

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 MAX

12-in-1 SmartLid Multi-Cooker  
12-in-1 SmartLid Multikocher  
Multicuisiseur SmartLid 12-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	62
Sides & Snacks	78
Desserts	88

---

## 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 12 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.

## Slow Cook



Cook at a lower temperature for longer periods of time.

## Yogurt



Make homemade yogurt.

## Grill



Cook at high heat to caramelize and brown foods.

## Dehydrate



Dehydrate meats, fruits and vegetables.

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

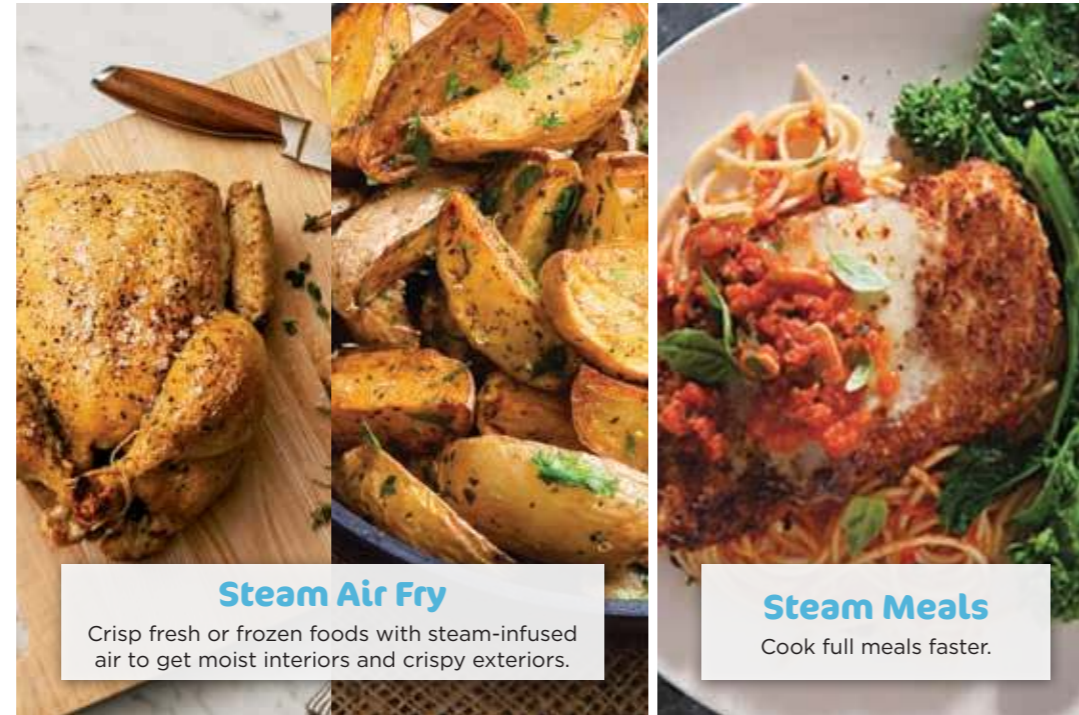
These programs all use the top heating element usually in combination with the fan to evenly distribute heat.

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 Meals

Cook full meals faster.



### 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



Steam Air Fry  
**Tender & caramelised**

Air Fry  
**Crunchy & charred**

**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.

Stack your mains and sides and cook them at the same time

## Full 3-part meals at the same time

CARBOHYDRATE + PROTEIN + VEGETABLE



Place delicate vegetables like broccoli in Multi-purpose tin on the bottom layer of the Reversible Rack.

# 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  grain with vegetable. Stir until combined.



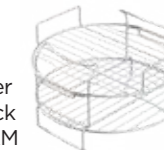
### 3. Assemble middle layer

Load multi-purpose tin and place on the rack (as shown). Then place the rack into the cooking pot.



### 4. Assemble top layer

Place top tier on the 2 Tier Rack. Place protein on rack and close lid. Select STEAM MEALS and adjust time and temp based on protein.



PROTEIN	MARINADE	PASTA 350g-500g uncooked	SAUCE <input type="checkbox"/>	OR <input type="checkbox"/>	GRAIN 240g uncooked	VEGETABLE 100g mix & match
4 Chicken Cutlets 125-175g each 1.5cm thick	Rosemary Lemon Marinade	Rigatoni	Tomato Sauce 2 500g jars tomato sauce 625ml stock	<input type="checkbox"/>	Rice & Beans Add water, oil and spices as directed on box/bag	Frozen Vegetable Medley
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
4 Pork Cutlets 125-175g each 1.25-2cm thick	Cajun Spice Blend	Elbows				
2 Steaks 450g total 1.25-2cm thick	Dry Herb Rub	Penne	Creamy Alfredo 120ml white cooking wine 480ml chicken stock 480ml whole milk 1 500g jar alfredo sauce	<input type="checkbox"/>	Rice Pilaf Add water, oil and spices as directed on box/bag	Bell Pepper up to 125g diced
Portobello Mushrooms 6 (7.5cm diameter) or 3 (10cm diameter)		Thin Linguini			Quinoa Rinse. Add water, oil and spices as directed on box/bag	Mushrooms sliced
4 prawn skewers (6 large prawns per skewer)	Mojo Marinade	Large Shells				

**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)

VEGETABLE 200g mix & match	PROTEIN	CRISPING TIME AND TEMPERATURE
Broccoli cut in uniform 4cm florets	Breaded Chicken Cutlets	200°C for 5-9 mins steam build: up to 20 mins
Medium Onions cut in quarters	Extra-Firm Tofu	200°C for 3-6 mins steam build: up to 20 mins
Baby New Potatoes whole	Pork Cutlets	200°C for 5-9 mins steam build: up to 20 mins
Baby New Potatoes cut in half	Sirloin Steaks	200°C for 5-9 mins steam build: up to 20 mins
Corn on the Cob peeled and cleaned	Portobello Mushrooms	200°C for 3-6 mins steam build: up to 20 mins
Cauliflower cut in uniform 4cm florets	Prawn Skewers	200°C for 3-6 mins steam build: up to 20 mins
Asparagus trimmed		

\*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
<b>VEGETABLES</b>							
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
<b>POULTRY</b>							
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
<b>PORK AND LAMB</b>							
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
<b>FISH</b>							
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
<b>FROZEN POULTRY</b>							
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
<b>FROZEN BEEF</b>							
Steak	2 (225g each)	None	2 Tbsp	250ml	Reversible Rack, lower position	180°C	22-28 mins
<b>FROZEN FISH</b>							
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
<b>FROZEN PORK</b>							
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
<b>FRESH POULTRY</b>							
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
<b>FRESH BEEF</b>							
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
<b>FRESH PORK</b>							
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
<b>FRESH LAMB</b>							
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
<b>POULTRY</b>							
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
<b>MINCED MEAT</b>							
Minced beef, pork, or turkey	500g-1kg	None	250ml	N/A	High	5 mins	Quick
<b>RIBS</b>							
Pork ribs	1.25kg-1.75kg	Cut in thirds	250ml	N/A	High	20 mins	Quick
<b>ROASTS</b>							
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
<b>STEW MEAT</b>							
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
<b>HARD-BOILED EGGS</b>							
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
<b>VEGETABLES</b>							
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
<b>DOUBLE-CAPACITY VEGETABLES</b>							
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
<b>LEGUMES</b>					
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)



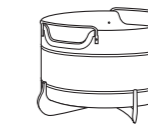
## Pressure Cooking Chart, continued

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

INGREDIENTS	AMOUNT	WATER	PRESSURE	COOK TIME	RELEASE
<b>GRAINS</b>					
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
<b>VEGETABLES</b>					
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
<b>BEEF</b>					
Burgers	4 (115g each)	2.5cm thick	None	190°C	10 mins
Steaks	2 (225g each)	None	None	200°C	8-12 mins
<b>PORK &amp; LAMB</b>					
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
<b>FISH &amp; SEAFOOD</b>					
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
<b>FROZEN FOODS</b>					
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
<b>FROZEN CHIPS</b>					
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

## NOTES

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Inhalt

SmartLid-Schieber	22
Funktionen	23
Dampf-Kombi-Modus	24
Eine komplette Mahlzeit kochen	26
Eine komplette Mahlzeit zusammenstellen	27
Kochtabellen	28
Hauptgerichte	62
Snacks und Beilagen	78
Desserts	88

## 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 12 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.

## Slow Cooking



Garen von Speisen über längere Zeit bei niedrigerer Temperatur.

