

Please make sure to read the enclosed Ninja® Foodi® Instructions prior to using your unit.
Bitte lesen Sie unbedingt die beiliegende Ninja® Foodi® Bedienungsanleitung, bevor Sie Ihr Gerät verwenden.
Veillez à prendre connaissance des instructions Ninja® Foodi® incluses avant d'utiliser votre appareil.



NINJA® Foodi®

11-in-1 SmartLid Multi-Cooker
11-in-1 SmartLid Multikocher
Multicuisieur SmartLid 11-en-1





Contents

SmartLid Slider	4
Functions	5
Combi-Steam Mode	6
Making a complete meal	8
Build a complete meal	9
Cooking Charts	10
Main Meals	56
Sides & Snacks	76
Desserts	80

Recipe Key

We've tagged recipes with these icons to help find the right one for you.



Vegetarian

Your guide to cooking with SmartLid

Welcome to the Ninja® Foodi® SmartLid Multi-Cooker recipe book. From here, you're just a few pages away from recipes, tips and tricks and helpful hints that will give you the confidence to be creative in the kitchen without having to use numerous appliances.

We recognise that ingredients and tastes vary from country to country so we have adapted recipes where needed. This is why you might not always find that the recipe in your language matches the other languages.



SmartLid Slider

3 modes under one lid

Pressure cooker. Combi-steamer. Air fryer.



Simply move the slider to effortlessly toggle between 14 cooking functions. The cooking environment will intelligently change as you slide from mode to mode.

Opening and closing the lid

Use the lift tab above the SmartLid Slider to open and close the lid.



Pressure
When SmartSlider is in the left position, lid cannot be opened for safety.

**Combi-
Steam Mode**
When SmartSlider is in the middle position, steam will build. After progress bar has built, wait at least 5 minutes to lift lid to check on food.

**Air Fry /
Cooker**
When SmartSlider is in the right position, open lid any time to check on food.

All your favourite Ninja® Foodi® Multi-Cooker functions

Pressure



Cook foods quickly while maintaining tenderness.

Sear/Sauté



Brown meats, sauté vegetables and simmer sauces.

Steam



Gently cook delicate foods at a high temperature.

Air Fry



Give foods crispiness and crunch with little to no oil.

Bake



Use the unit like an oven for baked treats and more.

Grill



Cook at high heat to caramelize and brown foods.

Slow Cook



Cook at a lower temperature for longer periods of time.

Yogurt



Make homemade yogurt.

Dehydrate



Dehydrate meats, fruits and vegetables.

These programs all cook by heating up the bottom of the pot.

These programs all use the top heating element usually in combination with the fan to evenly distribute heat.

An entirely new way of cooking

Combi-Steam MODE

STEAM + **CRISP** at the same time at the touch of a button for faster, juicier, crispier results.

Best for meal times and cooking from scratch. Even use it to elevate your baking too.



Steam Air Fry

Crisp fresh or frozen foods with steam-infused air to get moist interiors and crispy exteriors.



Steam Bake

Bake fluffy cakes and sweet treats

The juiciest way to air fry... is to Steam Air Fry

Frozen or fresh chicken breast and salmon fillets and fresh root vegetables like potatoes and carrots.



The choice is yours



Tip: For frozen foods like breaded chicken nuggets or French fries, use the Air Fry function. Refer to the charts.

Making a COMBI-STEAM Complete Meal

Easy 2-part meals at the same time

CARBOHYDRATE + PROTEIN



Use bottom or top of Reversible Rack when making 2-part meals incorporating carbohydrate or grain and protein.

Use FRESH protein to build a complete meal

Please use these charts as guides and adjust cook times as needed if your food load quantity varies.

1. Prep protein

Pick a protein and marinade and combine in a mixing bowl. Set aside.

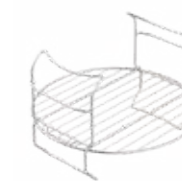
2. Start with your bottom layer

In the cooking pot, combine pasta with sauce OR grain with vegetable. Stir until combined.



3. Assemble top layer

Place the reversible rack in the pot, making sure rack is in the higher position. Carefully place the protein on the rack. Select STEAM AIR FRY and adjust time and temp based on protein.



PROTEIN	MARINADE	PASTA 350g-500g uncooked	SAUCE	OR	GRAIN 240g uncooked	VEGETABLE 100g mix & match	PROTEIN	CRISPING TIME AND TEMPERATURE
4 Chicken Cutlets 125-175g each 1.5cm thick	Rosemary Lemon Marinade	Rigatoni	Tomato Sauce 2 500g jars tomato sauce 625ml stock		Rice & Beans Add water, oil and spices as directed on box/bag	Frozen Vegetable Medley	Breaded Chicken Cutlets	200°C for 5-9 mins steam build: up to 20 mins
Extra-Firm Tofu 400g package pressed to remove moisture, cut in 4 x 1.5cm pieces		Cavatappi			Rice Rinse. Add water, oil and spices as directed on box/bag	Onion diced	Extra-Firm Tofu	200°C for 3-6 mins steam build: up to 20 mins
4 Pork Cutlets 125-175g each 1.25-2cm thick	Cajun Spice Blend	Elbows	Creamy Alfredo 120ml white cooking wine 480ml chicken stock 480ml whole milk 1 500g jar alfredo sauce		Rice Pilaf Add water, oil and spices as directed on box/bag	Bell Pepper up to 125g diced	Pork Cutlets	200°C for 5-9 mins steam build: up to 20 mins
2 Steaks 450g total 1.25-2cm thick	Dry Herb Rub	Penne			Quinoa Rinse. Add water, oil and spices as directed on box/bag	Mushrooms sliced	Sirloin Steaks	200°C for 5-9 mins steam build: up to 20 mins
Portobello Mushrooms 6 (7.5cm diameter) or 3 (10cm diameter)		Thin Linguini					Portobello Mushrooms	200°C for 3-6 mins steam build: up to 20 mins
4 prawn skewers (6 large prawns per skewer)	Mojo Marinade	Large Shells					Prawn Skewers	200°C for 3-6 mins steam build: up to 20 mins

Want to cook less pasta? Cut the sauces in half with 250g of pasta: **Tomato Sauce:** 700g jar marinara sauce, 480ml stock **Creamy Alfredo:** 65ml white cooking wine, 240ml chicken stock, 240ml whole milk, 450g jar alfredo sauce, 100g grated Parmesan cheese (stir in to thicken sauce after cooking is complete)

*For thicker cuts of meat, lower temperature to 190°C and add 2-3 minutes to cook time. Note that in doing this you may run the risk of overcooking the other meal components so we recommend keeping meat thickness within the given guidelines.

Steam Air Fry Chart

Steam Air Frying is a great way to get food to a crispy exterior and staying juicy inside. Before placing the food and accessory into the unit, ensure that you've added water to the bottom of the cooking pot. This is important to ensure that steam will be produced and get you those delicious results you desire. Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

NOTE: Steam will take approximately 8-15 minutes to build.

Please use these charts as guides and adjust cook times as needed if your food load quantity varies.

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL <i>optional</i>	WATER	ACCESSORY	TEMP	COOK TIME
VEGETABLES							
Beetroot	1kg	Peel, cut in 1.25cm cubes	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	20 mins
Broccoli	400g	Whole, remove stem	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	210°C	15-20 mins
Brussels sprouts	1kg	Cut in half, trim ends	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	230°C	15-20mins
Butternut Squash	1kg	Cut in half, deseed	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	190°C	22-25 mins
Carrots	1kg	Peel, cut in 1.25cm rounds	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	22-28 mins
Parsnips	500g	Cut into 2.5cm pieces	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	15-20 mins
	1kg	Cut into 2.5cm wedges	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	230°C	18-22 mins
Potatoes, King Edward/ Maris Piper/Russet	500g	Hand cut chips, soak 30 mins in cold water, then pat dry	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	20 mins
	4 (800g)	Whole	Brush with oil	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	30-35 mins
	1kg	Cut into 2.5cm cubes	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	20 mins
Sweet potatoes	1kg	Cut into 2.5cm cubes	1 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	200°C	20 mins
POULTRY							
Chicken breasts	2 (175g each)	None	Brushed with oil	125ml	Reversible Rack, higher position	190°C	15-20 mins
Chicken breasts, breaded	2 (160g each)	None	None	125ml	Reversible Rack, higher position	200°C	18-20 mins
Chicken drumsticks	1kg	None	2 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	210°C	25-30 mins
Chicken thighs (bone in)	1kg	None	Brushed with oil	125ml	Reversible Rack, higher position	200°C	20 mins
Chicken thighs (boneless)	4 (100-125g each)	None	2 Tbsp	125ml	Reversible Rack, higher position	190°C	15-16 mins
Chicken wings	500g	None	2 Tbsp	125ml	Cook & Crisp Basket	230°C	15 mins
PORK AND LAMB							
Pork chops	2 thick-cut, bone-in (250g each)	Bone in	Brushed with oil	125ml	Reversible Rack, higher position	190°C	15-20 mins
Pork chops	4 boneless (100-125g each)	Bone in	Brushed with oil	125ml	Reversible Rack, higher position	190°C	20-25 mins
Lamb steaks	2 (300g)	None	Brushed with oil	125ml	Reversible Rack, higher position	190°C	10 mins

Steam Air Fry Chart, continued

NOTE: Steam will take approximately 8-15 minutes to build.

Please use these charts as guides and adjust cook times as needed if your food load quantity varies.

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL <i>optional</i>	WATER	ACCESSORY	TEMP	COOK TIME
FISH							
Cod	4 (150g each)	Brushed with oil	1 Tbsp	125ml	Reversible Rack, higher position	225°C	9-12 mins
Salmon	4 (150g each)	Brushed with oil	1 Tbsp	65ml	Reversible Rack, higher position	225°C	7-10 mins
Scallops	500g	Brushed with oil	1 Tbsp	65ml	Reversible Rack, higher position	200°C	4-6 mins
FROZEN POULTRY							
Chicken breasts	4 (175g each)	None	Brushed with oil	250ml	Reversible Rack, higher position	200°C	15-20 mins
Chicken drumsticks	1kg	None	Brushed with oil	125ml	Cook & Crisp Basket	180°C	20-25 mins
Chicken thighs with bone	1kg	None	Brushed with oil	125ml	Reversible Rack, lower position	200°C	20-22 mins
Chicken wings	500g	None	2 Tbsp	125ml	Reversible Rack, lower position	230°C	15 mins
FROZEN BEEF							
Steak	2 (225g each)	None	2 Tbsp	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	22-28 mins
FROZEN FISH							
Cod	4 (140g each)	Brushed with oil	1 Tbsp	125ml	Reversible Rack, lower position	225°C	10-15 mins
Salmon	4 (120g each)	Brushed with oil	1 Tbsp	65ml	Reversible Rack, lower position	225°C	7-10 mins
FROZEN PORK							
Pork chops with bone	2 (250g each)	None	2 Tbsp	125ml	Reversible Rack, lower position	190°C	23-28 mins
Sausages	344g	None	1 Tbsp	125ml	Reversible Rack, lower position	190°C	12-14 mins

Steam Air Fry Chart, continued



Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

Please use these charts as guides and adjust cook times as needed if your food load quantity varies.

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL	WATER	ACCESSORY	TEMP	COOK TIME
FRESH POULTRY							
Whole chicken	2-2.5kg	Trussed	Brushed with oil	250ml	Cook & Crisp Basket	180°C	45-55 mins
Turkey breast	1.4-2.4kg	None	Brushed with oil	250ml	Cook & Crisp Basket	180°C	45-55 mins
FRESH BEEF							
Topside	1.5kg	None	2 Tbsp	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	45 mins for Medium Rare
Rolled rib	1.5kg	None	2 Tbsp	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	25-30 mins for Medium Rare
FRESH PORK							
Pork loin	800g	None	2 Tbsp	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	35-40 mins
Pork tenderloin	350-500g	None	Brushed with oil	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	14-19 mins
FRESH LAMB							
Leg of lamb	1.5kg	None	2 Tbsp	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	37-40 mins

TenderCrisp Chart

PROTEIN	AMOUNT	ACCESSORY	WATER	PRESSURE COOK	PRESSURE RELEASE	CRISPING LID
Whole chicken	1 chicken (2-2.5kg)	Cook & Crisp Basket	250ml	High for 20 mins	After quick release, move slider to AIR FRY/COOKER position and open lid. Pat protein dry with paper towel, brush with oil or sauce and season as desired. Close lid and continue to cook as instructed.	Air Fry @ 200°C for 15-20 mins
Pork ribs	1 rack, cut in quarters	Cook & Crisp Basket	250ml	High for 21 mins		Air Fry @ 200°C for 10-15 mins
Gammon	1 gammon (1.3kg)	Cook & Crisp Basket	250ml	High for 50 mins		Air Fry @ 200°C for 10-15 mins
Lamb shoulder	1 shoulder (1.1kg)	Cook & Crisp Basket	250ml	High for 30 mins		Air Fry @ 200°C for 15-20 mins
Pork shoulder	1 shoulder (2kg)	Cook & Crisp Basket	250ml	High for 50 mins		Air Fry @ 200°C for 15-20 mins

Pressure Cooking Chart



Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

TIP Use hot water for pressure cooking to build pressure quicker.

INGREDIENT	WEIGHT	PREPARATION	WATER	ACCESSORY	PRESSURE	TIME	RELEASE
POULTRY							
Chicken breasts (frozen)	6 small or 4 large (about 1kg)	Boneless	250ml	N/A	High	8-10 mins	Quick
Chicken breasts (frozen)	1kg	Boneless	250ml	N/A	High	25 mins	Quick
Chicken thighs	1kg	Bone in/skin on	250ml	N/A	High	18-20 mins	Quick
	600g	Boneless	250ml	N/A	High	14-16 mins	Quick
Turkey breast	1 (3-4kg)	Bone in	250ml	N/A	High	40-50 mins	Quick
MINCED MEAT							
Minced beef, pork, or turkey	500g-1kg	None	250ml	N/A	High	5 mins	Quick
RIBS							
Pork ribs	1.25kg-1.75kg	Cut in thirds	250ml	N/A	High	20 mins	Quick
ROASTS							
Beef brisket	1.5kg-2kg	Whole	250ml	N/A	High	50-90 mins	Quick
Boneless beef silverside	1.5kg-2kg	Whole	250ml	N/A	High	60 mins	Quick
Boneless pork shoulder	2kg	Seasoned	250ml	N/A	High	50-60 mins	Quick
Pork fillet	2 (350-500g each)	Seasoned	250ml	N/A	High	3-4 mins	Quick
STEW MEAT							
Boneless beef short ribs	1.5kg	Whole	250ml	N/A	High	25 mins	Quick
Boneless leg of lamb	1.5kg	Cut in 2.5cm pieces	250ml	N/A	High	30 mins	Quick
Boneless pork shoulder	1.5kg	Cut in 2.5cm pieces	250ml	N/A	High	30 mins	Quick
Braising steak	1.5kg	Cut in 2.5cm pieces	250ml	N/A	High	25 mins	Quick
Lamb shanks	1.9kg	Whole	250ml	N/A	High	35 mins	Quick
HARD-BOILED EGGS							
Eggs*	1-12 eggs	None	250ml	N/A	High	4 mins	Quick

*Remove immediately when complete and place in cold water.

Pressure Cooking Chart, continued

Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

INGREDIENT	AMOUNT	DIRECTIONS	WATER	ACCESSORY	PRESSURE	COOK TIME	RELEASE
VEGETABLES							
Beetroot	6 small or 4 large (about 1kg)	Rinsed well, tops & ends trimmed; cool & peel after cooking	250ml	N/A	High	15-20 mins	Quick
Broccoli	400g	Cut in 2.5-5cm florets, stem removed	250ml	Reversible rack in lower position	Low	1 min	Quick
Brussels Sprouts	500g	Cut in half, remove stem	250ml	Reversible rack in lower position	Low	1 min	Quick
Butternut squash (cubed for side dish or salad)	500-750g	Peeled, cut in 3cm pieces, seeds removed	250ml	N/A	Low	2 mins	Quick
Butternut squash (for mashed, puree, or soup)	600g	Peeled, cut in 1.25cm pieces, seeds removed	250ml	Reversible rack in lower position	High	5 mins	Quick
Cabbage (braised)	500g	Cut in half, core removed, sliced in 1.25cm strips	250ml	N/A	Low	3 mins	Quick
Cabbage (crisp)	500g	Cut in half, core removed, sliced in 1.25cm strips	250ml	Reversible rack in lower position	Low	2 mins	Quick
Carrots	500g	Peeled, cut in 1.25cm pieces	250ml	N/A	High	1-2 mins	Quick
Cauliflower	600g	Cut in 2.5-5cm florets	250ml	N/A	Low	1 min	Quick
Green Beans	375g	Whole	250ml	Reversible rack in lower position	Low	0 min*	Quick
Kale leaves/greens	200g	Stems removed, leaves chopped	250ml	N/A	Low	3 mins	Quick
Potatoes, red (cubed for side dish or salad)	1kg	Scrubbed, cut in 2.5cm cubes	250ml	N/A	High	2 mins	Quick
Potatoes, red (for mash)	1kg	Scrubbed, whole, large potatoes cut in half	250ml	N/A	High	18-22 mins	Quick
Potatoes, white (cubed for side dish or salad)	1kg	Peeled, cut in 2.5cm cubes	250ml	N/A	High	1 mins	Quick
Potatoes, white (for mash)	1kg	Peeled, cut in 2.5cm thick slices	250ml	N/A	High	7 mins	Quick
Potatoes, sweet	500g	Peeled, cut in 2.5cm cubes	250ml	N/A	High	1 mins	Quick
Potatoes, sweet (for mash)	500g	Peeled, cut in 2.5cm thick slices	250ml	N/A	High	7 mins	Quick
DOUBLE-CAPACITY VEGETABLES							
Broccoli	800g	Cut in 2.5-5cm florets	250ml	2 Tier Reversible Rack (both layers)	Low	1 min	Quick
Brussels sprouts	1kg	Cut in half, remove stem	250ml	2 Tier Reversible Rack (both layers)	Low	3 mins	Quick
Butternut squash	1.4kg	Peel, cut in 2.5cm pieces	250ml	2 Tier Reversible Rack (both layers)	High	2 mins	Quick
Cabbage	750g	Cut in half, remove core	250ml	2 Tier Reversible Rack (both layers)	Low	5 mins	Quick
Green beans	700g	Whole	250ml	2 Tier Reversible Rack (both layers)	Low	0 mins*	Quick

*The time the unit takes to pressurise is long enough to cook this food.

Pressure Cooking Chart, continued

Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

INGREDIENTS	AMOUNT	WATER	PRESSURE	COOK TIME	RELEASE
LEGUMES					
All beans, except lentils, should be soaked 8-24 hours before cooking.					
Cannellini beans	200g	1 litre	Low	4 mins	Delayed (10 mins)
Chickpeas	200g	1 litre	Low	3 mins	Delayed (10 mins)
Lentils (green or brown)	500g	1.5L	Low	5 mins	Delayed (10 mins)
This section does not require beans to be soaked.					
Black beans	500g	3.8 litre	High	22 mins	Delayed (10 mins)
Black-eyed peas	200g	1.5 litre	High	15 mins	Delayed (10 mins)
Cannellini beans	200g	1.5 litre	High	40 mins	Delayed (10 mins)
Borlotti beans	200g	1.5 litre	High	15 mins	Delayed (10 mins)
Chickpeas	200g	1.5 litre	High	40 mins	Delayed (10 mins)
Butter beans	200g	1.5 litre	High	25 min	Delayed (10 mins)
GRAINS					
Arborio rice*	200g	500ml	High	3 mins	Delayed (10 mins)
Basmati rice	200g	250ml	High	2 mins	Delayed (10 mins)
Brown rice, short/medium or long grain	200g	310ml	High	7 mins	Delayed (10 mins)
Farro	200g	500ml	High	10 mins	Delayed (10 mins)
Jasmine rice	200g	250ml	High	2 mins	Delayed (10 mins)
Kamut	200g	500ml	High	30 mins	Delayed (10 mins)
Millet	200g	500ml	High	6 mins	Delayed (10 mins)
Pearl barley	200g	500ml	High	22 mins	Delayed (10 mins)
Quinoa	200g	375ml	High	2 mins	Delayed (10 mins)
Quinoa, red	200g	375ml	High	2 mins	Delayed (10 mins)
Spelt	200g	625ml	High	25 mins	Delayed (10 mins)
Steel-cut oats*	200g	750ml	High	11 mins	Delayed (10 mins)
Sushi rice	200g	310ml	High	2-3 mins	Delayed (10 mins)
White rice, long grain	200g	250ml	High	2 mins	Delayed (10 mins)

*After releasing pressure, stir for 30 seconds to 1 minute, then let sit for 5 minutes.

Air Fry Cooking Chart for the Cook & Crisp Basket



Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL	TEMP	COOK TIME
VEGETABLES					
Asparagus	1 bunch (250g)	Halved, stems trimmed	2 tsp	200°C	7-8 mins
Bell peppers	4 (750g)	Whole	None	200°C	18-20 mins
Cauliflower	1 head (400g)	Cut in 2.5-5cm florets	2 Tbsp	200°C	12-14 mins
Corn on the cob	4 ears (1kg)	Whole ears, husks removed	1 Tbsp	200°C	12-15 mins
Courgette	500g	Cut in quarters lengthwise, then cut in 2.5cm pieces	1 Tbsp	200°C	11-12 mins
Green beans	350g	Trimmed	1 Tbsp	200°C	7-10 mins
Kale (for chips)	400g	Torn in pieces, stems removed	None	150°C	8-12 mins
Mushrooms	300g	Rinsed, cut in quarters	1 Tbsp	200°C	7-8 mins
Potatoes, White	750g	Cut in 2.5cm wedges	1 Tbsp	200°C	20-25 mins
	500g	Hand-cut chips*, thin	1/2-3 Tbsp	200°C	18-22 mins
	500g	Hand-cut chips*, thick	1/2-3 Tbsp	200°C	20-22 mins
Potatoes, sweet	1kg	Cut in 2.5cm chunks	1 Tbsp	200°C	14-16 mins

* After cutting potatoes, allow raw chips to soak in cold water for at least 30 minutes to remove unnecessary starch. Pat chips dry. The drier the chips the better the results.

TIP For best results, check progress throughout cooking and shake basket or toss ingredients with silicone-tipped tongs frequently. Remove food immediately after cook time is complete and your desired level of crispiness is achieved. We recommend using an instant-read thermometer to monitor the internal temperature of proteins.

Air Fry Cooking Chart for the Cook & Crisp Basket, continued

TIP Before using Air Crisp, allow the unit to preheat for 5 minutes as you would your conventional oven.

