

EASY FRY MAX 5L

en - Recipes
ko - 조리법



CONTENTS

SNACKS & SIDES

Beef empanadas
Falafel
Crispy curried prawns
Vegetable samosas
Mummy pizzas

DISHES

| | | |
|-----------------------|-------------------------------|------------------------|
| Teriyaki beef kebabs | Chicken wings | Homemade Fish & Chips |
| Gourmet beef burger | Sunday roast chicken | Homemade paprika chips |
| Coriander beef koftas | Lemon lamb chops | Sweet potato fries |
| Chicken spring rolls | New York hot dogs | |
| Chicken nuggets | Masala curried salmon fillets | |

DESSERTS

Chocolate chip muffins
Chocolate soufflés

PICTOGRAM GUIDE



NUMBER OF
PEOPLE



NUMBER OF
PORTIONS



PREPARATION
TIME



RESTING
TIME



MARINATING
TIME



COOKING
TIME

BEEF EMPANADAS

16 15 min. 18 min. **INGREDIENTS**

2 packs (375 g) ready-rolled
shortcrust pastry
200 g minced beef
3 or 4 fresh spring onions

1 tbsp paprika
1 egg yolk
1 tbsp olive oil
Salt and pepper

RECIPE

- 1** | Finely chop the spring onions. Fry the meat with the olive oil in a pan for 8 minutes. Season with salt and pepper and add the spring onions and paprika. Leave to cool.
- 2** | Unroll the pastry, cut out 8 rounds of approximately 9 cm in diameter, top them with the cooled minced meat and fold over into a turnover shape. Combine the egg yolk with 1 tbsp water. Use to brush the edges and seal the empanadas by pinching with your fingers, then brush the tops.
- 3** | Place 8 empanadas in your Easy Fry basket and cook at 180°C/360°F for 10 minutes. Repeat with the second batch.

TIPS

You can flavour the empanada beef filling with cumin, oregano or minced garlic. Why not try adding tomato or sweetcorn to the filling for added flavour.

FALAFEL

18 15 min. 20 min. *INGREDIENTS*

500 g cooked chickpeas
 50 g plain flour
 1 finely chopped white onion
 2 tbsp chopped parsley
 2 tbsp chopped coriander

1 tsp cumin
 1 clove of garlic
 1 tbsp tahini (sesame seed paste)
 1 dash of olive oil, for cooking (optional)
 Salt and pepper

RECIPE

- 1** | Using a food processor, combine the chickpeas, drained onion, garlic, parsley, coriander, cumin, salt, pepper, sesame seed paste (tahini) and flour and mix into a rough paste. If the mixture is too runny, add a little flour. If it is too dry, add a little liquid.
- 2** | Shape into 18 falafel and press them together gently.
- 3** | Place them in your Easy Fry basket, add a dash of olive oil (optional) and cook on PIZZA MODE for 20 minutes. The falafel can be stacked in layers in the basket. Turn them halfway through cooking.

TIPS

Serve the falafel in hot pitta breads garnished with fresh mint, yoghurt and slices of tomato.

CRISPY CURRIED PRAWNS

4 ✨

10 min. 10 min. *INGREDIENTS*

250 g king prawn tails
(raw and peeled)
2 eggs
6 tbsp plain flour
6 tbsp cornflour

2 tbsp curry powder
1 tsp freshly ground black pepper
Salt
1 dash of oil, for cooking (optional)

RECIPE

- 1 | Pour the flour, curry powder and a generous pinch of salt and pepper into a freezer bag, pour the cornflour into another shallow bowl and beat the eggs in a third shallow bowl.
- 2 | Put the prawns in the bag, close it securely and shake vigorously until well coated. Remove the prawns from the bag, dip them one by one in the beaten egg then roll them in the cornflour. Drizzle with oil (optional).
- 3 | Cook the prawns in your Easy Fry basket on SHRIMP MODE for 6 minutes. Carefully turn the prawns over and cook for another 4 minutes.

VEGETABLE SAMOSAS

6 ✂ 15 min. 🍲 14 min. 🍳

INGREDIENTS

6 sheets of filo pastry*
10 g olive oil
200 g feta
400 g cooked cauliflower

200 g cooked peas
1 tbsp curry powder
1 dash of olive oil, for cooking
Salt and pepper

* Filo pastry is not available in all countries.