## Joghurt



Für hausgemachten Joghurt.

## Grillen



Kochen auf hoher Temperatur zum Karamellisieren und Anbraten von Zutaten.

## 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-Mahlzeiten

Komplette Mahlzeiten schneller kochen.



### 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

KOHLHYDRATE + PROTEIN



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

Schichten Sie Ihre Hauptgerichte und Beilagen und garen Sie diese gleichzeitig

## 3-teilige Mahlzeiten gleichzeitig zubereiten

KOHLHYDRATE + PROTEIN + GEMÜSE



Geben Sie empfindliches Gemüse wie Brokkoli in die Mehrzweckform auf die untere Ebene des Wenderosts.

# Verwenden Sie FRISCHES Protein für eine komplette Mahlzeit

### 1. Proteinquelle vorbereiten

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

PROTEIN-QUELLE	MARINADE
4 Hähnchenschnitzel 125-175 g je 1,5 cm dick	Rosmarin-Zitronen-Marinade
Extrafester Tofu 400 g Packung gepresst, um Feuchtigkeit zu entfernen, in 4 x 1,5 cm große Stücke geschnitten	
4 Schweinekoteletts 125-175 g je 1,25-2 cm dick	Cajun-Gewürzmischung
2 Steaks 450 g gesamt 1,25-2 cm dick	Gewürzmischung aus Trockenkräutern
Portobello-Pilze 6 (7,5 cm Durchmesser) oder 3 (10 cm Durchmesser)	
4 Garnelenspieße (6 große Garnelen pro Spieß)	Mojo-Marinade

### 2. Beginnen Sie mit Ihrer unteren Schicht

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



PASTA 350-500 g ungekocht	SAUCE <b>ODER</b>	GETREIDE 240 g ungekocht	GEMÜSE 100 g gemischt
Rigatoni		Reis und Bohnen Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Gefrorenes Misch- gemüse
Cavatappi	Tomatensauce 2 500 g Gläser Tomatensauce 625 ml Brühe		
Cornetti		Reis Abspülen. Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Zwiebel, gewürfelt
Penne	Alfredo 120 ml Weißwein zum Kochen 480 ml Hühnerbrühe 480 ml Vollmilch	Langkornreis Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Paprika bis 125 g, gewürfelt
Dünne Linguini	1 Glas (500 g) Alfredo-Sauce	Quinoa Abspülen. Fügen Sie Wasser, Öl und Gewürze hinzu, wie auf der Schachtel/Tüte angegeben	Champignons in Scheiben geschnitten
Conchiglie			

**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)

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

### 3. Mittlere Schicht zusammenstellen

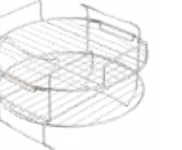
Mehrzweckform befüllen und auf das Gestell stellen (wie abgebildet). Dann das Gestell in den Kochtopf stellen.



GEMÜSE 200 g gemischt
Brokkoli in gleichmäßige 4-cm- Röschen geschnitten
Mittelgroße Zwiebeln in Viertel geschnitten
Babykartoffeln ganz
Babykartoffeln halbiert
Maiskolben geschält und geputzt
Blumenkohl in gleichmäßige 4-cm- Röschen geschnitten
Spargel, geputzt

### 4. Obere Schicht zusammenstellen

Platzieren Sie die oberste Etage auf dem doppelstöckigen Wenderost. Legen Sie die Proteinquelle auf den Rost und schließen Sie den Deckel. Wählen Sie STEAM MEALS und passen Sie Zeit und Temperatur basierend auf dem Protein an.



PROTEINQUELLE	GARZEIT UND -TEMPERATUR
Panierte Hähnchenschnitzel	200 °C für 5-9 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min
Extrafester Tofu	200 °C für 3-6 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
Schweineschnitzel	200 °C für 5-9 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
Sirloin-Steaks	200 °C für 5-9 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
Portobello- Pilze	200 °C für 3-6 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.
Garnelenspieße	200 °C für 3-6 Min. Dampfaufbau: bis zu 20 Min.

\*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
<b>GEMÜSE</b>							
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.
<b>GEFLÜGEL</b>							
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	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.
<b>SCHWEIN UND LAMM</b>							
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
<b>FISCH</b>							
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.
<b>TIEFGEFRORENES GEFLÜGEL</b>							
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.
<b>TIEFGEFRORENES RIND</b>							
Steak	2 Stück (je 225 g)	Nicht erforderlich	2 EL	250 ml	Wenderost – untere Position	180 °C	22–28 Min.
<b>TIEFGEFRORENER FISCH</b>							
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.
<b>TIEFGEFRORENES SCHWEINEFLEISCH</b>							
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
<b>FRISCHES GEFLÜGEL</b>							
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.
<b>FRISCHES RINDFLEISCH</b>							
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
<b>FRISCHES SCHWEINEFLEISCH</b>							
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.
<b>FRISCHES LAMM</b>							
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
<b>GEFLÜGEL</b>							
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
<b>HACKFLEISCH</b>							
Gehacktes Rind-, Schweine- oder Putenfleisch	500 g-1 kg	Nicht erforderlich	250 ml	n/a	High (Hoch)	5 Minuten	Schnell
<b>RIPPCHEN</b>							
Schweinerippchen	1,25 kg-1,75 kg	Gedrittelt	250 ml	n/a	High (Hoch)	20 Minuten	Schnell
<b>BRATEN</b>							
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
<b>FLEISCH FÜR EINTÖPFE</b>							
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
<b>HARTGEKOCHTE EIER</b>							
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
<b>GEMÜSE</b>							
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
<b>GEMÜSE MIT DOPPELTER KAPAZITÄT</b>							
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.

ZUTATEN	MENGE	WASSER	DRUCK	GARZEIT	ABBAU
<b>HÜLSENFRÜCHTE</b>					
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



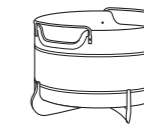
Vergessen Sie nicht, Wasser oder Brühe hinzuzufügen, um Dampf zu erzeugen und Ihr Essen zu garen.

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

ZUTATEN	MENGE	WASSER	DRUCK	GARZEIT	ABBAU
<b>GETREIDE</b>					
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
Perlgrauen	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
<b>GEMÜSE</b>					
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.





## Table des matières

SmartLid avec SmartSlider	40
Programmes	41
Technologie Combi-Steam (Cuire à la vapeur)	42
Préparer un plat complet avec Combi-Steam	44
Tableaux de cuisson	46
Plats Principaux	62
En-cas et accompagnements	78
Desserts	88

## 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 Multicuseur 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 12 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.

## Slow Cook (Mijoter)



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

## Yogurt (Yaourt)



Fabriquez des yaourts maison.

## Grill (Griller)



Cuisinez à haute température saisir et faire caraméliser vos préparations.

## Dehydrate (Déshydrater)



Déshydratez vos viandes, fruits et légumes.

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

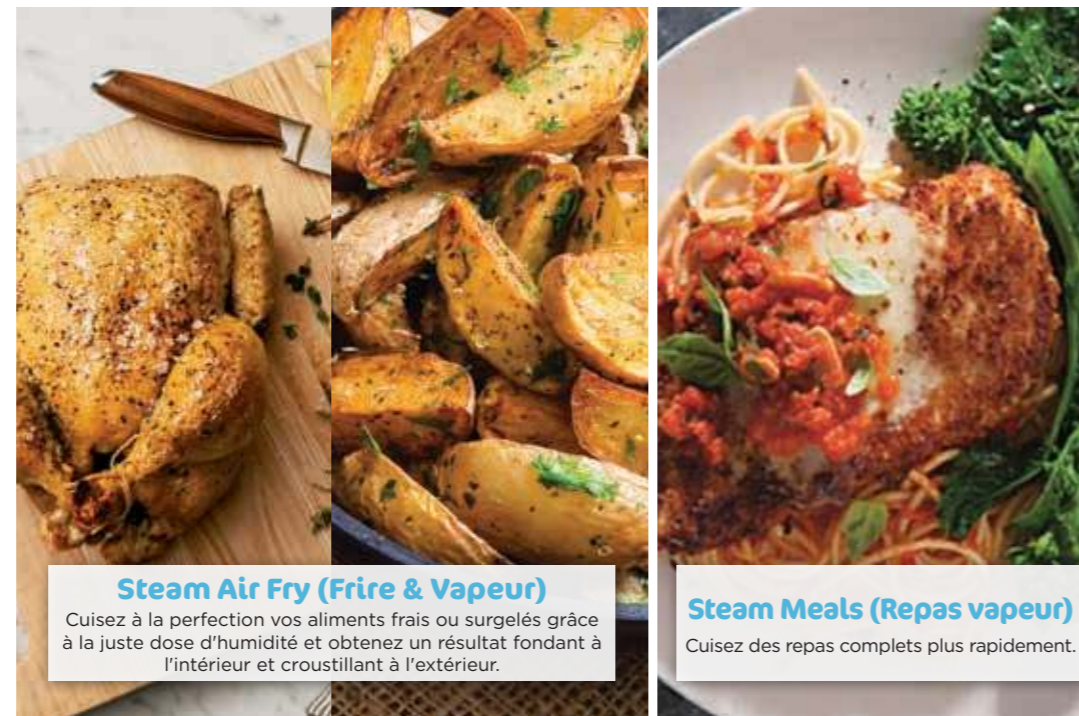
Ces programmes utilisent tous la résistance supérieure, généralement combinée au ventilateur pour répartir uniformément la chaleur.