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL	TEMP	COOK TIME
BEEF					
Burgers	4 (115g each)	2.5cm thick	None	190°C	10 mins
Steaks	2 (225g each)	None	None	200°C	8-12 mins
PORK & LAMB					
Bacon	6 rashers, (200g)	Lay rashers evenly over edge of basket	None	170°C	10 mins
Gammon steak	1 (225g)	Whole	None	200°C	10-12 mins
Pork fillets	2 (350-500g each)	Whole	Brushed with oil	190°C	25-35 mins
Sausages	8 (450g)	None	None	200°C	7-8 mins
FISH & SEAFOOD					
Fishcakes	2 (150g each)	None	None	200°C	8-10 mins
Prawns	16 jumbo	Raw, whole, peeled, tails on	1 Tbsp	200°C	7-10 mins
FROZEN FOODS					
Onion rings	300g	None	None	200°C	10-12 mins
Chicken nuggets	380g	None	None	200°C	10-12 mins
Fish fillets (battered)	440g	None	None	200°C	14 mins
Fish fingers	10 (280g)	None	None	200°C	9-10 mins
Hash browns	8 (360g)	None	None	200°C	14 mins
Mozzarella sticks	360g	None	None	200°C	6-7 mins
Veggie burgers	6 (270g)	None	None	200°C	14 mins
Vegetarian Sausages	6 (270g)	None	None	200°C	7-8 mins
FROZEN CHIPS					
Light straight chips	500g	None	None	200°C	14 mins
Chunky chips	500g	None	None	200°C	17 mins
Crinkle cut chips	500g	None	None	200°C	16 mins
French fries	500g	None	None	180°C	14 mins
Gastro chips	700g	None	None	200°C	18-20 mins
Potato wedges	650g	None	None	200°C	15 mins
Skin on chips	500g	None	None	200°C	16-17 mins



Inhalt

SmartLid-Schieber	20
Funktionen	21
Dampf-Kombi-Modus	22
Eine komplette Mahlzeit kochen	24
Eine komplette Mahlzeit zusammenstellen	25
Kochtabellen	26
Hauptgerichte	56
Snacks und Beilagen	76
Desserts	80

Rezeptschlüssel

Wir haben die Rezepte mit folgenden Symbolen gekennzeichnet, damit Sie das für Sie geeignete finden können.



Vegetarisch

Ihr Leitfaden zum Kochen mit dem SmartLid

Willkommen bei den Rezeptinspirationen für den Ninja® Foodi® SmartLid-Multikocher. Von hier aus sind Sie nur ein paar Seiten von Rezepten, Tipps & Tricks und hilfreichen Hinweisen entfernt, die Ihnen das nötige Selbstvertrauen geben. Werden Sie kreativ in der Küche, ohne zahlreiche verschiedene Geräte verwenden zu müssen.

Wir wissen, dass Zutaten und Geschmäcker von Land zu Land variieren. Daher haben wir die Rezepte bei Bedarf angepasst. Es ist möglich, dass ein Rezept in Ihrer Sprache nicht immer mit den anderen Sprachen übereinstimmt.



SmartLid-Schieber

3 Modi unter einem Deckel
Schnellkochtopf. Kombidämpfer.
Heißluftfritteuse.



Bewegen Sie einfach den Schieber, um mühelos zwischen den 14 Kochfunktionen zu wechseln. Die Kochumgebung ändert sich automatisch, wenn Sie von einem Modus in den nächsten schalten.

Öffnen und Schließen des Deckels

Verwenden Sie die Lasche über dem SmartLid-Schieber zum Öffnen und Schließen des Deckels.



Pressure

Wenn sich der Schieber in der linken Position befindet, kann der Deckel aus Sicherheitsgründen nicht geöffnet werden.

Combi-Steam-Modus

Wenn sich der Schieber in der mittleren Position befindet, baut sich Dampf auf. Nachdem sich der Fortschrittsbalken aufgebaut hat, warten Sie mindestens 5 Minuten, bis Sie den Deckel anheben, um das Essen zu überprüfen.

Air Fry / Cooker

Wenn sich der Schieber in der rechten Position befindet, können Sie den Deckel jederzeit öffnen, um die Lebensmittel zu überprüfen.

Alle Ihre Ninja® Foodi® Favoriten Multikocher-Funktionen

Schnellkochen



Schnelles Garen von Speisen, während die Zartheit bewahrt wird.

Anbraten/Sautieren



Anbraten von Fleisch, Anschwitzen von Gemüse und Köcheln von Saucen.

Dampfgaren



Schonendes Garen von empfindlichen Lebensmitteln mit hoher Temperatur.

Heißluft-Frittieren



Sorgt für krosse und knusprige Speisen fast ohne Öl.

Backen



Verwenden Sie das Gerät wie einen Backofen für gebackene Leckereien und mehr.

Grillen



Kochen auf hoher Temperatur zum Karamellisieren und Anbraten von Zutaten.

Slow Cooking



Garen von Speisen über längere Zeit bei niedrigerer Temperatur.

Joghurt



Für hausgemachten Joghurt.

Dörren



Dörren von Fleisch, Obst und Gemüse.

Diese Programme kochen alle durch Erhitzen des Topfbodens.

Diese Programme verwenden in der Regel alle das obere Heizelement in Kombination mit dem Gebläse, um die Wärme gleichmäßig zu verteilen.

Eine völlig neue Art zu kochen

Dampf-Kombi- MODUS

DAMPFGAREN +

KNUSPRIG MACHEN

gleichzeitig schnellere,
saftigere, knusprigere
Ergebnisse auf Knopfdruck.

Ideal für Mahlzeiten und Kochen ohne
Fertigprodukte. Auch beim Backen können
Sie damit glänzen.



Dampf-Heißluft-Frittieren

Frische oder gefrorene Lebensmittel werden mit Dampfluft schön kross, für ein saftiges Inneres und ein knuspriges Äußeres.



Dampf-Backen

Backen Sie fluffige Kuchen und süße Leckereien.

Die saftigste Art des Heißluft-Frittierens ... ist Dampf-Heißluft-Frittieren

Dampf-Heißluft-Frittieren

Gefrorene oder frische Hähnchenbrust, Lachsfilets und frisches Wurzelgemüse wie Kartoffeln und Karotten.



Sie haben die Wahl



Dampf-Heißluft-Frittieren
Zart & karamellisiert

Heißluft-Frittieren
Knusprig & geschmort

Tipp: Verwenden Sie für Tiefkühlkost wie panierte Chicken Nuggets oder Pommes Frites die Air-Fry-Funktion. Siehe die Gartabellen.

Zubereitung einer kompletten Mahlzeit mit DAMPF-KOMBI

Einfache Hauptgerichte und Beilagen gleichzeitig zubereiten

KOHLLENHYDRATE + PROTEIN



Verwenden Sie den unteren oder oberen Teil des Wenderosts, wenn Sie Hauptgerichte mit Beilagen, wie Kohlenhydraten oder Getreide mit Protein, zubereiten.

Verwenden Sie FRISCHES Protein für eine komplette Mahlzeit

Bitte verwenden Sie diese Tabellen als Richtlinien und passen Sie die Garzeiten nach Bedarf an, wenn die Menge Ihrer Zutaten abweicht.

1. Proteinquelle vorbereiten

Wählen Sie eine Proteinquelle und eine Marinade und vermischen Sie sie in einer Rührschüssel. Beiseitestellen.

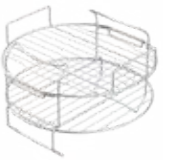
2. Beginnen Sie mit Ihrer unteren Schicht

Kombinieren Sie im Kochtopf Nudeln mit Sauce **ODER** Getreide mit Gemüse. Alle Zutaten verrühren.



3. Obere Schicht zusammenstellen

Setzen Sie den Wenderost in den Kochtopf (höhere Position). Legen Sie das Protein vorsichtig auf den Rost. Wählen Sie STEAM AIR FRY und stellen Sie Zeit und Temperatur je nach Lebensmittel ein.



PROTEINQUELLE	MARINADE	PASTA 350-500 g ungekocht	SAUCE	ODER GETREIDE 240 g ungekocht	GEMÜSE 100 g gemischt	PROTEINQUELLE	GARZEIT UND -TEMPERATUR
4 Hähnchenschnitzel 125-175 g je 1,5 cm dick	Rosmarin-Zitronen-Marinade	Rigatoni	Tomatensauce 2 500 g Gläser Tomatensauce 625 ml Brühe	Reis und Bohnen Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Gefrorenes Mischgemüse	Panierte Hähnchenschnitzel	200 °C für 5-9 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min
Extrafester Tofu 400 g Packung gepresst, um Feuchtigkeit zu entfernen, in 4 x 1,5 cm große Stücke geschnitten		Cavatappi		Reis Abspülen. Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Zwiebel, gewürfelt	Extrafester Tofu	200 °C für 3-6 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
4 Schweinekoteletts 125-175 g je 1,25-2 cm dick	Cajun-Gewürzmischung	Cornetti	Alfredo 120 ml Weißwein zum Kochen 480 ml Hühnerbrühe 480 ml Vollmilch 1 Glas (500 g) Alfredo-Sauce	Langkornreis Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Paprika bis 125 g, gewürfelt	Schweineschnitzel	200 °C für 5-9 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
2 Steaks 450 g gesamt 1,25-2 cm dick	Gewürzmischung aus Trockenkräutern	Penne		Quinoa Abspülen. Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Champignons in Scheiben geschnitten	Sirloin-Steaks	200 °C für 5-9 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
Portobello-Pilze 6 (7,5 cm Durchmesser) oder 3 (10 cm Durchmesser)		Dünne Linguini				Portobello-Pilze	200 °C für 3-6 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
4 Garnelenspieße (6 große Garnelen pro Spieß)	Mojo-Marinade	Conchiglie				Garnelenspieße	200 °C für 3-6 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.

Sie möchten weniger Nudeln kochen? Halbieren Sie die Saucen mit 250 g Nudeln: **Tomatensauce:** 700 g Marinara-Sauce im Glas, 480 ml Brühe **Alfredo:** 65 ml weißer Kochwein, 240 ml Hühnerbrühe, 240 ml Vollmilch, 450 g Glas Alfredo-Sauce, 100 g geriebener Parmesankäse (nach dem Kochen einrühren, um die Sauce anzudicken)

*Für dickere Fleischstücke die Temperatur auf 190 °C senken und Garzeit um 2-3 Minuten verlängern. Beachten Sie, dass Sie dabei Gefahr laufen, die anderen Mahlzeitenkomponenten zu verkochen. Wir empfehlen daher, die Fleischdicke innerhalb der angegebenen Empfehlungen zu halten.

Gartabelle für Steam Air Fry (Dampf-Heißluft-Frittieren)

Dampf-Heißluft-Frittieren ist eine großartige Möglichkeit, Speisen außen knusprig und innen saftig zu garen. Stellen Sie vor dem Hinzufügen der Lebensmittel und Einsetzen des Zubehörs in das Gerät sicher, dass Sie den Boden des Kochtopfs mit Wasser gefüllt haben. Dies ist wichtig, damit sich Dampf entwickeln kann und Sie so die köstlichen Ergebnisse erzielen, die Sie sich wünschen. Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	ÖL <i>optional</i>	WASSER	ZUBEHÖR	TEMP	GARZEIT
GEMÜSE							
Rote Bete	1 kg	Schälen, in 1,25 cm große Würfel schneiden	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	20 Min.
Brokkoli	400 g	Ganz, Strunk entfernen	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	210 °C	15–20 Min.
Rosenkohl	1 kg	Halbieren, Enden abschneiden	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	230 °C	15–20 Min.
Butternusskürbis	1 kg	Halbieren, entkernen	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	190 °C	22–25 Min.
Karotten	1 kg	Schälen, in 1,25 cm große runde Scheiben schneiden	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	22–28 Min.
Pastinaken	500 g	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	15–20 Min.
	1 kg	In 2,5 cm große Spalten schneiden	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	230 °C	18–22 Min.
Kartoffeln	500 g	Pommes frites von Hand schneiden, 30 Minuten in kaltem Wasser wässern, dann trocken tupfen	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	20 Min.
	4 Stück (800 g)	Ganz	Mit Öl bestreichen	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	30–35 Min.
	1 kg	In 2,5 cm große Würfel geschnitten	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	20 Min.
Süßkartoffeln	1 kg	In 2,5 cm große Würfel geschnitten	1 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	200 °C	20 Min.
GEFLÜGEL							
Hähnchenbrüste	2 Stück (je 175 g)	Nicht erforderlich	Mit Öl bestreichen	125 ml	Wenderost – obere Position	190 °C	15–20 Min.
Hähnchenbrüste, paniert	2 Stück (je 160 g)	Nicht erforderlich	–	125 ml	Wenderost – obere Position	200 °C	18–20 Min.
Hühnerkeulen	1 kg	Nicht erforderlich	2 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	210 °C	25–30 Min.
Hähnchenschenkel, mit Knochen	1 kg	Nicht erforderlich	Mit Öl bestreichen	125 ml	Wenderost – obere Position	200 °C	20 Min.
Hähnchenschenkel, entbeint	4 Stück (je 100–125 g)	Nicht erforderlich	2 EL	125 ml	Wenderost – obere Position	190 °C	15–16 Min.
Hähnchenflügel	500 g	Nicht erforderlich	2 EL	125 ml	Koch & Knusper-Korb	230 °C	15 Min.
SCHWEIN UND LAMM							
Schweinekoteletts	2 dick geschnittene, mit Knochen (je 250 g)	Mit Knochen	Mit Öl bestreichen	125 ml	Wenderost – obere Position	190 °C	15–20 Min.
Schweinekoteletts	4 entbeinte (je 100–125 g)	Mit Knochen	Mit Öl bestreichen	125 ml	Wenderost – obere Position	190 °C	20–25 Min.
Lammsteaks	2 Stück (300 g)	Nicht erforderlich	Mit Öl bestreichen	125 ml	Wenderost – obere Position	190 °C	10 Min.

HINWEIS: Der Dampfaufbau dauert ungefähr 8–15 Minuten.

Bitte verwenden Sie diese Tabellen als Richtlinien und passen Sie die Garzeiten nach Bedarf an, wenn die Menge Ihrer Zutaten abweicht.

Gartabelle für Steam Air Fry (Dampf-Heißluft-Frittieren), Fortsetzung

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	ÖL <i>optional</i>	WASSER	ZUBEHÖR	TEMP	GARZEIT
FISCH							
Kabeljau	4 Stück (je 150 g)	Mit Öl bestreichen	1 EL	125 ml	Wenderost – obere Position	225 °C	9–12 Min.
Lachs	4 Stück (je 150 g)	Mit Öl bestreichen	1 EL	65 ml	Wenderost – obere Position	225 °C	7–10 Min.
Jakobsmuscheln	500 g	Mit Öl bestreichen	1 EL	65 ml	Wenderost – obere Position	200 °C	4–6 Min.
TIEFGEFRORENES GEFLÜGEL							
Hähnchenbrüste	4 Stück (je 175 g)	Nicht erforderlich	Mit Öl bestreichen	250 ml	Wenderost – obere Position	200 °C	15–20 Min.
Hühnerkeulen	1 kg	Nicht erforderlich	Mit Öl bestreichen	125 ml	Koch & Knusper-Korb	180 °C	20–25 Min.
Hähnchenschenkel, mit Knochen	1 kg	Nicht erforderlich	Mit Öl bestreichen	125 ml	Wenderost – untere Position	200 °C	20–22 Min.
Hähnchenflügel	500 g	Nicht erforderlich	2 EL	125 ml	Wenderost – untere Position	230 °C	15 Min.
TIEFGEFRORENES RIND							
Steak	2 Stück (je 225 g)	Nicht erforderlich	2 EL	250 ml	Wenderost – untere Position	180 °C	22–28 Min.
TIEFGEFRORENER FISCH							
Kabeljau	4 Stück (je 140 g)	Mit Öl bestreichen	1 EL	125 ml	Wenderost – untere Position	225 °C	10–15 Min.
Lachs	4 Stück (je 120 g)	Mit Öl bestreichen	1 EL	65 ml	Wenderost – untere Position	225 °C	7–10 Min.
TIEFGEFRORENES SCHWEINEFLEISCH							
Schweinekoteletts mit Knochen	2 Stück (je 250 g)	Nicht erforderlich	2 EL	125 ml	Wenderost – untere Position	190 °C	23–28 Min.
Würstchen	344 g	Nicht erforderlich	1 EL	125 ml	Wenderost – untere Position	190 °C	12–14 Min.

HINWEIS: Der Dampfaufbau dauert ungefähr 8–15 Minuten.

Bitte verwenden Sie diese Tabellen als Richtlinien und passen Sie die Kochzeiten nach Bedarf an, wenn die Menge Ihrer Zutaten abweicht.

Gartabelle für Steam Air Fry (Dampf-Heißluft-Frittieren), Fortsetzung

Bitte verwenden Sie diese Tabellen als Richtlinien und passen Sie die Garzeiten nach Bedarf an, wenn die Menge Ihrer Zutaten abweicht.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	ÖL	WASSER	ZUBEHÖR	TEMP	GARZEIT
FRISCHES GEFLÜGEL							
Ganzes Hähnchen	2-2,5 kg	Zusammengebunden	Mit Öl bestrichen	250 ml	Koch & Knusper-Korb	180 °C	45-55 Min.
Putenbrust	1,4-2,4 kg	Nicht erforderlich	Mit Öl bestrichen	250 ml	Koch & Knusper-Korb	180 °C	45-55 Min.
FRISCHES RINDFLEISCH							
Aus der Oberschale	1,5 kg	Nicht erforderlich	2 EL	250 ml	Wenderost - untere Position	180 °C	45 Minuten für Medium Rare
Rippenrollbraten	1,5 kg	Nicht erforderlich	2 EL	250 ml	Wenderost - untere Position	180 °C	25-30 Minuten für Medium Rare
FRISCHES SCHWEINEFLEISCH							
Schweinelende	800 g	Nicht erforderlich	2 EL	250 ml	Wenderost - untere Position	180 °C	35-40 Min.
Schweinefilet	350-500 g	Nicht erforderlich	Mit Öl bestrichen	250 ml	Wenderost - untere Position	180 °C	14-19 Min.
FRISCHES LAMM							
Lammkeule	1,5 kg	Nicht erforderlich	2 EL	250 ml	Wenderost - untere Position	180 °C	37-40 Min.

TenderCrisp-Tabelle

EIWEISS	MENGE	ZUBEHÖR	WASSER	SCHNELLKOCHEN	DRUCKENTLASTUNG	CRISPING-DECKEL
Ganzes Hähnchen	1 Hähnchen (2-2,5 kg)	Koch & Knusper-Korb	250 ml	High (hoch) für 15 Minuten	Nach der Schnellentriegelung den Schieber in die Position AIR FRY / COOKER bringen und den Deckel öffnen. Eiweiß mit Papiertüchern trocken tupfen, mit Öl oder Sauce bestreichen und nach Belieben würzen. Deckel schließen und nach Anleitung weitergaren.	Bei 200 °C für 15-20 Minuten heißluftfrittieren
Rippchen	1 Karree, geviertelt	Koch & Knusper-Korb	250 ml	High (hoch) für 19 Minuten		Bei 200 °C für 10-15 Minuten heißluftfrittieren
Schinken	1 schinken (1,3 kg)	Koch & Knusper-Korb	250 ml	High (hoch) für 50 Minuten		Bei 200 °C für 10-15 Minuten heißluftfrittieren
Lammschulter	1 schulter (1,1 kg)	Koch & Knusper-Korb	250 ml	High (hoch) für 30 Minuten		Bei 200 °C für 15-20 Minuten heißluftfrittieren
Schweineschulter	1 Schulter (2 kg)	Koch & Knusper-Korb	250 ml	High (hoch) für 50 Minuten		Bei 200 °C für 15-20 Minuten heißluftfrittieren

Schnellkochtafel

Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.


TIPP Verwenden Sie heißes Wasser zum Schnellkochen, um den Druck schneller aufzubauen.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	WASSER	ZUBEHÖR	DRUCK	GARZEIT	ABBAU
GEFLÜGEL							
Hähnchenbrust	6 kleine oder 4 große (ca. 1 kg)	Entbeint	250 ml	n/a	High (Hoch)	8-10 Minuten	Schnell
Hähnchenbrust (tiefgefroren)	1 kg	Entbeint	250 ml	n/a	High (Hoch)	25 Minuten	Schnell
Hähnchenschenkel	8 (2 kg)	Mit Knochen/mit Haut	250 ml	n/a	High (Hoch)	20 Minuten	Schnell
	8 (1 kg)	Entbeint	250 ml	n/a	High (Hoch)	20 Minuten	Schnell
Putenbrust	1 (3-4 kg)	Mit Knochen	250 ml	n/a	High (Hoch)	40-50 Minuten	Schnell
HACKFLEISCH							
Gehacktes Rind-, Schweine- oder Putenfleisch	500 g-1 kg	Nicht erforderlich	250 ml	n/a	High (Hoch)	5 Minuten	Schnell
RIPPCHEN							
Schweinerippchen	1,25 kg-1,75 kg	Gedrittelt	250 ml	n/a	High (Hoch)	20 Minuten	Schnell
BRATEN							
Rinderbrust	1,5 kg-2 kg	Ganz	250 ml	n/a	High (Hoch)	50-90 Minuten	Schnell
Entbeintes Nackensteak vom Rind	1,5 kg-2 kg	Ganz	250 ml	n/a	High (Hoch)	60 Minuten	Schnell
Entbeinte Schweineschulter	2 kg	Gewürzt	250 ml	n/a	High (Hoch)	60 Minuten	Schnell
Schweinefilet	2 (je 350-500 g)	Gewürzt	250 ml	n/a	High (Hoch)	3-4 Minuten	Schnell
FLEISCH FÜR EINTÖPFE							
Entbeinte Querrippen vom Rind	1,5 kg	Ganz	250 ml	n/a	High (Hoch)	25 Minuten	Schnell
Entbeinte Lammkeule	1,5 kg	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	30 Minuten	Schnell
Entbeinter Schweinekamm	1,5 kg	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	30 Minuten	Schnell
Rinderhals, für Eintöpfe	1 kg	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	25 Minuten	Schnell
HARTGEKOCHTE EIER							
Eier*	1-12 Eier	Nicht erforderlich	250 ml	n/a	High (Hoch)	4 Minuten	Schnell

*Entfernen Sie sie nach Ablauf der Zeit sofort und legen Sie sie in kaltes Wasser.

Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.