RECIPE

- 1 | In a bowl, roughly mash the cauliflower with the curry powder. Add the peas and crumbled feta. Mix well.
- 2 | Cut the filo pastry into 2 strips. Brush the filo pastry with olive oil. Spoon one tablespoon of filling onto the end of each strip and fold it to form a triangle. Make 6 samosas from each pastry strip.
- 3 | Place 6 samosas in your Easy Fry basket, drizzle with olive oil and cook them on SHRIMP MODE for 14 minutes. When the first batch of samosas is cooked, remove them and put the next 6 in the basket.

TIPS

You can reheat the first batch of samosas by slipping them into the basket and cooking for a few more minutes.

MUMMY PIZZAS

4 5 min. 7 min. 

INGREDIENTS

2 English muffins
 4 tbsp tomato purée or pizza sauce
 4 x 30 g slices of mozzarella for cooking

4 pitted olives
 Salt

RECIPE

- 1** | Slice the muffins in half and toast them in your Easy Fry basket for 3 minutes on PIZZA MODE.

Slice the muffins in half and toast them in your Easy Fry basket for 3 minutes at 170°C/340°F.

- 2** | Spread a large tablespoon of tomato purée or sauce on each muffin. Season lightly. Chop each slice of mozzarella into 4 very thin strips. Place them on the muffins. Chop the olives in half. Place them on the muffins as the eyes.

- 3** | Place the mummy pizzas in your Easy Fry basket and cook for another 4 minutes on PIZZA MODE. Serve immediately.

TIPS

A fun recipe that kids can easily make themselves, with adult supervision to prevent any risk of burns.

TERIYAKI BEEF KEBABS

12 10 min. 60 min. 6 min. 

INGREDIENTS

12 slices of beef carpaccio*

200 g emmental cheese (see tips)

2 tbsp runny honey

3 tbsp soy sauce

Pepper

* not available in all countries. Alternatively you or your butcher can cut prime beef fillet into very thin slices.

RECIPE

- 1 | Cut the cheese into 36 cubes. Slide them onto the 12 skewers. Wrap each kebab in a slice of beef.
- 2 | In a bowl, make the marinade by combining the soy sauce and honey. Use to baste the kebabs. Marinate in the refrigerator for 1 h.
- 3 | Place the 12 kebabs in a circle in your Easy Fry basket and cook at 180°C/360°F for 6 minutes. Season with pepper and serve immediately.

TIPS

Serve these kebabs with a small bowl of sweet soy sauce.

Comté is a French cheese available in large supermarkets and delicatessens.

GOURMET BEEF BURGER

6 ✂ 5 min.  11 min. 

INGREDIENTS

900 g minced beef
6 beef burger buns
2 beef tomatoes
6 lettuce leaves

1 clove of garlic
3 tsp soy sauce
2 tbsp olive oil

RECIPE

- 1 | Combine the beef, crushed garlic, soy sauce and olive oil. Season. Use your hands to shape into 6 burgers.
- 2 | Place them in your Easy Fry basket and cook them on STEAK MODE for 8 minutes, depending on how you like your meat cooked.
- 3 | Remove the burgers from your Easy Fry and keep them warm. Slide 6 hamburger buns into the basket, squashing them down a little if needed, and cook for 2-3 minutes, still at 180°C/360°F. Put the hamburgers together immediately, garnishing with the salad leaves and tomatoes, and serve.

TIPS

Make a sauce by combining: 1 tbsp wholegrain mustard, 2 tbsp hot mustard, 1 egg yolk and 1 tbsp oil before adding 1 tbsp thick crème fraîche.

CORIANDER BEEF KOFTAS

6 ✂ 10 min. 🍲 8 min. 🍲

INGREDIENTS

550 g minced beef
 2 tbsp chopped shallots
 2 tbsp chopped coriander
 1 tbsp ras-el-hanout spice

1 tsp cumin
 1 tbsp olive oil
 Salt and pepper

RECIPE

- 1 | In a frying pan, brown the shallots quickly with a dash of olive oil.
- 2 | Combine the minced beef, spices, coriander and cooked shallots. Season with salt and pepper. Shape into 18 even oval shape patties, each approximately 30 g.
- 3 | Place the patties in a basket, squashing them down a little, and cook them for 7-8 minutes at 180°C/360°F. The patties can be stacked on top of each other in the basket.

TIPS

Serve the koftas with a mint sauce: combine 2 pots (150 g each) Greek natural yoghurt, 1 tbsp fresh chopped mint, a splash of olive oil and a dash of lemon juice.

CHICKEN SPRING ROLLS

12 30 min. 26 min. 