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 Meals (Repas vapeur)

Cuisez des repas complets plus rapidement.



### 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.

Faites cuire votre plat et son accompagnement en même temps

Cuisinez trois préparations en même temps pour un plat complet

FÉCULENTS + PROTÉINES + LÉGUMES



Déposez les légumes délicats tels que le brocoli sur une feuille d'aluminium sur la partie inférieure de la grille réversible.

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

## 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. Préparez la couche intermédiaire

Remplissez le plat multi-usage d'aliments et placez-le sur la grille (comme indiqué). Placez ensuite la grille dans la cuve de cuisson.



## 4. Terminez par la couche supérieure

Installez la partie supérieure de la grille réversible. Mettez les protéines dessus et fermez le couvercle. Sélectionnez STEAM MEALS et réglez le temps de cuisson et la température en fonction des protéines.



PROTÉINES MARINADE

4 blancs de poulet 125-175 g chacun 1,5 cm d'épaisseur  
Marinade au citron et au romarin

Tofu extra-ferme Paquet de 400 g pressé pour éliminer l'humidité, découpé en 4 morceaux de 1,5 cm  
Mélange d'épices Cajun

4 côtelettes de porc 125 à 175 g chacune 1,25 à 2 cm d'épaisseur  
Épices pour barbecue aux herbes aromatiques

2 bavettes 450 g au total 1,25 à 2 cm d'épaisseur  
Épices pour barbecue aux herbes aromatiques

Champignons de Paris 6 (7,5 cm de diamètre) 3 (10 cm de diamètre)  
Marinade Mojo

4 brochettes de crevettes 6 grosses crevettes par brochette  
Marinade Mojo

PÂTES 350 G - 500 G, crues

Rigatoni

Cavatappi

Coquillettes

Penne

Linguini fins

Conchiglie

SAUCE

Sauce tomate

Pot de sauce tomate de 2,5 kg

625 ml de bouillon

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

CÉRÉALES 240 g, crues

Riz et petits pois

Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage

Riz

Rincer. Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage

Riz pilaf

Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage

Quinoa

Rincer. Ajouter de l'eau, de l'huile et des épices en respectant les instructions sur l'emballage

LÉGUMES 100 g, mélange

Mélange de légumes surgelés

Oignon coupé en dés

Poivron 125 g maximum coupé en dés

Champignons émincés

LÉGUMES 200 g, mélangez à volonté

Brocolis coupés en fleurettes uniformes de 4 cm

Oignons moyens coupés en quarts

Pommes de terre nouvelles entières

Pommes de terre nouvelles coupées en 2

Épi de maïs épluché

Chou-fleurs découpés en fleurettes uniformes de 4 cm

Asperges coupées

PLAT MULTI-USAGES ouverte/fermée

¼ ouverte

½ ouverte

Pas de couvercle

Ouverte

Pas de Plat multi-usages, placez directement sur le support

¼ ouverte

Fermée

PROTÉINES

Blancs de poulet panés

Tofu ferme

Côtelettes de porc

Bavette

Champignons de Paris

Brochettes de crevettes

DURÉE ET TEMPÉRATURE DE CUISSON

200 °C pendant 5 à 9 minutes

200 °C pendant 3 à 6 minutes

200 °C pendant 5 à 9 minutes

200 °C pendant 5 à 9 minutes

200 °C pendant 3 à 6 minutes

200 °C pendant 3 à 6 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
<b>LÉGUMES</b>							
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
	1 kg	Coupées en cubes de 2,5cm	1 cuillère à soupe	125 ml	Panier Crousti	200 °C	20 min
<b>VOLAILLE</b>							
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	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
<b>PORC ET AGNEAU</b>							
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
<b>POISSON</b>							
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
<b>VOLAILLE SURGELÉE</b>							
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
<b>BŒUF SURGELÉ</b>							
Steak	2 (225 g chacun)	Aucun	2 cuillères à soupe	250 ml	Grille réversible en position basse	180 °C	22 à 28 min
<b>POISSON SURGELÉ</b>							
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
<b>PORC SURGELÉ</b>							
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 - Frir & 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
<b>VOLAILLE FRAÎCHE</b>							
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
<b>BŒUF FRAIS</b>							
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
<b>PORC FRAIS</b>							
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
<b>AGNEAU FRAIS</b>							
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
<b>VOLAILLE</b>							
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
<b>VIANDE HACHÉE</b>							
Bœuf, porc ou veau hachés	500 g-1 kg	Aucun	250 ml	s.o.	HI	5 min	Rapide
<b>CÔTES</b>							
Travers de porc	1,25 kg-1,75 kg	Coupés en tiers	250 ml	s.o.	HI	20 min	Rapide
<b>RÔTIS</b>							
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
<b>VIANDE À BRAISER</b>							
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
<b>ŒUFS DURS</b>							
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
<b>LÉGUMES</b>							
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
<b>DOUBLE QUANTITÉ DE LÉGUMES</b>							
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.

INGRÉDIENTS	QUANTITÉ	EAU	CUISSON SOUS PRESSION	TEMPS DE CUISSON	DÉCOMPRESSION
<b>LÉGUMINEUSES</b>					
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

## 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	DÉCOMPRESSIION
<b>CÉRÉALES</b>					
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
<b>LÉGUMES</b>					
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.



# Crispy Rosemary and Parmesan Potato Wedges



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

## 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 | **ERGIBT:** 4 SERVINGS  
**DAMPFAUFBAU:** 10 MINUTES | **GARZEIT:** 16 MINUTES

## 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 | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS  
**MONTÉE EN PRESSION :** 10 MINUTES | **CUISSON :** 16 MINUTES

## INGRÉDIENTS

750 g de pommes de terre ou Bintje 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 | **MAKES:** 4 SERVINGS  
**SEAR/SAUTÉ:** 10-15 MINUTES | **SLOW COOK TIME:** 5-6 HOURS

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

### 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  
**QUANTITÉ :** 4 PORTIONS | **SEAR/SAUTÉ :** 10-15 MINUTES | **CUISSON LENTE :** 5-6 HEURES

### 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  
**MAKES:** 4 SERVINGS | **PRESSURE BUILD:** 8 MINUTES | **PRESSURE RELEASE:** QUICK  
**AIR FRY:** 5 MINS

### 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 | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN | **DRUCKAUFBAU:** 8 MINUTEN  
**DRUCKENTLASTUNG:** QUICK | **AIR FRY:** 5 MINUTEN

### 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 | **PRÉPARATION :** 4 PORTIONS  
**MONTÉE EN PRESSION :** 8 MINUTES **DÉCOMPRESSION :** RAPIDE | **AIR FRY :** 5 MINUTES

### 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 | **MAKES:** 4 SERVINGS  
**STEAM BUILD:** 11-12 MINUTES

#### INGREDIENTS

1 unwaxed lemon  
3 sprigs fresh thyme, divided  
3 sprigs rosemary, divided  
1.6kg chicken  
25g butter, soften  
2 garlic cloves, minced  
750g new potatoes  
1 fennel bulb  
3 garlic cloves, sliced  
350ml 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 top tier rack 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 5-10 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  
**ERGIBT:** 4 PORTIONEN **DAMPFAUFBAU:** 11-12 MINUTEN

