

DEMIAND

ЛЕГКАЯ

КНИГА РЕЦЕПТОВ

Для аэрогриля

Запекайте, выпекайте

или готовьте в аэрогриле

не только для особых случаев,

но и на каждый день

КЛАССИЧЕСКИЕ

БЛЮДА

с изюминкой

ИСКУССТВО В КАЖДОМ ХРУСТЕ!



7 ноября
четверг

выпуск #21

6

вкусных и простых
рецептов

Острые
яблочные чипсы

Вкусный

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Советы	стр 3-4
2. Фахитас из свинины	стр 5-7
3. Острые яблочные чипсы	стр 8-10
4. Спринг-роллы с грибами	стр 11-13
5. Шоколадный торт	стр 14-16
6. Острые брюссельские ростки с беконом	стр 17-19
7. Яблочная галета	стр 20-22





СОВЕТЫ, КОТОРЫЕ БУДУТ ПОЛЕЗНЫ ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ БЛЮД ИЗ НАШЕГО ЖУРНАЛА

1. Масло не оказывает вреда при готовке, когда используется в соответствии с рекомендациями по температуре. Например, некоторые масла, могут использоваться для жарки при средних температурах, так как они обладают высокой точкой кипения и стабильны при нагревании. Также, масло можно использовать безопасно с помощью наших аэрогрилей, так как можно выставить точную температуру. Перегрев не допускается, следовательно готовка на масле не приводит к образованию вредных веществ.

- Рафинированное подсолнечное масло: около 232°C
- Оливковое масло: около 190-220°C
(рекомендуем Extra Virgin)

- 
- Арахисовое масло: около 232°C
 - Рафинированное кукурузное масло: около 232°C
 - Рафинированное соевое масло: около 238°C
 - Оливковое масло: около 190-220°C
 - Кокосовое масло: около 177°C
 - Масло гранатовой косточки: около 204°C
 - Точка дымления у масла виноградной косточки обычно составляет около 216-242°C. Это делает его отличным выбором для жарки и глубокого жарения, так как оно обладает высокой стабильностью при нагревании.

2. При приготовлении рекомендуем устанавливать решетку или корзину, идущую в комплекте с аэрогрилем. Это нужно для того, чтобы горячий воздух обволакивал еду со всех сторон.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
15
мин.

4

Порций

DEMIAND

ФАХИТАС

ИЗ СВИНИНЫ

ФАХИТАС ИЗ СВИНИНЫ

Ингредиенты:

- 2 бескостные ребра свинины (или 1½ чашки нарезанной свинины)
- ¾ чашки нарезанного болгарского перца
- 3–4 ч. ложки приправы для тако
- 2–3 ч. ложки порошка острого чипотле
- 3 зубчика чеснока, измельченные
- ½ банки жареных томатов с зелеными перцами и чесноком (около 200 г)
- растительное масло

ФАХИТАС ИЗ СВИНИНЫ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 200°C. Смажьте форму для выпечки растительным маслом.
2. В миске смешайте свинину, перцы, приправы, чеснок и добавьте 2 столовые ложки воды. Переложите в форму.
3. Поставьте форму на решетку аэрогриля и готовьте 4 минуты, перемешайте и продолжайте готовить еще 2 минуты. Добавьте томаты и готовьте до мягкости овощей (6–8 минут). При необходимости добавьте еще немного воды или томатов.
4. Подавайте с подогретыми тортильями, на рисе или зеленых листьях салата.



ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
12
мин.

1

Порций

DEMIAND

ЯБЛОЧНЫЕ ЧИПСЫ

ОСТРЫЕ



ОСТРЫЕ ЯБЛОЧНЫЕ ЧИПСЫ

Ингредиенты:

- 1 яблоко
- 1–2 чайные ложки оливкового масла
- 1/2 чайной ложки молотой корицы
- 1/2 чайной ложки молотого кардамона

ОСТРЫЕ ЯБЛОЧНЫЕ ЧИПСЫ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 180°C.
2. С помощью мандолины нарежьте яблоко тонкими ломтиками поперек. С помощью ножа удалите сердцевину и семена.
3. В средней миске смешайте оливковое масло, корицу и кардамон. Добавьте ломтики яблок и аккуратно перемешайте, чтобы каждый ломтик был покрыт с обеих сторон.
4. Переложите яблоки на решетку аэрогриля и готовьте в течение 5–7 минут. Переверните чипсы, готовьте еще 4–5 минут до желаемой хрустящей текстуры.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
25
мин.