Schnellkochtabelle, fortgesetzt

 Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	WASSER	ZUBEHÖR	DRUCK	GARZEIT	ABBAU
GEMÜSE							
Rote Bete	8 kleine oder 4 große	Gründlich gewaschen, Spitzen und Enden entfernt; nach dem Kochen abgekühlt & geschält	250 ml	n/a	High (Hoch)	15-20 Minuten	Schnell
Brokkoli	400 g	In 2,5-5 cm große Röschen geschnitten, Stiel entfernt	250 ml	Wenderost in unterer Position	Low (Niedrig)	1 Minute	Schnell
Rosenkohl	500 g	Halbiert	250 ml	Wenderost in unterer Position	Low (Niedrig)	1 Minute	Schnell
Butternusskürbis (für Beilage und Salat gewürfelt)	630 g	Geschält, in 2,5 cm große Stücke geschnitten, entkernt	250 ml	n/a	Low (Niedrig)	2 Minuten	Schnell
Butternusskürbis (für Stampf, Püree oder Suppe)	630 g	Geschält, in 2,5 cm große Stücke geschnitten, entkernt	250 ml	Wenderost in unterer Position	High (Hoch)	5 Minuten	Schnell
Kohl (geschmort)	500 g	Halbiert, Strunk entfernt, in 1,25 cm dicke Streifen geschnitten	250 ml	n/a	Low (Niedrig)	3 Minuten	Schnell
Kohl (knusprig)	500 g	Halbiert, Strunk entfernt, in 1,25 cm dicke Streifen geschnitten	250 ml	Wenderost in unterer Position	Low (Niedrig)	2 Minuten	Schnell
Möhren	500 g	Geschält und in 1,25 cm große Stücke geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	2-3 Minuten	Schnell
Blumenkohl	400 g	In 2,5-5 cm große Röschen geschnitten, Stiel entfernt	250 ml	n/a	Low (Niedrig)	1 Minute	Schnell
Grüne Bohnen	375g	Ganz	250 ml	Wenderost in unterer Position	Low (Niedrig)	0 Minuten*	Schnell
Grünkohlblätter	500g	Strunk entfernt, Blätter gehackt	250 ml	n/a	Low (Niedrig)	3 Minuten	Schnell
Kartoffeln, rot (für Beilage oder Salat gewürfelt)	1 kg	Geputzt, in 2,5 cm große Würfel geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	1-2 Minuten	Schnell
Kartoffeln, rot (für Stampf)	1 kg	Geputzt, ganz, große Kartoffeln halbiert	250 ml	n/a	High (Hoch)	15-20 Minuten	Schnell
Kartoffeln, weiß (für Beilage oder Salat gewürfelt)	1 kg	Geschält, in 2,5 cm große Würfel geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	1-2 Minuten	Schnell
Kartoffeln, weiß (für Stampf)	1 kg	Geschält, in 2,5 cm dicke Scheiben geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	6 Minuten	Schnell
Süßkartoffeln (für Beilage oder Salat gewürfelt)	500 g	Geschält, in 2,5 cm große Würfel geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	1-2 Minuten	Schnell
Süßkartoffeln (für Stampf)	500 g	Geschält, in 2,5 cm dicke Scheiben geschnitten	250 ml	n/a	High (Hoch)	6 Minuten	Schnell
GEMÜSE MIT DOPPELTER KAPAZITÄT							
Brokkoli	800 g	In 2,5-5 cm große Röschen geschnitten, Stiel entfernt	250 ml	Deluxe Wenderost (beide Seiten)	Low (Niedrig)	1 Minute	Schnell
Rosenkohl	1 kg	Halbiert, Strünke entfernt	250 ml	Deluxe Wenderost (beide Seiten)	Low (Niedrig)	1 Minute	Schnell
Butternusskürbis	1,4 kg	Geschält, in 2,5 cm große Stücke geschnitten	250 ml	Deluxe Wenderost (beide Seiten)	High (Hoch)	3 Minuten	Schnell
Kohl	750 g	Halbiert, Strunk entfernt	250 ml	Deluxe Wenderost (beide Seiten)	Low (Niedrig)	5 Minuten	Schnell
Grüne Bohnen	700 g	Ganz	250 ml	Deluxe Wenderost (beide Seiten)	Low (Niedrig)	0 Minuten*	Schnell

*Die Zeit, die das Gerät zur Druckbeaufschlagung benötigt, reicht aus, um diese Lebensmittel zu kochen.

Schnellkochtabelle, fortgesetzt

 Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.

TIPP Für beste Ergebnisse spülen Sie Reis und Getreide vor dem Schnellkochen gründlich ab.

ZUTATEN	MENGE	WASSER	DRUCK	GARZEIT	ABBAU
HÜLSENFRÜCHTE					
Alle Bohnen, außer Linsen, sollten 8-24 Stunden vor dem Kochen eingeweicht werden.					
Cannellini-Bohnen	500 g, für 8-24 Stunden eingeweicht	1,5 l	Low (Niedrig)	3 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Kichererbsen	500 g	1,5 l	Low (Niedrig)	3 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Linsen (grün oder braun)	200 g, trocken	500 ml	Low (Niedrig)	5 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
In diesem Abschnitt müssen die Bohnen nicht eingeweicht werden.					
Schwarze Bohnen	1 kg	3,8 l	High (Hoch)	25 Minuten	Natürlich (15 Minuten), dann schnell
Schwarzaugenbohnen	1 kg	3,8 l	High (Hoch)	25 Minuten	Natürlich (15 Minuten), dann schnell
Cannellini-Bohnen	1 kg	3,8 l	High (Hoch)	40 Minuten	Natürlich (15 Minuten), dann schnell
Borlotti-Bohnen	1 kg	3,8 l	High (Hoch)	40 Minuten	Natürlich (15 Minuten), dann schnell
Kichererbsen	1 kg	3,8 l	High (Hoch)	40 Minuten	Natürlich (15 Minuten), dann schnell
Butterbohnen	1 kg	3,8 l	High (Hoch)	1 Minute	Natürlich (15 Minuten), dann schnell
GETREIDE					
Arborio-Reis*	200 g	750 ml	High (Hoch)	7 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Basmatireis	200 g	250 ml	High (Hoch)	2 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Brauner Reis, Kurz-, Mittel- oder Langkornreis	200 g	310 ml	High (Hoch)	15 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Farro	200 g	500 ml	High (Hoch)	10 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Jasminreis	200 g	250 ml	High (Hoch)	2-3 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Khorasan-Weizen	200 g	500 ml	High (Hoch)	30 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Hirse	200 g	500 ml	High (Hoch)	6 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Perlgraupen	200 g	500 ml	High (Hoch)	22 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Quinoa	200 g	375 ml	High (Hoch)	2 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Quinoa, rot	200 g	375 ml	High (Hoch)	2 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Dinkel	200 g	625 ml	High (Hoch)	25 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Haferschrot*	200 g	750 ml	High (Hoch)	11 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Sushi-Reis	200 g	310 ml	High (Hoch)	3 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell
Weißer Langkornreis	200 g	250 ml	High (Hoch)	2 Minuten	Natürlich (10 Minuten), dann schnell

*Rühren Sie 30 Sekunden bis 1 Minute lang nach dem Abbau des Drucks, dann lassen Sie alles 5 Minuten ruhen.

Tabelle für Heißluftfrittieren für den Koch & Knusper-Korb



ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	ÖL	TEMPERATUR	GARZEIT
GEMÜSE					
Spargel	250 g	Halbiert, Enden abgeschnitten	2 TL	200 °C	8-10 Minuten
Paprika	4 (600 g)	Ganz	Kein Öl	200 °C	25-30 Minuten
Blumenkohl	500 g	In 2,5-5 cm große Röschen geschnitten	2 EL	200 °C	15-20 Minuten
Maiskolben	4 Kolben, halbiert	Ganze Kolben ohne Hülsen	1 EL	200 °C	12-15 Minuten
Grüne Bohnen	340g	Enden abgeschnitten	1 EL	200 °C	7-10 Minuten
Grünkohl (für Chips)	375 g	In Stücke geteilt, Strünke entfernt	Kein Öl	150 °C	9-12 Minuten
Pilze	250 g	Gewaschen, geviertelt	1 EL	200 °C	7-8 Minuten
Kartoffeln	750 g	In 2,5 cm große Spalten geschnitten	1 EL	200 °C	20-25 Minuten
	500 g	Handgeschnittene Chips*, dünn	1/2-3 EL, Pflanzenöl	200 °C	20-25 Minuten
	500 g	Handgeschnittene Chips*, dick	1/2-3 EL, Pflanzenöl	200 °C	24-27 Minuten
	4 ganze (185-250 g)	3 x mit der Gabel eingestochen	Kein Öl	200 °C	35-40 Minuten
Süßkartoffeln	1 kg	In 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	15-20 Minuten
Zucchini	500 g	Der Länge nach geviertelt, dann in 2,5 cm große Stücke geschnitten	1 EL	200 °C	15-20 Minuten

*Nach dem Schneiden der Kartoffeln die rohen Chips mindestens 30 Minuten lang in kaltem Wasser einweichen lassen, um unnötige Stärke zu entfernen. Chips trocken tupfen. Je trockener die Chips, desto besser sind die Ergebnisse.

TIP Bevor Sie Heißluftfrittieren verwenden, lassen Sie das Gerät 5 Minuten vorheizen, wie bei Ihrem herkömmlichen Ofen.

Tabelle für Heißluftfrittieren für den Koch & Knusper-Korb, fortgesetzt

TIPP Bevor Sie Heißluftfrittieren verwenden, lassen Sie das Gerät 5 Minuten vorheizen, wie bei Ihrem herkömmlichen Ofen.

ZUTAT	MENGE	VORBEREITUNG	ÖL	TEMPERATUR	GARZEIT	INHALTE IM KORB SCHWENKEN/WENDEN
RIND						
Burger	4 (je 125 g) 80 % mageres Fleisch	Nicht erforderlich	Kein Öl	190 °C	10-12 Minuten	Nach der halben Garzeit
Steaks	2 (je 250 g)	Ganz	Kein Öl	200 °C	10-20 Minuten	N/A
SCHWEIN- UND LAMMFLEISCH						
Bacon (Speck)	1 Scheibe bis 1 (500 g) Packung	Legen Sie die Scheiben gleichmäßig über die Kante des Korbes	Kein Öl	170 °C	13-16 Minuten (kein Vorheizen)	N/A
Schinkensteaks	1 (225 g)	Ganz	Mit Öl bestreichen	200°C	8-10 mins	N/A
Schweinefilet	2 (je 500-750 g)	Ganz	Mit Öl bestrichen	190 °C	25-35 Minuten	Nach der halben Garzeit
Wurst	4	Ganz	Kein Öl	200 °C	8-10 Minuten	Nach der halben Garzeit
FISCH UND MEERESFRÜCHTE						
Krabbenküchlein	2 (je 185-250 g)	Nicht erforderlich	Mit Öl bestrichen	180 °C	12-15 Minuten	Nach der halben Garzeit
Garnelen	16 Jumbo-Garnelen	Ganz, geschält, mit Schwanz	1 EL	200 °C	7-10 Minuten	N/A
TIEFGEFRORENE LEBENSMITTEL						
Zwiebelringe	400 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200°C	14-16 Minuten	Nach der halben Garzeit
Hähnchennuggets	380 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	12 Minuten	Nach der halben Garzeit
Fischfilets	4 Filets (440 g)	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	14 Minuten	Nach der halben Garzeit
Fisch	20 (560 g)	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	10 Minuten	Nach der halben Garzeit
Kartoffelpuffer	8 (360 g)	Nicht erforderlich	Kein Öl	200°C	18 mins	Nach der halben Garzeit
Mozzarella-Sticks	360 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	190 °C	8 Minuten	Nach der halben Garzeit
Vegetarische Würstchen	6 (270 g)	Nicht erforderlich	Kein Öl	190 °C	8-10 Minuten	Nach der halben Garzeit
Vegetarische Burger	6 Stück (270 g)	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	14 Min.	Nach der halben Garzeit
TIEFGEFRORENE POMMES FRITES						
Helle gerade Pommes	500 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	14 Min.	N/A
Pommes frites, grob	500 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	17 Min.	N/A
Pommes mit Wellenschnitt	500 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	16 Min.	N/A
Pommes frites	500 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	180 °C	14 Min.	N/A
Pommes, dick geschnitten	700 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	18-20 Min.	N/A
Kartoffelecken	650 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	15 Min.	N/A
Pommes mit Schale	500 g	Nicht erforderlich	Kein Öl	200 °C	16-17 Min.	N/A



Table des matières

SmartLid avec SmartSlider	36
Programmes	37
Technologie Combi-Steam (Cuire à la vapeur)	38
Préparer un plat complet avec Combi-Steam	40
Tableaux de cuisson	42
Plats Principaux	56
En-cas et accompagnements	76
Desserts	80

Caractéristiques des recettes

Nous avons ajouté ces icônes aux recettes afin de vous aider à trouver celles qui vous conviennent.



Végétarien

Votre guide de cuisine avec SmartLid

Bienvenue dans le livret de recettes du Multicuiseur SmartLid Ninja® Foodi®. Nous avons ajouté ces icônes aux recettes afin de vous aider à trouver celles qui vous conviennent.

Nous savons que les ingrédients et les goûts varient d'un pays à l'autre, et avons adapté les recettes lorsque cela était nécessaire. Voilà pourquoi vous constaterez que certaines recettes dans votre langue ne correspondent pas tout à fait aux recettes dans d'autres langues.



SmartLid avec SmartSlider

Un couvercle, 3 modes

Cuisson sous pression. Cuisson combinée vapeur. Friture sans huile.



Il vous suffit de déplacer le SmartSlider pour naviguer facilement entre 14 programmes. L'environnement évolue automatiquement lorsque vous passez d'un mode à l'autre.

Ouvrir et fermer le couvercle
Utilisez la poignée située au-dessus du SmartSlider pour ouvrir et fermer le couvercle.



Pressure (Cuire sous pression)

Lorsque le SmartSlider est à gauche, le couvercle ne peut pas être ouvert pour des raisons de sécurité.

Combi-Steam (Cuire à la vapeur)

Lorsque le SmartSlider est au centre, de la vapeur est créée. Une fois que la barre de progression a terminé son cycle, patientez au moins 5 minutes avant de soulever le couvercle pour vérifier la cuisson des aliments.

Air Fry / Cooker (Frire sans huile / Cuire)

Lorsque le SmartSlider est à droite, vous pouvez ouvrir le couvercle à tout moment pour vérifier la cuisson des aliments.

Tous vos programmes Ninja® Foodi® préférés

Pressure (Cuire sous pression)



Cuisez les aliments rapidement tout en préservant une texture tendre.

Sear/Sauté (Saisir/ faire sauter)



Préparez des viandes saisies, légumes sautés et sauces mijotées.

Steam (Cuire à la vapeur)



Cuisez en douceur des aliments délicats à haute température.

Air Fry (Frire sans huile)



Donnez du croustillant aux aliments, avec peu ou pas d'huile.

Bake (Cuire au four)



Préparez des gâteaux et bien plus encore.

Grill (Griller)



Cuisez à haute température saisir et faire caraméliser vos préparations.

Slow Cook (Mijoter)



Cuisez des aliments pendant plus longtemps à une température moins élevée.

Yogurt (Yaourt)



Fabriquez des yaourts maison.

Dehydrate (Déshydrater)



Déshydratez vos viandes, fruits et légumes.

Ces programmes cuisent tous en chauffant le fond de la cuve.

Ces programmes utilisent tous la résistance supérieure, généralement combinée au ventilateur pour répartir uniformément la chaleur.

Une nouvelle façon de cuisiner

Technologie COMBI-STEAM (CUIRE À LA VAPEUR)

CUISEZ À LA VAPEUR et
FAITES DORER en même temps
pour des résultats plus rapides,
moelleux et croustillants.

La meilleure solution pour cuisiner des plats complets de A à Z. Vous pouvez également l'utiliser pour préparer du pain et des gâteaux encore plus moelleux.



Steam Air Fry (Frire & Vapeur)

Cuisez à la perfection vos aliments frais ou surgelés grâce à la juste dose d'humidité et obtenez un résultat fondant à l'intérieur et croustillant à l'extérieur.



Steam Bake (Cuire au four & Vapeur)

Préparez des gâteaux plus moelleux et moins gras plus rapidement.

Faites facilement dorer et croustiller vos aliments... avec le programme Frire & Vapeur (Steam Air Fry)

Filets de poulet et pavés de saumon frais ou surgelés, et légumes-racines frais comme des pommes de terre et des carottes.



À vous de choisir



Steam Air Fry (Frire & Vapeur)

Tendre et caramélisé



Air Fry (Frire sans huile)

Croustillant et grillé

Astuce : Pour des aliments tels que des nuggets de poulet panés ou des frites, utilisez la fonction Air Fry (Frire sans huile). Se référer aux tableaux

Préparer un plat complet avec Combi-Steam (Cuire à la vapeur)

Cuisinez facilement deux préparations en même temps

FÉCULENTS + PROTÉINES



Utilisez la partie supérieure ou inférieure de la grille réversible lorsque vous préparez deux éléments d'un plat comprenant des féculents ou céréales et des protéines.

Utiliser une pièce de viande/protéine végétale FRAÎCHE pour préparer un plat complet

Utilisez ces tableaux à titre de référence et ajustez les temps de cuisson selon les besoins si la quantité d'aliments est différente.

1. Préparez les protéines

Mettez la protéine de votre choix dans un saladier, ajoutez une marinade et mélangez. Réservez.

2. Commencez par la couche inférieure

Dans la cuve de cuisson, associez des pâtes avec une sauce [OU] des céréales avec des légumes. Mélangez jusqu'à ce que la préparation soit homogène.



3. Terminez par la couche supérieure

Placez la grille réversible en position haute dans la cuve de cuisson. Disposez le morceau de viande/poisson sur la grille. Sélectionnez le programme Frir & Vapeur et ajustez la durée et température de cuisson en fonction du type de viande/poisson utilisé.



PROTÉINES	MARINADE	PÂTES 350 G - 500 G, cru	SAUCE	OU	CÉRÉALES 240 g, crues	LÉGUMES 100 g, mélange	PROTÉINES	DURÉE ET TEMPÉRATURE DE CUISON
4 blancs de poulet 125-175 g chacun 1,5 cm d'épaisseur	Marinade au citron et au romarin	Rigatoni	Sauce tomate Pot de sauce tomate de 2,5 kg 625 ml de bouillon		Riz et petits pois Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage	Mélange de légumes surgelés	Blancs de poulet panés	200 °C pendant 5 à 9 minutes Formation de vapeur : jusqu'à 20 minutes
Tofu extra-ferme Paquet de 400 g pressé pour éliminer l'humidité, découpé en 4 morceaux de 1,5 cm		Cavatappi			Riz Rincer. Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage	Oignon coupé en dés	Tofu ferme	200 °C pendant 3 à 6 minutes Formation de vapeur : jusqu'à 20 minutes
4 côtelettes de porc 125 à 175 g chacune 1,25 à 2 cm d'épaisseur	Mélange d'épices Cajun	Coquillettes	Sauce Alfredo 120 ml de vin blanc à cuisiner 480 ml de bouillon de poulet 480 ml de lait entier 1 pot de 500 g de sauce Alfredo		Riz pilaf Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage	Poivron 125 g maximum coupé en dés	Côtelettes de porc	200 °C pendant 5 à 9 minutes Formation de vapeur : jusqu'à 20 minutes
2 bavettes 450 g au total 1,25 à 2 cm d'épaisseur	Épices pour barbecue aux herbes aromatiques	Penne			Quinoa Rincer. Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage	Champignons émincés	Bavette	200 °C pendant 5 à 9 minutes Formation de vapeur : jusqu'à 20 minutes
Champignons de Paris 6 (7,5 cm de diamètre) 3 (10 cm de diamètre)		Linguini fins					Champignons de Paris	200 °C pendant 3 à 6 minutes Formation de vapeur : jusqu'à 20 minutes
4 brochettes de crevettes 6 grosses crevettes par brochette	Marinade Mojo	Conchiglie					Brochettes de crevettes	200 °C pendant 3 à 6 minutes Formation de vapeur : jusqu'à 20 minutes

Trop de pâtes ? Réduisez les sauces de moitié avec 250 g de pâtes : **Sauce tomate** : pot de 700 g de sauce marinara, 480 ml de bouillon **Sauce Alfredo** : 65 ml de vin blanc pour cuisiner, 240 ml de bouillon de poulet, 240 ml de lait entier, pot de 450 g de sauce alfredo, 100 g de parmesan râpé (à ajouter pour épaissir la sauce une fois la cuisson terminée)

*Pour des viandes plus épaisses, baissez la température à 190°C et ajoutez 2 à 3 minutes de temps de cuisson. Veuillez remarquer que ceci peut provoquer une surcuisson des autres composants du repas. Par conséquent, nous vous recommandons d'utiliser les épaisseurs indiquées dans les instructions fournies.

Guide de cuisson - Frire & Vapeur

Le programme Frire & Vapeur est un excellent moyen d'obtenir des aliments croustillants à l'extérieur et moelleux à l'intérieur. Avant de placer les aliments et les accessoires dans l'appareil, n'oubliez pas de mettre de l'eau au fond de la cuve de cuisson. Ceci est important pour garantir la production de vapeur et obtenir les délicieux résultats que vous souhaitez. N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

REMARQUE : La formation de vapeur prend environ 8 à 15 minutes.

Utilisez ces guides de cuisson à titre de référence et ajustez les durées de cuisson selon les besoins si les quantités sont différentes.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE <i>facultative</i>	EAU	ACCESSOIRE	TEMPÉRATURE	DURÉE DE CUISSON
LÉGUMES							
Betterave	1 kg	Pelée, coupée en cubes de 1,25cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	20 min
Brocoli	400 g	Entier, tige retirée	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	210 °C	15 à 20 min
Choux de Bruxelles	1 kg	Coupés en deux, tiges retirées	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	230 °C	15 à 20 min
Courge musquée	1 kg	Coupée en deux, égrenée	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	190 °C	22 à 25 min
Carottes	1 kg	Pelées, coupées en rondelles de 1,25cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	22 à 28 min
Panais	500 g	Coupés en morceaux de 2,5cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	15 à 20 min
	1 kg	Coupées en frites rustiques de 2,5cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	230 °C	18 à 22 min
	500 g	Frites coupées à la main, trempées 30 minutes dans de l'eau froide, puis tapotées pour les sécher	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	20 min
	4 (800 g)	Entières	Badigeonnées d'huile	125 ml	Panier Crousti	200 °C	30 à 35 min
Patates douces	1 kg	Coupées en cubes de 2,5cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	20 min
	1 kg	Coupées en cubes de 2,5cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	20 min
VOLAILLE							
Blancs de poulet	2 (175 g chacun)	Aucun	Badigeonnés d'huile	125 ml	Grille réversible en position haute	190 °C	15 à 20 min
Blancs de poulet, panés	2 (160 g chacun)	Aucun	-	125 ml	Grille réversible en position haute	200°C	18 à 20 min
Pilons de poulet	1 kg	Aucun	2 cuillères à soupe	125 ml	Panier Crousti	210 °C	25 à 30 min
Cuisses de poulet (avec l'os)	1 kg	Aucun	Badigeonné d'huile	125 ml	Grille réversible en position haute	200 °C	20 min
Cuisses de poulet (désossées)	4 (100 à 125 g chacun)	Aucun	2 cuillères à soupe	125 ml	Grille réversible en position haute	190 °C	15 à 16 min
Ailes de poulet	500 g	Aucun	2 cuillères à soupe	125 ml	Panier Crousti	230 °C	15 min
PORC ET AGNEAU							
Côtelettes de porc	2 côtelettes à coupe épaisse avec l'os (250 g chacune)	Os présent	Badigeonnées d'huile	125 ml	Grille réversible en position haute	190 °C	15 à 20 min
Côtelettes de porc	4, désossées (100 à 125 g chacune)	Os présent	Badigeonnées d'huile	125 ml	Grille réversible en position haute	190 °C	20 à 25 min
Steaks d'agneau	2 (300 g)	Aucun	Badigeonné d'huile	125 ml	Grille réversible en position haute	190 °C	10 min

Guide de cuisson - Frire & Vapeur, suite

REMARQUE : La formation de vapeur prend environ 8 à 15 minutes.