#### ZUTATEN

1 unbehandelte Zitrone  
3 Zweige frischer Thymian, aufgeteilt  
3 Zweige Rosmarin, aufgeteilt  
1,6 kg Hähnchen  
25 g Butter, weich  
2 Knoblauchzehen, gehackt  
750 g Frühkartoffeln  
1 Fenchelknolle,  
3 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten  
350 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 obersten Rost über das Gemüse legen und das Hähnchen auf das Gemüse legen. Mit Zitronenschale und 2 Esslöffeln Zitronensaft beträufeln und abschmecken.
- 5 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.
- 6 Danach zählt der Timer herunter).
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, Hähnchen aus dem Topf nehmen, mit Folie bedecken und 10-15 Minuten ruhen lassen. Rost entfernen.
- 8 Brühe von den Kartoffeln abgießen, den Schieber auf die Position AIR FRY/COOKER stellen, SEAR/SAUTÉ wählen und auf Hi-5 stellen. Die Brühe 5-10 Minuten lang einkochen lassen, bis sie dickflüssig ist.
- 9 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  
**QUANTITÉ :** 4 PORTIONS | **MONTÉE EN PRESSION ENVIRON :** 11-12 MINUTES

#### 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  
750 g de pommes de terre nouvelles  
1 bulbe de fenouil  
3 gousses d'ail, émincées  
350 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 Placer le niveau supérieur du support au-dessus des légumes et disposer le poulet dessus. 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 5 à 10 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 FRICASSÉE

## HÜHNERFRIKASSE

## FRICASSÉE DE POULET AU POIREAU



**PREP:** 20 MINUTES | **COOK:** 24 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS  
**PRESSURE BUILD:** 6 MINUTES | **PRESSURE RELEASE:** QUICK

### INGREDIENTS

25g unsalted butter  
1 medium onion, diced  
400g leeks, sliced  
2 slices bacon, chopped into strips  
2 garlic cloves, minced  
1 tablespoon Dijon mustard  
800g boneless chicken breasts, cut in 2.5cm cubes  
100g mushrooms, sliced  
400ml chicken stock  
250ml dry cider  
Sprig of fresh thyme, finely chopped  
1 bay leaf  
½ teaspoon salt  
½ teaspoon black pepper  
100g frozen peas  
125ml crème fraîche  
50g plain flour

### DIRECTIONS

- 1 Move slider to AIR FRY/COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ and set to 4. Select START/STOP to begin. Allow to preheat for 2 minutes, then add butter to pot.
- 2 Once butter has melted add onion, leeks, bacon, garlic and sauté until softened for about 5 minutes. Stir a few times.
- 3 Stir in mustard, chicken, mushrooms, stock, cider, thyme, bay leaf and season to taste.
- 4 Close the lid and move slider to left position. Select PRESSURE and set to HIGH. Set time to 6 minutes. Make sure the pressure release valve is in the SEAL position. Use the dial to select PRESSURE RELEASE and select QUICK RELEASE. Then press START STOP to begin cooking (the unit will build pressure for approximately 6 minutes before cooking begins).
- 5 Carefully remove lid when unit has finished releasing pressure. Remove thyme sprig and bay leaf.
- 6 Move slider to AIR FRY/COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ and set to 3 Select START/STOP to begin. Add remaining ingredients to pot, except pastry and milk. Stir until sauce thickens and bubbles for about 5 minutes.
- 7 When cooking is complete, remove pot from unit and serve with fresh vegetables.

**ZUBEREITUNG:** 20 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 24 MINUTEN  
**ERGIBT:** 4-6 PORTIONEN **DRUCKAUFBAU:** 6 MINUTEN | **DRUCKENTLASTUNG:** SCHNELL

### ZUTATEN

25 g ungesalzene Butter  
1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt  
400 g Lauch, in Scheiben geschnitten  
2 Scheiben Speck, in Streifen geschnitten  
2 Knoblauchzehen, gehackt  
1 Esslöffel Dijon-Senf  
800 g Hähnchenbrust ohne Knochen, in 2,5 cm große Würfel geschnitten  
100 g Pilze, in Scheiben geschnitten  
400 ml Hühnerbrühe  
250 ml trockener Apfelwein  
Zweig frischer Thymian, fein gehackt  
1 Lorbeerblatt  
½ Teelöffel Salz  
½ Teelöffel schwarzer Pfeffer  
100 g Tiefkühlerbsen  
125 ml Crème Fraîche  
50 g Mehl

### ANLEITUNG

- 1 Den Schieber pauf die Position AIR FRY/COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und auf 4 einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen. 2 Minuten vorheizen, dann die Butter in den Topf geben.
- 2 Sobald die Butter geschmolzen ist, die Zwiebel, den Lauch, den Speck und den Knoblauch zugeben und etwa 5 Minuten lang dünsten, bis alles weich ist. Mehrmals umrühren.
- 3 Senf, Hähnchen, Pilze, Brühe, Apfelwein, Thymian und Lorbeerblatt unterrühren und abschmecken.
- 4 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die linke Position stellen. PRESSURE auswählen und HIGH einstellen. Die Zeit auf 6 Minuten einstellen. Überprüfen Sie, dass das Druckablassventil auf Position SEAL steht. Mit dem Drehknopf PRESSURE RELEASE auswählen, dann QUICK RELEASE auswählen. Dann START/STOP drücken, um den Garvorgang zu starten (das Gerät baut ca. 6 Minuten lang Druck auf, bevor der Garvorgang beginnt).
- 5 Wenn das Gerät den Druck abgebaut hat, den Deckel ganz vorsichtig entfernen. Thymianzweig und Lorbeerblatt entfernen.
- 6 Den Schieber pauf die Position AIR FRY/COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und 3 einstellen. START/STOP drücken, um zu beginnen. Die restlichen Zutaten, außer dem Teig und der Milch, in den Topf geben. Ca. 5 Minuten rühren, bis die Sauce eindickt und sich Blasen bilden.
- 7 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Topf aus dem Gerät nehmen und mit frischem Gemüse servieren.

**PRÉPARATION :** 20 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 24 MINUTES  
**QUANTITÉ :** 4 À 6 PORTIONS | **MONTÉE EN PRESSION :** 6 MINUTES  
**DÉCOMPRESSION :** RAPIDE

### INGRÉDIENTS

25 g de beurre doux  
1 oignon moyen, coupé en dés  
400 g de poireaux, émincés  
2 tranches de bacon, hachées en lamelles  
2 gousses d'ail hachées  
1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon  
800 g de blancs de poulet sans os, coupés en cubes de 2,5 cm  
100 g de champignons, émincés  
400 ml de bouillon de poulet  
250 ml de cidre brut  
1 branche de thym frais, finement haché  
1 feuille de laurier  
½ cuillère à café de sel  
½ cuillère à café de poivre noir  
100 g de petits pois surgelés  
125 ml de crème fraîche  
50 g de farine

### PRÉPARATION

- 1 Mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur 4. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Laisser préchauffer pendant 2 minutes, puis ajouter le beurre dans la cuve.
- 2 Une fois le beurre fondu, ajouter l'oignon, les poireaux, le bacon et l'ail, puis faire sauter pendant environ 5 minutes jusqu'à l'obtention d'une consistance bien tendre. Remuer quelques minutes.
- 3 Incorporer la moutarde, le poulet, les champignons, le bouillon, le cidre, le thym, la feuille de laurier et assaisonner selon les goûts.
- 4 Fermer le couvercle et déplacer le Slider vers la gauche. Appuyer sur PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 6 minutes. S'assurer que la soupape de décompression se trouve bien sur la position SEAL. Utiliser les flèches à gauche de l'affichage pour sélectionner PRESSURE RELEASE et QUICK RELEASE. Puis, appuyer sur START/STOP pour commencer la cuisson (l'appareil monte en pression pendant environ 6 minutes avant le démarrage du cuisson).
- 5 Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. Enlever la branche de thym et la feuille de laurier.
- 6 Mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur 3. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Ajouter les ingrédients restants dans la cuve. Mélanger pendant environ 5 minutes jusqu'à obtenir une sauce épaisse et des bulles.
- 7 À la fin de la cuisson, enlever la cuve de l'appareil et servir avec du riz et des légumes frais.

