

• MULTIFUNCTIONAL TURBO AIR FRYER •
• МУЛЬТИФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТУРБО-АЭРОГРИЛЬ •

MODEL/МОДЕЛЬ: G-101-EVA


KENWELL

КНИГА РЕЦЕПТОВ



РЕЦЕПТЫ

Рецепты носят рекомендательный характер. Результаты могут существенно варьироваться в зависимости от используемых продуктов, размера кусочков, объема приготавливаемых продуктов и индивидуальных кулинарных и вкусовых пристрастий. Всегда проверяйте блюдо на степень готовности и, если необходимо корректируйте время и температуру. Продукты готовились при напряжении в сети 220 В и температуре окружающей среды 25 °С.

Куриная голень

Вес: 750 г (9-10 шт.)

Время и температура приготовления: 35 минут, 200°С

Мясо промыть и просушить полотенцем. Смазать специями, солью и перцем. Смешать с 2 ст.л. растительного масла в миске. Оставить мариноваться 20 минут. Смазать поддон маслом и выложить на него мясо.



Стриплойн-стейк

Мясо категории А

Вес 1 шт.: 225 г

Толщина: до 2 см

Время и температура приготовления: 10 минут, 200°С

Стейк вымыть и просушить полотенцем. Смазать солью и перцем. Оставить мариноваться 10 минут. На поддон в чаше установить решетку в высоком положении. Решетку смазать маслом и выложить на нее стейк. Готовить 5 минут с каждой стороны.



Свиная котлета на кости

Вес 1 шт. 142 г

Толщина: 1-1,5 см

Время и температура приготовления: 6 минут, 200°С

Стейк вымыть и просушить полотенцем. Смазать солью и перцем. Оставить мариноваться 10 минут. На поддон в чаше установить решетку в высоком положении. Решетку смазать маслом и выложить на нее стейк. Готовить 3 минуты с каждой стороны.



Шейка / буженина свиная в фольге

Шейка или свиной окорок: 800 г

Чеснок – 3-4 зубчика

Соль - 1 ч. л.

Перец черный молотый - 0,5 ч. ложки

Перец черный горошком - 6-8 горошин

Время и температура приготовления: 60 минут, 180°С

Чеснок очистить, нарезать тонкими ломтиками. Мясо вымыть, обсушить салфеткой. При необходимости обрезать кожу, оставив тонкий слой сала. Острым



ножом сделать в мясе по всей поверхности несколько глубоких отверстий и вложить в каждое по ломтику чеснока и по горошине душистого перца. Затем обмазать окорок солью и черным перцем. Завернуть мясо в фольгу. Прогреть прибор 3 минуты. Заложить мясо на поддон в чаше. По окончании программы извлечь и проверить мясо на готовность, сделав в нем срез. Если из среза идет прозрачная жидкость, значит мясо готово. Если же из среза идет розовая жидкость или кровь, необходимо доготовить продукт еще 20-30 минут.

Шампиньоны с луком и зеленью

Шляпки шампиньонов: 350 г

Лук репчатый, очищенный: 72 г

Зелень (укроп, петрушка, зеленый лук): 18 г

Время и температура приготовления: 15-17 минут, 200°C

Очищенный лук нарезать крупными кольцами. Зелень крупно нарезать. Смешать шляпки, лук и зелень в миске, посолить, поперчить, добавить 2 ст.л. растительного масла. Перемешать и выложить на поддон в чаше.

В процессе готовки перемешивать 2-3 раза.



Овощная мексиканская смесь (замороженная)

Вес: 400 г

Время и температура приготовления: 15-17 минут, 200°C

Выложить смесь в миску, посолить, поперчить, добавить 1 ст.л. растительного масла, перемешать, выложить на поддон в чаше. В процессе приготовления перемешивать 2-3 раза.