INGREDIENTS

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 12 spring roll wrappers | 50 g rice vermicelli |
| 2 chicken breasts (120 g each), cubed | 1 clove of garlic |
| 200 g mixed stir fry vegetables | 1 tsp vegetable oil, for cooking (optional) |
| 4 button mushrooms, finely chopped | |

RECIPE

- 1 | Rehydrate the rice vermicelli by following the instructions on the packet. Drain them carefully using your hands. Cut them coarsely using scissors and leave them to cool.
- 2 | Sauté the cubed chicken with the stir fry vegetables and the finely chopped mushrooms in a small frying pan for 6 minutes. Drain. Mix with the rice vermicelli, chicken and crushed garlic.
- 3 | Soak a spring roll wrapper in water to rehydrate then place on a clean cloth. Scoop 1 tablespoon of filling into the centre, at the bottom of the wrapper, fold in the edges, roll up the spring roll and pinch to seal. Continue until you have 12 spring rolls in total. Place 6 spring rolls in your Easy Fry basket and put the 6 others in the refrigerator, under a slightly damp cloth.
- 4 | Drizzle the spring rolls with oil (optional) and cook on SHRIMP MODE for 20 minutes, turning them halfway through cooking. Keep them warm while you cook the remaining 6 spring rolls.

TIPS

Serve with mint, salad and soy sauce.

CHICKEN NUGGETS

6 ✂

10 min. 12 min. 
(each batch)

INGREDIENTS

6 chicken breasts
120 g dried packet breadcrumbs
70 g plain flour

3 eggs
Salt and pepper
Dash of oil, for cooking (optional)

RECIPE

- 1 | Chop the chicken into evenly sized pieces. Put the flour, salt and pepper in a freezer bag, pour the breadcrumbs onto a large plate and beat the eggs in a shallow bowl.
- 2 | Put the chicken pieces in the bag, close it securely and shake vigorously. Remove them from the bag, dip them one by one in the beaten egg then roll them in the breadcrumbs. Place half the nuggets in your Easy Fry basket. Drizzle with oil (optional).
- 3 | Cook the chicken nuggets on CHICKEN MODE for 12 minutes, depending on their size. Repeat until all the chicken nuggets are cooked.

TIPS

Make your own ketchup by simmering together 3 tomatoes, 1 onion, 1 tsp concentrated tomato purée, 1 chopped garlic clove, 4 tsp balsamic vinegar, 1 tsp runny honey, salt and pepper.

CHICKEN WINGS

6 ✂

20 min. 12 hours 17 min. 

INGREDIENTS

1.2 kg chicken wings
 1 tbsp tomato ketchup
 1 tbsp mustard
 1 tbsp paprika

1 tbsp sweet soy sauce
 1 tbsp olive oil
 Salt and pepper

RECIPE

- 1 | Cut the chicken wings in half, separating them at the joint.
- 2 | Put all the ingredients in a large bowl and add the chicken wings. Stir well until the wings are thoroughly coated. Cover with cling film and leave to marinate for 12 hours.
- 3 | Place the chicken wings in the basket (they can overlap), and cook on CHICKEN MODE for 12 minutes. Stir and turn the chicken wings over and cook them for another 5 minutes. Serve immediately with fries and a cherry tomato salad.

TIPS

You can vary the marinade depending on your mood: try adding barbecue sauce, spices, chilli or garlic.

SUNDAY ROAST CHICKEN

4-6  5 min.  45 min. **INGREDIENTS**

1 x 1.2 kg chicken
5 cloves of garlic

1 tbsp olive oil
Salt

RECIPE

- 1 | Lightly crush the garlic cloves with the palm of your hand. Rub the chicken with 1 tbsp olive oil and push in the garlic cloves along the legs. Season generously.
- 2 | Place the chicken in your Easy Fry basket and roast on CHICKEN MODE for 45 minutes. Serve immediately.

TIPS

The exact cooking time for the chicken will depend on its weight. To check whether the chicken is cooked, pierce the thickest part of the leg with the point of a knife: the juices should run out clear.

LEMON LAMB CHOPS

6 ✂

15 min. 

4 hrs

35 min. **INGREDIENTS**

12 small lamb chops

1 lemon

4 cloves of garlic

1 tbsp olive oil

Salt and pepper

RECIPE

- 1** | Zest the lemon. Peel the garlic and crush finely with a pestle and mortar. Add the lemon zest and 2 tbsp olive oil.
- 2** | Pour over the lamb chops, mix well, season with salt and pepper, cover with cling film and leave to marinate for 4 hours.
- 3** | Place 6 chops in your Easy Fry basket and cook at 180°C/360°F for 10 minutes, turning halfway through cooking. Repeat with the 6 remaining chops. Serve immediately.