# CHICKEN CORDON BLEU, GREEN BEANS, & MASHED POTATOES

## HÄHNCHEN-CORDON-BLEU, GRÜNE BOHNEN UND KARTOFFELPÜREE

## CORDON BLEU DE POULET, HARICOTS VERTS ET PURÉE DE POMMES DE TERRE



**PREP:** 15 MINUTES | **COOK:** 25 MINUTES | **STEAM BUILD:** 11 MINUTES  
**MAKES:** 4 SERVINGS

### INGREDIENTS

#### LEVEL 1

1kg potatoes, cut into 2cm cubes  
300ml water  
150ml milk  
50g butter, cubed  
1 teaspoon salt

#### LEVEL 2

200g fine green beans

#### LEVEL 3

4 chicken breasts (150g each)  
4 slices smoked ham  
60g Gruyère cheese, cut into rectangles  
1cm thick x 4cm long  
1-2 teaspoons Dijon mustard  
2-4 tablespoons mayonnaise  
2-4 tablespoons dried breadcrumbs  
Salt and ground black pepper to taste

### DIRECTIONS

- 1 Butterfly the chicken breasts by slicing horizontally  $\frac{3}{4}$  through the breast and then opening like a book. Place between two pieces of cling film. Using a rolling pin, bash the chicken until it is  $\frac{1}{2}$  cm thick. Remove top layer of cling film. Place a slice of smoked ham and cheese on top, season to taste. Roll pointy end of chicken over cheese and tuck in. Roll chicken tightly to form a neat shape. Secure shape with a cocktail stick. Repeat with remaining chicken breasts. Spread each chicken breast with Dijon mustard and then a spoon of mayonnaise. Finally sprinkle a spoon of breadcrumbs over each chicken breast to coat the top. Press breadcrumbs firmly onto top.
- 2 Put potatoes, water, milk, butter and salt in the bottom of the pot. Stir together.
- 3 Place the bottom layer of the reversible rack in the lower position in the pot. Place beans in the Multi-Purpose Tin and cover with lid. Place on top of rack and drop the top layer through the reversible rack handles. Carefully place the chicken breasts on the top layer of the rack. Close the lid and move the slider to the COMBI-STEAM position.
- 4 Select STEAM MEALS, set temperature to 160°C, and set time to 14 minutes. Press START/STOP to begin (the display will show PRE for approximately 11 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 5 When cooking is complete, carefully remove the entire rack with the chicken and vegetables.
- 6 Mash potatoes. Then serve with chicken and beans immediately.

**ZUBEREITUNG:** 15 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 25 MINUTEN | **DAMPFAUFBAU:** 11 MINUTEN  
**ERGIBT:** 4 PORTIONEN

### ZUTATEN

#### EBENE 1

1 kg Kartoffeln, in 2 cm große Würfel geschnitten  
300 ml Wasser  
150 ml Milch  
50 g Butter, gewürfelt  
1 Teelöffel Salz

#### EBENE 2

200 g grüne feine Bohnen

#### EBENE 3

4 Hähnchenbrustfilets (je 150 g)  
4 Scheiben Räucherschinken  
60 g Gruyère-Käse, in 1 cm dicke und 4 cm lange Rechtecke geschnitten  
1-2 Teelöffel Dijon-Senf  
2-4 Esslöffel Mayonnaise  
2-4 Esslöffel Paniermehl  
Meersalz und gemahlener schwarzer Pfeffer je nach Geschmack

### ANLEITUNG

- 1 Die Hähnchenbrustfilets der Länge nach zu  $\frac{3}{4}$  einschneiden und wie ein Buch aufklappen. Das Filet zwischen zwei Stücke Frischhaltefolie legen. Das Filet mit einem Nudelholz auf eine Dicke von  $\frac{1}{2}$  cm plattklopfen. Die oberste Schicht der Frischhaltefolie entfernen. Eine Scheibe Räucherschinken und Käse auf das Filet legen, abschmecken. Das spitze Ende des Filets über den Käse rollen und fixieren. Das Cordons bleu eng aufrollen. Mit einem Zahnstocher fixieren. Vorgang mit den anderen Hähnchenbrüsten wiederholen. Alle Hähnchenbrustfilets mit Dijon-Senf und dann mit einem Löffel Mayonnaise bestreichen. Zum Schluss einen Löffel Paniermehl über jedes Hähnchenbrustfilet streuen, um die Oberfläche zu bedecken. Paniermehl fest auf die Oberfläche drücken.
- 2 Kartoffeln, Wasser, Milch, Butter und Salz in den Topf geben. Zusammen umrühren.
- 3 Untere Schicht auf das Wenderost in niedriger Position in den Topf geben. Bohnen in die Mehrzweckform geben und Deckel auflegen. Auf den Rost stellen und oberste Schicht durch die Griffe des Wenderosts geben. Die Hähnchenbrustfilets vorsichtig auf den Rost legen. Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen.
- 4 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM MEALS auswählen, die Temperatur auf 160 °C und die Zeit auf 14 Minuten einstellen. START/STOP drücken, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 11 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 5 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Rost mit Hähnchen und Gemüse vorsichtig aus dem Gerät entnehmen.
- 6 Kartoffeln stampfen. Dann sofort mit Hähnchen und Bohnen servieren.

**PRÉPARATION :** 15 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 25 MINUTES  
**STEAM (CUIRE À LA VAPEUR) :** 11 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

### INGRÉDIENTS

#### NIVEAU 1

1 kg de pommes de terre, coupées en cubes de 2 cm  
300 ml d'eau  
150 ml de lait  
50 g de beurre, en dés  
1 cuillère à café de sel

#### NIVEAU 2

200 g de haricots verts fins

#### NIVEAU 3

4 blancs de poulet (150 g chacun)  
4 tranches de jambon fumé  
60 g de Gruyère, coupé en rectangles d'1 cm d'épaisseur et de 4 cm de longueur  
1 ou 2 cuillères à café de moutarde de Dijon  
2-4 cuillères à soupe de mayonnaise  
2-4 cuillères à soupe de chapelure  
Sel et poivre noir moulu au goût

### PRÉPARATION

- 1 Couper les blancs de poulet en portefeuille en les découpant horizontalement jusqu'aux  $\frac{3}{4}$ . Puis les ouvrir comme un livre. Disposer entre deux couches de film alimentaire. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, aplatir le poulet jusqu'à l'obtention d'une épaisseur d'1/2 cm. Retirer la couche supérieure du film alimentaire. Mettre une tranche de jambon fumé et un morceau de fromage sur le dessus. Assaisonner selon les goûts. Rouler la partie pointue du poulet par dessus le fromage et border les côtés. Rouler fermement le poulet jusqu'à obtenir une forme nette. Fixer avec un pic à cocktail. Répéter l'opération avec les autres blancs de poulet. Badigeonner chaque blanc de poulet de moutarde de Dijon, puis avec une cuillère de mayonnaise. Pour finir, saupoudrer d'une cuillère de chapelure pour recouvrir chaque blanc de poulet. Presser vigoureusement la chapelure par-dessus.
- 2 Mettre les pommes de terre, l'eau, le lait, le beurre et le sel dans le fond de la cuve. Bien mélanger.
- 3 Mettre les haricots dans le moule tout usage, placer le couvercle sur le moule et fermer. Placer le moule sur le support réversible dans la cuve en position basse. Faire passer la partie supérieure dans les poignées de la grille. Déposer délicatement les blancs de poulet sur le niveau supérieur du support. Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM.
- 4 Sélectionner STEAM MEALS, régler la température sur 160 °C et la durée de cuisson sur 14 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 11 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 5 À la fin de la cuisson, retirer avec précaution tout le support contenant le poulet et les légumes.
- 6 Écraser les pommes de terre en purée. Puis servir de suite avec le poulet et les haricots.