Креветки в медово-горчичном соусе

Креветки свежемороженые тигровые (16/20)

Чистый вес после размораживания: 300 г

Время и температура приготовления: 11-12 минут, 200°C

Соус: 1 ст.л. растительного масла, 1 ст.л. горчицы, 1 ст.л. меда, чеснок-2-3 зубчика выдавить чеснокодавкой, соль и черный молотый перец по вкусу.

Креветки разморозить, вымыть, высушить на полотенце, надрезать панцирь сверху маникюрными ножницами, замариновать в медово-горчичном соусе

в миске, оставить на 20-30 минут пропитаться. Прибор прогреть 3 минуты. Выложить креветки на поддон в чаше. Перемешивать или встряхивать в процессе приготовления.



Мясной пирог

Готовое слоеное бездрожжевое тесто: 250 г

Фарш из телятины: 200 г

Лук репчатый: 72 г

Зелень (укроп, петрушка, лук зеленый): 22 г
2 ст.л. растительного масла для пассировки
Соль, молотый черный перец: по вкусу
Время и температура приготовления: 25 минут,
180°C

Лук очистить, мелко нарезать и пассировать на сковороде 3 минуты, добавить фарш, посолить, поперчить и тушить 9-10 минут, чтобы влага испарилась. Выложить фарш в миску для остывания, смешать с зеленью. Раскатать тесто в круг диаметром 26 см. В середину теста выложить фарш. Собрать края теста в середину (как у большого беляша), защипнуть, не оставляя отверстия. Диаметр пирога должен быть на 2 см меньше диаметра поддона. Прогреть прибор 3 минуты. Смазать поддон маслом и выложить пирог на поддон. Через 20 минут аккуратно перевернуть пирог на другую сторону и выпекать до окончания программы. (Для переворачивания пирога - извлеките чашу из прибора, накройте большим блюдом и аккуратно переверните чашу вверх дном. Для манипуляций с горячими предметами / едой всегда одевайте кухонные перчатки или используйте кухонное полотенце.)



Слойки с творогом и черной смородиной

Готовое слоеное бездрожжевое тесто
Творог 9 %: 85 г
Замороженная черная смородина: 2-3 ч.л.
Сахар (песок): 3-4 ч.л.
Яйцо: 1 шт.
Время и температура приготовления: 13 минут,
175°C

Одна закладка: 4 слойки
Вес 1 слойки (сырое изделие): 76 г
Творог, ягоды и сахар смешать в миске.
Раскатать 4 квадрата 10*10 см, толщиной 2-3 мм из готового слоеного бездрожжевого теста. В середину квадрата уложить начинку. Сделать конвертик и защипать края. Прогреть прибор 3 минуты. Смазать поддон маслом и выложить слойки на поддон. За 2 минуты до окончания программы смазать поверхность слоев яичным желтком.



Слойки с яблоками

Готовое слоеное бездрожжевое тесто
2 средних яблока – по 120 г
Сахар песок: 3 ч.л.
Яйцо: 1 шт.
Время и температура приготовления: 15 минут,
175°C

Одна закладка: 4 слойки
Вес 1 слойки (сырое изделие): 93 г
Яблоки очистить от кожуры и сердцевин, нарезать на тонкие кусочки.



Яблоки и сахар смешать в миске. Раскатать 4 квадрата 10*10 см, толщиной 2-3 мм из готового слоеного бездрожжевого теста. В середину квадрата уложить начинку. Сделать конвертик и защипать края. Прогреть прибор 3 минуты. Смазать поддон маслом и выложить слойки на поддон. За 2 минуты до окончания программы смазать поверхность слоев яичным желтком.

Маффины ванильные с вишней

Тесто: на 11-13 порций (силиконовые или бумажные формы: верхний диаметр-6,5 см, высота-3,3 см)

Мука (белая): 1 стакан (160 г), сахар: 3/4 стакана (150 г), сахар ванильный -3-5 г, сода -0,5 ч.л., кислота лимонная -0,5 ч.л., молоко – 80 мл, яйцо (СО) – 1 шт., масло сливочное (82,5%) - 40 г (размягченное), вишня (ягода без косточки) -11-13 шт.