TIPS

Try adding fresh herbs such as thyme, wild thyme and oregano to your marinade.

NEW YORK HOT DOGS

6 10 min. 8 min. *INGREDIENTS*

6 hot dog buns
 6 hot dog sausages
 6 gherkins
 2 white onions

12 cherry tomatoes
 6 slices of cheddar
 1 tbsp olive oil

RECIPE

- 1** | Plunge the sausages into a pan of boiling water for 5 minutes. Meanwhile, finely chop the onions and cook them in a small pan with 1 tbsp olive oil.
- 2** | Dice the gherkins and slice the tomatoes. Slice the hot dog buns in half, add the tomatoes and put a sausage in each one. Cover with the slices of cheddar. Place 3 hot dogs into your Easy Fry basket and cook on PIZZA MODE for 3 minutes.
- 3** | Add the gherkins and onions and serve immediately. Cook the remaining 3 assembled hot dogs.

TIPS

Have fun drawing ketchup and mustard pictures, American style!

MASALA CURRIED SALMON FILLETS

6 ✂ 10 min.  27 min. **INGREDIENTS**

6 salmon fillets
 1 finely chopped onion
 2 crushed cloves of garlic
 1 very ripe tomato, diced
 1½ tbsp finely grated fresh ginger

1½ tbsp concentrated tomato purée
 250 ml coconut milk
 fresh mint leaves, for garnish
 Aluminium paper
 2½ tbsp garam masala
 (or curry) powder

RECIPE

- 1** | Fry the onion in a pan until translucent. Add the garlic and diced tomato and cook for a few more minutes before adding the garam masala, ginger and concentrated tomato purée. Mix well.
- 2** | Add the coconut milk and simmer for 2 minutes. Check the seasoning.
- 3** | Place the salmon fillets on 6 large sheets of greaseproof paper. Pour the sauce over the fillets. Fold the sheets into parcels and stack them in layers in your Easy Fry basket. Cook on FISH MODE for 20 minutes. Garnish with chopped mint leaves and serve.

HOMEMADE FISH & CHIPS

6 ✂

10 min. 12 min. 
(each batch)

INGREDIENTS

6 cod fillets
 7 tbsp flour
 7 tbsp dried packet breadcrumbs
 3 eggs

50 g butter
 1 bunch of chervil or tarragon
 1 pot of mayonnaise (about 75 g)
 Salt and pepper

RECIPE

- 1 | Dry the pieces of fish on kitchen paper. Season with salt and pepper. Beat the eggs in a shallow bowl.
- 2 | Dip 2 fish fillets in the flour, then the egg, and cover in breadcrumbs. Place them in your Easy Fry basket. Top with 2 knobs of butter and cook on FISH MODE for 12 minutes. Repeat with the other pieces of fish.
- 3 | Chop the herbs with scissors, mix them with the mayonnaise and serve with the fried fish.

TIPS

This recipe will work with any kind of fresh white fish, including hake, pollock, and haddock.

HOMEMADE PAPRIKA CHIPS

4 ✂

15 min. 30 min. 35 min. 

INGREDIENTS

800g potatoes (Maris Piper, King Edward or Rooster).
3 tbsp paprika
3 tbsp oil
Fine salt

RECIPE

- 1 | Wash and peel the potatoes. Cut them into thick chips about 1 cm thick. Thoroughly rinse the chips, drain and dry them thoroughly.
- 2 | Place them in a bowl and mix with the olive oil, 1 tbsp fine salt and the paprika. Cover and leave to marinate for 30 minutes.
- 3 | Drain the chips well so any excess marinade stays behind in the bowl, place them in your EASY FRY basket and cook on FRENCH FRIES MODE, at a temperature of 180°C/360°F for 35 minutes.

Stir the chips thoroughly every 10 minutes. You may need to decrease or extend the cooking time by 5 minutes depending on the size of the chips and the variety of potato.

TIPS

Add a tablespoon of red curry paste for a delicious twist.

