



Nuggetsy z kurczaka

(2-3 PORCJE)

Amica
for living



Program Broil

Składniki:

Pierś z kurczaka	500 g
Jajko	1 szt.
Mleko	½ szklanki
Mąka pszenna	¼ szklanki
Sól	¼ łyżeczki
Pieprz	¼ łyżeczki
Papryka słodka suszona	¼ łyżeczki
Czosnek suszony	¼ łyżeczki
Cebula suszona	¼ łyżeczki
Płatki kukurydziane	¾ szklanki

Sposób przygotowania:

- Umyj i osusz piersi z kurczaka.
- Pokrój mięso na około 2,5 cm kawałki.
- W misce rozbij jajko i wymieszaj. Dodaj mleko i ponownie wymieszaj.
- W drugiej misce wymieszaj mąkę, sól, pieprz, paprykę, czosnek, cebulę.
- W trzeciej misce umieść pokruszone płatki kukurydziane.
- Kawałki mięsa zanurz w kolejności: misce z jajkiem i mlekiem, misce z mąką i przyprawami, misce z płatkami kukurydzianymi.
- Włącz program Broili umieść nuggetsy w Air Fryer. Smaż około 10 minut.
- Podawaj z ulubionym sosem.

Etapy gotowania





Soczysta karkówka

(4 PORCJE)

Amica
for living



Program opiekanie
180°C – 20 min

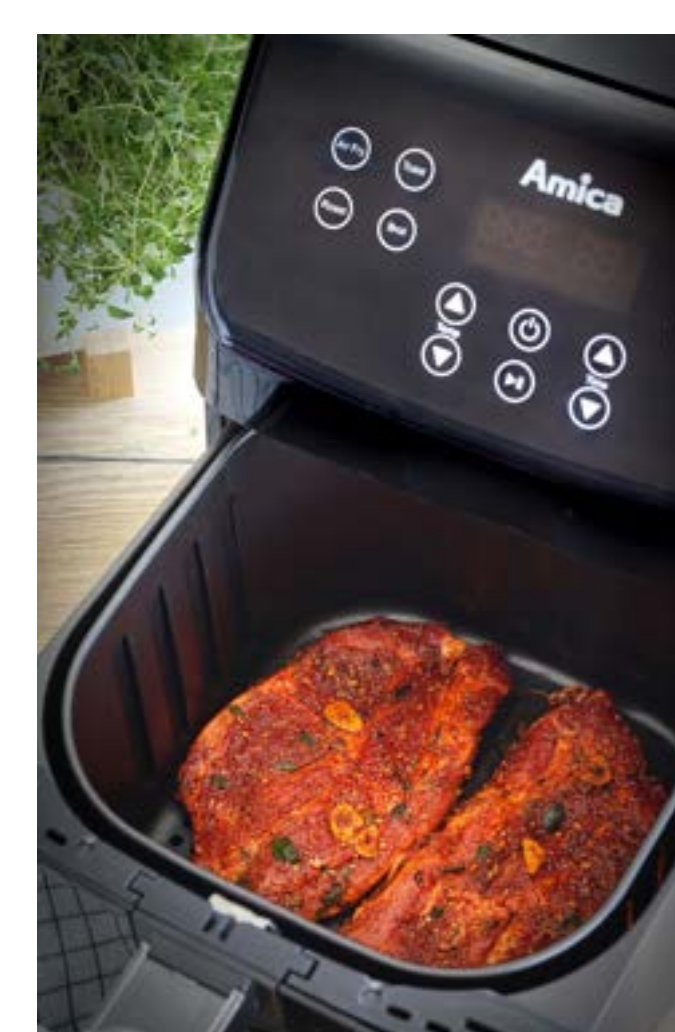
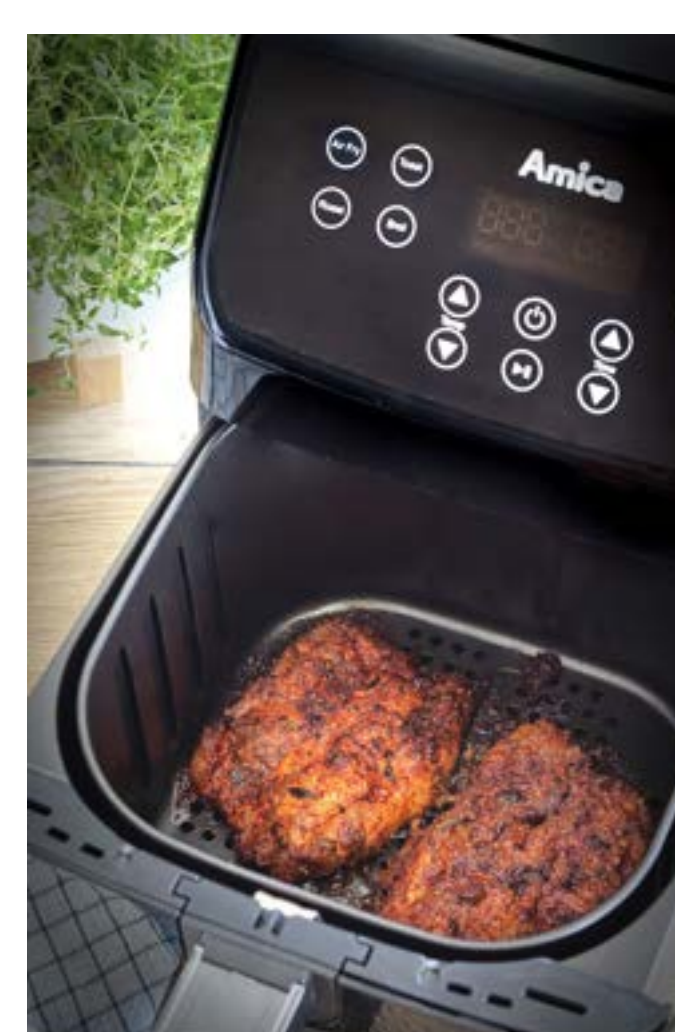
Składniki:

Karkówka wieprzowa	1 kg
Oliwa z oliwek	4 łyżki
Czosnek	2 ząbki
Tymianek świeży	gałązka
Rozmaryn świeży	gałązka
Sól	do smaku
Pieprz	do smaku
Papryka słodka	2 łyżeczki
Cebula suszona	1 łyżeczka
Oregano suszone	1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

- Karkówkę dokładnie umyj i osusz.
- Czosnek obierz i pokrój w talarki.
- Do miski dodaj oliwę z oliwek, przygotowany czosnek, zioła i przyprawy.
- Wymieszaj i odstaw.
- Mięso pokrój na kawałki.
- Mięso dodaj do miski i dokładnie obtocz marynatą.
- Pozostaw mięso w marynacie 30 min.
- Umieść mięso w air fryer.
- Użyj programu opiekanie temperatura 180 stopni czas 20 minut.

Etapy gotowania





Chipsy z jabłek



Program Dehydrate
60°C - 4 godziny

Składniki:

Jabłka 2 szt.

Sposób przygotowania:

- Jabłka dokładnie umyj i osusz
- Pokrój na plasterki grubości 1mm, osusz i przełóż do pojemnika frytkownicy
- Uruchom frytkownicę w programie suszenia Dehydrate 60 stopni 4 godziny
- Pamiętaj o przemieszaniu jabłek co godzinę
- Smacznego!

Etapy gotowania





Pizza Pinsa Romana - w 15 min!



Program Bake
Ciasto
200°C - 4 min



Program Bake
Obracamy ciasto
200°C - 8 min



Program Bake
Mozzarella i sos
200°C - 3 min

Składniki:

SKŁADNIKI NA CIASTO:

Mąka pszenna na pizzę typu 00	200 g
Woda	100 ml
Sól	1 łyżeczka
Oliwa z oliwek	1 łyżka
Drożdże świeże	2 g

SKŁADNIKI:

Pasta pomidorowa	4 łyżki
Ser mozzarella	1/2 kulki
Oliwa z oliwek	1 łyżka
Bazylia	

OPCJONALNIE:

Cebula
Boczek
Pieczone kurczaki
Salami

Sposób przygotowania:

- Wszystkie składniki przełóż do miksera planetarnego i miksuj do uzyskania gotowej masy
- Przygotowane ciasto przełóż do miski, zafoluj i pozostaw przez noc w lodówce
- Na stolnicy podsypanej mąką rozwałkuj ciasto do wielkości pojemnika frytkownicy i przełóż zawartość do kosza
- Piecz przy użyciu Programu Bake przez 4 minuty
- Obróć przygotowane ciasto i piecz przez 8 minut
- Otwórz frytkownicę, posmaruj ciasto sosem pomidorowym i oprósz serem
- Opcjonalnie możesz dodać: pieczarki, salami
- Piecz przez 3 minuty
- Pizzę przełóż na talerz, skrop oliwą z oliwek i udekoruj świeżą bazylią
- Smacznego!