## LAMB TAGINE WITH COUSCOUS

## LAMM-TAJINE MIT COUSCOUS

## TAJINE D'AGNEAU AU COUSCOUS



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

### 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 | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN  
**SEAR/SAUTÉ:** 10-15 MINUTEN | **DRUCKAUFBAU:** 10 MINUTEN  
**SCHNELLKOCHZEIT:** 35 MINUTEN | **DRUCKABBAU:** SCHNELLER DRUCKABBAU

### 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 | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS | **SEAR/SAUTÉ :** 10-15 MINUTES | **MONTÉE EN PRESSION :** 10 MINUTES  
**CUISSON SOUS PRESSION :** 35 MINUTES | **DÉCOMPRESSION :** RAPIDE DÉCOMPRESSION

### 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.

# MOROCCAN LAMB STEAKS, BROCCOLI & BULGUR WHEAT

## MAROKKANISCHE LAMMSTEAKS, BROCCOLI UND BULGUR

## STEAKS D'AGNEAU À LA MAROCAINE, BROCOLI ET BOULGOUR DE BLÉ



**PREP:** 10 MINUTES | **MARINATE:** 30 MINUTES | **COOK:** 20 MINUTES  
**STEAM BUILD:** 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

### INGREDIENTS

#### LEVEL 1

150g bulgur wheat  
350ml vegetable or chicken stock  
10g fresh coriander leaves and stalks, chopped  
1 red pepper, deseeded and diced into 1cm cubes

#### LEVEL 2

200g broccoli

#### LEVEL 3

4 lamb steaks (150g each)

#### MARINADE

1 tablespoon oil  
2 teaspoons Ras el hanout spice mix  
Salt and ground black pepper to taste

### DIRECTIONS

- 1 Make marinade for lamb steaks; in a shallow dish mix all the marinade ingredients together. Add steaks. Allow to marinate for at least 30 minutes.
- 2 Rinse bulgur wheat and drain. Place all Level 1 ingredients in the bottom of the pot and stir until combined.
- 3 Place the bottom layer of the reversible rack in the lower position in the pot. Place broccoli in the Multi-Purpose Tin and cover with lid. Place on top of rack and drop the top layer through the reversible rack handles. Carefully place the lamb steaks on the top layer of the rack.
- 4 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM MEALS. Set temperature to 180°C, and set time to 12 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). Check after 10 minutes if cooked.
- 5 When cooking is complete, carefully remove the entire rack with the lamb and vegetables.
- 6 Stir the bulgur wheat, then serve with lamb and broccoli.

**ZUBEREITUNG:** 10 MINUTEN | **MARINIEREN:** 30 MINUTEN  
**GESAMTGARZEIT:** 20 MINUTEN | **DAMPFAUFBAU:** 8 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN

### ZUTATEN

#### EBENE 1

150 g Bulgur  
350 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe  
10 g frischer Koriander mit Stängeln, gehackt  
1 rote Paprikaschote, entkernt und in 1 cm große Würfel geschnitten

#### EBENE 2

200 g Broccoli

#### EBENE 3

4 Lammsteaks (je 150 g)

#### MARINADE

1 Esslöffel Öl  
2 Teelöffel Gewürzmischung Ras el Hanout  
Meersalz und gemahlener schwarzer Pfeffer je nach Geschmack

### ANLEITUNG

- 1 Marinade für Lammsteaks zubereiten: Alle Zutaten für die Marinade in einer flachen Schüssel vermischen. Steaks hinzufügen. Das Fleisch in der Marinade mindestens 30 Minuten stehen lassen.
- 2 Bulgur waschen und abtropfen lassen. Alle Zutaten aus Ebene 1 in den Topf geben und unter Rühren gut vermischen.
- 3 Untere Schicht auf das Wenderost in niedriger Position in den Topf geben. Broccoli in die Mehrzweckform geben und Deckel auflegen. Auf den Rost stellen und oberste Schicht durch die Griffe des Wenderosts geben. Die Lammsteaks vorsichtig auf den Rost legen.
- 4 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM MEALS auswählen. Die Temperatur auf 180 °C und die Zeit auf 12 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 10 Minuten prüfen, ob das Fleisch gar ist.
- 5 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Rost mit Lamm und Gemüse vorsichtig aus dem Gerät nehmen.
- 6 Bulgur auflockern und mit Lamm und Broccoli servieren.

**PRÉPARATION :** 10 MINUTES | **MARINADE :** 30 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 20 MINUTES | **STEAM (CUIRE À LA VAPEUR) :** 8 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

### INGRÉDIENTS

#### NIVEAU 1

150 g de semoule perlée  
350 ml de bouillon de poulet ou de légumes  
10 g de coriandre fraîche, feuilles et tiges, hachées  
1 poivron rouge, épépiné et coupé en dés d'1 cm

#### NIVEAU 2

200 g de brocoli

#### NIVEAU 3

4 steaks d'agneau (150 g chacun)

#### MARINADE

1 cuillère à soupe d'huile  
2 cuillères à café de ras el-hanout  
Sel et poivre noir moulu, selon les goûts

### PRÉPARATION

- 1 Préparer la marinade pour les steaks d'agneau : dans un plat creux, mélanger tous les ingrédients de la marinade. Ajouter les steaks. Laisser mariner pendant minimum 30 minutes.
- 2 Rincer le blé et égoutter. Mettre tous les ingrédients du niveau 1 dans le fond de la cuve et bien mélanger.
- 3 Mettre le brocoli dans le moule tout usage, placer le couvercle sur le moule et fermer. Placer le moule sur le support réversible dans la cuve en position basse. Faire passer la partie supérieure dans les poignées de la grille. Déposer délicatement les steaks d'agneau sur le niveau supérieur du support.
- 4 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM. Sélectionner STEAM MEALS, régler la température sur 180 °C et la durée de cuisson sur 12 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer (le panneau de commande indique PRE le temps que la vapeur se forme, soit pendant environ 8 minutes, puis le minuteur se déclenche). Vérifier la cuisson au bout de 10 minutes.
- 5 À la fin de la cuisson, retirer avec précaution le support contenant l'agneau et le brocoli.
- 6 Remuer le blé et servir de suite avec l'agneau et le brocoli.

## CRISPY TOPPED SALMON, ASIAN STYLE VEGETABLES & NEW POTATOES

## KNUSPRIG ÜBERBACKENER LACHS, GEMÜSE NACH ASIATISCHER ART UND FRÜHKARTOFFELN

## SAUMON EN CROÛTE, LÉGUMES À L'ASIATIQUE ET POMMES DE TERRE NOUVELLES



**PREP:** 15 MINUTES | **COOK:** 19 MINUTES PLUS 10 MINUTES MARINATING  
**MAKES:** 4 SERVINGS | **STEAM BUILD:** 11 MINUTES

### INGREDIENTS

#### LEVEL 1

700g baby new potatoes, cut into half or quarters if large  
250ml water  
1 teaspoon salt

#### LEVEL 2

200g carrots, cut into thin sticks 7cm by 0.5cm  
2 sticks of celery, cut into thin sticks 7cm by 0.5cm

#### LEVEL 3

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, water and salt in the bottom of the pot. Stir together.
- 3 Place the bottom layer of the reversible rack in the lower position.
- 4 Place carrots and celery and fish marinade in the Multi-Purpose Tin and cover with lid. Place on top of rack and drop the top layer through the reversible rack handles. Carefully place the salmon on the top rack layer.
- 5 Close the lid and move slider to the COMBI-STEAM position. Select STEAM MEALS, set temperature to 170°C, and set time to 8 minutes. Press START/STOP to begin, (the display will show PRE for approximately 11 minutes as it steams, then the timer will start counting down).
- 6 When cooking is complete, carefully remove the entire rack with the salmon and vegetables.
- 7 Drain the new potatoes, then serve with salmon and vegetables.

**ZUBEREITUNG:** 15 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 19 MINUTEN, PLUS 10 MINUTEN MARINIERZEIT | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN | **DAMPFAUFBAU:** 11 MINUTEN

### ZUTATEN

#### EBENE 1

700 g kleine Frühkartoffeln, halbiert oder geviertelt, wenn groß  
250 ml Wasser  
1 Teelöffel Salz

#### EBENE 2

200 g Karotten, in dünne Streifen geschnitten (7x0,5 cm)  
2 Stangen Sellerie, in dünne Streifen geschnitten (7x0,5 cm)

#### EBENE 3

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, Wasser und Salz in den Topf geben. Zusammen umrühren.
- 3 Untere Schicht auf das Wenderost in niedriger Position stellen.
- 4 Karotten, Sellerie und Fischmarinade in die Mehrzweckform geben und mit Deckel verschließen. Auf den Rost stellen und oberste Schicht durch die Griffe des Wenderosts geben. Den Lachs vorsichtig oben auf den Rost legen.
- 5 Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position COMBI-STEAM stellen. STEAM MEALS 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. 11 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Rost mit Lachs und Gemüse vorsichtig aus dem Gerät entnehmen.
- 7 Frühkartoffeln abgießen und mit Lachs und Gemüse servieren.

