

DEMIAND

ЛЕГКАЯ КНИГА РЕЦЕПТОВ

Для аэрогриля

ИСКУССТВО В КАЖДОМ ХРУСТЕ!

блюда за считанные минуты

Легко и быстро!

КЛАССИЧЕСКИЕ
БЛЮДА
с изюминкой

15 августа
четверг

выпуск #9

7

вкусных и необычных
рецептов

Тарт с тыквой
и рикоттой

Вкусный

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. **Советы** стр 3-4
2. **Малиновое безе с завитками** стр 5-7
3. **Бургеры с индейкой и чоризо** стр 8-10
4. **Соус из красного перца и грецких орехов** стр 11-13
5. **Тарт с тыквой и рикоттой** стр 14-16
6. **Чипсы из брюквы с горчичным майонезом** стр 17-19
7. **Теплый салат с макрелью** стр 20-22
8. **Печенье с лесными орехами, карамелью и имбирем** стр 23-25





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
80
мин.

6

Порций

DEMIAND

МАЛИНОВОЕ БЕЗЕ

С ЗАВИТКАМИ

МАЛИНОВОЕ БЕЗЕ С ЗАВИТКАМИ

Ингредиенты:

- 2 яичных белка
- 90 г сахарной пудры
- ½ ч.л. кукурузного крахмала
- ½ ч.л. белого винного уксуса
- 3 ст.л. малинового соуса
- Несколько капель розового пищевого красителя
- Сливки и малина для подачи

МАЛИНОВОЕ БЕЗЕ С ЗАВИТКАМИ

Приготовление:

1. Взбейте белки до однородной массы в блендере. Постепенно добавляйте сахар и продолжайте взбивать около 10 минут на средней скорости, пока сахар не растворится и масса не станет густой.
2. Вмешайте кукурузный крахмал и белый винный уксус. Аккуратно добавьте малиновый соус и пищевой краситель.
3. Разложите 6 ложек смеси в корзину аэрогриля, застеленную пергаментной бумагой и выпекайте при 120°C 1 час. После - оставьте остывать в аэрогриле.
5. Подавайте со сливками и малиной.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
20
мин.

4

Помтиков

DEMIAND



БУРГЕРЫ

С ИНДЕЙКОЙ И ЧОРИЗО

БУРГЕРЫ С ИНДЕЙКОЙ И ЧОРИЗО

Ингредиенты:

- 120 г нарезанной чоризо
- 500 г фарша индейки
- 1 ч.л. копченой паприки
- 4 ломтика сыра
- 4 булочки для бургеров
- Маринованные огурцы, помидоры и листья салата для подачи

БУРГЕРЫ С ИНДЕЙКОЙ И ЧОРИЗО

Приготовление:

1. Смешайте чоризо, фарш индейки и паприку в миске; перемешайте руками до однородной массы. Сформируйте из смеси 4 котлеты для бургера.
 2. Установите решетку, застеленную пергаментом в корзину аэрогриля и готовьте в аэрогриле при 180°C по 5 минут с каждой стороны или до готовности.
 3. Положите на каждый бургер ломтик сыра и готовьте до тех пор, пока сыр не расплавится, около 1 минуты.
- Подавайте на булочках с маринованными огурцами, ломтиками помидора и листьями салата.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
45
мин.

6-8

Порций

DEMIAND



СОУС ИЗ КРАСНОГО ПЕРЦА

И ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

СОУС ИЗ КРАСНОГО ПЕРЦА И ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

Ингредиенты:

- 3 красных перца
- 100 г грецких орехов, обжаренных, плюс немного для украшения
- ½ ч.л. сухого красного перца или хлопьев чили
- 1½ ст.л. гранатовой патоки, плюс немного для украшения
- 2 ст.л. оливкового масла
- 2 ст.л. панировочных сухарей
- ½ ст.л. лимонного сока
- Нарезанная петрушка для украшения

СОУС ИЗ КРАСНОГО ПЕРЦА И ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

Приготовление:

1. Опрыскайте перцы маслом и запекайте в течение 15 минут при 180°C на решетке аэрогриля, застеленной пергаментом. После переложите в жаропрочную миску, накройте пищевой пленкой и оставьте на 10 минут, чтобы кожица легко снималась.
2. Как только перцы остынут до комфортной температуры, очистите их от кожицы и удалите семена, кожицу и сок.
3. Положите мякоть перцев в кухонный комбайн вместе с остальными ингредиентами. Взбейте до однородности. Попробуйте на вкус и добавьте приправы. Переложите в миску и подавайте с дополнительной гранатовой патокой, щепоткой красного перца и петрушкой.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
80
мин.