Utilisez ces guides de cuisson à titre de référence et ajustez les durées de cuisson selon les besoins si les quantités sont différentes.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE <i>facultative</i>	EAU	ACCESSOIRE	TEMPÉRATURE	DURÉE DE CUISSON
POISSON							
Cabillaud	4 (150 g chacun)	Badigeonné d'huile	1 cuillère à soupe	125 ml	Grille réversible en position haute	225 °C	9 à 12 min
Saumon	4 (150 g chacun)	Badigeonné d'huile	1 cuillère à soupe	65 ml	Grille réversible en position haute	225 °C	7 à 10 min
Coquilles Saint-Jacques	500 g	Badigeonné d'huile	1 cuillère à soupe	65 ml	Grille réversible en position haute	200 °C	4 à 6 min
VOLAILLE SURGELÉE							
Blancs de poulet	4 (175 g chacun)	Aucun	Badigeonné d'huile	250 ml	Grille réversible en position haute	200 °C	15 à 20 min
Pilons de poulet	1 kg	Aucun	Badigeonné d'huile	125 ml	Panier Crousti	180 °C	20 à 25 min
Cuisses de poulet avec l'os	1 kg	Aucun	Badigeonné d'huile	125 ml	Grille réversible en position basse	200 °C	20 à 22 min
Ailes de poulet	500 g	Aucun	2 cuillères à soupe	125 ml	Grille réversible en position basse	230 °C	15 min
BŒUF SURGELÉ							
Steak	2 (225 g chacun)	Aucun	2 cuillères à soupe	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	22 à 28 min
POISSON SURGELÉ							
Cabillaud	4 (140 g chacun)	Badigeonné d'huile	1 cuillère à soupe	125 ml	Grille réversible en position basse	225 °C	10 à 15 min
Saumon	4 (120 g chacun)	Badigeonné d'huile	1 cuillère à soupe	65 ml	Grille réversible en position basse	225 °C	7 à 10 min
PORC SURGELÉ							
Côtelettes de porc avec l'os	2 (250 g chacun)	Aucun	2 cuillères à soupe	125 ml	Grille réversible en position basse	190 °C	23 à 28 min
Saucisses	344 g	Aucun	1 cuillère à soupe	125 ml	Grille réversible en position basse	190 °C	12 à 14 min



N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

Guide de cuisson - Frire & Vapeur, suite

Veillez utiliser ces guides de cuisson à titre de référence et ajustez les durées de cuisson si les quantités sont différentes.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	EAU	ACCESSOIRE	TEMPÉRATURE	DURÉE DE CUISSON
VOLAILLE FRAÎCHE							
Poulet entier	2 à 2,5 kg	Ficelé	Badigeonné d'huile	250 ml	Panier Crousti	180 °C	45 à 55 min
Blancs de dinde	1,4 à 2,4 kg	Aucun	Badigeonné d'huile	250 ml	Panier Crousti	180 °C	45 à 55 min
BŒUF FRAIS							
Jarret	1,5 kg	Aucun	2 cuillères à soupe	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	45 minutes pour un résultat de cuisson saignant
Rôti	1,5 kg	Aucun	2 cuillères à soupe	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	25 à 30 minutes pour un résultat de cuisson saignant
PORC FRAIS							
Longe de porc	800 g	Aucun	2 cuillères à soupe	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	35 à 40 min
Filet mignon de porc	350 à 500 g	Aucun	Badigeonné d'huile	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	14 à 19 min
AGNEAU FRAIS							
Gigot	1,5 kg	Aucun	2 cuillères à soupe	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	37 à 40 min

Guide de cuisson - TenderCrisp

PROTÉINES	QUANTITÉ	ACCESSOIRE	EAU	CUISSON SOUS PRESSION	DÉCOMPRESSION	COUVERCLE DE RÔTISSAGE
Poulet entier	1 poulet (2-2,5 kg)	Panier Cook & Crisp	250 ml	High pendant 20 min	Une fois la décompression rapide terminée, déplacez le curseur sur le mode FRITEUSE/CUISEUR (AIR FRY/COOKER) et ouvrez le couvercle. Séchez la viande avec de l'essuie-tout, badigeonnez-la d'huile ou de sauce et	Air Fry @ 200 °C pendant 15-20 min
Côtes de porc	1 carré, coupé en quarts	Panier Cook & Crisp	250 ml	High pendant 19 min		Air Fry @ 200 °C pendant 10-15 min
Épaule d'agneau	1 épaule (1,1 kg)	Panier Cook & Crisp	250 ml	High pendant 30 min		Air Fry @ 200 °C pendant 10-15 min
Épaule d'agneau	1 épaule (1,1 kg)	Panier Crousti	250 ml	High pendant 30 min		Air Fry @ 200 °C pendant 15-20 min
Épaule de porc	1 épaule (2 kg)	Panier Crousti	250 ml	High pendant 50 min		Air Fry @ 200 °C pendant 15-20 min



N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

Tableau de cuisson sous pression

CONSEIL Utiliser de l'eau chaude pour la cuisson sous pression afin que la pression monte plus vite.

INGRÉDIENT	POIDS	PRÉPARATION	EAU	ACCESSOIRE	CUISSON SOUS PRESSION	TEMPS	DÉCOMPRESSION
VOLAILLE							
Blancs de poulet	6 petits ou 4 gros (environ 1 kg)	Os retiré	250 ml	s.o.	HI	8-10 min	Rapide
Filets de poulet (surgelés)	4 grands (1 kg)	Os retiré	250 ml	s.o.	HI	25 min	Rapide
Hauts de cuisse de poulet	8 (2 kg)	Avec os et peau	250 ml	s.o.	HI	20 min	Rapide
	8 (1 kg)	Os retiré	250 ml	s.o.	HI	20 min	Rapide
Escalopes de dinde	1 (3-4 kg)	Os présent	250 ml	s.o.	HI	40-50 min	Rapide
VIANDE HACHÉE							
Bœuf, porc ou veau hachés	500 g-1 kg	Aucun	250 ml	s.o.	HI	5 min	Rapide
CÔTES							
Travers de porc	1,25 kg-1,75 kg	Coupés en tiers	250 ml	s.o.	HI	20 min	Rapide
RÔTIS							
Rôti de rumsteck de bœuf sans os	1,5 kg-2 kg	Entier	250 ml	s.o.	HI	60 min	Rapide
Épaule de porc sans os	2 kg	Assaisonnée	250 ml	s.o.	HI	60 min	Rapide
Filet mignon de porc	2 (350-500 g chacun)	Assaisonnés	250 ml	s.o.	HI	3-4 min	Rapide
VIANDE À BRAISER							
Haut de côtes de bœuf sans os	1,5 kg	Entières	250 ml	s.o.	HI	25 min	Rapide
Gigot d'agneau sans os	1,5 kg	Coupé en morceaux de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	30 min	Rapide
Épaule de porc sans os	1,5 kg	Coupée en morceaux de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	30 min	Rapide
Paleron à braiser, pour mijoter	1 kg	Coupé en morceaux de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	25 min	Rapide
Souris d'agneau	1,9 kg	Entière	250 ml	s.o.	HI	35 min	Rapide
ŒUFS DURS							
Œufs*	1-12 œufs	Aucun	250 ml	s.o.	HI	4 min	Rapide

*Sortir immédiatement à la fin de la cuisson et plonger dans de l'eau froide.



N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

Tableau de cuisson sous pression, suite

 N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	INSTRUCTIONS	EAU	ACCESSOIRE	CUISSON SOUS PRESSION	TEMPS DE CUISSON	DÉCOMPRESSION
LÉGUMES							
Betterave	8 petites ou 4 grandes	Bien rincées, extrémités coupées ; laisser refroidir et peler après la cuisson	250 ml	s.o.	HI	15-20 min	Rapide
Brocoli	400 g	Découpé en fleurettes de 2,5-5 cm, sans la tige	250 ml	Grille réversible en position basse	LO	1 min	Rapide
Choux de Bruxelles	500 g	Coupés en deux	250 ml	Grille réversible en position basse	LO	1 min	Rapide
Courge butternut (en cubes comme accompagnement ou en salade)	600 g	Pelée, coupée en morceaux de 2,5 cm, épépinée	250 ml	s.o.	LO	2 min	Rapide
Courge butternut (pour écraser, en purée ou soupe)	600 g	Pelée, coupée en morceaux de 2,5 cm, épépinée	250 ml	Grille réversible en position basse	HI	5 min	Rapide
Chou (braisé)	500 g	Coupé en deux, tranché en lamelles de 1,25 cm, sans le cœur	250 ml	s.o.	LO	3 min	Rapide
Chou (croquant)	500 g	Coupé en deux, tranché en lamelles de 1,25 cm, sans le cœur	250 ml	Grille réversible en position basse	LO	2 min	Rapide
Carottes	500 g	Pelées, coupées en morceaux de 1,25 cm	250 ml	s.o.	HI	2-3 min	Rapide
Chou-fleur	400 g	Découpé en fleurettes de 2,5-5 cm, sans trognon	250 ml	s.o.	LO	1 min	Rapide
Haricots verts	375 g	Entiers	250 ml	Grille réversible en position basse	LO	0 min*	Rapide
Feuilles de chou vert frisé/ Légumes-feuilles	200 g	Tiges retirées, feuilles découpées	250 ml	s.o.	LO	3 min	Rapide
Pommes de terre, blanches (en cubes comme accompagnement ou en salade)	1 kg	Pelées, coupées en cubes de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	1-2 min	Rapide
Pommes de terre, blanches (pour purée)	1 kg	Pelées, découpées en tranches épaisses de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	6 min	Rapide
Patates douces (en cube comme accompagnement ou en salade)	500 g	Pelées, coupées en cubes de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	1-2 min	Rapide
Patates douces (pour purée)	500 g	Pelées, découpées en tranches épaisses de 2,5 cm	250 ml	s.o.	HI	6 min	Rapide
DOUBLE QUANTITÉ DE LÉGUMES							
Brocoli	800 g	Découpé en fleurettes de 2,5-5 cm, sans tige	250 ml	Grille réversible à deux niveaux (les 2 niveaux)	LO	1 min	Rapide
Choux de Bruxelles	1 kg	Coupés en deux, tiges retirées	250 ml	Grille réversible à deux niveaux (les 2 niveaux)	LO	1 min	Rapide
Courge butternut	1,4 kg	Pelée, coupée en morceaux de 2,5 cm	250 ml	Grille réversible à deux niveaux (les 2 niveaux)	HI	3 min	Rapide
Chou	750 g	Coupé en deux, cœur retiré	250 ml	Grille réversible à deux niveaux (les 2 niveaux)	LO	5 min	Rapide
Haricots verts	700 g	Entiers	250 ml	Grille réversible à deux niveaux (les 2 niveaux)	LO	0 min*	Rapide

*Le temps de mise sous pression de l'appareil suffit à cuire ces aliments.

Tableau de cuisson sous pression, suite

 N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

CONSEIL Pour des résultats optimaux, bien rincer le riz et les céréales avant la cuisson sous pression.

INGRÉDIENTS	QUANTITÉ	EAU	CUISSON SOUS PRESSION	TEMPS DE CUISSON	DÉCOMPRESSION
LÉGUMINEUSES					
Il faut faire tremper toutes les légumineuses pendant 8 à 24 heures avant la cuisson, à l'exception des lentilles.					
Cannellini beans (haricots blancs)	500 g, à faire tremper 8-24 h	1,5 litres	LO	3 min	Naturelle (10 minutes) puis Rapide
Pois chiches	500 g	1,5 litres	LO	3 min	Naturelle (10 minutes) puis Rapide
Lentilles (vertes ou brunes)	200 g sèches	500 ml	LO	5 min	Naturelle (10 minutes) puis Rapide
Les haricots de cette section n'ont pas besoin de trempage.					
Haricots noirs	1 kg	3,8 litres	HI	25 min	Naturelle (15 minutes) puis Rapide
Doliques à œil noir	1 kg	3,8 litres	HI	25 min	Naturelle (15 minutes) puis Rapide
Cannellini beans (haricots blancs)	1 kg	3,8 litres	HI	40 min	Naturelle (15 minutes) puis Rapide
Haricots Borlotti	1 kg	3,8 litres	HI	40 min	Naturelle (15 minutes) puis Rapide
Pois chiches	1 kg	3,8 litres	HI	40 min	Naturelle (15 minutes) puis Rapide
Fèves	1 kg	3,8 litres	HI	1 min	Naturelle (15 minutes) puis Rapide
CÉRÉALES					
Riz arborio*	200 g	750 ml	HI	7 min	Retardée (10 minutes)
Riz basmati	200 g	250 ml	HI	2 min	Retardée (10 minutes)
Riz complet, grain court/moyen ou long	200 g	310 ml	HI	15 min	Retardée (10 minutes)
Farro	200 g	500 ml	HI	10 min	Retardée (10 minutes)
Riz au jasmin	200 g	250 ml	HI	2-3 min	Retardée (10 minutes)
Kamut (blé khorasan)	200 g	500 ml	HI	30 min	Retardée (10 minutes)
Millet	200 g	500 ml	HI	6 min	Retardée (10 minutes)
Orge perlée	200 g	500 ml	HI	22 min	Retardée (10 minutes)
Quinoa	200 g	375 ml	HI	2 min	Retardée (10 minutes)
Quinoa rouge	200 g	375 ml	HI	2 min	Retardée (10 minutes)
Épeautre	200 g	625 ml	HI	25 min	Retardée (10 minutes)
Avoine concassée*	200 g	750 ml	HI	11 min	Retardée (10 minutes)
Riz à sushi	200 g	310 ml	HI	3 min	Retardée (10 minutes)
Riz blanc, long grain	200 g	250 ml	HI	2 min	Retardée (10 minutes)

*Après relâchement de la pression, remuer pendant 30 secondes à 1 minute, puis laisser reposer pendant 5 minutes.

Tableau de cuisson Air Fry (Frire Sans Huile)

pour le panier Cook & Crisp (Panier Crousti)



N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON
LÉGUMES					
Asperges vertes	1 botte (250 g)	Coupées en deux, sans tiges	2 cuillères à café	200 °C	8-10 min
Poivrons	4 poivrons	Entiers	Aucun	200 °C	25-30 min
Chou-fleur	1 tête (400 g)	Coupé en fleurettes de 2,5 à 5 cm	2 cuillères à soupe	200 °C	15-20 min
Épi de maïs	4 épis, coupés en deux	Épis entiers, sans les feuilles	1 cuillère à soupe	200 °C	12-15 min
Courgette	500 g	Coupée en quartiers dans la longueur, puis en morceaux de 2,5 cm	1 cuillère à soupe	200 °C	15-20 min
Haricots verts	350 g	Équeutés	1 cuillère à soupe	200 °C	7-10 min
Chou vert frisé (en chips)	375 g	Déchiré en morceaux, tiges retirées	Aucun	150 °C	9-12 min
Champignons	250 g	Rincés, coupés en quarts	1 cuillère à soupe	200 °C	7-8 min
Pommes de terre, blanches	750 g	Coupées en frites rustiques de 2,5 cm	1 cuillère à soupe	200 °C	20-25 min
	500 g	Frites coupées à la main*, fines	1/2-3 cuillères à soupe d'huile végétale	200 °C	20-25 min
	500 g	Frites coupées à la main*, épaisses	1/2-3 cuillères à soupe d'huile végétale	200 °C	24-27 min
Patates douces	1 kg	Coupées en morceaux de 2,5 cm	1 cuillère à soupe	200 °C	15-20 min

*Une fois les pommes de terre coupées, laisser les frites crues tremper dans l'eau froide pendant au moins 30 minutes pour éliminer l'excès d'amidon. Sécher les frites en les tamponnant. Plus les frites sont sèches, meilleur sera le résultat.

CONSEIL Pour de meilleurs résultats, contrôlez régulièrement la cuisson et agitez le panier ou remuez les ingrédients fréquemment avec une pince à embouts en silicone. Retirez la nourriture immédiatement à la fin du temps de cuisson et lorsque le niveau de croustillant souhaité est atteint. Nous recommandons l'utilisation d'un thermomètre à lecture instantanée afin de contrôler la température interne des protéines.

Tableau de cuisson Air Fry (Frire Sans Huile)

pour le panier Cook & Crisp (Panier Crousti), suite

CONSEIL Avant d'utiliser Air Crisp, laissez préchauffer l'appareil pendant 5 minutes, comme un four classique.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON
BŒUF					
Hamburgers	4 steaks hachés (125 g chacun), 20% de matière grasse	2,5 cm d'épaisseur	Aucun	190 °C	10-12 min
Steaks	2 steaks (225 g chacun)	Entiers	Aucun	200 °C	10-20 min
PORC ET AGNEAU					
Bacon	4 tranches (120 g)	Étaler les tranches uniformément sur les bords du panier	Aucun	170 °C	6-8 min
Filets mignons de porc	2 (350-500 g chacun)	Entiers	Badigeonnés d'huile	190 °C	25-35 min
Saucisses	4	Entières	Aucun	200 °C	8-10 min
POISSONS ET FRUITS DE MER					
Croquettes de poisson	2 (150 g chacune)	Aucun	Badigeonnées d'huile	180 °C	12-15 min
Crevettes	16 grosses pièces	Crues, entières, décortiquées, avec la queue	1 cuillère à soupe	200 °C	7-10 min
ALIMENTS SURGELÉS					
Beignets d'oignons panés	400 g	Aucun	Aucun	200 °C	12-14 min
Nuggets de poulet	380 g	Aucun	Aucun	200 °C	12 min
Filets de poisson	4 (440 g)	Aucun	Aucun	180 °C	14 min
Bâtonnets de poisson	10 (280 g)	Aucun	Aucun	200 °C	10 min
Galettes de pomme de terre	8 (360 g)	Aucun	Aucun	200 °C	8 min
Bâtonnets panés à la mozzarella	360 g	Aucun	Aucun	180 °C	8 min
Saucisses végétariennes	6 (270 g)	Aucun	Aucun	190 °C	8-10 min
Hamburgers végétariens	6 (270 g)	Aucun	Aucun	200 °C	14 min
FRITES SURGELÉES					
Frites allumettes	500 g	Aucun	Aucun	200 °C	14 min
Frites épaisses	500 g	Aucun	Aucun	200 °C	17 min
Frites ondulées	500 g	Aucun	Aucun	200 °C	16 min
Frites	500 g	Aucun	Aucun	180 °C	14 min
Frites épaisses	700 g	Aucun	Aucun	200 °C	18 à 20 min
Frites rustiques	650 g	Aucun	Aucun	200 °C	15 min
Frites avec peau	500 g	Aucun	Aucun	200 °C	16 à 17 min

Crispy Rosemary and Parmesan Potato Wedges



PREP: 2 MINUTES | **SOAK:** 30 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 26 MINUTES | **STEAM:** 10 MINUTES
COOK: 16 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

750g Maris Piper or King Edward potatoes with peel, cut into 2.5cm thick wedges, water for soaking
1-2 tablespoons oil
125ml water
2 teaspoons semolina, optional
1 teaspoon sea salt

30g grated Parmesan cheese or vegetarian equivalent
2 teaspoons rosemary, finely chopped
2 garlic cloves, minced
Sour cream and chopped chives to serve

DIRECTIONS



1 Place potatoes in a large bowl, cover with water and allow to soak for 30 minutes to remove excess starch. Rinse and pat potatoes dry.

2 In a clean bowl, toss the potatoes, oil, semolina and salt together. Add 125ml water to bottom of pot. Transfer wedges into the Cook & Crisp basket and place into pot.

3 Close the lid and move slider to COMBI-STEAM mode.

4 Select STEAM AIR FRY, set temperature to 230°C, and set time to 16 minutes. Select START/STOP to begin cooking, (the display will show PRE for approximately 10 minutes as the unit steams, then the timer will start counting down).

5 Stir Parmesan, rosemary and garlic together. When the timer reaches 9 minutes, open lid, sprinkle over Parmesan mix, toss potato wedges to coat and close lid to continue cooking. With 4 minutes remaining, open lid, rearrange wedges. Close lid to finish cooking.

6 When cooking is complete, carefully remove the Cook & Crisp™ basket and transfer wedges to a serving plate. Top with sour cream and chives.

Don't forget to add water or stock to create steam and cook your food.

NOTE If you prefer your wedges crispier, select AIR FRY and set temperature to 210°C, set time to 5 minutes. Press START/STOP to begin cooking. Check towards end cook time if they are brown enough. The unit will automatically stop when the lid is opened.



Knusprige Kartoffelecken mit Rosmarin und Parmesan



ZUBEREITUNG: 2 MINUTES | **EINWEICHEN:** 30 MINUTES | **GESAMTGARZEIT:** 26 MINUTES | **DAMPFAUFBAU:** 10 MINUTES
GARZEIT: 16 MINUTES | **ERGIBT:** 4 SERVINGS

ZUTATEN

750 g mehlig Kartoffeln (Maris Piper oder King Edward) mit Schale, in 2,5 cm dicke Spalten geschnitten, Wasser zum Einweichen
1-2 Esslöffel Öl
125 ml Wasser
2 Teelöffel Grieß, optional
1 Teelöffel Meersalz

30 g geriebener Parmesan oder vegetarisches Äquivalent
2 Teelöffel Rosmarin, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, gehackt
saure Sahne und gehackter Schnittlauch zum Servieren

ANLEITUNG



1 Kartoffeln in eine große Schüssel geben, mit Wasser bedecken und 30 Minuten einweichen lassen, um unnötige Stärke zu entfernen. Kartoffeln abgießen und trocken tupfen.

2 Die Kartoffeln in einer sauberen Schüssel in Öl, Grieß und Salz schwenken. 125 ml Wasser in den Topf geben. Kartoffelspalten in den Cook & Crisp-Korb geben und in den Topf einsetzen.

3 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die mittlere Position COMBI-STEAM stellen.

4 STEAM AIRFRY auswählen, die Temperatur auf 230 °C und die Zeit auf 16 Minuten einstellen. START/STOP auswählen, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 10 Minuten PRE an, während das Gerät dämpft. Danach zählt der Timer herunter).

5 Parmesan, Rosmarin und Knoblauch vermengen. Wenn der Timer 9 Minuten anzeigt, den Deckel öffnen, den Parmesan darüber streuen, die Kartoffelecken darin wenden und den Deckel wieder schließen, um mit dem Garvorgang fortzufahren. 4 Minuten vor Ende der Garzeit den Deckel öffnen und die Wedges wenden. Deckel schließen, um dem Garvorgang abzuschließen.

6 Nach Ende der Garzeit den Cook & Crisp-Korb vorsichtig herausnehmen und die Kartoffelecken auf einer Platte anrichten. Mit saurer Sahne und Schnittlauch garnieren.

Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.

NOTE Wenn Sie die Wedges knuspriger mögen, wählen Sie AIR FRY und stellen Sie die Temperatur auf 210 °C und die Zeit auf 5-10 Minuten ein. Drücken Sie START/STOP, um mit dem Garen zu beginnen. Gegen Ende der Garzeit Garprobe machen, ob sie kross genug sind. Das Gerät stoppt automatisch, wenn der Deckel geöffnet wird.



Frites rustiques et croustillantes au parmesan et au romarin



PRÉPARATION : 2 MINUTES | **TREMPAGE :** 30 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 26 MINUTES | **MONTÉE EN PRESSION :** 10 MINUTES
CUISSON : 16 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

750 g de pommes de terre Bintje ou avec la peau, coupées en quartiers épais de 2,5 cm, et de l'eau pour les mettre à tremper
1-2 cuillères à soupe d'huile
125 ml d'eau
2 cuillères à café de semoule, facultatif
1 cuillère à café de sel de mer

30 g de Parmesan râpé ou équivalent végan
2 cuillères à café de romarin, finement haché
2 gousses d'ail hachées
Crème fraîche et ciboulette hachée, en garniture

PRÉPARATION



1 Mettre les pommes de terre dans un grand saladier, couvrir d'eau et laisser tremper pendant 30 minutes pour enlever l'excès d'amidon. Rincer les pommes de terre et tapoter pour sécher.