(Примечание: лимонную кислоту и соду можно заменить на 1 ч.л. разрыхлителя для теста)

Время и температура приготовления: 12-14 минут, 180°C / Одна закладка: 5-6 форм

Растереть масло с сахаром до однородности. Добавить яйцо, смешать, добавить молоко, размешать. В муку всыпать соду и лимонную кислоту, размешать. Муку всыпать в жидкую смесь. Хорошенько размешать до однородности. Разложить тесто по формам (2/3 объема формы). Воткнуть в тесто 1 вишенку. Прогреть прибор 3 минуты. Заложить формы на поддон в чашу. Выпекать до готовности. Степень готовности можно проверить спичкой, воткнув ее в середину изделия. Если спичка выйдет сухой, значит изделие пропеклось и его можно излекать из прибора. Примечание: Не изымайте маффины из форм сразу после выпечки. Дайте им немного остыть.



Картофель фри (замороженный, тонкий)

Вес: 350 г

Время и температура приготовления:
15 минут, 200 °C

Выложить картофель на поддон в чаше. Жарить до готовности, периодически встряхивая в процессе приготовления.

Если вы готовите 700 г картофеля, его необходимо встряхивать 2-3 раза в процессе приготовления.



Картофельные дольки (из свежего картофеля)

Вес: 400 г

Время и температура приготовления:
22 минуты, 200°C

Очистить картофель от кожуры и нарезать его на ломтики (толщиной 0,5 см). Замочить ломтики в миске с водой комнатной температуры на 30 минут. Слить воду и хорошо просушить ломтики кухонным полотенцем. Можно просушить дольки в приборе на 90 С- 10 минут. В отдельную миску налить 2



столовые ложки растительного масла, добавить картофель и хорошенько размешать. Картофель модно посыпать паприкой. Аккуратно выложить дольки картофеля на поддон в чашу. Встряхивать чашу в процессе жарки 2-3 раза для равномерного приготовления. Внимание! Картофель перед приготовлением не солить, иначе картофель выделит влагу и не будет хрустящим. После приготовления картофель посолить, встряхнуть и выложить на блюдо.

Бекон (сырой)

Кол-во: 5-6 полосок

Время и температура приготовления: 9 минут, 200°C

Бекон вымыть и высушить на полотенце. Посолить и поперчить. Выложить на поддон в чаше и запекать.



Куриные наггетсы классические (замороженные)

Вес: 300 г (12 шт.)

Время и температура приготовления: 11 минут, 185°C

Выложить на поддон в чаше и запекать.



Куриная грудка без кости

Кол-во: 1 шт. (250 г)

Время и температура приготовления: 15 минут, 200°C

Грудку вымыть и высушить на полотенце. Посолить и поперчить, смазать маслом. Поддон в чаше смазать маслом, выложить на него грудку и запекать.



Куриное бедро на кости, без кожи

Вес: 860 г (6 шт.)

Время и температура приготовления: 35 минут, 200°C

Мясо вымыть и высушить на полотенце. Смазать специями и добавить 2 ст.л. растительного масла, замариновать на 15-20 минут. Выложить на поддон в чаше и запекать. В процессе приготовления перевернуть бедра на другую сторону.



Куриные крылышки

Вес: 800 г (9 шт.)

Время и температура приготовления:
25 минут, 200°C

Крылышки вымыть и высушить на полотенце. Смазать специями, смешать с 2 ст.л. растительного масла. На смазанный маслом поддон в чаше выложить крылья. В процессе приготовления перевернуть крылышки на другую сторону.

**Шашлык из индейки (из бедра)**

Время и температура приготовления: 18-20 минут,
200°C

Вес: 600 г (размеры кусочков: 4*4 см)

Если мясо замариновано в жидкости, ее необходимо слить. Подсушить мясо на полотенце. Маринованный шашлык смешать с 2 ст.л. растительного масла. Выложить на поддон в чаше и запекать. Перемешивать в процессе приготовления.