**PRÉPARATION :** 15 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 19 MINUTES PLUS 10 MINUTES DE MARINADE | **MONTÉE EN PRESSION :** 11 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

### INGRÉDIENTS

#### NIVEAU 1

700 g de pommes de terre nouvelles, coupées en deux ou en quartiers si elles sont trop grandes  
250 ml d'eau  
1 cuillère à café de sel

#### NIVEAU 2

200 g de carottes, coupés en bâtonnets fins de 7 cm sur 0,5 cm  
2 branches de céleri, coupées en bâtonnets fins de 7 cm sur 0,5 cm

#### NIVEAU 3

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 Mettre les pommes de terre, l'eau et le sel dans le fond de la cuve. Bien mélanger.
- 3 Recouvrir le niveau inférieur du support réversible avec de l'aluminium.
- 4 Mettre les carottes et le céleri dans le moule tout usage et verser dessus la marinade du poisson. Placer le couvercle sur le moule et fermer. Placer le moule sur le support réversible en position de cuisson vapeur. Puis placer le support dans la cuve. Faire passer la partie supérieure dans les poignées de la grille. Déposer délicatement le saumon sur la partie supérieure du support.
- 5 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position COMBI-STEAM. Sélectionner STEAM MEALS, 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 11 minutes, puis le minuteur se déclenche).
- 6 À la fin de la cuisson, retirer avec précaution tout le support contenant le saumon et les légumes.
- 7 Égoutter les pommes de terre nouvelles, puis servir avec le saumon et les légumes.

# RATATOUILLE



**PREP:** 20 MINUTES | **COOK:** 31 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS  
**PRESSURE BUILD:** 12 MINUTES | **PRESSURE RELEASE:** QUICK

## 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 | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN  
**DRUCKAUFBAU:** 12 MINUTEN | **DRUCKENTLASTUNG:** SCHNELL

## 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

### TIPP

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

## 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.

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

## 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 | **COOK:** 23 MINUTES | **STEAM:** 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS  
**STEAM AIR FRY:** 15 MINS

### 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 | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN | **STEAM AIR FRY:** 15 MINUTEN

### 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 | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS  
**DURÉE DE CUISSON EN MODE RÔTI VAPEUR :** 15 MINUTES

### 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.



## POTATO AND BACON GRATIN

## KARTOFFELGRATIN MIT SPECK

## GRATIN DE POMMES DE TERRE AU BACON



**PREP:** 10 MINUTES | **COOK:** 37 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS  
**STEAM BUILD:** 11 MINUTES

### INGREDIENTS

25g butter  
1 medium onion, diced  
190g lardons or bacon  
chopped into little pieces  
1kg potatoes, peeled and  
cut into thin slices  
1 garlic clove, minced  
Salt and pepper, season  
to taste  
450ml vegetable or  
chicken stock  
100g Gruyère cheese,  
grated

### DIRECTIONS

- 1 Move slider to AIR FRY/COOKER position. Select SEAR/SAUTÉ and set to 4. Select START/STOP to begin. Add butter to pot and preheat for 2 minutes.
- 2 Stir in onion and lardons fry for a few minutes to brown, remove from pot. Turn off unit. Allow to cool for a few minutes.
- 3 Layer potatoes into pot with onion, lardons, garlic and season to taste.
- 4 Pour over stock and top with a layer of grated Gruyère.
- 5 Close the lid and move slider to COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY and set temperature to 180°C. Set time to 20 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 pot from unit and serve gratin hot.

**ZUBEREITUNG:** 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 37 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN  
**STEAM (DAMPFGAREN):** 11 MINUTEN

### ZUTATEN

25 g Butter  
1 mittelgroße Zwiebel,  
gewürfelt  
190 g Speckstreifen oder  
fein zerhackter Speck  
1 kg Kartoffeln,  
geschält und in dünne  
Scheiben geschnitten, 1  
Knoblauchzehe, gehackt  
Nach Belieben mit Salz und  
Pfeffer abschmecken.  
450 ml Gemüse- oder  
Hühnerbrühe  
100 g Gruyère-Käse,  
gerieben

### ANLEITUNG

- 1 Schieberegler auf die Position AIR FRY/COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und auf 4 einstellen. START/STOP auswählen, um zu beginnen. Butter in den Topf geben und 2 Minuten lang vorheizen.
- 2 Zwiebel und Speckstreifen unterrühren, goldbraun garen und aus dem Topf nehmen. Gerät ausschalten. Ein paar Minuten abkühlen lassen.
- 3 Kartoffeln mit Zwiebel, Speckstreifen, Knoblauch im Topf schichten und abschmecken.
- 4 Brühe dazugeben und mit einer Schicht geriebenen Gruyère bedecken.
- 5 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 20 Minuten einstellen. START/STOP auswählen, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 11 Minuten PRE an, während das Gerät dampft. Danach zählt der Timer herunter).
- 6 Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Topf aus dem Gerät nehmen und das Gratin heiß servieren.

**PRÉPARATION :** 10 MINUTES | **DURÉE TOTALE DE CUISSON :** 37 MINUTES  
**QUANTITÉ :** 4 PORTIONS | **STEAM (CUIRE À LA VAPEUR) :** 11 MINUTES

### INGRÉDIENTS

25 g de beurre  
1 oignon moyen, coupé  
en dés  
190 g de lardons ou de  
bacon coupés en petits  
morceaux  
1 kg de pommes de terre,  
pelées et tranchées  
finement  
1 gousse d'ail, émincée  
Sel et poivre  
450 ml de bouillon de  
poulet ou de légumes  
100 g de gruyère râpé

### PRÉPARATION

- 1 Mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur 4. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Ajouter le beurre dans la cuve et préchauffer pendant 2 minutes.
- 2 Incorporer l'oignon et les lardons et faire rissoler pendant quelques minutes jusqu'à coloration. Les retirer de la cuve. Éteindre l'appareil. Laisser refroidir pendant quelques minutes.
- 3 Dans la cuve, disposer en couches les pommes de terre, l'oignon, les lardons et l'ail. Assaisonner selon les goûts.
- 4 Verser dessus le bouillon et recouvrir d'une couche de gruyère râpé.
- 5 Fermer le couvercle et mettre le Slider sur la position STEAM CRISP. Appuyer sur STEAM AIR FRY, régler la température sur 180 °C et la durée sur 20 minutes. Appuyer sur START/STOP pour commencer 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, enlever la cuve de l'appareil et servir le gratin chaud.

## AUBERGINE PARMIGIANA

## AUBERGINEN-PARMIGIANA

## AUBERGINES À LA PARMIGIANA



**PREP:** 10 MINUTES | **TOTAL COOK TIME:** 55 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS  
**STEAM BUILD:** 11 ½ MINUTES | **COOK:** 20 MINUTES

### INGREDIENTS

750g aubergines  
Fine salt  
4 tablespoons olive oil, divided  
1 onion, finely diced  
2 garlic cloves, sliced  
2 400g can chopped tomatoes  
150ml red wine  
Pinch of sugar  
2 teaspoons dried oregano  
1 bay leaf  
Handful of basil leaves  
Salt and freshly ground black pepper  
200g mozzarella, thinly sliced  
125g grated Parmesan, or vegetarian equivalent

### DIRECTIONS

- 1 Cut aubergines into 1cm thin rounds and sprinkle with salt. Leave for 30 minutes before rinsing and patting dry.
- 2 In a bowl, toss aubergines in 2 tablespoons oil. Place aubergines in crisper basket.
- 3 Close the lid and move slider to the AIR FRY/COOKER position. Select AIR FRY and set time to 5 minutes and temperature to 200°C to preheat. Press START/STOP to begin preheating. Once preheated. Place basket in cooking pot. Select AIR FRY and set time to 12 minutes and temperature to 200°C. Press START/STOP to begin cooking. Once cooked remove and wipe out pot.
- 4 Make tomato sauce. 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. Heat for 1 minute before adding onions. Cook for 3 minutes, then add garlic, cook for 2-3 minutes until soft, add tomatoes, wine, sugar, oregano, bay and basil leaves. Season to taste. Set temperature to 2 and simmer for 20 minutes until sauce is thick. Select START/STOP to turn off SEAR/SAUTÉ.
- 5 To start layering into pot; transfer all but a thin layer of sauce into a bowl from pot. Top sauce with a layer of aubergine slices, grated Parmesan and sliced mozzarella. Then repeat the layers with tomato sauce etc. until you run out of aubergines. Finish the top layer with the tomato sauce and grated Parmesan.
- 6 Close the lid and move slider to COMBI-STEAM position. Select STEAM AIR FRY and set temperature to 180°C. Set time to 20 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).
- 7 When cooking is complete, remove pot from unit and allow to cool slightly, serve warm.