2 Dans un saladier propre, mélanger les pommes de terre, l'huile, la semoule et le sel. Ajouter 125 ml d'eau dans le fond de la cuve. Transférer les frites dans le panier Crousti et le mettre dans la cuve.

3 Fermer le couvercle et faire glisser le curseur sur la position COMBI-STEAM (Cuire à la vapeur).

4 Sélectionner STEAM AIR FRY (Frire et vapeur), régler la température sur 230 °C et la durée sur 16 minutes. Appuyer sur START/STOP pour commencer la cuisson (l'écran indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 10 minutes, puis le compte à rebours démarre).

5 Mélanger le parmesan, le romarin et l'ail. Lorsque le minuteur affiche 9 minutes, ouvrir le couvercle, saupoudrer le mélange de parmesan, remuer pour enrober les frites rustiques et refermer le couvercle pour continuer la cuisson. Lorsqu'il reste 4 minutes de cuisson, ouvrir le couvercle et réarranger les frites. Fermer le couvercle pour terminer la cuisson.

6 À la fin de la cuisson, retirer le panier Crousti avec précaution et transférer les frites dans un plat. Garnir de crème fraîche et de ciboulette.

N'oubliez pas d'ajouter de l'eau ou du bouillon pour former de la vapeur et cuire vos aliments.

REMARQUE : Si vous préférez vos frites plus croustillantes, appuyez sur AIR FRY (Frire sans huile) et réglez la température sur 210 °C et le temps de cuisson sur 5 à 10 minutes. Appuyez sur START/STOP pour lancer la cuisson. Vérifiez en fin de cuisson si elles sont assez dorées. L'appareil s'arrêtera automatiquement lors de l'ouverture du couvercle.



BEEF BOURGIGNON

BOEUF BOURGUIGNON



PREP: 20 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 6 HOURS 15 MINUTES
SEAR/SAUTÉ: 10-15 MINUTES | **SLOW COOK TIME:** 5-6 HOURS | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

800g braising steak, cut into 3cm cubes
2 tablespoons plain flour
Salt and pepper
3 tablespoons olive oil, divided
180-200g lardons
400g shallots
2 garlic cloves, crushed
2 tablespoon tomato puree
500ml Burgundy red wine or a good quality red wine
200ml beef stock
1 bouquet garni
2 bay leaves
100g button mushrooms

DIRECTIONS

- 1 Place beef, flour and seasoning into a plastic bag, seal and shake until all the meat is coated in flour. Select SEAR/SAUTÉ and set temperature to 4. Select START/STOP to preheat the unit for a few minutes. Add 2 tablespoons oil into pot.
- 2 Shake excess flour off beef and add half the beef to pot, colour on all sides. Remove beef with a slotted spoon and repeat with the remaining beef. This may take a few minutes.
- 3 Add remaining oil to pot, stir in lardons and shallots. Cook for a few minutes, then add garlic, cook for another few minutes. Stir in tomato puree, wine, stock, bouquet garni and bay leaves. Return beef and juices to pot and ensure the beef is covered with liquid. Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ. Close the lid and move slider to the AIRFRY/COOKER position. Turn the pressure release valve to the VENT position.
- 4 Select SLOW COOK, set temperature to HIGH, and time to 6 hours. Select START/STOP to begin.
- 5 After 2 hours add mushrooms.
- 6 Check whether beef is cooked and tender after 5 hours, if not cook for another hour.
- 7 When cooking is complete, carefully remove the pot, remove bay leaves and bouquet garni and serve casserole hot.

TIP

If you want to add coquillettes pasta. Stir in 150g at end and select SEAR/SAUTÉ and set temperature to 3. Select START/STOP and cook for 8-10 minutes or until pasta is cooked.

ZUBEREITUNG: 20 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 6 STUNDEN 15 MINUTEN
SEAR/SAUTÉ: 10-15 MINUTEN | **SLOW COOK-ZEIT:** 5-6 STUNDEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

800 g Rinderschmorbraten, in 3 cm große Würfel geschnitten
2 Esslöffel Mehl
Salz und Pfeffer
3 Esslöffel Olivenöl, aufgeteilt
180-200 g Speckstreifen
400 g Schalotten
2 Knoblauchzehen, gehackt, 2 Esslöffel Tomatenmark
500 ml Burgunder-Rotwein oder gleichwertigen Rotwein
200 ml Rinderbrühe
1 Bouquet garni/ Kräutersträußchen
2 Lorbeerblätter
100 g Champignons

ANLEITUNG

- 1 Rindfleisch, Mehl und Gewürze in einen Plastikbeutel geben, verschließen und schütteln, bis das gesamte Fleisch mit Mehl bedeckt ist. SEAR/SAUTÉ auswählen und Temperatur auf 4 stellen. START/STOP auswählen, um das Gerät für einige Minuten vorzuheizen. 2 Esslöffel Öl in den Topf geben.
- 2 Überschüssiges Mehl vom Rindfleisch abschütteln und die Hälfte des Rindfleischs in den Topf geben, von allen Seiten anbraten. Das Rindfleisch mit einem Schaumlöffel herausnehmen, dann das restliche Rindfleisch anbraten. Das kann ein paar Minuten dauern.
- 3 Das restliche Öl in den Topf geben, die Speckwürfel und die Schalotten einrühren. Ein paar Minuten kochen dünsten, dann den Knoblauch dazugeben und weitere Minuten dünsten lassen. Tomatenpüree, Wein, Brühe, Bouquet garni und Lorbeerblätter einrühren. Rindfleisch und Bratensaft zurück in den Topf geben und sicherstellen, dass das Rindfleisch mit Flüssigkeit bedeckt ist. START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren. Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position AIR FRY/COOKER stellen. Drehen Sie das Druckventil in die Position VENT.
- 4 SLOW COOK auswählen, die Temperatur auf HIGH und Zeit auf 6 Stunden einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen.
- 5 Nach 2 Stunden Pilze hinzufügen.
- 6 Nach 5 Stunden prüfen, ob das Rindfleisch gar und schön zart ist, wenn nicht, eine weitere Stunde kochen.
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Topf vorsichtig herausnehmen, Lorbeerblätter und Bouquet garni entfernen und das Gericht heiß servieren.

TIPP

Wenn Sie Coquillette-Nudeln hinzufügen möchten. Am Ende 150 g einrühren, SEAR/SAUTÉ wählen und die Temperatur auf 3 einstellen. START/STOP auswählen und 8-10 Minuten kochen oder bis die Nudeln gar sind.

PRÉPARATION : 20 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 6 HEURES 15 MINUTES
SEAR/SAUTÉ : 10-15 MINUTES | **CUISSON LENTE :** 5-6 HEURES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

800 g de bœuf à ragoût, coupé en cubes de 3 cm
2 cuillères à soupe de farine
Sel et poivre
3 cuillères à soupe d'huile, à ajouter séparément
180-200 g lardons
400 g échalotes
2 gousse d'ail, écrasée
500 ml de vin rouge de Bourgogne ou d'un vin rouge de bonne qualité
2 cuillères à soupe de coulis de tomates
200 ml de bouillon de bœuf
1 bouquet garni
2 feuilles de laurier
100g champignons

PRÉPARATION

- 1 Mettre le bœuf, la farine et les assaisonnements dans un sac en plastique, fermer hermétiquement et secouer jusqu'à enrober la viande de farine. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler la température sur 4. Appuyer sur START/STOP pour préchauffer l'appareil pendant quelques minutes. Ajouter 2 cuillères à soupe d'huile dans la cuve.
- 2 Secouer le bœuf pour enlever l'excédent de farine et en mettre la moitié dans la cuve. Faire colorer sur chaque côté. Retirer le bœuf avec une écumoire et répéter l'opération avec le reste de viande. Cela peut prendre quelques minutes.
- 3 Ajoutez le reste de l'huile dans la cuve, incorporez les lardons et les échalotes. Faites cuire pendant quelques minutes, puis ajoutez l'ail et faites cuire pendant encore quelques minutes. Ajoutez la purée de tomates, le vin, le bouillon, le bouquet garni et les feuilles de laurier. S'assurer que la viande est recouverte de liquide. Sélectionner START/STOP pour arrêter la cuisson SEAR/SAUTÉ. Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Mettre la soupape de décompression sur la position VENT en la tournant.
- 4 Sélectionner SLOW COOK, régler la température sur HIGH et la durée de cuisson sur 6 heures. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Vérifier que le bœuf est cuit et tendre au bout de 5 heures.
- 5 Au bout de 2 heures, incorporez les champignons.
- 6 Vérifier que le bœuf est cuit et tendre au bout de 5 heures.
- 7 A la fin de la cuisson, retirer la cuve avec précaution et servir le ragout chaud.

ASTUCE

Si vous voulez ajouter des coquillettes à votre préparation, ajoutez-en 150 g à la fin, appuyez sur SEAR/SAUTÉ et réglez la température sur 3. Appuyez sur START/STOP et laissez cuire 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que les pâtes soient prêtes.

ONE POT LASAGNE

LASAGNE AUS DEM TOPF

PLAT DE LASAGNES



PREP: 15 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 40 MINUTES | **PRESSURE COOK:** 15 MINUTES
PRESSURE BUILD: 8 MINUTES | **AIR FRY:** 5 MINS | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

2 tablespoons olive oil
500g minced beef
1 medium onion, diced
2 sticks celery, diced (optional)
1 carrot, diced into 1cm cubes
2 garlic cloves, minced
4 tablespoons tomato puree
2 400g can chopped tomatoes
1 teaspoon dried mixed herbs or Italian herbs
1 bay leaf
250ml red wine
350ml beef stock
Salt and freshly ground black pepper to taste
250g fresh lasagne sheets
250g ricotta cheese
1 egg
100g grated mozzarella
50g grated Parmesan cheese

DIRECTIONS

- 1 Move slider to AIR FRY/COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ and set to 5. Select START/STOP to begin. Add oil to pot and preheat for 4 minutes.
- 2 Stir in minced beef and fry for a few minutes to brown, making sure the meat is broken down and not in clumps.
- 3 Stir a few times before adding onion, celery, carrot and garlic. Turn down the heat to 3 and fry for 5 minutes.
- 4 Stir in tomato puree, tomatoes, herbs, wine, stock and season to taste. Turn off unit.
- 5 Layer in lasagne sheets by poking under sauce.
- 6 Close the lid and move slider to left position. Select PRESSURE and set to HIGH. Set time to 15 minutes. Make sure the pressure release valve is in the SEAL position. Then press START/STOP to begin cooking (the unit will build pressure for approximately 8 minutes before cooking begins).
- 7 Carefully open lid when unit has finished releasing pressure.
- 8 Mix ricotta and egg together and spread over the top of lasagne. Sprinkle over with cheeses. Close lid and move slider to AIR FRY/ COOKER position. Select AIR FRY and set temperature to 200°C time to 5 minutes. Select START/STOP to begin.
- 9 When cooking is complete, remove pot from unit and serve hot with fresh vegetables.

ZUBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 40 MINUTEN | **SCHNELLKOCHEN:** 15 MINUTEN | **DRUCKAUFBAU:** 8 MINUTEN | **AIR FRY:** 5 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

2 Esslöffel Olivenöl
500 g Rinderhack
1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
2 Stengel Sellerie, gewürfelt (optional)
1 Karotte, in 1 cm große Würfel geschnitten
2 Knoblauchzehen, gehackt
4 Esslöffel Tomatenmark
2 Dosen Tomaten stückig (je 400 g)
1 Teelöffel getrocknete gemischte Kräuter oder italienische Kräuter
1 Lorbeerblatt
250 ml Rotwein
350 ml Rinderbrühe
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer je nach Geschmack
250 g frische Lasagneblätter
250 g Ricotta-Käse
1 Ei
100 g geriebener Mozzarella
50 g geriebener Parmesankäse

ANLEITUNG

- 1 Den Schieber pauf die Position AIR FRY/ COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und auf 5 einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen. Öl in den Topf geben und 4 Minuten lang erhitzen.
- 2 Das Rinderhackfleisch dazugeben und einige Minuten anbraten, bis es braun wird, darauf achten, dass das Fleisch krümelig (also nicht klumpig) ist.
- 3 Einige Male umrühren, dann Zwiebel, Sellerie, Karotte und Knoblauch hinzufügen. Temperatur auf 3 stellen und 5 Minuten braten.
- 4 Tomatenmark, Tomaten, Kräuter, Wein und Brühe einrühren und abschmecken. Schalten Sie die Einheit aus.
- 5 Die Lasagneblätter mit der Sauce dazwischen schichten.
- 6 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die linke Position stellen. PRESSURE auswählen und HIGH einstellen. Die Zeit auf 15 Minuten einstellen. Überprüfen Sie, dass das Druckablassventil auf Position SEAL steht. Dann START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten (das Gerät baut ca. 8 Minuten lang Druck auf, bevor der Garvorgang beginnt).
- 7 Wenn das Gerät den Druck abgebaut hat, den Deckel ganz vorsichtig öffnen.
- 8 Ricotta und Ei verrühren und auf der Lasagne verteilen. Mit Käse bestreuen. Deckel schließen und den Schieber pauf die Position AIR FRY/COOKER stellen. AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 5 Minuten einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen.
- 9 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Topf aus dem Gerät nehmen und die Lasagne heiß mit frischem Gemüse servieren.

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON:** 40 MINUTES
CUISSON SOUS PRESSION : 15 MINUTES | **MONTÉE EN PRESSION :** 8 MINUTES
AIR FRY : 5 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 cuillères à soupe d'huile d'olive
500 g de bœuf haché
1 oignon moyen, coupé en dés
2 branches de céleri, coupées en dés (facultatif)
1 carotte, coupée en dés d'1 cm
2 gousses d'ail hachées
4 cuillères à soupe de coulis de tomates
2 boîtes de tomates concassées (400 g chacune)
1 cuillère à café de mélange d'herbes séchées ou italiennes
1 feuille de laurier
250 ml de vin rouge
350 ml de bouillon de bœuf
Sel et poivre noir fraîchement moulu au goût
250 g de pâtes à lasagnes fraîches
250 g de ricotta
1 œuf
100 g de mozzarella râpée
50 g de parmesan râpé

PRÉPARATION

- 1 Mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur 5. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Ajouter l'huile dans la cuve et préchauffer pendant 4 minutes.
- 2 Incorporer le bœuf haché et faire rissoler pendant quelques minutes jusqu'à coloration. S'assurer de bien émietter la viande pour qu'elle ne présente pas de gros morceaux.
- 3 Remuer pendant quelques minutes avant d'ajouter l'oignon, le céleri, la carotte et l'ail. Réduire le réglage sur 3 et faire rissoler pendant 5 minutes.
- 4 Incorporer le coulis de tomate, les tomates, les herbes, le vin, le bouillon et assaisonner selon les goûts. Éteindre l'appareil.
- 5 Alternier les couches de pâtes à lasagnes et de sauce.
- 6 Fermer le couvercle et déplacer le Slider vers la gauche. Appuyer sur PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 15 minutes. S'assurer que la soupape de décompression se trouve bien sur la position SEAL. Puis, appuyer sur START/ STOP pour commencer la cuisson (l'appareil monte en pression pendant environ 8 minutes avant de démarrer la cuisson).
- 7 Ouvrir le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression.
- 8 Mélanger la ricotta avec l'œuf et étaler le tout sur les lasagnes. Saupoudrer de fromage. Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Appuyer sur AIR FRY, régler la température sur 200 °C et la durée sur 5 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson.
- 9 À la fin de la cuisson, enlever la cuve de l'appareil et servir chaud avec des légumes frais.

LEMON HERB ROASTED CHICKEN WITH GARLIC & FENNEL POTATOES

GEBRATENES ZITRONEN-KRÄUTER-HÄHNCHEN MIT KNOBLAUCH-FENCHEL-KARTOFFELN

POULET RÔTI AUX HERBES ET AU CITRON AVEC POMMES DE TERRE, AIL ET FENOUIL



PREP: 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 60 MINUTES | **STEAM BUILD:** 11-12 MINUTES
MAKES: 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 unwaxed lemon
3 sprigs fresh thyme, divided
3 sprigs rosemary, divided
1.6kg chicken
25g butter, soften
2 garlic cloves, minced
600g new potatoes
1 fennel bulb
2 garlic cloves, sliced
200ml chicken or vegetable stock
Salt and freshly ground black pepper to taste

DIRECTIONS

- 1 Grate zest and juice lemon. Place lemon skin with a sprig of rosemary and thyme into chicken cavity. Tie legs of chicken together with cooking twine.
- 2 Remove leaves from herb sprigs and mix half with butter and garlic. Spread butter over chicken skin.
- 3 Cut potatoes lengthwise into quarters to make wedges. Slice fennel. Put into cooking pot with potatoes, remaining half of herbs and garlic. Pour over stock. Season to taste.
- 4 Place rack in lower position over vegetables and place chicken on top of vegetables. Sprinkle over lemon zest, 2 tablespoons lemon juice and season to taste.
- 5 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY, set temperature to 180°C and time to 40 minutes. Press START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 11 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 6 When cooking is complete, remove chicken from pot, cover with foil and allow to rest for 10-15 minutes. Remove rack.
- 7 Reduce stock in potatoes; move slider to the AIR FRY/COOKER position, select SEAR/SAUTÉ and set to Hi-5. Allow stock to reduce for 3-5 minutes, until thick.
- 8 Serve chicken with green vegetables and potatoes.

TIP

If you prefer your potatoes browner, just air fry afterwards for a few minutes to crisp.

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 60 MINUTEN
DAMPFAUFBAU: 11-12 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

1 unbehandelte Zitrone
3 Zweige frischer Thymian, aufgeteilt
3 Zweige Rosmarin, aufgeteilt
1,6 kg Hähnchen
25 g Butter, weich
2 Knoblauchzehen, gehackt
600 g Frühkartoffeln
1 Fenchelknolle
2 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
200 ml Hühner- oder Gemüsebrühe
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer je nach Geschmack

ANLEITUNG

- 1 Schale abreiben und Zitrone auspressen. Zitronenschale mit einem Zweig Rosmarin und Thymian in das Hähnchen legen. Die Beine des Hähnchens mit Küchengarn zusammenbinden.
- 2 Die Blätter von den Zweigen entfernen und die Hälfte mit der Butter und dem Knoblauch mischen. Die Haut des Hähnchens mit Butter bestreichen.
- 3 Kartoffeln der Länge nach vierteln und in Stäbchen schneiden. Fenchel in Scheiben schneiden. Mit den Kartoffeln, der restlichen Hälfte der Kräuter und dem Knoblauch in den Kochtopf geben. Brühe darübergießen. Abschmecken.
- 4 Den Rost über das Gemüse in die untere Position einsetzen und das Hähnchen auf den Rost legen. Mit Zitronenschale und 2 Esslöffeln Zitronensaft beträufeln und abschmecken.
- 5 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 40 Minuten einstellen. START/STOP drücken, um mit dem Garen zu (Das Display zeigt für ca. 11 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Hähnchen aus dem Topf nehmen, mit Folie bedecken und 10-15 Minuten ruhen lassen. Rost entfernen.
- 7 Brühe von den Kartoffeln abgießen, den Schieber auf die Position AIR FRY/COOKER stellen, SEAR/SAUTÉ wählen und auf Hi-5 stellen. Die Brühe 3-5 Minuten lang einkochen lassen, bis sie dickflüssig ist.
- 8 Hähnchen mit grünem Gemüse und Kartoffeln servieren.

TIPP:

Wenn Sie die Kartoffeln lieber braun mögen, können Sie sie anschließend noch ein paar Minuten Heißluft-Frittieren.

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 60 MINUTES
MONTÉE EN PRESSION ENVIRON : 11-12 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 citron non ciré
3 branches de thym frais, à ajouter séparément
3 branches de romarin, à ajouter séparément
1 poulet d'1,6 kg
25 g de beurre ramolli
2 gousses d'ail, émincées
600 g de pommes de terre nouvelles
1 bulbe de fenouil
2 gousses d'ail, émincées
200 ml de bouillon de poulet ou de légumes
Sel et poivre noir fraîchement moulu au goût

PRÉPARATION

- 1 Râper les zestes du citron et presser son jus. Mettre la peau du citron, une branche de romarin et une branche de thym dans la cavité du poulet. Ficeler les cuisses à l'aide de ficelle alimentaire.
- 2 Enlever les feuilles des branches d'aromates et en mélanger la moitié avec le beurre et l'ail. Étaler le beurre sur la peau du poulet.
- 3 Couper des quartiers de pommes de terre dans le sens de la longueur pour faire des frites rustiques. Découper le fenouil en tranches. Le mettre dans la cuve de cuisson avec les pommes de terre, le restant d'herbes et l'ail. Verser le bouillon. Assaisonner selon les goûts.
- 4 Placez la grille en position basse au-dessus des légumes, puis disposez le poulet sur la grille. Saupoudrer de zestes de citron, verser 2 cuillères à soupe de jus de citron et assaisonner selon les goûts.
- 5 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM.. Appuyer sur STEAM AIR FRY, régler la température sur 180 °C et le temps de cuisson sur 40 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 11 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 6 À la fin de la cuisson, retirer le poulet de la cuve, recouvrir d'aluminium et laisser reposer pendant 10 à 15 minutes. Enlever le support.
- 7 Réduire le bouillon dans les pommes de terre; mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER, sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur Hi-5. Laisser réduire le bouillon pendant 3 à 5 minutes jusqu'à obtenir une texture épaisse et sirupeuse.
- 8 Servir le poulet avec les pommes de terre et des légumes verts.

ASTUCE

Si vous préférez des pommes de terre bien grillées, faites-les simplement frire à l'air chaud après leur cuisson pendant quelques minutes.

CHICKEN SATAY & VEGETABLE RICE

HÄHNCHEN-SATAY MIT GEMÜSEREIS

POULET SATAY ET RIZ AUX LÉGUMES



PREP: 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 16 MINUTES | **APPROX. STEAM BUILD:** 8-9 MINUTES | **ACCESSORY:** REVERSIBLE RACK | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

BOTTOM LAYER/ COOKING POT

250g Jasmine rice, rinsed in water and strained

75g carrots, cut into ½ cm sticks

50g red pepper, cut into ½ cm sticks

50g baby corn, halved lengthways

375ml water

Salt and pepper, to taste

2 spring onions, finely sliced

REVERSIBLE RACK, HIGH LEVEL

600-650g skinless, boneless chicken thighs, cut into 5x2cm pieces (you will need 16)

2 teaspoons oil

½ teaspoon curry powder

1 tablespoon ginger puree, divided

1 tablespoon garlic puree, divided

4 teaspoons light soy sauce, divided

Peanut sauce to serve

TIP

You will need 8 x 18cm bamboo skewers for this recipe. If possible, marinate chicken for at least 30 minutes..