6

Порций

DEMIAND



ТАРТ

С ТЫКВОЙ И РИКОТТОЙ

ТАРТ С ТЫКВОЙ И РИКОТТОЙ

Ингредиенты:

- 325 г готового песочного теста
- 850 г тыквы, очищенной и нарезанной средними ломтиками
- 1 ст.л. оливкового масла
- 2 средних яйца (взбейте одно яйцо так, чтобы оно стало однородным, как для омлета)
- 250 г сыра рикотта
- 150 мл цельного молока
- Щепотка мускатного ореха
- Большая горсть листьев тархуна, грубо нарезанных

ТАРТ С ТЫКВОЙ И РИКОТТОЙ

Приготовление:

1. Раскатайте тесто и выложите на форму для запекания. Охладите в течение 1 часа.
2. Перемешайте тыкву в масле, приправьте и запекайте 25 минут в другой форме для запекания, установив ее на решетку аэрогриля при 180°C, пока она не станет мягкой.
3. Поместите форму с тестом на решетку аэрогриля и выпекайте в течение 10 минут. Затем смажьте тесто взбитым яйцом и выпекайте еще 5 минут. Дайте остыть.
4. Смешайте оставшееся яйцо с рикоттой, молоком, мускатным орехом и большей частью тархуна. Вылейте смесь в основу для тарта и выложите сверху ломтики тыквы. Выпекайте 15 минут, затем накройте фольгой и выпекайте еще 20 минут при 160°C.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
30
мин.

4

Порций

DE'MIAND

ЧИПСЫ ИЗ БРЮКВЫ

С ГОРЧИЧНЫМ МАЙОНЕЗОМ

ЧИПСЫ ИЗ БРЮКВЫ С ГОРЧИЧНЫМ МАЙОНЕЗОМ

Ингредиенты:

- 2 брюквы (турнепс), очищенные
- 4 ст.л. оливкового масла
- ½ ч.л. копченой морской соли

Для соуса:

- 2 ст.л. майонеза с низким содержанием жира
- 2 ст.л. натурального йогурта
- 2 ст.л. цельнозерновой горчицы
- 1 ч.л. тертого хрена

ЧИПСЫ ИЗ БРЮКВЫ С ГОРЧИЧНЫМ МАЙОНЕЗОМ

Приготовление:

1. Разрежьте брюкву пополам и положите в миску с холодной водой, чтобы предотвратить потемнение. Нарежьте на ломтики толщиной 1 см. Затем нарежьте ломтики на крупные чипсы. Держите в воде до использования.
2. Поместите брюкву в подсоленную кипящую воду и кипятите в течение 5 минут, затем хорошо слейте воду и перемешайте с маслом и копченой солью.
3. Готовьте чипсы на решетке аэрогриля, застеленной пергаментом в течение 15 минут при 180°C, встряхнув корзину в середине приготовления.
4. Тем временем приготовьте соус, смешав майонез, йогурт, горчицу и тертый хрен. Разделите соус по маленьким мискам, чтобы подать с чипсами из брюквы.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
75
мин.

2

Порций

DEMIAND



ТЕПЛЫЙ САЛАТ

С МАКРЕЛЬЮ

ТЕПЛЫЙ САЛАТ С МАКРЕЛЬЮ

Ингредиенты:

- 2 маленькие свеклы, каждая примерно 100 г
- ½ небольшой красной луковицы, мелко нарезанной
- 1 ст.л. белого винного уксуса
- ½ ст.л. крепкого хрена
- 1 ст.л. оливкового масла
- 2 свежих филе макрели
- 250 г вареной цельнозерновой басмати и киноа
- 1 ст.л. укропа, мелко нарезанного
- 1 ст.л. листьев мяты, собранных и нарезанных
- 3 зеленых лука, нарезанных

ТЕПЛЫЙ САЛАТ С МАКРЕЛЬЮ

Приготовление:

1. Обрежьте свеклу, оставив немного стебля на верхушке, затем заверните в фольгу, оставив место для циркуляции воздуха, но плотно запечатайте. Положите на решетку аэрогриля и готовьте 1 час при 200°C, до мягкости. Затем положите лук в миску, перемешайте с уксусом и хреном, и отложите в сторону.
2. По приготовлению свеклы, выньте и в форму для запекания, установленной на решетке аэрогриля, положите филе макрели кожей вниз, готовьте 4 минуты. Посолите и переверните, готовьте еще 2 минуты.
3. Далее добавьте луковую смесь и крупы, сбрызните маслом. Готовьте в течение 3 минут, пока они не прогреются.
4. Выньте и перемешайте с дольками свеклы. Выложите на тарелки, подавайте.



Порций

DEMIAND

ПЕЧЕНЬЕ С ЛЕСНЫМИ ОРЕХАМИ

С КАРАМЕЛЬЮ И ИМБИРЕМ

ПЕЧЕНЬЕ С ЛЕСНЫМИ ОРЕХАМИ, КАРАМЕЛЬЮ И ИМБИРЕМ

Ингредиенты:

- 8 маршмэллоу
- 16 имбирных печений
- 8 ч.л. карамели с лесными орехами
- 1 банан, нарезанный ломтиками

ПЕЧЕНЬЕ С ЛЕСНЫМИ ОРЕХАМИ, КАРАМЕЛЬЮ И ИМБИРЕМ

Приготовление:

1. Взбейте белки до однородной массы в блендере. Постепенно добавляйте сахар и продолжайте взбивать около 10 минут на средней скорости, пока сахар не растворится и масса не станет густой.
2. Вмешайте кукурузный крахмал и белый винный уксус. Аккуратно добавьте малиновый соус и пищевой краситель.
3. Разложите 6 ложек смеси в корзину аэрогриля, застеленную пергаментной бумагой и выпекайте при 120°C 1 час. После - оставьте остывать в аэрогриле.
5. Подавайте со сливками и малиной.

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



@DEMIAND_GRILL

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

**15 августа
четверг**

WWW.DEMIAND.RU

Телефон: +7 (495) 320-94-92

www.demiand.ru

sales@demiand.ru