4

Порций

DEMIAND



СПРИНГ-РОЛЛЫ

С ГРИБАМИ

СПРИНГ-РОЛЛЫ С ГРИБАМИ

Ингредиенты:

- 2 чайные ложки кунжутного или растительного масла
- 2 крупных гриба портобелло (шампиньона), без стеблей и пластинок, нарезанных полосками
- 1 чайная ложка чесночного порошка
- 4 чашки смеси для капустного салата
- 4 больших листа для спринг-роллов
- Соль

СПРИНГ-РОЛЛЫ С ГРИБАМИ

Приготовление:

1. В сковороде на среднем огне обжарьте грибы, добавьте чесночный порошок и большую щепотку соли. Готовьте, помешивая, пока грибы не начнут выделять сок, около 2 минут. Добавьте смесь для капустного салата и готовьте до мягкости, еще 3–5 минут. Снимите с огня и оставьте остывать.
2. Обмакивайте лист спринг-ролла в воду, чтобы он стал мягким. На центр листа положите 1-2 столовые ложки начинки и аккуратно заверните его в рулет.
3. Разогрейте аэрогриль до 180°C.
4. Выложите спринг-роллы на решетку аэрогриля, смазав их растительным маслом. Готовьте около 10-15 минут, переворачивая, до золотистой корочки.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
50
мин.

6

Порций

DEMIAND



ТОРТ

ШОКОЛАДНЫЙ

ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ

Ингредиенты:

- 1/4 чашки муки
- 1/2 чайной ложки разрыхлителя
- 8 столовых ложек сливочного масла
- 1/2 чашки шоколадных капель
- 3 крупных яйца, комнатной температуры
- Растительное масло
- Соль

ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ

Приготовление:

1. Смажьте форму для торта растительным маслом и выстелите дно пергаментом, нарезанным полосками шириной 10 см, чтобы потом легко вытащить.
2. В небольшой миске смешайте муку, разрыхлитель и щепотку соли.
3. Растопите сливочное масло (25–45 секунд). Добавьте $\frac{1}{4}$ чашки шоколадных капель и перемешайте до однородности. Вмешайте яйца и сухие ингредиенты.
4. Разогрейте аэрогриль до 180°C . Вылейте тесто в форму, накройте фольгой, поставьте на решетку аэрогриля и выпекайте 40–45 минут. Снимите фольгу и готовьте еще 3–5 минут до чистой зубочистки.
5. Для глазури растопите масло. Добавьте оставшуюся $\frac{1}{4}$ часть чашки шоколадных капель и взбивайте до однородной массы. Равномерно нанесите глазурь на верх торта.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
25
мин.

2

Порций

DEMIAND

ОСТРЫЕ БРЮССЕЛЬСКИЕ РОСТКИ

С БЕКОНОМ

ОСТРЫЕ БРЮССЕЛЬСКИЕ РОСТКИ С БЕКОНОМ

Ингредиенты:

- Около 225 гр средних брюссельских ростков, обрезанных и разрезанных пополам вдоль
- 1 ломтик бекона с перцем, приготовленного и измельченного
- 2 столовые ложки острого соуса (по вкусу)
- 2 столовые ложки оливкового масла
- Раскрошенный сыр с плесенью (по желанию)
- Соль
- Свежемолотый черный перец
- Растительное масло

ОСТРЫЕ БРЮССЕЛЬСКИЕ РОСТКИ С БЕКОНОМ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 200°C.
2. В большой миске смешайте брюссельские ростки, бекон, острый соус, оливковое масло и хорошую щепотку соли и перца.
3. Выложите в корзину аэрогриля и готовьте 6–7 минут. Встряхните корзину с брюссельскими ростками. Слегка смажьте их растительным маслом и готовьте еще 6–7 минут. Проверяйте, пока края не станут коричневыми, а ростки не достигнут желаемой мягкости. При необходимости готовьте еще 2–3 минуты.
4. При желании посыпьте голубым сыром и сразу подавайте.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ

15
мин.

1

Порций

DEMIAND

ГАЛЕТА

ЯБЛОЧНАЯ

ЯБЛОЧНАЯ ГАЛЕТА

Ингредиенты:

- 2 столовые ложки растопленного сливочного масла
- 1/2 чайной ложки молотой корицы
- 1 цельнозерновая тортилья
- 2 чайные ложки сахара, разделенные
- 1 яблоко зеленое, очищенное и тонко нарезанное

ЯБЛОЧНАЯ ГАЛЕТА

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 160°C.
2. В небольшой миске тщательно смешайте масло и корицу.
3. Положите одну тортюлю в форму для выпечки и аккуратно плотно прижмите.
4. Намажьте 1,5 чайной ложки масла на тортюлю, затем равномерно посыпьте 1 чайной ложкой сахара.
5. Разложите половину ломтиков яблока по краю формы. Два оставшихся ломтика нарежьте мелко и поместите их в центр галеты.
6. Намажьте еще 1,5 чайной ложки масла сверху на яблоки и посыпьте оставшейся 1 чайной ложкой сахара.
7. Накройте форму фольгой, поставьте на решетку аэрогриля и готовьте 7 минут. Затем осторожно снимите фольгу и готовьте еще 7–10 минут, пока яблоки не станут золотистыми.

**Каждый день новые видео рецепты
в нашем телеграм канале**



@DEMIAND_GRILL

***“DEMIAND Рецепты
для аэрогриля
и кофеварки”***

**7 ноября
четверг**

WWW.DEMIAND.RU

Телефон: +7 (495) 320-94-92

www.demiand.ru

sales@demiand.ru