Etapy gotowania





Placuszki z cukinii

(10 SZTUK)



Program Air Fry

Składniki:

Cukinia	1 szt
Marchewka	½ szt
Jajka	2 szt
Bułka tarta	¼ szklanki
Tarty ser cheddar	¼ szklanki
Sól	¼ łyżeczki
Pieprz	¼ łyżeczki
Czosnek suszony	¼ łyżeczki
Cebula suszona	¼ łyżeczki
Oliwa z oliwek	1 łyżka

Sposób przygotowania:

- Zetrzyj cukinię i marchewkę na grubych oczkach i wyciśnij nadmiar wody.
- W misce wymieszaj starte warzywa, jajka, bułkę tartą, starty ser, sól, pieprz, czosnek suszony i cebulę suszoną.
- Włącz program Air Fry (ustaw 180 stopni) i smaż 7 minut, po tym czasie obróć placuszki i smaż kolejne 5 minut.
- Placuszki podawaj z ulubionym sosem.
- Jeśli chcesz placuszki serwować później, użyj programu Podgrzewanie na około 12 minut.

Etapy gotowania





Bułeczki drożdżowe

(12 SZTUK)



Program Bake
12-15 min



Program rozmrażanie
15 min

Składniki:

Mąka pszenna	500 g
Świeże drożdże	25 g
Mleko	250 ml
Masło	100 g
Cukier	100 g
Sól	1 łyżeczka
Jajka	2 szt.
Ekstrakt z wanilii	1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

- Podgrzej mleko w garnku, dodaj masło i cukier. Mieszaj do momentu rozpuszczenia składników. Odstaw do wystygnięcia.
- Do miski dodaj pokruszone drożdże, łyżkę cukru, łyżkę mąki. Wymieszaj i odstaw na 5 minut.
- Do dużej miski dodaj mąkę, jajka, sól, ekstrakt z wanilii. Dodaj wymieszane drożdże z cukrem i mąką oraz przygotowane wcześniej mleko z masłem i cukrem.
- Zagnieć ciasto. Przykryj ręcznikiem kuchennym i odstaw na 1-2 godziny do momentu, aż ciasto podwoi swoją objętość.
- Wyrośnięte ciasto podziel na 12 równych części i uformuj bułeczki.
- Ułóż bułeczki w AirFryer i pozostaw na 20-30 minut, aby bułeczki podrosły.
- Ustaw program Bake i piecz bułeczki około 12-15 minut.
- Po ostygnięciu nadmiar bułeczek włóż do zamrażalnika.
- Zamrożone bułki w każdej chwili możesz rozmrozić przy użyciu Programu Rozmrażanie na około 15 min.

Etapy gotowania





Domowa zapiekanka

(2 PORCJE)

Amica
for living



Program tostowanie
(Toast)
200°C – 20-25 min

Składniki:

Bagietka paryska	1 szt.
Pieczarki	400 g
Ser mozzarella	1 kulka (200 g)
Oregano suszone	1 łyżeczka
Passata pomidorowa	2 łyżki
Czosnek	1 ząbek
Sól	do smaku
Pieprz	do smaku
Masło	1 łyżka

Sposób przygotowania:

- Pieczarki umyj i osusz i pokrój w plastry.
- Bagietkę przetnij w pół.
- Nasmaruj bagietkę ząbkiem czosnku, a następnie natrzyj masłem i pasatą pomidorową.
- Połóż pokrojone pieczarki posól i popieprz.
- Całość posyp oregano lub dowolnymi ziołami prowansalskimi.
- Kulkę mozzarelli poszarp i połóż na wierzch przygotowanej zapiekanki.
- Zapiekankę wstaw do air fryer na program tostowanie 200 stopni na 20-25 minut.

Etapy gotowania





Frytki z batatów

(2-3 PORCJE)

Amica
for living



Program Air Fry

Składniki:

Bataty (duże)	2 szt.
Oliwa z oliwek	2 łyżki
Sól	½ łyżeczki
Pieprz	½ łyżeczki
Papryka słodka suszona	½ łyżeczki

Sposób przygotowania:

- Umieść bataty w misce z wodą i odstaw na 10 minut.
- Obierz bataty, pokrój na kształt frytek i przełóż do miski.
- W miseczce wymieszaj oliwę z oliwek, sól, pieprz i paprykę.
- Do miski z batatami dodaj mieszankę oliwy z przyprawami.
- Włącz program Air Fry i umieść bataty w Air Fryer.
- Smaż bataty przez około 20 minut.
- Podawaj z ulubionym sosem.

Etapy gotowania

