

DEMIAND

ЛЕГКАЯ КНИГА РЕЦЕПТОВ

Для аэрогриля

ИСКУССТВО В КАЖДОМ ХРУСТЕ!

Запекайте, выпекайте

или готовьте в аэрогриле

не только для особых случаев,

но и на каждый день

КЛАССИЧЕСКИЕ
БЛЮДА
с изюминкой

17 февраля
понедельник

выпуск #32

6

вкусных и простых
рецептов

Smash-бургеры
с сыром и беконом

Вкусный

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Советы стр 3-4
2. Котлеты из свинины и картофеля с кускусом стр 5-7
3. Smash-бургеры с сыром и беконом стр 8-10
4. Фриттата с беконом и чеддером стр 11-13
5. Бефстроганов стр 14-16
6. Пельмени с паниром и чили стр 17-19
7. Тарт с инжиром и рикоттой 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
30
мин.

4

Порций

DEMIAND



КОТЛЕТЫ

ИЗ СВИНИНЫ И КАРТОФЕЛЯ С КУСКУСОМ

КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ И КАРТОФЕЛЯ С КУСКУСОМ

Ингредиенты:

- 500 г свиного фарша
- 1 крупный красный картофель, крупно натертый
- 1 красный лук, крупно натертый
- 2 больших зубчика чеснока, мелко натертых
- 1 ч. л. семян кумина
- 2 ч. л. копченой паприки
- 1 ч. л. хлопьев чили
- 25 г свежей петрушки, мелко нарезанной
- Масло в спрее
- 1 лимон, нарезанный на шесть ломтиков

КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ И КАРТОФЕЛЯ С КУСКУСОМ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 190°C.
2. Смешайте в большой миске свиной фарш, натертый картофель, лук, чеснок, кумин, паприку, чили, петрушку и немного соли и перца. Сформируйте из смеси восемь шариков одинакового размера.
3. Выложите на решетку аэрогриля, сбрызните маслом и готовьте 15–18 минут, переворачивая в середине, пока они не станут золотистыми.
4. Выложите булгур или кускус в огнеупорную миску и залейте 300 мл кипятка. Накройте крышкой и оставьте для набухания.
5. Подавайте котлеты с кускусом и дольками лимона.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
20
мин.

4

Порций

DEMIAND



SMASH-БУРГЕРЫ

С СЫРОМ И БЕКОНОМ

SMASH-БУРГЕРЫ С СЫРОМ И БЕКОНОМ

Ингредиенты:

- 8 полосок копченого бекона
- 500 г говяжьего фарша (с жирностью около 15%)
- 8 ломтиков сыра
- 4 булочки для бургеров с семенами
- Листья салата (кудрявый или маслянистый)
- 2 помидора, нарезанных ломтиками
- Маринованные огурцы, нарезанные
- Хрустящий жареный лук
- Горчица, кетчуп и/или соус для бургеров

SMASH-БУРГЕРЫ С СЫРОМ И БЕКОНОМ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 200°C.
2. Положите бекон на решетку аэрогриля, жарьте 8–9 минут, переворачивая, до хрустящей корочки.
3. Приправьте фарш солью и перцем. Разделите на четыре части, сформируйте шарики и прижмите их до толщины в 1 см.
4. Положите котлеты на решетку аэрогриля, жарьте 8–10 минут, перевернув в середине. Выложите ломтик сыра и бекон на каждую котлету. Готовьте еще 1 минуту.
5. Разрежьте булочки, выложите листья салата и ломтики помидоров на нижние части, сверху положите котлеты с сыром и беконом. Украсьте огурцами и луком. Подавайте с горчицей, кетчупом или соусом на выбор.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
35
мин.

2

Порций

DEMIAND



ФРИТТАТА

С БЕКОНОМ И ЧЕДДЕРОМ

ФРИТТАТА С БЕКОНОМ И ЧЕДДЕРОМ

Ингредиенты:

- 6 полосок копченого бекона
- 1 ч. л. оливкового масла
- 4 яйца
- 1 ломтик белого хлеба, порванный на кусочки, или 40 г панировочных сухарей
- 2 ст. л. мелко нарезанной петрушки или лука-резанца + немного для подачи
- ½ ч. л. хлопьев чили (по желанию)
- 40 г выдержанного чеддера, натертого

ФРИТТАТА С БЕКОНОМ И ЧЕДДЕРОМ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 180°C.
2. Выложите бекон на решетку аэрогриля и жарьте 5–7 минут до золотистой корочки.
3. Взбейте яйца в миске и добавьте сухари, петрушку, хлопья чили, большую часть сыра и немного специй.
4. Вылейте яичную смесь в жаропрочную форму, поставьте на решетку аэрогриля и готовьте 8–12 минут.
5. Крупно нарежьте бекон и посыпьте им фриттату вместе с оставшимся сыром. Готовьте в аэрогриле еще 1–2 минуты.
6. Посыпьте свежей зеленью и подавайте горячей.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
25
мин.