**Котлетки домашние**

Фарш (50% свинина, 50 % телятина): 450 г

Репчатый лук: 70 г

Зелень (укроп, петрушка): 15 г

Яйцо С1: 1 шт. (45 г)

Чеснок: 2 зубчика

Время и температура приготовления: 15-17 минут,
200°C

Лук очистить, мелко нарубить. Зелень мелко нарубить. Чеснок очистить и выдавить через чеснокодавку. В фарш добавить зелень, лук, яйцо, чеснок, соль и перец по вкусу. Смешать и сформировать котлеты. Вес 1 котлеты примерно 80 г. На смазанный маслом поддон в чаше выложить котлетки и запекать до готовности.

**Рыбные палочки (замороженные)**

Время и температура приготовления: 13 минут,
200°C

Вес: 300 г

Выложить рыбные палочки на поддон в чаше. Жарить до готовности.



Стейк из лосося (охлажденный)

Вес 1 шт.: 350 г

Толщина: 2 см

Время и температура приготовления:

15 -17 минут, 200°C

Стейк вымыть и высушить на полотенце. Натереть солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком. Выложить на смазанный маслом поддон. Запекать до готовности. Выложить стейк на блюдо и слегка нажать сверху вилкой. Если выделяется прозрачная жидкость – стейк готов.

Соус к стейку: протертый огурец смешать с 1% йогуртом -2 ст.л., подсолить, добавить мелко порезанный чеснок, щепотку орегано.



Запеченный карась (свежий)

Кол-во: 2 шт.

Вес 1 шт.: 400 г

Время и температура приготовления:

22 минут, 180°C

Рыбу помыть, очистить и выпотрошить. Посолить и поперчить снаружи и внутри. Смазать растительным маслом. На смазанный поддон в чаше выложить рыбу и запекать до готовности.



Шрудель

Готовое слоеное бездрожжевое тесто: 250 г

Яблоки чищенные, без сердцевины: 129 г

Изюм мытый: 30 г

Арахис жаренный: 10 г

Сахар: 3-4 ч.л.

Время и температура приготовления: 25 минут, 180°C

В миске смешать порезанные яблоки, изюм и арахис, добавить сахар. Все хорошенько перемешать. Раскатать тесто в прямоугольник. В середину теста выложить начинку. Сформировать рулет, защипнуть края. Прогреть прибор 3 минуты. Смазать поддон маслом и выложить на него рулет. Через 20 минут аккуратно перевернуть рулет на другую сторону и выпекать до окончания программы. (Для переворачивания пирога - извлеките чашу из прибора, накройте большим блюдом и аккуратно переверните чашу вверх дном. Для манипуляций с горячими предметами / едой всегда одевайте кухонные перчатки или используйте кухонное полотенце.)



Пирог с брынзой и зеленью

Готовое слоеное бездрожжевое тесто: 250 г

Брынза слабосоленая: 200 г

Зелень (укроп, петрушка, лук зеленый): 60 г

Соль и черный молотый перец по вкусу.

Время и температура приготовления:

30 минут, 180°C

Зелень крупно измельчить, смешать с брынзой, посолить, поперчить. Раскатать тесто в тонкий прямоугольник. По периметру теста выложить начинку. Скатать колбаску и свернуть в улитку, защипнуть края, не оставляя отверстий.

Сверху примять скалкой. Диаметр пирога должен быть на 2-3 см меньше диаметра поддона. Прогреть прибор 3 минуты. Смазать поддон маслом и выложить пирог на поддон. Через 20 минут аккуратно перевернуть пирог на другую сторону и выпекать до окончания программы. (Для переворачивания пирога - извлеките чашу из прибора, накройте большим блюдом и аккуратно переверните чашу вверх дном. Для манипуляций с горячими предметами / едой всегда одевайте кухонные перчатки или используйте кухонное полотенце.)

**Крутоны (сухарики)**

Свежий белый хлеб (батон)

Вес: 67 г

Время и температура приготовления: 5-6 минут, 165°C

Нарезать хлеб на кубики размером примерно 1,5*1,5*1,5 см. Заложить на поддон в чаше. Встряхивать в процессе приготовления.