SWEET POTATO FRIES

4 ✂ 15 min. 🥣 40 min. 🍳

INGREDIENTS

800g sweet potatoes
3 tbsp sunflower oil
1 egg white

1 tsp turmeric
Salt and pepper

RECIPE

- 1 | Peel and wash the sweet potatoes. Cut into 1 cm wide sticks.
- 2 | Combine the egg white, oil and turmeric in a large bowl and season with pepper. Add the sweet potatoes and stir well until thoroughly covered. Transfer the sweet potatoes to the EASY FRY basket using a draining spoon so that any excess egg white mixture can stay behind in the bowl.
- 3 | Place the sweet potatoes in your EASY FRY basket and cook them on FRENCH FRIES MODE, reducing the temperature to 170°C/340°F for 20 minutes. Stir the chips thoroughly every 10 minutes. After this, cook for another 15 minutes at 200°C/390°F. Season generously with salt and serve.

TIPS

Serve with a yoghurt sauce flavoured with a little curry powder.



CHOCOLATE CHIP MUFFINS

8 20 min. 30 min. 
(each batch)*INGREDIENTS*

250 g plain flour
1 sachet baking powder
50 g soft butter
75 g caster sugar

100 g milk chocolate chips
2 eggs
250 ml full-fat milk

RECIPE

- 1** | Sieve the flour and baking powder in a bowl. Add the soft butter and stir until the mixture has the consistency of coarse sand.
- 2** | Add the sugar and chocolate chips. Whisk together the milk and eggs. Pour this mixture into the bowl and stir just enough to mix in the flour.
- 3** | Pour the batter into 8 muffin moulds or paper cases. Place 4 muffin moulds in your Easy Fry basket. Cook for 30 minutes on DESSERT MODE. Turn out and leave to cool on a rack. Cook the remaining 4 muffins.

TIPS

Check the muffins are done by piercing with the end of a knife, and cook for an additional 5 minutes if needed.

CHOCOLATE SOUFLÉS

4  10 min.  12 min. *INGREDIENTS*

100 g dark chocolate
(70 % cocoa solids), chopped
3 eggs (1 yolk + 3 whites)
100 ml full-fat milk

30 g caster sugar
1 tsp cornflour
25 g butter
Salt

RECIPE

- 1** | Break the chocolate into pieces and melt in a heatproof bowl over a pan of simmering water or in a microwave.
- 2** | Separate the eggs. Whisk 1 yolk with the cornflour. Heat the milk in a pan until warm then remove from the heat, add the yolk/cornflour mixture, stir and return to the heat for a few minutes to thicken. Add the chocolate and stir. Leave to cool.
- 3** | Beat the 3 egg whites into peaks along with a pinch of salt. When they begin to stiffen, add the caster sugar and whisk again for a few seconds. Fold the beaten egg whites to the mixture.
- 4** | Butter 4 heatproof ramekins, sprinkle with sugar and pour the mixture up to 2/3 the height of the moulds. Place the ramekins in your Easy Fry basket and cook on DESSERT MODE for 12 minutes. Serve immediately.



컨텐츠

스낵 및 사이드

소고기 엠파나다
팔라펠
바삭한 카레 새우
야채 사모사
미라 피자

요리

데리야끼 소고기 케밥
고메 비프버거
고수 소고기 코프타
치킨 스프링롤
치킨 너겟

치킨 윙
선데이 로스트 치킨
레몬 양갈비
뉴욕 핫도그
마살라 카레 연어 필렛

홈메이드 피시 앤 칩스
홈메이드 파프리카 칩
고구마튀김

디저트

초콜릿 칩 머핀
초콜릿 수플레

이미지 가이드



용량



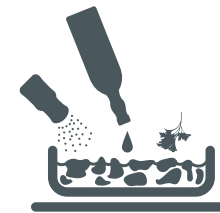
조각 수



준비 시간



레스팅 시간



마리네이팅 시간



조리 시간

소고기 엠파나다

16 

15  분

18  분

재료

시판 쇼트크러스트
페이스트리 2팩(375g)
다진 쇠고기 200g
신선한 파 3~4개

파프리카 1큰술
달걀 노른자 1개
올리브유 1큰술
소금과 후추

레시피

- 1 | 파를 곱게 다집니다. 고기를 올리브유와 함께 팬에서 8분 동안 조리합니다. 소금과 후추로 양념하고 파와 파프리카를 넣습니다. 식힙니다.
- 2 | 페이스트리를 펴서 지름 약 9cm로 8등분하고 그 위에 식힌 다진 고기를 얹은 후 반으로 접습니다. 달걀노른자를 물 1큰술과 섞습니다. 가장자리에 붓으로 발라주고, 손가락으로 가장자리를 집어 밀봉한 다음, 윗면에도 붓으로 발라줍니다.
- 3 | 에어프라이어 바스켓에 엠파나다 8개를 넣고 180°C에서 10분 동안 조리합니다. 두 번째 분량에도 이 과정을 반복합니다.