DIRECTIONS

- 1 In a bowl, place the chicken pieces, oil, curry powder, half the ginger, garlic puree and soy sauce. Season lightly, mix well and thread two pieces of chicken onto each skewer.
- 2 Add to the pot, rice, remaining ginger and garlic puree, carrots, red pepper, baby corn and water. Season to taste.
- 3 Place the reversible rack in the pot over rice and vegetables, making sure rack is in the higher position. Carefully place the chicken skewers on the rack.
- 4 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY, set temperature to 200°C and time to 8 minutes. Press START/STOP to begin (the display will show PRE for approximately 8 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 5 When cooking is complete, remove skewers and rack from pot. Stir the remaining soy sauce and spring onions into rice and vegetables.
- 6 Serve chicken satay with vegetable rice and peanut sauce.

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 16 MINUTEN | **UNGEFÄHRE ZEIT FÜR DAMPFAUFBAU:** 8-9 MINUTEN | **ZUBEHÖR:** WENDEROST | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

UNTERE EBENE/ KOCHTOPF

250 g Jasminreis, mit Wasser abgespült und abgeseiht

75 g Karotten, in ½ cm lange Stifte geschnitten

50 g rote Paprika, in ½ cm lange Stifte geschnitten

50 g Babymais, längs halbiert

375 ml Wasser

Salz und Pfeffer nach Geschmack

2 Frühlingszwiebeln, fein geschnitten

WENDEROST, OBERE POSITION

600-650 g Hähnchenschenkel ohne Haut, ohne Knochen, in 5 x 2 cm große Stücke geschnitten (Sie benötigen 16)

2 Teelöffel Öl

½ Teelöffel Currypulver

1 Esslöffel Ingwerpüree, aufgeteilt

1 Esslöffel Knoblauchpüree, aufgeteilt

4 Teelöffel helle Sojasauce, aufgeteilt

Erdnussauce zum Servieren

TIPP:

Für dieses Rezept benötigen Sie 8 x 18 cm Bambusspieße. Hähnchen nach Möglichkeit mindestens 30 Minuten lang marinieren.

ANLEITUNG

- 1 Hähnchenstücke, Öl, Currypulver, die Hälfte der Ingwer- und Knoblauchpürees und die Sojasauce in eine Schüssel geben. Leicht würzen, gut mischen und zwei Hähnchenstücke auf jeden Spieß stecken.
- 2 Reis, restliches Ingwer- und Knoblauch-Püree, Karotten, rote Paprika, Babymais und Wasser in den Topf geben. Nach Geschmack würzen.
- 3 Den Wenderost in den Topf über Reis und Gemüse setzen und darauf achten, dass sich der Rost in der oberen Position befindet. Die Hähnchenspieße vorsichtig auf den Rost legen.
- 4 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 8 Minuten einstellen. START/STOP drücken, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 8 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 5 Nach dem Garen die Spieße und den Rost aus dem Topf nehmen. Restliche Sojasauce und Frühlingszwiebeln unter Reis und Gemüse rühren.
- 6 Hähnchen-Satay mit Gemüsereis und Erdnussauce servieren.

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 16 MINUTES
MONTÉE EN PRESSION ENVIRON : 8 À 9 MINUTES | **ACCESSOIRE :** GRILLE RÉVERSIBLE
QUANTITÉ : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

COUCHE INFÉRIEURE/ CUVE DE CUISSON

250 g de riz au jasmin, rincé à l'eau et égoutté

75 g de carottes, coupées en bâtonnets de ½ cm

50 g de poivrons, coupés en bâtonnets de ½ cm

50 g de maïs miniature, coupé en deux dans la longueur

375 ml d'eau

Sel et poivre, selon les goûts

2 oignons nouveaux, finement émincés

GRILLE RÉVERSIBLE, POSITION HAUTE

600 à 650 g de cuisses de poulet désossées, sans peau, coupées en morceaux de 5 x 2 cm (vous en aurez besoin de 16)

2 cuillères à café d'huile

½ cuillère à café de curry en poudre

1 cuillère à soupe de purée de gingembre, à ajouter séparément

1 cuillère à soupe de purée d'ail, à ajouter séparément

4 cuillères à café de sauce de soja légère, à ajouter séparément

Sauce à la cacahuète pour servir

ASTUCE

8 brochettes en bambou de 18 cm sont nécessaires pour cette recette. Si possible, laissez le poulet mariner pendant au moins 30 minutes.

PRÉPARATION

- 1 Dans un bol, mettre les morceaux de poulet, l'huile, le curry en poudre, la moitié de la purée de gingembre et d'ail et la sauce de soja. Assaisonner légèrement, bien mélanger et enfiler deux morceaux de poulet sur chaque brochette.
- 2 Ajouter dans la cuve, le riz, le reste de purée de gingembre et d'ail, les carottes, le poivron rouge, le maïs miniature et l'eau. Assaisonner selon les goûts.
- 3 Placer la grille réversible dans la cuve au-dessus du riz et des légumes, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer délicatement les brochettes de poulet sur la grille.
- 4 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM. Appuyer sur STEAM AIR FRY, régler la température sur 200 °C et la durée sur 8 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 8 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 5 Lorsque la cuisson est terminée, retirer les brochettes et la grille de la cuve. Mélanger la sauce de soja restante et les oignons nouveaux avec le riz et les légumes.
- 6 Servir le poulet satay avec le riz aux légumes et la sauce à la cacahuète.

TANDOORI CHICKEN WITH TIKKA MASALA VEGETABLE CURRY

TANDOORI-HÄHNCHEN MIT TIKKA-MASALA-GEMÜSE-CURRY

POULET TANDOORI AVEC CURRY DE LÉGUMES TIKKA MASALA



PREP: 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 30 MINUTES PLUS 30 MINUTES MARINATING
STEAM BUILD: 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

BOTTOM LAYER/ COOKING POT

1 teaspoon garlic puree
 1 teaspoon ginger puree
 100g tikka masala paste
 250ml tomato passata
 60ml double cream
 100ml water
 400g can chickpeas, drained
 300g cauliflower florets
 2 medium carrots, peeled and cut into 3/4cm diagonal slices

REVERSIBLE RACK, HIGH LEVEL

4 200-225g bone in, skin-on chicken thighs, each slitted 3 times across top
 2 tablespoons oil, divided
 3 tablespoons tandoori paste
 4 tablespoons plain full-fat yogurt, divided
 Salt and pepper, to taste
 2 tablespoons chopped coriander (leaves and stalks), plus extra leaves, to serve
 Basmati rice or nan bread to serve

DIRECTIONS

- 1 In a bowl, place chicken thighs, 1 tablespoon oil, tandoori paste, 2 tablespoons yogurt and seasoning. Mix well and leave to marinate for 30 minutes.
- 2 Move slider to AIR FRY/ COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ, set to Hi 5. Select START/STOP to begin. Add remaining oil to pot and preheat for 3-4 minutes.
- 3 Add remaining garlic and ginger puree to pot. Sauté for 1-2 minutes, stirring frequently. Stir in tikka masala paste and sauté for 30 seconds. Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ.
- 4 Add tomato passata, cream, water, chickpeas, cauliflower and carrots to pot. Season to taste.
- 5 Place the reversible rack in the pot over vegetables, making sure rack is in the higher position. Carefully place chicken thighs, skin side up, on the rack.
- 6 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY, set temperature to 200°C and time to 15 minutes. Press START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 8 minutes as it steams, then the timer will start counting down). Check whether chicken is done after 13 minutes.
- 7 When cooking is complete, remove chicken and rack from pot and stir in remaining yogurt and chopped coriander into vegetable curry.
- 8 Serve chicken with vegetable curry, garnished with extra coriander and basmati rice or naan bread.

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 30 MINUTEN, PLUS 30 MINUTEN MARINIERZEIT
DAMPFAUFBAU: 8 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

UNTERE EBENE/ KOCHTOPF

1 Teelöffel Knoblauchpulver
 1 Teelöffel Ingwerpüree
 100 g Tikka-Masala-Paste
 250 ml passierte Tomaten
 60 ml Schlagsahne
 100 ml Wasser
 400-g-Dose Kichererbsen, abgegossen
 300 g Blumenkohlröschen
 2 mittelgroße Karotten, geschält und in 3/4 cm dicke schräge Scheiben geschnitten

WENDEROST, OBERE POSITION

4 200-225 g Hähnchenschenkel mit Knochen und Haut, jeweils 3-mal auf der Oberseite eingeschnitten
 2 Esslöffel Öl, aufgeteilt
 3 Esslöffel Tandoori-Paste
 4 Esslöffel Naturjoghurt, aufgeteilt
 Salz und Pfeffer nach Geschmack
 2 Esslöffel gehackter Koriander (Blätter und Stängel) sowie etwas mehr Blätter zum Servieren
 Basmatireis oder Naanbrot zum Servieren

ANLEITUNG

- 1 Hähnchenschenkel, 1 Esslöffel Öl, Tandooripaste, 2 Esslöffel Joghurt und Gewürze in eine Schüssel geben. Gut mischen und 30 Minuten marinieren lassen.
- 2 Den Schieber pauf die Position AIR FRY/ COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und HI 5 einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen. Restliches Öl in den Topf geben und 3-4 Minuten lang vorheizen.
- 3 Restliches Knoblauch- und Ingwerpüree in den Topf geben. 1-2 Minuten anbraten, dabei häufig umrühren. Tikka-Masala-Paste einrühren und 30 Sekunden anbraten. START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren.
- 4 Passierte Tomaten, Sahne, Wasser, Kichererbsen, Blumenkohl und Karotten in den Topf geben. Nach Geschmack würzen.
- 5 Den Wenderost in den Topf über das Gemüse setzen und darauf achten, dass sich der Rost in der oberen Position befindet. Hähnchenschenkel vorsichtig mit der Hautseite nach oben auf den Rost legen.
- 6 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 15 Minuten einstellen. START/STOP drücken, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 8 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter). Nach 13 Minuten überprüfen, ob das Hähnchen gar ist.
- 7 Nach dem Garvorgang Hähnchen und Rost aus dem Topf nehmen und den restlichen Joghurt sowie den gehackten Koriander in das Gemüsecurry einrühren.
- 8 Hähnchen mit Gemüsecurry mit etwas Koriander garnieren und dann mit Basmatireis oder Naanbrot servieren.

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 30 MINUTES PLUS 30 MINUTES DE MARINADE | **MONTÉE EN PRESSION ENVIRON :** 8 MINUTES
QUANTITÉ : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

COUCHE INFÉRIEURE/ CUVE DE CUISSON

1 cuillère à café de purée d'ail
 1 cuillère à café de purée de gingembre
 100 g de pâte de tikka masala
 250 ml de coulis de tomates
 60 ml de crème entière épaisse
 100 ml d'eau
 400 g de pois chiches, égouttés
 300 g de fleurons de chou-fleur
 2 carottes moyennes, pelées et coupées en tranches diagonales de 3 ou 4 cm

GRILLE RÉVERSIBLE, POSITION HAUTE

4 cuisses de poulet de 200 à 225 g avec os et peau, chacune fendue 3 fois sur la partie haute
 2 cuillères à soupe d'huile, à ajouter séparément
 3 cuillères à soupe de pâte tandoori
 4 cuillères à soupe de yaourt nature au lait entier, à ajouter séparément
 Sel et poivre, selon les goûts
 2 cuillères à soupe de coriandre hachée (feuilles et tiges), plus quelques feuilles pour servir
 Riz basmati ou pain nan pour servir

PRÉPARATION

- 1 Dans un bol, placer les cuisses de poulet, 1 cuillère à soupe d'huile, la pâte tandoori, 2 cuillères à soupe de yaourt et l'assaisonnement. Bien mélanger et laisser mariner pendant 30 minutes.
- 2 Déplacer le curseur vers la droite. Appuyer sur SEAR/SAUTÉ et régler sur Hi 5. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Ajouter l'huile restante dans la cuve et préchauffer pendant 3 à 4 minutes.
- 3 Ajouter dans la cuve la purée d'ail et de gingembre restante. Faire sauter pendant 1 à 2 minutes en remuant fréquemment. Verser la pâte de tikka masala et faire sauter pendant 30 secondes. Appuyer sur START/STOP pour arrêter la cuisson SEAR/SAUTÉ.
- 4 Ajouter le coulis de tomates, la crème, l'eau, les pois chiches, le chou-fleur et les carottes dans la cuve. Assaisonner selon les goûts.
- 5 Placer la grille réversible dans la cuve au-dessus des légumes, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer délicatement les cuisses de poulet sur la grille, côté peau vers le haut.
- 6 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM.. Appuyer sur STEAM AIR FRY, régler la température sur 200 °C et le temps de cuisson sur 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 8 minutes, puis le minuteur se déclenche). Au bout de 13 minutes, vérifier si le poulet est cuit.
- 7 Lorsque la cuisson est terminée, retirer le poulet et la grille de la cuve et ajouter le yaourt restant et la coriandre hachée dans le curry de légumes.
- 8 Servir le poulet avec le curry de légumes, parsemer de feuilles de coriandre et accompagner de riz basmati ou de pain nan.

LAMB TAGINE WITH COUSCOUS

LAMM-TAJINE MIT COUSCOUS

TAJINE D'AGNEAU AU COUSCOUS



PREP: 15 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 81 MINUTES | **SEAR/SAUTÉ:** 10-15 MINUTES
PRESSURE BUILD: 10 MINUTES | **PRESSURE COOK TIME:** 35 MINUTES
MAKES: 4 SERVINGS

INGREDIENTS

2 tablespoons olive oil
1 large onion, peeled and finely sliced
600-800g boneless shoulder of lamb, cut into 2.5cm cubes
2 garlic cloves, crushed
1 teaspoon ground coriander
1 teaspoon ground ginger
1 teaspoon ground cumin
1 cinnamon stick
350ml lamb stock
400g can chopped tomatoes
1 bunch fresh coriander, chopped and divided
200g dates, stone-in
100g dried apricots
2 tablespoons split almonds
Salt and freshly ground black pepper
300g couscous
400ml hot vegetable stock or boiling water
15g chopped coriander

DIRECTIONS

- 1 Select SEAR/SAUTÉ and set temperature to 4. Select START/STOP, add oil and preheat for 2 minutes.
- 2 Place the chopped onion into the cooking pot and fry for 5 minutes until the onion is soft and translucent. Add garlic and fry for 1 minute. Remove onions and garlic from pot before adding half the diced lamb. Set temperature to Hi-5 and cook for 5-7 minutes, until browned on all sides, remove and repeat with remaining lamb. Add onions and lamb back to pot and stir in spices and season to taste.
- 3 Deglaze the pot with some stock, scraping up any lamb residue. Set temperature to 3. Stir in tomatoes and remaining stock.
- 4 Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ. Close the lid and move slider to the left position, making sure the pressure release valve is in the SEAL position. Select PRESSURE and set to HI. Set time to 35 minutes. Then press START/STOP to begin cooking (the unit will build pressure for approximately 10 minutes before cooking begins).
- 5 When cooking is complete, move slider to the right. Carefully open lid and stir in half the chopped coriander, dates and apricots. Close the lid and move slider to the left position, making sure the pressure release valve is in the SEAL position. Select PRESSURE and set to HI. Set time to 4 minutes and select START/STOP to begin. Then press START/STOP to begin cooking (the unit will build pressure for approximately 5 minutes before cooking begins).
- 6 Make couscous by placing in a bowl and adding hot stock or water. Stir and cover bowl with a clean tea towel and leave for 5 minutes. Fork through to fluff up couscous and stir in chopped coriander and season to taste.
- 7 When cooking is complete, move slider to the right. Carefully open lid, remove the pot and serve tagine hot with couscous, sprinkled with almonds.

ZUBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 81 MINUTEN | **SEAR/SAUTÉ:** 10-15 MINUTEN
DRUCKAUFBAU: 10 MINUTEN | **SCHNELLKOCHZEIT:** 35 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

2 Esslöffel Olivenöl
1 große Zwiebel, geschält und in dünne Scheiben geschnitten
600-800 g Schulter vom Lamm ohne Knochen, in 2,5 cm große Würfel geschnitten
2 Knoblauchzehen, zerstoßen, 1 Teelöffel gemahlener Koriander
1 Teelöffel gemahlener Ingwer
1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
1 Stange Zimt
350 ml Lammfond
Dose Tomaten stückig (400 g)
1 Bund frischer Koriander, gehackt und aufgeteilt
200 g Datteln, entkernt
100 g getrocknete Aprikosen
2 Esslöffel Mandelsplitter
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
300 g Couscous
400 ml heiße Gemüsebrühe oder kochendes Wasser
15 g Koriander, gehackt

ANLEITUNG

- 1 SEAR/SAUTÉ auswählen und Temperatur auf 4 stellen. START/ STOP auswählen, Öl dazugeben und 2 Minuten lang vorheizen.
- 2 Die gehackte Zwiebel in den Kochtopf geben und 5 Minuten dünsten, bis die Zwiebel weich und glasig ist. Knoblauch hinzufügen und 1 Minute lang braten. Zwiebeln und Knoblauch aus dem Topf nehmen, dann die Hälfte des gewürfelten Lammfleischs hinzugeben. Temperatur auf Hi-5 einstellen und 5-7 Minuten garen, bis es von allen Seiten schön braun ist, das Fleisch herausnehmen und mit dem restlichen Lammfleisch wiederholen. Zwiebeln und Lammfleisch wieder in den Topf geben, Gewürze einrühren und abschmecken.
- 3 Den Topf mit etwas Brühe ablöschen und sämtliche Reste des Lammfleischs herauskratzen. Temperatur auf 3 einstellen. Tomaten und restlichen Fond einrühren.
- 4 START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren. Deckel schließen, Schieberegler nach links schieben, darauf achten, dass das Druckventil sich in der Position SEAL befindet. PRESSURE auswählen und HI einstellen. Die Zeit auf 35 Minuten einstellen. Dann START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten (das Gerät baut ca. 10 Minuten lang Druck auf, bevor der Garvorgang beginnt).
- 5 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Schieberegler nach rechts schieben. Vorsichtig den Deckel öffnen und die Hälfte des gehackten Korianders, der Datteln und der Aprikosen unterrühren. Deckel schließen, Schieberegler nach links schieben, darauf achten, dass das Druckventil sich in der Position SEAL befindet. PRESSURE auswählen und HI einstellen. Zeit auf 4 Minuten einstellen und START/STOP auswählen, um zu beginnen. Dann START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten (das Gerät baut ca. 5 Minuten lang Druck auf, bevor der Garvorgang beginnt).
- 6 Den Couscous in eine Schüssel geben und mit heißem Fond oder Wasser aufgießen. Umrühren und die Schüssel mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und 5 Minuten ruhen lassen. Mit einer Gabel den Couscous auflockern und den gehackten Koriander unterheben und abschmecken.
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Schieberegler nach rechts schieben. Vorsichtig den Deckel öffnen, den Topf entnehmen und die Tajine heiß mit Couscous und Mandeln bestreut servieren.

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 81 MINUTES | **SEAR/SAUTÉ :** 10-15 MINUTES | **MONTÉE EN PRESSION :** 10 MINUTES | **CUISSON SOUS PRESSION :** 35 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 cuillères à soupe d'huile
1 gros oignon, pelé et finement émincé
600-800 g d'épaule d'agneau cru, sans os, coupés en cubes de 2,5 cm
2 gousses d'ail, écrasées
1 cuillère à café de coriandre moulue
1 cuillère à café de gingembre moulu
1 cuillère à café de cumin moulu
1 bâton de cannelle
350 ml de bouillon d'agneau
400 g de tomates concassées en boîte
1 botte de coriandre fraîche hachée, à ajouter séparément
200 g de dates avec les noyaux
100 g d'abricots secs
2 cuillères à soupe d'amandes effilées
Sel et poivre noir fraîchement moulu
300 g de semoule
400 ml de bouillon de légumes chaud ou d'eau bouillante
15 g de coriandre hachée

PRÉPARATION

- 1 Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler la température sur 4. Appuyer sur START/STOP, ajouter l'huile et préchauffer pendant 2 minutes.
- 2 Faire rissoler l'oignon émincé dans la cuve de cuisson pendant 5 minutes jusqu'à ce qu'il soit tendre et translucide. Ajouter l'ail et laisser rissoler pendant 1 minute. Enlever l'oignon et l'ail de la cuve avant d'y mettre la moitié de l'agneau coupé en dés. Régler la température sur Hi-5 et cuire pendant 5 à 7 minutes, jusqu'à ce qu'il soit caramélisé sur chaque côté, enlever et répéter l'opération avec le reste de l'agneau. Remettre l'oignon et l'agneau dans la cuve et incorporer les épices et assaisonnements, selon les goûts.
- 3 Déglacer la cuve avec un peu de bouillon, en raclant les résidus d'agneau. Régler la température sur 3. Incorporer les tomates et le reste de bouillon.
- 4 Sélectionner START/STOP pour arrêter la cuisson SEAR/SAUTÉ. Fermer le couvercle et déplacer le Slider vers la gauche. Vérifier que la soupape de décompression se trouve bien sur la position SEAL. Appuyer sur PRESSURE et régler sur HI. Régler la durée sur 35 minutes et appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Puis, appuyer sur START/STOP pour commencer la cuisson (l'appareil monte en pression pendant environ 10 minutes avant de démarrer la cuisson).
- 5 À la fin de la cuisson, mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Ouvrir le couvercle avec précaution et incorporer la moitié de la coriandre hachée, les dates et les abricots. Fermer le couvercle et déplacer le Slider vers la gauche. Vérifier que la soupape de décompression se trouve bien sur la position SEAL. Appuyer sur PRESSURE et régler sur HI. Régler la durée sur 4 minutes et appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Puis, appuyer sur START/STOP pour commencer la cuisson (l'appareil monte en pression pendant environ 5 minutes avant de démarrer la cuisson).
- 6 Préparer le couscous en mettant la semoule dans un saladier et en versant l'eau ou le bouillon chaud. Mélanger et recouvrir le saladier avec un torchon propre. Laisser reposer 5 minutes. Séparer les grains de semoule avec une fourchette et incorporer la coriandre hachée. Assaisonner selon les goûts.
- 7 À la fin de la cuisson, mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Ouvrir le couvercle avec précaution, enlever la cuve et servir le tajine chaud avec la semoule, le tout saupoudré d'amandes.

ROAST PORK LOIN & VEGETABLES

GEBRATENE SCHWEINELENDE UND GEMÜSE

LONGE DE PORC ET LÉGUMES RÔTIS



PREP: 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 53 MINUTES
APPROX. STEAM BUILD: 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1.2 kg boneless pork loin roast, rind scored
Salt and pepper, to taste
3 tablespoons oil, divided
3-4 fresh bay leaves
800g roasting potatoes, cut in half or quarters if large
250g parsnips each cut into 3 large chunks
250g carrots each cut into 3 large chunks
8 unpeeled garlic cloves
Few sprigs rosemary
175ml water

DIRECTIONS

- 1 Season pork well with salt and pepper. Brush pork with 1 tablespoon oil. With the point of a knife, make a few incisions in rind and insert folded over bay leaves into incisions.
- 2 Place potatoes, parsnips, carrots, garlic cloves and rosemary in pot. Stir in remaining oil and season to taste. Remove the potatoes and set aside then pour water over vegetables in pot.
- 3 Place the reversible rack in the pot over vegetables, making sure rack is in the lower position. Carefully place pork loin on rack and surround with potatoes.
- 4 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY, set temperature to 180°C and time to 45 minutes. Press START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 8 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 5 After 25 minutes, turn potatoes over and continue cooking. Check whether pork is done after 40 minutes, it should read 70°C on an instant read thermometer.
- 6 When pork is cooked, remove from pot and rest, lightly covered with foil for 10 minutes.
- 7 Serve roast pork loin sliced with roast vegetables and any sauce left in pot.

