleté mandle s rozpuštěným máslem, aromatem pomerančových květů a medem. Udělejte z těsta váleček a nakrájejte na 7cm kousky.
- 2** | Plátky těsta nakrájejte na poloviny a ruličku směsi těsta umístěte na spodní stranu plátku. Potřete rozšlehaným vejcem a začněte rolovat, přehněte okraje a nakonec vytvarujte jako doutník. Proces opakujte, dokud nesrolujete veškeré těsto. Položte list pečicího papíru do koše v grilu Easy Fry & Grill a dejte válečky do koše.
- 3** | **Digitální verze:** Zvolte nastavení DESSERT a upravujte při teplotě 180°C po dobu 8 minut, přidejte med a pokračujte v přípravě další 3 minuty.
Mechanická verze: Připravujte při teplotě 180°C po dobu 8 minut, přidejte med a pokračujte v přípravě další 3 minuty.

SUŠENÉ PLÁTKY JABLEK

**INGREDIENCE**

1 jablko
½ citronu

RECEPT

- 1** | Vymačkejte šťávu z půlky citronu. Omyjte jablko a odstraňte jádřinec vhodným nástrojem. Poté jablko nakrájejte na tenké proužky mandolínovým kráječem nebo ostrým nožem.
- 2** | Mašlovačkou potřete obě strany plátek citrónovou šťávou a poté je vložte do koše v grilu Easy Fry & Grill. Pokládejte plátky jablka co nejdál od sebe.
- 3** | Pouze pro digitální verzi: Ručně nastavte teplotu na 80°C na 4 hodiny. Až program skončí, nechte jablka v koši a vypněte přístroj. Nechte je přes noc vysušit a ochutnejte je teprve druhý den.

TIP

Sušené plátky jablek skladujte ve vzduchotěsné nádobě a jezte je s cereáliemi nebo jako zdravou pochoutku.