팁

커민, 오레가노 또는 다진 마늘로 엠파나다 소고기 필링에 맛을 더할 수 있습니다. 토마토나 스위트콘을 필링에 넣어 풍미를 더해보세요.

팔라펠

18 

15  분

20  분



재료

익힌 병아리콩 500g
중력분 50g
잘게 다진 양파 1개
다진 파슬리 2큰술
다진 고수 2큰술

커민 1작은술
마늘 1쪽
타히니(참깨 페이스트) 1큰술
요리용 올리브유 소량(선택 사항)
소금과 후추

레시피

- 1 | 푸드 프로세서를 사용하여 병아리콩, 물기를 뺀 양파, 마늘, 파슬리, 고수, 커민, 소금, 후추, 참깨 페이스트(타히니)와 밀가루를 섞어 거친 반죽으로 만듭니다. 반죽이 너무 묽으면 밀가루를 약간 넣습니다. 반죽이 너무 되면 액체를 약간 첨가합니다.
- 2 | 팔라펠 모양으로 18개를 만들어 부드럽게 누릅니다.
- 3 | 모두 에어프라이어 바스켓에 넣고 올리브유(선택 사항)를 약간 넣은 후 피자 모드에서 20분 동안 조리합니다. 팔라펠이 바스켓에서 겹겹이 쌓여 있을 수 있습니다. 조리 중간에 뒤집습니다.

팁

신선한 민트, 요거트, 토마토 조각으로 장식한 뜨거운 피타 빵에 팔라펠을 담아냅니다.

바삭한 카레 새우

4 * 10 분 10 분

재료

왕새우 꼬리 250g(가열하지 않고 껍질을 벗긴 것)
달걀 2개
중력분 6큰술
옥수수가루 6큰술

카레 분말 2큰술
신선한 검은 후추 간 것 1작은술
소금
요리용 기름 소량(선택 사항)

레시피

- 1 | 밀가루, 카레 분말, 그리고 소금과 후추를 넉넉하게 지퍼백에 붓고, 옥수수가루를 다른 얇은 불에 부은 다음 달걀을 세 번째 얇은 불에 넣어 풀어줍니다.
- 2 | 새우를 지퍼백에 넣고, 확실히 밀봉한 다음 골고루 물을 때까지 흔들어줍니다. 지퍼백에서 새우를 꺼내어 달걀물에 하나씩 담근 다음 옥수수가루에 굴립니다. 기름을 뿌립니다(선택 사항).
- 3 | 에어프라이어 바스켓에 새우를 넣어 새우 모드에서 6분 동안 조리합니다. 새우를 조심스럽게 뒤집어 다시 4분 동안 조리합니다.



야채 사모사

6 * 15 분 14 분 

재료

필로 페이스트리 6장*
올리브유 10g
페타 200g
익힌 콜리플라워 400g

(* 필로 페이스트리는 일부 국가에서만 제공됨)

익힌 완두콩 200g
카레 분말 1큰술
요리용 올리브유 소량
소금과 후추

레시피

- 1 | 볼에 콜리플라워와 카레 분말을 섞어 대강 으깬다. 완두콩과 으깬 페타를 추가합니다. 잘 섞어줍니다.
- 2 | 필로 페이스트리를 2줄로 자릅니다. 붓으로 필로 페이스트리에 올리브유를 바릅니다. 숟가락으로 속 재료 한 큰술을 떠서 각 페이스트리의 끝에 올리고 접어서 삼각형을 만듭니다. 페이스트리 한 줄로 사모사 6개를 만듭니다.
- 3 | 6개의 사모사를 에어프라이어 바스켓에 넣고 올리브유를 뿌린 다음 새우 모드로 14분 동안 조리합니다. 첫 번째 분량의 사모사가 조리되면 꺼내고 다음 6개를 바스켓에 넣습니다.

팁

첫 번째 분량의 사모사를 바스켓에 넣고 몇 분 더 조리하여 데울 수 있습니다.

미라 피자

4 

5 

7 

분

분



재료

잉글리시 머핀 2개
토마토튀레 또는 피자 소스 4큰술
요리용 모짜렐라 슬라이스 30g 4개

씨를 뺀 올리브 4개
소금

레시피

- 1 | 머핀을 반으로 자른 다음 에어프라이어 바스켓에 넣고 피자 모드에서 3분 동안 구워 줍니다.
- 3 | 에어프라이어 바스켓에 미라 피자를 넣고 피자 모드로 4분 더 조리합니다. 바로 차려냅니다.