4

Порций

DEMIAND



БЕФСТРОГАНОВ

БЕФСТРОГАНОВ

Ингредиенты:

- 1 кг картофеля, отваренного
- 500 г говядины, нарезанной полосками
- 50 г сливочного масла
- 100 мл молока
- 1 ч. л. сельдерейной соли (по желанию)
- 200 мл сметаны
- 1 ст. л. рапсового масла
- Горсть свежей зелени
- 1 луковица, мелко нарезанная
- 275 г портобелло, нарезанных ломтиками
- ½ ч. л. копченой паприки
- 100 мл марсалы
- 50 мл сливок двойной жирности

БЕФСТРОГАНОВ

Приготовление:

1. В кастрюле перемешайте картофель, молоко, сельдерейную соль и сливочное масло до однородного состояния. Вмешайте сметану и большую часть зелени.
2. Разогрейте аэрогриль до 180°C.
3. Посолите, поперчите мясо, выложите на решетку аэрогриля и обжарьте с двух сторон в течение 10 минут.
4. Обжарьте в сковороде на разогретом масле лук и грибы до золотистости.
5. Переложите мясо в жаропрочную форму, добавьте паприку, марсалу, лук, грибы и сливки. Поставьте форму на решетку аэрогриля и готовьте 5-7 минут до кипения и загустения смеси.
6. Подавайте мясо с картофелем и посыпанной сверху зеленью.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ
30
мин.

4

Порций

DEMIAND

ПЕЛЬМЕНИ

С ПАНИРОМ И ЧИЛИ

ПЕЛЬМЕНИ С ПАНИРОМ И ЧИЛИ

Ингредиенты:

- 230 г панира, натертого
- 5 зеленых луковиц, мелко нарезанных
- 2 красных сладких перца, мелко нарезанных
- 100 г мангольда, тонко нарезанного
- 1 ст. л. пасты из имбиря и чеснока
- 1 ст. л. легкого соевого соуса
- 1 ст. л. темного соевого соуса
- 1 ч. л. белого перца
- 30 листов теста для гёдза
- 3 ст. л. соуса «Кесап манис»
- 5 ст. л. хрустящего чили-масла
- Кресс-салат для подачи
- Растительное масло
- 1 зелёный лук, тонко нарезанный

ПЕЛЬМЕНИ С ПАНИРОМ И ЧИЛИ

Приготовление:

1. Обжарьте на сковороде имбирно-чесночную пасту, лук, перцы и мангольд 3-4 минуты. Добавьте соевые соусы, белый перец и панир, перемешайте.
2. В центр каждого листа теста выложите по 1 ч. л. начинки, сформируйте пельмени, защипнув края.
3. Разогрейте аэрогриль до 180°C.
4. Выложите пельмени в корзину аэрогриля, смажьте маслом и готовьте 8-10 минут, пока они не станут румяными.
5. Полейте смесью «Кесап маниса» и чили-масла, украсьте кресс-салатом.

ОБЩЕЕ ВРЕМЯ

25
мин.

4

Порций

DEMAND

ТАРТ

С ИНЖИРОМ И РИКОТТОЙ

ТАРТ С ИНЖИРОМ И РИКОТТОЙ

Ингредиенты:

- 320 г слоеного теста
- 500 г рикотты
- 80 г меда
- 1 ч. л. хлопьев чили
- 1 лимон
- Горсть рукколы
- Пучок мяты
- 10 инжиров, разрезанных на четвертинки
- 30 г кедровых орехов
- Щепотка морской соли
- 1-2 ст. л. оливкового масла

ТАРТ С ИНЖИРОМ И РИКОТТОЙ

Приготовление:

1. Разогрейте аэрогриль до 180°C.
2. Разверните тесто, выложите его на пергаменте на решетке аэрогриля. Сделайте бортик 1 см, наколите середину вилкой. Выпекайте 10-12 минут, пока тесто не станет золотистым и хрустящим.
3. Обжарьте кедровые орехи в корзине аэрогриля при 160°C 3-4 минуты.
4. В маленькой жаропрочной емкости разогрейте в аэрогриле мед с чили и лимонным соком при 140°C 2 минуты.
5. Намажьте корж рикоттой, сверху выложите рукколу, мяту и инжир. Посыпьте орехами, полейте медовой заправкой и оливковым маслом.

Каждый день новые видео рецепты
в нашем телеграм канале



@DEMIAND_GRILL

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

17 февраля
понедельник

WWW.DEMIAND.RU

Телефон: +7 (495) 320-94-92

www.demiand.ru

sales@demiand.ru