**NOTE:**  
The pressure release valve does not need adjusting.

**ZUBEREITUNG:** 10 MINUTEN | **GESAMTGARZEIT:** 55 MINUTEN | **ERGIBT:** 4 PORTIONEN  
**DAMPFAUFBAU:** 11 ½ MINUTEN | **GARZEIT:** 20 MINUTEN

### ZUTATEN

750 g Auberginen  
Feines Salz  
4 Esslöffel Olivenöl, aufgeteilt  
1 Zwiebel, fein gewürfelt  
2 Knoblauchzehen, in Scheiben  
2 Dosen Tomaten, stückig (je 400 g)  
150 ml Rotwein  
Eine Prise Zucker  
2 Teelöffel getrockneter Oregano  
1 Lorbeerblatt  
Eine Handvoll Basilikumblätter  
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
200 g Mozzarella, in dünne Scheiben geschnitten  
125 g geriebener Parmesan oder vegetarisches Äquivalent

### ANLEITUNG

- 1 Die Auberginen in 1 cm dünne Scheiben schneiden und mit Salz bestreuen. 30 Minuten ruhen lassen, dann abspülen und trocken tupfen.
- 2 Die Auberginen in einer Schale in 2 Esslöffeln Öl schwenken. Die Auberginen in den Korb geben.
- 3 Den Deckel schließen und den Schieberegler auf die Position AIR FRY/COOKER stellen. AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 5 Minuten einstellen. Zum Vorheizen auf START/STOP drücken Nach dem Vorheizen. Den Korb in den Kochtopf stellen. AIR FRY auswählen, die Temperatur auf 200 °C und die Zeit auf 12 Minuten einstellen. Auf START/STOP drücken, um mit dem Garen zu beginnen. Nach dem Garen den Topf entfernen und auswischen.
- 4 Tomatensauce zubereiten. 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. Vor dem Hinzufügen der Zwiebel eine Minute lang vorheizen. Für 3 Minuten Garen, dann den Knoblauch hinzugeben, 2-3 Minuten garen, bis er weich ist, dann die Tomaten, den Wein, den Zucker, den Oregano, das Lorbeerblatt und die Basilikumblätter hinzugeben. Nach Geschmack würzen. Die Temperatur auf 2 stellen und 20 Minuten lang köcheln lassen, bis die Sauce dick ist. START/STOP auswählen, um SEAR/SAUTÉ zu deaktivieren.
- 5 Um mit dem Schichten im Topf zu beginnen, die gesamte Sauce bis auf eine dünne Schicht vom Topf in eine Schale geben. Die Sauce mit einer Lage von Auberginenscheiben, geriebenem Parmesan und Mozzarellascheiben belegen. Dann abwechselnd mit Lagen von Sauce gefolgt von Auberginen usw. fortfahren, bis keine Auberginen mehr übrig sind. Mit einer oberen Lage aus Tomatensauce und geriebenem Parmesan abschließen.
- 6 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 20 Minuten einstellen. START/STOP auswählen, um mit dem Garen zu beginnen (Das Display zeigt für ca. 11 Minuten PRE an, während das Gerät dämpft. Danach zählt der Timer herunter).
- 7 Wenn der Vorgang abgeschlossen ist, den Topf aus dem Gerät nehmen und kurz abkühlen lassen. Warm servieren.

**HINWEIS:**  
Das Druckventil muss nicht angepasst werden.

**PRÉPARATION :** 10 MINUTES | **TEMPS DE CUISSON :** 55 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS  
**MONTÉE EN PRESSION :** 11 MINUTES ET 30 SECONDES | **CUISSON :** 20 MINUTES

### INGRÉDIENTS

750 g d'aubergines  
Sel fin  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive, à ajouter séparément  
1 oignon, coupé en petits dés  
2 gousses d'ail, émincées  
2 conserves de 400 g de tomates concassées  
150 ml de vin rouge  
1 pincée de sucre  
2 cuillères à café d'origan séché  
1 feuille de laurier  
1 poignée de feuilles de basilic  
Sel et poivre noir fraîchement moulu  
200 g de mozzarella, coupée en fines tranches  
125 g de parmesan râpé (ou équivalent végétarien)

### PRÉPARATION

- 1 Coupez les aubergines en rondelles d'1 cm et saupoudrez-les de sel. Laissez-les reposer 30 min, puis rincez-les et séchez-les en les tapotant avec un essuie-tout.
- 2 Dans un bol, mélangez les aubergines avec 2 cuillères à soupe d'huile. Placez-les dans le bac à cuisson.
- 3 Fermez le couvercle et faites glisser le curseur sur la position AIR FRY/COOKER (Frire sans huile/Cuiseur). Appuyez sur AIR FRY (Frire sans huile), réglez la durée de préchauffage sur 5 minutes et la température sur 200 °C. Appuyez sur START/STOP (Marche/Arrêt) pour démarrer le préchauffage. Une fois l'appareil préchauffé, placez le bac dans la cuve de cuisson. Appuyez sur AIR FRY (Frire sans huile) et réglez la durée sur 12 minutes et la température sur 200 °C. Appuyez sur START/STOP (Marche/Arrêt) pour lancer la cuisson. Une fois la cuisson terminée, retirez et essuyez la cuve.
- 4 Préparez la sauce tomate. Sélectionnez SEAR/SAUTÉ (Saisir/Faire sauter) et réglez la température sur 4. Appuyez sur START/STOP (Marche/Arrêt) pour préchauffer l'appareil pendant quelques minutes. Ajoutez 2 cuillères à soupe d'huile dans la cuve. Laissez chauffer pendant 1 minute, puis ajoutez les oignons. Laissez cuire pendant 3 minutes, puis ajoutez l'ail, faites revenir 2-3 minutes, puis incorporez les tomates, le vin, le sucre, l'origan, la feuille de laurier et le basilic. Assaisonnez selon vos goûts. Réglez la température sur 2 et laissez mijoter pendant 20 minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe. Sélectionnez START/STOP (Marche/Arrêt) pour arrêter la cuisson en mode SEAR/SAUTÉ (Saisir/Faire sauter).
- 5 Commencez à assembler le plat. Versez presque toute la sauce dans un bol en ne conservant qu'une fine couche de sauce dans la cuve. Recouvrez cette dernière de rondelles d'aubergines, de parmesan râpé, puis de tranches de mozzarella. Répétez cette étape et superposez les couches sauce-aubergines-parmesan-mozzarella jusqu'à être à court d'aubergine. Terminez en couvrant du reste de sauce tomate et saupoudrez de parmesan.
- 6 Fermez le couvercle et faites glisser le curseur sur la position COMBI-STEAM (Cuire à la vapeur). Appuyez sur STEAM AIR FRY (Frire et vapeur) et réglez la température sur 180 °C et la durée sur 20 minutes. Appuyez sur START/STOP (Marche/Arrêt) pour commencer 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).
- 7 Lorsque la cuisson est terminée, sortez la cuve de l'appareil et laissez refroidir légèrement. Servir chaud.

**REMARQUE :**  
La soupape de décompression n'a pas besoin de réglage.

## 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 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 Schieberegler auf die Position AIR FRY/ COOKER stellen. SEAR/SAUTÉ auswählen und 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 Mettre le Slider sur la position AIR FRY/COOKER. Appuyer sur SEAR/SAUTÉ et régler la 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 | **MAKES:** 8 SERVINGS  
**STEAM:** 20 MINUTES

#### 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 a Multi-Purpose 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 COMBI-STEAM 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 if cooked 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  
**ERGIBT:** 8 PORTIONEN | **DAMPFAUFBAU:** 20 MINUTEN

#### 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. Mehrzweckform mit weicher Butter einfetten. Boden und Seite der Form 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 vermengt 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  
**QUANTITÉ :** 8 PORTIONS | **MONTÉE EN PRESSION :** 20 MINUTES

#### INGREDIENTS

300 g de farine  
15 g de levure chimique  
1 cuillère à café de cannelle  
½ cuillère à café de noix de muscade  
¼ 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 amener le curseur en position médiane.
- 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 | **MAKES:** 8-10 SERVINGS  
**STEAM:** 20 MINUTES

### 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 Multi-Purpose 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 | **ERGIBT:** 8-10 PORTIONEN  
**STEAM:** 20 MINUTEN

### ZUTATEN

#### KEKSBODEN

80 g Vollkornkekskrümel  
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 Mehrzweckform 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 Beerensauce 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 für den mittleren Modus 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 Beerensauce servieren.

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

### 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 Ninja 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 amener le curseur en position médiane.
- 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.

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.

OL650EU\_IG\_MP\_285x210mm\_210921\_Mv4