머핀을 반으로 자르고 에어프라이어에서 170°C 에 3분 간 구워줍니다

- 2 | 토마토튀레나 소스를 한 큰술 가득 각 머핀에 바릅니다. 가볍게 시즈닝합니다. 모짜렐라 슬라이스를 매우 얇게 4줄로 자릅니다. 머핀에 올려놓습니다. 올리브를 반으로 자릅니다. 머핀에 올리브를 눈처럼 놓습니다.

팁

성인의 감독하에 화상의 위험을 방지하면서 아이들이 쉽게 스스로 만들 수 있는 재미있는 요리법입니다.

데리야끼 소고기 케밥

12



10



60



6



재료

쇠고기 카르파치오 슬라이스 12개*
에멘탈 치즈 200g(도움말 참조)
액상 꿀 2큰술

간장 3큰술
후추

* 일부 국가에서는 제공되지 않습니다. 대신, 직접 또는 정육점에서 프라임 쇠고기 필레를 매우 얇게 자르면 됩니다.

레시피

- 1 | 치즈를 36개로 깎둑썰기합니다. 꼬치 12개에 밀어 넣습니다. 각 케밥을 쇠고기 슬라이스로 감쌉니다.
- 2 | 그릇에 간장과 꿀을 섞어 양념을 만듭니다. 케밥에 바르는 데 사용합니다. 냉장고에서 1시간 동안 재웁니다.
- 3 | 에어프라이어 바스켓에 케밥 12개를 둥글게 놓고 180°C에서 6분 동안 조리합니다. 후추로 양념하고 바로 차려냅니다.

팁

달콤한 간장이 담긴 작은 그릇과 함께 케밥을 차려냅니다.

콩테는 대형 슈퍼마켓과 델리 숍에서 판매되는 프랑스 치즈입니다.

고메 비프버거

6* 5분 11분

재료

다진 쇠고기 900g
 햄버거 빵 6개
 비프 토마토 2개
 상추 잎 6장

마늘 1쪽
 간장 3작은술
 올리브유 2큰술

레시피

- 1 | 쇠고기, 다진 마늘, 간장, 올리브유를 섞습니다. 양념합니다. 손으로 버거패티 6개를 만듭니다.
- 2 | 에어프라이어 바스켓에 모두 넣고 좋아하는 고기 굽기의 정도에 따라 스테이크 모드에서 8분 동안 조리합니다.
- 3 | 에어프라이어에서 패티를 꺼내 따뜻하게 보관합니다. 햄버거 빵 6개를 바스켓에 넣고, 필요한 경우 조금 눌러서 180°C에서 2~3분 동안 조리합니다. 버거를 만들어 샐러드 잎과 토마토로 즉시 장식한 다음 차려냅니다.

팁

다음을 조합하여 소스를 만듭니다. 홀그레인 머스타드 1큰술, 매운 겨자 2큰술, 달걀노른자 1개, 기름 1큰술을 더한 후 뽀뽀한 크림 프레쉬 1큰술을 넣습니다.

고수 소고기 코프타

6* 10분 8분

재료

다진 쇠고기 550g
 다진 샐롯 2큰술
 다진 고수 2큰술
 라스 엘 하누트 향신료 1큰술

커민 1큰술
 올리브유 1큰술
 소금과 후추

레시피

- 1 | 프라이팬에서 올리브유를 약간 넣어 샐롯을 빠르게 갈색으로 볶습니다.
- 2 | 다진 쇠고기, 향신료, 고수, 요리된 샐롯을 섞습니다. 소금과 후추로 양념합니다. 각각 약 30g의 평평한 타원형 패티를 18개 만듭니다.
- 3 | 패티를 바스켓에 넣고 약간 눌러서 180°C에서 7~8분 동안 익힙니다. 패티는 바스켓에 쌓아 올려도 됩니다.

팁

코프타에 민트 소스를 곁들여 차려냅니다. 천연 그릭요거트 2통 (각각 150g), 신선한 다진 민트 1큰술, 올리브유와 레몬즙 소량을 섞습니다.