TIP

For crispier crackling, leave pork uncovered in fridge overnight and take out up to one hour before cooking.

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 53 MINUTEN | **UNGEFÄHRE ZEIT FÜR DAMPFAUFBAU:** 8 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

1,2 kg Schweinelendenbraten ohne Knochen, Schwarte eingeritzt
Salz und Pfeffer nach Geschmack
3 Esslöffel Öl, aufgeteilt
3-4 frische Lorbeerblätter
800 g mehliges Kartoffeln, halbiert (große Kartoffeln vierteln)
250 g Pastinaken jeweils in 3 große Stücke geschnitten
250 g Karotten jeweils in 3 große Stücke geschnitten
8 ungeschälte Knoblauchzehen
Einige Zweige Rosmarin
175 ml Wasser

ANLEITUNG

- 1 Schweinefleisch kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Schweinefleisch mit 1 Esslöffel Öl bestreichen. Die Schwarte mit einer Messerspitze etwas einschneiden und umgedrehte Lorbeerblätter in die Einschnitte stecken.
- 2 Kartoffeln, Pastinaken, Karotten, Knoblauchzehen und Rosmarin in den Topf geben. Restliches Öl einrühren und würzen. Die Kartoffeln herausnehmen und beiseite stellen, dann das Gemüse im Topf mit Wasser aufgießen.
- 3 Den Wenderost in den Topf über dem Gemüse einsetzen und dabei darauf achten, dass sich der Rost in der unteren Position befindet. Die Schweinelende vorsichtig auf den Rost legen und mit den Kartoffeln belegen.
- 4 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 45 Minuten einstellen. START/STOP drücken, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 8 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 5 Nach 25 Minuten die Kartoffeln wenden und weitergaren. Nach 40 Minuten prüfen, ob das Schweinefleisch gar ist, es sollte 70 °C auf einem sofort ablesbaren Thermometer anzeigen.
- 6 Das Schweinefleisch nach dem Garen aus dem Topf nehmen und 10 Minuten lang leicht mit Folie bedeckt ruhen lassen.
- 7 Die gebratene Schweinelende in Scheiben geschnitten mit gebratenem Gemüse und der Sauce aus dem Topf servieren.

TIPP:

Für knusprigere Kruste lassen Sie das Schweinefleisch über Nacht nicht abgedeckt im Kühlschrank und nehmen Sie es bis zu einer Stunde vor dem Garen heraus.

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 53 MINUTES
MONTÉE EN PRESSION ENVIRON : 8 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1,2 kg de rôti de porc sans os, couenne piquée
Sel et poivre, selon les goûts
3 cuillères à soupe d'huile, divisées
3 à 4 feuilles de laurier frais
800 g de pommes de terre à rôtir, coupées en deux ou en quartiers si elles sont trop grandes
250 g de panais coupés en gros morceaux de 3 cm
250 g de carottes, chacune coupée en 3 gros morceaux
8 gousses d'ail avec la peau
Quelques branches de romarin
175 ml d'eau

PRÉPARATION

- 1 Assaisonner le porc avec du sel et du poivre. Badigeonner le porc avec 1 cuillère à soupe d'huile. Avec la pointe d'un couteau, inciser la couenne à plusieurs endroits et insérer les feuilles de laurier pliées dans les incisions.
- 2 Placer les pommes de terre, les panais, les carottes, les gousses d'ail et le romarin dans la cuve. Verser l'huile restante et assaisonner selon le goût. Retirer les pommes de terre et les réserver, puis verser l'eau sur les légumes dans la cuve.
- 3 Placer la grille réversible dans la cuve au-dessus des légumes, en veillant à ce qu'elle soit en position basse. Placer délicatement la longe de porc sur la grille et entourer des pommes de terre.
- 4 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM. Appuyer sur STEAM AIR FRY, régler la température sur 180 °C et le temps de cuisson sur 45 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 8 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 5 Après 25 minutes, retourner les pommes de terre et poursuivre la cuisson. Vérifier la cuisson du porc après 40 minutes, le thermomètre à lecture instantanée doit afficher 70 °C.
- 6 Lorsque le porc est cuit, le retirer de la cuve et le laisser reposer légèrement couvert d'une feuille d'aluminium pendant 10 minutes.
- 7 Servir les tranches de longe de porc rôtie avec les légumes rôtis et la sauce restant au fond de la cuve.

ASTUCE

Pour encore plus de croustillant, laisser le porc découvert pendant la nuit, au réfrigérateur, et sortir environ une heure avant la cuisson.

CRISPY TOPPED SALMON, NEW POTATOES & BROCCOLI

KNUSPRIGER LACHS MIT NEUEN KARTOFFELN UND BROKKOLI

SAUMON EN CROÛTE, POMMES DE TERRE NOUVELLES ET BROCOLI



PREP: 15 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 17 MINUTES PLUS 10 MINUTES MARINATING
STEAM BUILD: 9 MINUTES | **STEAM AIR FRY:** 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

BOTTOM LAYER/ COOKING POT

500g baby new potatoes, cut into half or quarters if large

300g large broccoli florets

4 spring onions, cut in half

175ml water

½ teaspoon salt

REVERSIBLE RACK, HIGH LEVEL

1 lime, zest and juice

1 tablespoon sesame seed oil

1 tablespoon soy sauce

2cm cube of ginger, grated

Pinch of chilli flakes

1 teaspoon caster sugar

4 salmon fillets (130g each)

20g dried breadcrumbs

Salt and ground black pepper to taste

DIRECTIONS

- 1 In a shallow dish, place lime zest, lime juice, oil, soy sauce, ginger, chilli and sugar. Stir well to combine. Add the salmon and turn to fully coat. Leave to marinate for 10 minutes. Remove salmon (reserve marinade) and sprinkle breadcrumbs over each fillet. Press breadcrumbs firmly into fish to coat. Season to taste.
- 2 Put potatoes, broccoli, spring onions, water and salt in the bottom of the pot. Stir together.
- 3 Place the reversible rack in the pot over potatoes, making sure rack is in the higher position. Carefully place the salmon on the rack.
- 4 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY, set temperature to 170°C, and set time to 8 minutes. Press START/STOP to begin, (the display will show PRE for approximately 9 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 5 When cooking is complete, carefully remove the entire rack with the salmon.
- 6 Drain the new potatoes, then serve with salmon and vegetables.

ZUBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 17 MINUTEN, PLUS 10 MINUTEN
MARINIERZEIT | **DAMPFAUFBAU:** 8 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

UNTERE EBENE/ KOCHTOPF

500 g kleine Frühkartoffeln, halbiert oder geviertelt, wenn groß

300 g große Brokkoliröschen

4 Frühlingszwiebeln, halbiert

175 ml Wasser

½ Teelöffel Salz

WENDEROST, OBERE POSITION

1 Limette, Schale und Saft

1 Esslöffel Sesamöl

1 Esslöffel Sojasauce

Ein Würfel Ingwer (2 cm), gerieben

Eine Prise Chiliflocken

1 Teelöffel Streuzucker

4 Lachsfilets (je 130 g)

20 g Paniermehl

Meersalz und gemahlener schwarzer Pfeffer je nach Geschmack

ANLEITUNG

- 1 Limettenschale, Limettensaft, Öl, Sojasauce, Ingwer, Chili und Zucker in eine flache Schüssel geben. Gut verrühren. Den Lachs dazugeben und wenden, bis er vollständig bedeckt ist. Lachs in der Marinade 10 Minuten stehen lassen. Lachs entnehmen (Marinade aufbewahren) und jedes Filet mit Paniermehl bestreuen. Paniermehl fest auf den Fisch drücken, damit er ganz bedeckt ist. Nach Geschmack würzen.
- 2 Kartoffeln, Brokkoli, Frühlingszwiebeln, Wasser und Salz unten in den Topf geben. Zusammen umrühren.
- 3 Den Wenderost in den Topf über die Kartoffeln setzen. Der Topf muss sich in der oberen Position befinden. Vorsichtig den Lachs auf den Rost legen.
- 4 Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 170 °C und die Zeit auf 8 Minuten einstellen. START/STOP drücken, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 9 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 5 Nach dem Garen vorsichtig den Rost mitsamt dem Lachs entnehmen.
- 6 Frühkartoffeln abgießen und mit Lachs und Gemüse servieren.

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 17 MINUTES PLUS 10 MINUTES
DE MARINADE | **MONTÉE EN PRESSION :** 8 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

COUCHE INFÉRIEURE/ CUVE DE CUISSON

500 g de pommes de terre nouvelles, coupées en deux ou en quartiers si elles sont trop grandes

300 g de gros fleurons de brocoli

4 oignons nouveaux, coupés en deux

175 ml d'eau

½ cuillère à café de sel

GRILLE RÉVERSIBLE, POSITION HAUTE

1 citron vert, zeste et jus

1 cuillère à soupe d'huile de sésame

1 cuillère à soupe de sauce soja

1 cube de 2 cm de gingembre, râpé

1 pincée de flocons de piment

1 cuillère à café de sucre semoule

4 filets de saumon (130 g chacun)

20 g de chapelure

Sel et poivre noir moulu au goût

PRÉPARATION

- 1 Dans un plat creux, mettre les zestes de citron vert, le jus du citron vert, l'huile, la sauce soja, le gingembre, le piment et le sucre. Bien remuer pour mélanger. Ajouter le saumon et l'enrober complètement. Laisser mariner pendant 10 minutes. Retirer le saumon (réserver de côté la marinade) et saupoudrer chaque filet de chapelure. Presser vigoureusement la chapelure sur le poisson. Assaisonner selon les goûts.
- 2 Placer les pommes de terre, le brocoli, les oignons nouveaux, l'eau et le sel au fond de la cuve. Mélanger.
- 3 Placer la grille réversible dans la cuve au-dessus des pommes de terre, en s'assurant que la grille se trouve en position haute. Placer délicatement le saumon sur la grille.
- 4 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM. Sélectionner STEAM AIR FRY, régler la température sur 170 °C et la durée de cuisson sur 8 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 9 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 5 Lorsque la cuisson est terminée, retirer délicatement l'ensemble de la grille avec le saumon.
- 6 Égoutter les pommes de terre nouvelles, puis servir avec le saumon et les légumes.

THAI GREEN COD & VEGETABLE CURRY

GRÜNES KABELJAU-GEMÜSE-THAI-CURRY

CABILLAUD ET LÉGUMES AU CURRY VERT THAÏ



PREP: 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 24 MINUTES | **APPROX. STEAM BUILD:** 10 MINUTES | **STEAM AIR FRY:** 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

BOTTOM LAYER/ COOKING POT

2 tablespoons oil, divided

4 tablespoons Thai green curry paste, divided

330g sweet potato, cut into 2.5cm pieces

1 yellow pepper, cut into 2.5cm pieces

125g trimmed thick green beans, cut in half

400ml can coconut milk

1½ teaspoons light brown sugar

2 teaspoons fish sauce

Salt and pepper to taste

Handful Thai basil leaves, plus extra for garnish

1 red chilli, seeded and finely sliced

Jasmine rice and lime wedges to serve

REVERSIBLE RACK, HIGH LEVEL

4 frozen skin-on cod fillets, 140g each

DIRECTIONS

- 1 Move slider to AIR FRY/ COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ and set to Hi 5. Select START/STOP to begin. Add 1 tablespoon oil to pot and preheat for 3-4 minutes.
- 2 Add 3 tablespoons green curry paste to pot and sauté for 2 minutes, stirring. Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ.
- 3 Stir in sweet potatoes, peppers, green beans, coconut milk, brown sugar and fish sauce to pot. Season to taste.
- 4 In a small bowl, mix remaining oil and curry paste. Place the reversible rack in the pot over vegetables, making sure rack is in the higher position. Carefully place cod fillets, skin side down, on the rack and brush tops with the curry paste mixture. Season to taste.
- 5 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY, set temperature to 225°C and time to 8 minutes. Press START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 10 minutes as it steams, then the timer will start counting down).When cooking is complete, remove cod and rack from pot. Stir in Thai basil leaves and chilli into curry.
- 6 Serve cod with vegetable curry, garnished with extra Thai basil leaves, lime wedges and Jasmine rice.

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 24 MINUTEN | **UNGEFÄHRE ZEIT FÜR DAMPFAUFBAU:** 10 MINUTEN | **STEAM AIR FRY:** 8 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

UNTERE EBENE/ KOCHTOPF

2 Esslöffel Öl, aufgeteilt

4 Esslöffel grüne Thai-Currypaste, aufgeteilt

330 g Süßkartoffeln, in 2,5 cm große Stücke geschnitten

1 gelbe Paprika, in 2,5 cm große Stücke geschnitten

125 g dicke grüne Bohnen, Enden abgeschnitten, halbiert

400 ml Kokosmilch (Dose)

1½ Teelöffel hellbrauner Zucker

2 Teelöffel Fischsauce

Salz und Pfeffer nach Geschmack

Eine Handvoll Thai-Basilikumblätter, plus extra zum Garnieren

1 rote Chilischote, entkernt und fein geschnitten

Jasminreis und Limettenspalten zum Servieren

WENDEROST, OBERE POSITION

4 gefrorene Kabeljaufillets mit Haut, je 140 g

ANLEITUNG

- 1 Den Schieber pauf die Position AIR FRY/ COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und HI 5 einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen. 1 Esslöffel Öl in den Topf geben und 3-4 Minuten lang vorheizen.
- 2 3 Esslöffel grüne Currypaste in den Topf geben und 2 Minuten unter Rühren anbraten. START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren.
- 3 Süßkartoffeln, Paprika, grüne Bohnen, Kokosmilch, braunen Zucker und Fischsauce in den Topf rühren. Nach Geschmack würzen.
- 4 In einer kleinen Schüssel restliches Öl und Currypaste mischen. Den Wenderost in den Topf über das Gemüse setzen und darauf achten, dass sich der Rost in der oberen Position befindet. Kabeljaufilet vorsichtig mit der Hautseite nach unten auf den Rost legen und mit der Currypasten-Mischung bestreichen. Nach Geschmack würzen.
- 5 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 225 °C und die Zeit auf 8 Minuten einstellen. Drücken Sie START/STOP, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 10 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter). Nach dem Garen den Rost mit Fisch aus dem Topf nehmen. Thai-Basilikumblätter und Chili unter das Curry rühren.
- 6 Kabeljau mit Gemüsecurry servieren, garniert mit extra Thai-Basilikumblättern, Limettenspalten und Jasminreis.

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 24 MINUTES
MONTÉE EN PRESSION ENVIRON : 10 MINUTES | **CUISSON STEAM AIR FRY :** 8 MINUTES
QUANTITÉ : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

COUCHE INFÉRIEURE/ CUVE DE CUISSON

2 cuillères à soupe d'huile, à ajouter séparément

4 cuillères à soupe de pâte de curry vert thaï, à ajouter séparément

330 g de patates douces, coupées en morceaux de 2,5 cm

1 poivron jaune coupé en morceaux de 2,5 cm

125 g de gros haricots verts équeutés, coupés en deux

400 ml de lait de coco

1 ½ cuillère à café de sucre roux

2 cuillères à café de sauce de poisson

Sel et poivre, selon les goûts

1 poignée de feuilles de basilic thaï, plus quelques feuilles pour servir

1 piment rouge, émincé et finement émincé

Riz au jasmin et quartiers de citron vert pour servir

GRILLE RÉVERSIBLE, POSITION HAUTE

4 filets de cabillaud surgelé avec la peau, 140 g chacun

PRÉPARATION

- 1 Déplacer le curseur vers la droite. Appuyer sur SEAR/SAUTÉ et régler sur Hi 5. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Ajouter 1 cuillère à soupe d'huile dans la cuve et préchauffer pendant 3 à 4 minutes.
- 2 Ajouter 3 cuillères à soupe de curry vert dans la cuve et faire sauter pendant 2 minutes tout en remuant. Appuyer sur START/STOP pour arrêter la cuisson SEAR/SAUTÉ.
- 3 Verser les patates douces, le poivron, les haricots verts, le lait de coco, le sucre roux et la sauce de poisson dans la cuve. Assaisonner selon les goûts.
- 4 Dans un petit bol, mélanger l'huile restante et la pâte de curry. Placer la grille réversible dans la cuve au-dessus des légumes, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer délicatement les filets de cabillaud, côté peau vers le bas, sur la grille et badigeonner avec le mélange de pâte de curry. Assaisonner selon les goûts.
- 5 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM.. Appuyer sur STEAM AIR FRY, régler la température sur 225 °C et le temps de cuisson sur 8 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 10 minutes, puis le minuteur se déclenche).Lorsque la cuisson est terminée, retirer le cabillaud et la grille de la cuve. Mélanger les feuilles de basilic thaï et le piment dans le curry.
- 6 Servir le cabillaud avec le curry de légumes, garnir avec les feuilles de basilic thaï supplémentaires, les quartiers de citron vert et le riz au jasmin.

RATATOUILLE



PREP: 20 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 31 MINUTES | **PRESSURE BUILD:** 12 MINUTES
MAKES: 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 large onion, diced
3 garlic cloves, chopped
300g aubergine, diced
1 small red pepper, deseeded and diced
1 small green pepper, deseeded and diced
1 small yellow pepper, deseeded and diced
500g courgettes, diced
2 400g cans chopped tomatoes
300ml water
2 teaspoons dried mixed herbs
Salt and freshly ground black pepper
Freshly chopped basil leaves for garnish

DIRECTIONS

- 1 Select SEAR/SAUTÉ, set to 3 and press START. Add the oil to the pot and let it heat for 2 minutes.
- 2 Place the chopped onion into the cooking pot and fry for 4 to 5 minutes until the onion is soft and translucent. Add the garlic and continue to cook for another 2 minutes before adding the diced aubergine, peppers and courgettes. Select 4 and cook for 5 minutes, before stirring in chopped tomatoes, water, herbs and seasoning.
- 3 Close lid, move slider to the left position, making sure the pressure release valve is in the SEAL position. Select PRESSURE and set to HIGH. Set time to 5 minutes. Then press START/STOP to begin cooking (the unit will build pressure for approximately 12 minutes before cooking begins).
- 4 Serve hot, garnished with fresh basil leaves.

TIP

If there is too much liquid, it can be reduced by cooking for a few minutes on SEAR/SAUTÉ.

ZUBEREITUNG: 20 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 31 MINUTEN
DRUCKAUFBAU: 12 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

1 große Zwiebel, gewürfelt
3 Knoblauchzehen, gehackt
300 g Aubergine, gewürfelt
1 kleine rote Paprika, entkernt und gewürfelt
1 kleine grüne Paprika, entkernt und gewürfelt
1 kleine gelbe Paprika, entkernt und gewürfelt
500 g Zucchini, gewürfelt
2 Dosen Tomaten stückig (je 400 g)
300 ml Wasser
2 Teelöffel getrocknete gemischte Kräuter
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
Frisch gehackte Basilikumblätter zum Garnieren

ANLEITUNG

- 1 SEAR/SAUTÉ auswählen, auf 3 einstellen und START drücken. Das Öl in den Topf geben und 2 Minuten lang erhitzen.
- 2 Die gehackte Zwiebel in den Kochtopf geben und 4-5 Minuten dünsten, bis die Zwiebel weich und glasig ist. Den Knoblauch beigegeben und weitere 2 Minuten dünsten, bevor die gewürfelte Aubergine, Pfeffer und Zucchini hinzugefügt werden. 4 auswählen und 5 Minuten lang garen, dann die gehackten Tomaten, Kräuter und Gewürzmischung hinzufügen.
- 3 Deckel schließen, Schieberegler nach links schieben, darauf achten, dass das Druckventil sich in der Position SEAL befindet. PRESSURE auswählen und HIGH einstellen. Die Zeit auf 5 Minuten einstellen. Dann START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten (das Gerät baut ca. 12 Minuten lang Druck auf, bevor der Garvorgang beginnt).
- 4 Heiß mit frischen Basilikumblättern garniert servieren.

TIPP

Wenn zu viel Flüssigkeit vorhanden ist, kann diese reduziert werden, indem Sie einige Minuten auf der Stufe SEAR/SAUTÉ weitergaren.

PRÉPARATION : 20 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 31 MINUTES
MONTÉE EN PRESSION : 12 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 gros oignon, coupé en dés
3 gousses d'ail, hachées
300 g d'aubergine, coupée en dés
1 petit poivron rouge, épépiné et coupé en dés
1 petit poivron vert, épépiné et coupé en dés
1 petit poivron jaune, épépiné et coupé en dés
500 g de courgettes, coupées en dés
2 boîtes de tomates concassées (400 g chacune)
300 ml d'eau
2 cuillères à café de mélange d'herbes séchées
Sel et poivre noir fraîchement moulu
Feuilles de basilic frais hachées, pour décorer

PRÉPARATION

- 1 Sélectionner SEAR/SAUTÉ, régler sur 3 et appuyer sur START. Ajouter l'huile dans la cuve et laisser préchauffer pendant 2 minutes.
- 2 Faire rissoler l'oignon émincé dans la cuve de cuisson pendant 4 à 5 minutes jusqu'à ce qu'il soit tendre et translucide. Ajouter l'ail et poursuivre la cuisson pendant 2 minutes de plus avant d'ajouter l'aubergine, les poivrons et les courgettes en dés. Régler sur 4 et cuire pendant 5 minutes avant d'incorporer les tomates concassées, les herbes et les assaisonnements.
- 3 Fermer le couvercle et déplacer le Slider vers la gauche. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. Appuyer sur PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée sur 5 minutes et appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Puis, appuyer sur START/STOP pour commencer la cuisson (l'appareil monte en pression pendant environ 12 minutes avant de démarrer la cuisson).
- 4 Décorer avec les feuilles de basilic frais et servir chaud.

REMARQUE :

S'il y a trop de liquide, vous pouvez laisser réduire pendant quelques minutes sur SEAR/SAUTÉ.



ROASTED ROOT VEGETABLES

GERÖSTETES WURZELGEMÜSE

LÉGUMES RACINES RÔTIS



PREP: 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 23 MINUTES | **STEAM:** 8 MINUTES
STEAM AIR FRY: 15 MINS | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

650g mixed root vegetables, (beetroot, carrot, parsnip, sweet potatoes or potatoes)
1-2 tablespoons oil
1 tablespoon fresh thyme leaves
Sea salt, season to taste
250ml water

DIRECTIONS

- 1 Peel vegetables and cut into 3-4cm even sized pieces.
- 2 In a bowl, add vegetables, oil, thyme leaves and salt. Toss together to make sure all the vegetables are coated in oil. Place into Cook & Crisp basket.
- 3 Add water to bottom of pot. Place Cook & Crisp basket on top. Close the lid and move slider to COMBI-STEAM position.
- 4 Select STEAM AIR FRY, set temperature to 200°C, set time to 15 minutes. Press START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 8 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 5 Check vegetables after 13 minutes to see if they are cooked to your preference. When cooking is complete, carefully remove the Cook & Crisp basket and serve vegetables hot.