**Брюссельская капуста в медово-соевом соусе**

Замороженная: 400 г

Мед: 1 ст.л.

Соевый соус: 1 ст.л.

Растительное масло: 2 ст.л.

Соль и черный молотый перец по вкусу

Время и температура приготовления:

15 минут, 200°C

Капусту слегка разморозить и порезать на половинки. В миску с капустой добавить мед, соевый соус, растительное масло, соль и перец. Хорошенько размешать. Аккуратно выложить капусту на смазанный маслом поддон. Перемешивать в процессе приготовления.

**Пирог с ветчиной и сыром**

Готовое слоеное бездрожжевое тесто: 250 г

Ветчина куриная: 180 г

Сыр: 100 г

Время и температура приготовления:

25 минут, 180°C



Ветчину и сыр нарезать соломкой или кусочками. Не сильно мельчите ветчину. Раскатать тесто в круг диаметром 26 см. В середину теста выложить ветчину, а сверху сыр. Собрать края теста в середину (как у большого беляша), защипнуть, не оставляя отверстия. Диаметр пирога должен быть на 2 см меньше диаметра поддона. Прогреть прибор 3 минуты. Смазать поддон маслом и выложить пирог на поддон. Через 20 минут аккуратно перевернуть пирог на другую сторону и выпекать до окончания программы. (Для переворачивания пирога - извлеките чашу из прибора, накройте большим блюдом и аккуратно переверните чашу вверх дном. Для манипуляций с горячими предметами / едой всегда одевайте кухонные перчатки или используйте кухонное полотенце.)

Салат цезарь (2 порции)

Куриная грудка: 250 г

Сыр твердый (пармезан): 50 г

Крутоны: 44 г / Салат зеленый: 100 г

Помидоры черри: 12-15 шт.

Приготовьте грудку и крутоны по рецептам. Для соуса: натуральный йогурт - 150 г; чеснок - 10 г; горчица - 1 ч.ложка; соль по вкусу.

Приготовление: 1. Для соуса пропустить очищенный чеснок через пресс и смешать его с йогуртом и горчицей. Оставить заправку в сторону. Листья салата и помидоры вымыть и высушить на полотенце. На блюдо выложить листья салата, сверху кусочки куриной грудки и разрезанные пополам черри, полить соусом. Посыпать тертым на мелкой терке сыром и сверху уложить крутоны. Снова полить соусом и подавать на стол.



Шоколадные маффины с грецким орехом

Тесто: на 11-13 порций

(силиконовые или бумажные формы: верхний диаметр-6,5 см, высота-3,3 см)

Мука (белая): 1 стакан (160 г), 3/4 стакана (150 г), какао-порошок - 2-3 ст.л., сода -0,5 ч.л., кислота лимонная -0,5 ч.л., молоко – 80 мл, яйцо (СО) – 1 шт., масло сливочное (82,5%) - 40 г (размягченное), чищенный грецкий орех -15 г (размельчить).

(Примечание: лимонную кислоту и соду можно заменить на 1 ч.л. разрыхлителя для теста)

Время и температура приготовления: 12-14 минут, 180°C / Одна закладка: 5-6 форм.

Растереть масло с сахаром до однородности. Добавить яйцо, смешать, добавить молоко, размешать. В муку всыпать соду и лимонную кислоту, какао-порошок и размешать. Муку всыпать в жидкую смесь. Хорошенько размешать до однородности. Добавить грецкие орехи. Разложить тесто по формам (2/3 объема формы). Прогреть прибор 3 минуты. Заложить формы на поддон в чашу. Выпекать до готовности. Степень готовности можно проверить спичкой, воткнув ее в середину изделия. Если спичка выйдет сухой, значит изделие пропеклось и его можно излекать из прибора. Примечание: Не изымайте маффины из форм сразу после выпечки. Дайте им немного остыть.