ZUBEREITUNG: 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 23 MINUTEN | **DAMPFGAREN:** 8 MINUTEN
STEAM AIR FRY: 15 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

ZUTATEN

650 g gemischtes Wurzelgemüse, (rote Bete, Karotte, Pastinaken, Süßkartoffeln oder Kartoffeln)
1-2 Esslöffel Öl
1 Esslöffel frische Thymianblätter
Meersalz, nach Belieben
250 ml Wasser

ANLEITUNG

- 1 Gemüse schälen und in etwa 3-4 cm große Stücke schneiden.
- 2 Gemüse, Öl, Thymianblätter und Salz in eine Schüssel geben. Vermischen; darauf achten, dass das Gemüse vollständig mit Öl bedeckt ist. In den Koch & Knusper-Korb geben.
- 3 Wasser in den Topf geben. Koch & Knusper-Korb darauf platzieren. Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen.
- 4 AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 15 Minuten einstellen. START/STOP auswählen, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 8 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 5 Nach 13 Minuten eine Garprobe machen, ob es gar genug ist. Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Koch & Knusper-Korb vorsichtig entnehmen und das Gemüse heiß servieren.

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 23 MINUTES
DURÉE DE CUISSON À LA VAPEUR : 8 MINUTES | **DURÉE DE CUISSON EN MODE RÔTI VAPEUR :** 15 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

650 g de légumes racines (betteraves, carottes, panais, patates douces ou pommes de terre)
1-2 cuillères à soupe d'huile
1 cuillère à soupe de feuilles de thym frais
Sel de mer
250 ml d'eau

PRÉPARATION

- 1 Peler les légumes et les couper en morceaux de taille égale d'environ 3 à 4 cm.
- 2 Dans un saladier, ajouter les légumes, l'huile, les feuilles de thym et du sel. Mélanger pour bien enrober les légumes d'huile. Disposer le tout dans le panier.
- 3 Ajouter l'eau dans le fond de la cuve. Disposer le panier par dessus. Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position médiane COMBI-STEAM.
- 4 Sélectionner STEAM AIR FRY, régler la température sur 200 °C et la durée sur 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 8 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 5 Vérifier la cuisson au bout de 13 minutes. À la fin de la cuisson, retirer le panier avec précaution et servir les légumes chauds.



CARAMELISED ONION TARTE TATIN

KARAMELLISIERTE ZWIEBEL-TARTE-TATIN

TARTE TATIN AUX OIGNONS CARAMÉLISÉS



PREP: 5 MINUTES | TOTAL COOK TIME: 39 MINUTES | MAKES: 4 SERVINGS

INGREDIENTS

45g unsalted butter, softened
2 teaspoons caster sugar
5-6 small onions, peeled and halved horizontally
Salt and pepper, to taste
Few sprigs thyme, roughly torn
300ml water
320g ready-rolled all butter puff pastry, cut into roughly 26cm circle

DIRECTIONS

- 1 Spread butter in base of pot. Sprinkle over caster sugar. Place onion halves cut side up in pot in an even layer and squeeze in as many pieces as possible as they will shrink once cooked. Season to taste.
- 2 Move slider to AIR FRY/ COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ and set temperature to 4. Select START/STOP to begin. Heat until the butter and sugar melt together and turn a golden-brown colour, (approximately 3 minutes).
- 3 Reduce temperature to 3, add 150ml water and thyme sprigs. Close lid and allow to simmer occasionally opening lid to check until water has evaporated and there is a golden caramel forming again. Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ.
- 4 Carefully turn the onion halves over and add remaining water to pot. Select SEAR/SAUTÉ and set temperature to 3. Select START/STOP to begin cooking again. Close lid and allow to simmer, opening lid to check when onions are tender, water has evaporated and there is a deep golden brown caramel forming. The onions will take 15-20 minutes to cook altogether. Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ.
- 5 Place puff pastry circle over onions and use a wooden spoon or silicone spatula to tuck pastry in around edges. Prick pastry a few times all over with a fork.
- 6 Close lid and select AIR FRY, set temperature to 200°C and time to 15 minutes. Press START/STOP to begin cooking.
- 7 When cooking is complete, let rest for one minute. Remove pot from unit and place a plate larger than pot over it. Carefully and quickly turn over to turn out tarte tatin.
- 8 Serve onion tarte tatin hot with salad and new potatoes.

ZUBEREITUNG: 5 MINUTEN | GESAMTGARZEIT: 39 MINUTEN | ERGIBT: 4 PORTIONEN

ZUTATEN

45 g ungesalzene Butter, weich
2 Teelöffel Puderzucker
5-6 kleine Zwiebeln, geschält und waagrecht halbiert
Salz und Pfeffer nach Geschmack
Einige Zweige Thymian, grob gezupft
300 ml Wasser
320 g fertiger Butterblätterteig, in einen ca. 26 cm großen Kreis geschnitten

ANLEITUNG

- 1 Butter im Topfboden verteilen. Puderzucker darüberstreuen. Die Zwiebelhälften mit der Schnittfläche nach oben in einer gleichmäßigen Schicht in den Topf geben und so viele Stücke wie möglich hineindrücken, da sie nach dem Kochen schrumpfen. Nach Geschmack würzen.
- 2 Den Schieber pauf die Position AIR FRY/COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und Temperatur auf 4 stellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen. Erhitzen, bis Butter und Zucker zusammenschmelzen und eine goldbraune Farbe annehmen (ca. 3 Minuten).
- 3 Die Temperatur auf 3 reduzieren, 150 ml Wasser und Thymianzweige hinzufügen. Deckel schließen und köcheln lassen. Gelegentlich den Deckel öffnen, um zu prüfen, ob das Wasser verdunstet ist und sich wieder ein goldener Karamell bildet. START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren.
- 4 Die Zwiebelhälften vorsichtig umdrehen und das restliche Wasser in den Topf geben. SEAR/SAUTÉ auswählen und Temperatur auf 3 stellen. START/STOP auswählen, um den Garvorgang erneut zu beginnen. Deckel schließen und köcheln lassen. Den Deckel öffnen, um zu prüfen, ob die Zwiebeln weich sind, das Wasser verdunstet ist und sich ein tiefgoldener Karamell bildet. Die Zwiebeln brauchen insgesamt 15-20 Minuten zum Garen. START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren.
- 5 Den Blätterteigkreis über die Zwiebeln legen und mit einem Holzlöffel oder Silikonspatel den Teig an den Rändern herunterdrücken. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen.
- 6 Deckel schließen und AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 15 Minuten einstellen. Auf START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten.
- 7 Nach dem Garen 1 Minute ruhen lassen. Den Topf aus dem Gerät nehmen mit einem großen Teller abdecken. Vorsichtig und schnell wenden, um die Tarte Tatin herauszustürzen.
- 8 Zwiebel-Tarte-Tatin heiß mit Salat und neuen Kartoffeln servieren.

PRÉPARATION : 5 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 39 MINUTES
QUANTITÉ : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

45 g de beurre doux pommade
2 cuillères à café de sucre semoule
5 à 6 petits oignons, pelés et coupés en deux dans la longueur
Sel et poivre, selon les goûts
Quelques brins de thym, grossièrement tordus
300 ml d'eau
320 g de pâte feuilletée pur beurre prête à l'emploi

PRÉPARATION

- 1 Étaler le beurre sur le fond de la cuve. Saupoudrer du sucre semoule. Placer les demi-oignons côté coupé vers le haut en une couche uniforme dans la cuve et en mettre autant que possible car ils rétréciront à la cuisson. Assaisonner selon les goûts.
- 2 Déplacer le curseur vers la droite. Appuyer sur SEAR/SAUTÉ et régler la température sur 4. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Chauffer jusqu'à ce que le beurre et le sucre fondent et prennent une couleur dorée (environ 3 minutes).
- 3 Réduire la température à 3, ajouter 150 ml d'eau et les brins de thym. Fermer le couvercle et laisser mijoter en ouvrant de temps en temps pour vérifier que l'eau s'est évaporée et qu'un caramel doré s'est à nouveau formé. Appuyer sur START/STOP pour arrêter la cuisson SEAR/SAUTÉ.
- 4 Retourner avec précaution les moitiés d'oignons et ajouter l'eau restante dans la cuve. Appuyer sur SEAR/SAUTÉ et régler la température sur 3. Appuyer sur START/STOP pour reprendre la cuisson. Fermer le couvercle et laisser mijoter, puis ouvrir le couvercle pour vérifier que les oignons sont tendres, l'eau évaporée et qu'un caramel doré foncé s'est formé. Compter 15 à 20 minutes pour une cuisson complète des oignons. Appuyer sur START/STOP pour arrêter la cuisson SEAR/SAUTÉ.
- 5 Placer le cercle de pâte feuilletée sur les oignons et utiliser une cuillère en bois ou une spatule en silicone pour enfoncer la pâte le long des bords. Piquer toute la pâte à l'aide d'une fourchette.
- 6 Fermer le couvercle et appuyer sur AIR FRY, régler la température à 200 °C et le temps de cuisson à 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson.
- 7 Une fois la cuisson terminée, laisser reposer une minute. Retirer la cuve de l'appareil et placer une assiette plus grande que la cuve sur le dessus. Retourner délicatement et rapidement la cuve pour retourner la tarte tatin.
- 8 Servir la tarte tatin aux oignons chaude avec une salade et des pommes de terre nouvelles.



CARROT CAKE

KAROTTENKUCHEN

GÂTEAU À LA CAROTTE



PREP: 15 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 1 HOUR 5 MINUTES
STEAM BUILD: 20 MINUTES | **BAKE:** 45 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

300g plain flour
15g baking powder
1 teaspoon cinnamon
½ teaspoon nutmeg
¼ teaspoon cardamom
250g caster sugar
125ml sunflower oil
3 eggs
250g carrots, finely grated
50g roasted pistachios, roughly chopped
50g walnuts, roughly chopped
Zest of 1 unwaxed orange

FOR ICING

300g cream cheese, room temperature
50g softened butter
100g icing sugar

ADDITIONAL

Cooking spray or oil for greasing
Walnut halves for decoration

DIRECTIONS

- 1 Pour 700ml water into the pot. Spray or grease the bottom of 20 cm round springform baking tin with cooking spray or oil and dust with flour. Line base with baking parchment.
- 2 Place flour, baking powder and spices into a medium bowl. Mix well and set aside.
- 3 In a large bowl, add sugar, oil and eggs and beat together, then gradually add flour mixture and mix until completely combined. Stir in carrots, nuts and orange zest until evenly combined. Pour the batter into prepared cake tin.
- 4 Place the tin on the reversible rack in the lower position, then place the rack in the pot. Close lid and move slider to middle mode position.
- 5 Select STEAM BAKE, set temperature to 160°C, and set time to 45 minutes. Press START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 20 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 6 When cooking is complete, check doneness by inserting a wooden toothpick into the middle of the cake. If it comes out clean, remove the rack with the pan and let cool for at least 1 hour. If the toothpick comes out with moist crumbs or batter stuck to it, continue to bake until the toothpick comes out clean.
- 7 While cake is cooling, in a large bowl, add cream cheese, butter and sugar and beat until creamy and smooth.
- 8 When the cake has cooled, cut cake in half horizontally and sandwich together with third of the icing. Spread the remaining icing on top and decorate with walnut halves or slivers of carrots.

ZUBEREITUNG: 15 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 1 STUNDE 5 MINUTEN
DAMPFAUFBAU: 20 MINUTEN | **BACKZEIT:** 45 MINUTEN | **ERGIBT:** 8 PORTIONEN

ZUTATEN

300 g Mehl
15 g Backpulver
1 Teelöffel Zimt
½ Teelöffel Muskatnuss
¼ Teelöffel Kardamom
250 g Streuzucker
125 ml Sonnenblumenöl
3 Eier
250 g Karotten, fein gerieben
50 g geröstete Pistazien, grob gehackt
50 g Walnüsse, grob gehackt
Schale 1 ungewachsenen Orange

FÜR DIE GLASUR

300 g Frischkäse, Zimmertemperatur
50 g weiche Butter
100 g Puderzucker

ZUSÄTZLICH

Kochspray oder Öl zum Einfetten
Walnushälften als Dekoration

ANLEITUNG

- 1 700 ml Wasser in den Topf gießen. Den Boden der 20 cm großen Springform mit Kochspray oder Öl einsprühen oder einfetten und mit Mehl bestäuben. Den Boden mit Backpapier auslegen.
- 2 Mehl, Backpulver und Gewürze in eine mittelgroße Schüssel geben. Gut vermischen und beiseitestellen.
- 3 Zucker, Öl und Eier in einer großen Schüssel verschlagen und dann nach und nach die Mehlmischung hinzugeben, bis alles vollkommen vermischt ist. Karotten, Nüsse und Orangenzeste einrühren, bis alles gleichmäßig verteilt ist. Den Teig in die vorbereitete Kuchenform gießen.
- 4 Die Form auf dem Wenderost auf die untere Position stellen, dann den Rost im Topf platzieren. Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position für den mittleren Modus stellen.
- 5 STEAM BAKE auswählen, die Temperatur auf 160 °C und die Zeit auf 45 Minuten einstellen. START /STOP drücken um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 20 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 6 Nach Ende der Backzeit einen hölzernen Zahnstocher in die Mitte des Kuchens stechen, um zu überprüfen, ob er gar ist. Wenn er beim Herausziehen sauber ist, den Rost mit der Form herausnehmen und für mindestens 1 Stunde abkühlen lassen. Falls sich feuchte Krümel oder Teig am Zahnstocher befinden, das Backen fortsetzen, bis der Zahnstocher sauber bleibt.
- 7 Während der Kuchen abkühlt, Frischkäse, Butter und Zucker in eine große Schüssel geben und cremig schlagen.
- 8 Wenn der Kuchen abgekühlt ist, waagrecht durchschneiden und ein Drittel der Glasur zwischen den Hälften verteilen. Den Rest der Glasur oben auf den Kuchen geben und mit Walnushälften oder Karottenscheibchen dekorieren.

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 1 HEURE ET 5 MINUTES
MONTÉE EN PRESSION : 20 MINUTES | **CUISSON BAKE :** 45 MINUTES
QUANTITÉ : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

300 g de farine
15 g de levure chimique
1 cuillère à café de cannelle
1/2 cuillère à café de noix de muscade
1/4 de cuillère à café de cardamome
250 g de sucre semoule
125 ml d'huile de tournesol
3 œufs
250 g de carottes finement râpées
50 g de pistaches torréfiées, hachées grossièrement
50 g de noix, hachées grossièrement
Le zeste d'une orange non paraffinée

POUR LE GLAÇAGE

300 g de fromage à tartiner, à température ambiante
50 g de beurre ramolli
100 g de sucre glace

SUPPLÉMENTAIRE

Spray de cuisson ou huile pour le graissage
Cerneaux de noix pour la décoration

PRÉPARATION

- 1 Verser 700 ml d'eau dans la cuve. Graisser le fond d'un moule à charnière rond de 20 cm avec un spray de cuisson ou de l'huile et saupoudrer de farine. Recouvrir la base de papier cuisson.
- 2 Dans un bol de taille moyenne, mettre la farine, la levure chimique et les épices. Bien mélanger et mettre de côté.
- 3 Dans un grand bol, ajouter le sucre, l'huile et les œufs et battre ensemble, puis ajouter progressivement le mélange de farine et mélanger jusqu'à ce qu'il soit complètement incorporé. Incorporer les carottes, les noix et le zeste d'orange jusqu'à obtenir un mélange homogène. Verser la pâte dans le moule à gâteau préparé.
- 4 Placer le moule sur la grille réversible en position basse, puis placer la grille dans la cuve. Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM..
- 5 Appuyer sur STEAM BAKE, régler la température à 160 °C et le temps de cuisson à 45 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 20 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 6 Lorsque la cuisson est terminée, vérifier la cuisson en insérant un cure-dent en bois au milieu du gâteau. S'il ressort propre, retirer la grille avec le moule et laisser refroidir pendant au moins 1 heure. Si le cure-dent ressort avec des miettes humides ou de la pâte collée, continuer à faire cuire jusqu'à ce qu'il ressorte propre.
- 7 Pendant que le gâteau refroidit, dans un grand bol, ajouter le fromage à tartiner, le beurre et le sucre et battre jusqu'à ce que le mélange soit crémeux et lisse.
- 8 Lorsque le gâteau a refroidi, le couper en deux horizontalement et le fourrer avec un tiers du glaçage. Étaler le reste du glaçage sur le dessus et décorer avec des cerneaux de noix ou des lamelles de carottes.



VANILLA CHEESECAKE WITH BERRY SAUCE

VANILLE-KÄSEKUCHEN MIT BEERENSAUCE

CHEESECAKE À LA VANILLE AVEC COULIS DE FRUITS ROUGES



PREP: 35 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 55 MINUTES | **STEAM:** 20 MINUTES
BAKE: 35 MINUTES | **MAKES:** 8-10 SERVINGS

INGREDIENTS

BISCUIT BASE

80g digestive biscuit crumbs
65g unsalted butter, melted
2 tablespoons granulated sugar
½ teaspoon salt
Zest of 1 unwaxed orange

FILLING

900g cream cheese, room temperature
175g granulated sugar
100g sour cream
2 teaspoons vanilla extract
3 eggs

BERRY SAUCE

145ml water
450g frozen mixed berries
45g granulated sugar

ADDITIONAL

Fresh berries and mint leaves for garnish (optional)

DIRECTIONS

- 1 In a large bowl, add the base ingredients and mix until fully combined. Transfer the mixture to the springform cake tin and press into an even layer on the bottom of the tin.
- 2 In a large bowl, add the cream cheese, sour cream, sugar and beat until smooth. Add the eggs and vanilla and continue to beat until fully combined. If using a hand or stand mixer, use a medium speed to avoid over-beating the eggs. Pour the filling over the base.
- 3 Add the berry sauce ingredients to the pot and stir until evenly combined.
- 4 Place the tin on the reversible rack in the lower position, then place the rack in the pot. Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position.
- 5 Select STEAM BAKE, set temperature to 120°C and set time to 35 minutes. Select START/STOP to begin cooking (the display will show PRE for approximately 20 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 6 When cooking is complete, the cheesecake will still be wobbly in the centre. Remove the rack and tin and allow to cool for about 30 minutes. RefriGeräte the cheesecake for at least 2 hours before serving to give it a firmer texture.
- 7 Take the cheesecake out the refriGerätor, slice with a wet knife, and serve with berry sauce.

ZUBEREITUNG: 35 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 55 MINUTEN | **STEAM:** 20 MINUTEN
BACKZEIT: 35 MINUTEN | **ERGIBT:** 8-10 PORTIONEN

ZUTATEN

KEKSBODEN

80 g Vollkornkekskrömel
65 g Butter, geschmolzen
2 Esslöffel Hagelzucker
½ Teelöffel Salz
Schale 1 ungewachsenen Orange

FÜLLUNG

900 g Frischkäse, Zimmertemperatur
175 g Hagelzucker
100 g saure Sahne
2 Teelöffel Vanilleextrakt
3 Eier

BEERENSAUCE

145 ml Wasser
450 g gemischte TK-Beeren
45 g Hagelzucker

ZUSÄTZLICH

Frische Beeren und Minzblätter als Garnitur (optional)

ANLEITUNG

- 1 Alle Zutaten für den Boden in eine große Schüssel geben und gut vermengen. Die Mischung in die Kuchenspringform geben und zu einer gleichmäßigen Schicht am Boden drücken.
- 2 Frischkäse, saure Sahne und Zucker in eine große Schüssel geben und cremig schlagen. Eier und Vanille hinzugeben und weiter cremig schlagen. Bei einem Hand- oder Standmixer die mittlere Stufe verwenden, damit die Eier nicht zu sehr aufgeschlagen werden. Die Füllung über den Boden gießen.
- 3 Die Zutaten der Beerenauce in den Topf geben und verrühren, bis sie gut vermischt sind.
- 4 Die Form auf dem Wenderost auf die untere Position stellen, dann den Rost im Topf platzieren. Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen.
- 5 STEAM BAKE auswählen, die Temperatur auf 120 °C und die Zeit auf 35 Minuten einstellen. START/STOP auswählen, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 20 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 6 Wenn die Backzeit abgelaufen ist, ist der Käsekuchen noch immer sehr weich in der Mitte. Den Rost und die Form herausnehmen und ca. 30 Minuten lang abkühlen lassen. Den Käsekuchen mindestens 2 Stunden im Kühlschrank kühlen, um vor dem Servieren eine festere Textur zu erhalten.
- 7 Den Käsekuchen aus dem Kühlschrank nehmen, mit einem feuchten Messer in Stücke schneiden und mit Beerenauce servieren.

PRÉPARATION : 35 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 55 MINUTES
DURÉE DE CUISSON À LA VAPEUR : 20 MINUTES | **CUISSON BAKE :** 35 MINUTES
QUANTITÉ : 8 - 10 PORTIONS

INGRÉDIENTS

BASE DE BISCUIT

80 g de biscuits Digestive émiettés
65 g de beurre doux, fondu
2 cuillères à soupe de sucre cristallisé
½ cuillère à café de sel
Le zeste d'une orange non paraffinée

GARNITURE

900 g de fromage à tartiner, à température ambiante
175 g de sucre cristal
100 g de crème fraîche
2 cuillères à café d'extrait de vanille
3 œufs

COULIS DE FRUITS ROUGES

145 ml d'eau
450 g de fruits rouges surgelés
45 g de sucre cristal

SUPPLÉMENTAIRE

Des fruits rouges frais et des feuilles de menthe pour la garniture (facultatif)

PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, ajouter les ingrédients de base et mélanger jusqu'à ce qu'ils soient complètement incorporés. Transférer le mélange dans le moule à gâteau et le presser en une couche uniforme au fond du moule.
- 2 Dans un grand bol, ajouter le fromage à tartiner, la crème fraîche, le sucre et battre jusqu'à obtenir un mélange homogène. Ajouter les œufs et la vanille et continuer à battre jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Si vous utilisez un batteur manuel ou un robot, utiliser une vitesse moyenne pour éviter de trop battre les œufs. Verser la garniture sur la base.
- 3 Ajouter les ingrédients du coulis de fruits rouges dans la cuve et remuer jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- 4 Placer le moule sur la grille réversible en position basse, puis placer la grille dans la cuve. Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM.
- 5 Appuyer sur STEAM BAKE, régler la température à 120 °C et le temps de cuisson à 35 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 20 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 6 Lorsque la cuisson est terminée, le cheesecake ressemble un peu à de la gelée au centre. Retirer la grille et le moule et laisser refroidir pendant environ 30 minutes. Mettre le cheesecake au réfrigérateur pendant au moins 2 heures avant de le servir pour lui donner une texture plus ferme.
- 7 Sortir le cheesecake du réfrigérateur, le découper avec un couteau humide et servir avec le coulis de fruits rouges.

The logo for NINJA is rendered in a bold, white, sans-serif font. The letters are thick and blocky, with a slight shadow effect that gives them a three-dimensional appearance. The 'N' and 'I' are particularly prominent. The 'J' has a curved bottom that extends downwards. The 'A' is also blocky and has a small registered trademark symbol (®) to its upper right. The entire logo is centered on a black background.

FOODI and NINJA are registered trademarks of SharkNinja Operating LLC
FOODI und NINJA sind eingetragene Marken von SharkNinja Operating LLC.
FOODI et NINJA sont des marques déposées de SharkNinja Operating LLC.

OL550EU_IG_MP_285x210mm_210921_Mv3