치킨 스프링롤

12  30  분 26  분

재료

라이스 페이퍼 12개
 각둑썰기 된 닭가슴살 2조각(각각 120g)
 혼합 볶음 야채 200g
 곱게 다진 양송이버섯 4개

쌀국수면 50g
 마늘 1쪽
 요리용 식물성 기름 1작은술(선택 사항)

레시피

- 1 | 포장에 적힌 지시에 따라 쌀국수면을 물에 불립니다. 손으로 조심스럽게 물을 짭니다. 가위로 대강 자른 다음 식게 놔둡니다.
- 2 | 작은 프라이팬에서 각둑썬 닭고기와 볶은 야채, 잘게 다진 버섯을 6분 동안 볶습니다. 물을 뺍니다. 쌀국수면, 닭고기와 다진 마늘을 섞어줍니다.
- 3 | 라이스 페이퍼를 물에 담가 불린 다음 깨끗한 천에 놓습니다. 속 재료 1큰술을 떠서 라이스 페이퍼 바닥의 가운데에 놓고 가장자리를 접은 다음 스프링롤을 말아 올린 다음 꼭 눌러서
- 4 | 스프링롤에 기름을 뿌리고(선택 사항) 새우 모드로 20분 동안 조리하면서 중간에 뒤집어줍니다. 남은 스프링롤 6개를 조리할 동안 따뜻하게 보관합니다.


 팁

민트, 샐러드, 간장을 곁들여 차려냅니다.

치킨 너겟

6* 10분 12분
(조리할 때 마다)

재료

닭가슴살 6조각
말린 빵가루 120g
중력분 70g

달걀 3개
소금과 후추
요리용 기름 소량(선택 사항)

레시피

- 1 | 닭고기를 고른 크기로 자릅니다. 3 | 치킨 너겟을 닭고기 모드로 12분 동안 조리합니다. 크기에 따라 시간을 조절합니다. 치킨 너겟을 모두 조리할 때까지 반복합니다.
- 2 | 닭 조각을 지퍼백에 넣어 확실히 밀봉하고 열심히 흔듭니다. 지퍼백에서 꺼내 풀어 놓은 달걀에 하나씩 담근 다음 빵가루에 굴립니다. 너겟 절반을 에어프라이어 바스켓에 넣습니다. 기름을 뿌립니다(선택 사항).

팁

토마토 3개, 양파 1개, 농축 토마토튀레 1작은술, 다진 마늘 1쪽, 발사믹 식초 4작은술, 액상 꿀 1작은술, 소금, 후추를 함께 믹근히 끓여 직접 케첩을 만듭니다.

치킨 윙

6 * 20 분 12 시간 17 분

재료

닭 날개 1.2kg
 토마토 케첩 1큰술
 머스타드 1큰술
 파프리카 1큰술

스위트 소이 소스 1큰술
 올리브유 1큰술
 소금과 후추

레시피

- 1 | 닭 날개를 반으로 잘라 관절에서 분리합니다.
- 2 | 모든 재료를 큰 볼에 넣은 다음 닭 날개를 추가합니다. 날개에 골고루 물을 때까지 잘 저어줍니다. 랩으로 덮고 12시간 동안 재웁니다.
- 3 | 닭 날개를 바스켓에 넣고 (겹칠 수 있음), 닭고기 모드로 12분 동안 조리합니다. 닭 날개를 휘젓고 뒤집어서 5분 더 익힙니다. 튀김과 방울토마토 샐러드를 함께 바로 차려냅니다.

팁

기분에 따라 양념을 다양하게 만들 수 있습니다. 바비큐 소스, 향신료, 고추 또는 마늘을 넣어도 됩니다.

선데이 로스트 치킨

4-6* 5분 45분 



재료

닭 1.2kg 1마리
마늘 5쪽

올리브유 1큰술
소금

레시피

- 1 | 손바닥으로 마늘쪽을 가볍게 으깁니다. 닭고기를 올리브유 1큰술로 문지른 다음 다리를 따라 마늘쪽을 넣습니다. 넉넉하게 양념합니다.
- 2 | 닭고기를 에어프라이어 바스켓에 넣고 45분 동안 치킨 모드로 굽습니다. 바로 차려냅니다.

팁

닭고기의 정확한 조리 시간은 무게에 따라 달라집니다. 닭고기가 익었는지 확인하려면 칼끝으로 다리의 가장 두꺼운 부분을 뚫습니다. 맑은 육즙이 흘러나와야 합니다.

레몬 양갈비

6 * 15 분 4 시간 35 분

재료

작은 양고기 12조각
레몬 1개
마늘 4쪽

올리브유 1큰술
소금과 후추

레시피

- 1 | 레몬 껍질의 노란 부분을 긁어냅니다. 3 | 에어프라이어 바스켓에 6개의 갈비를 넣고 180°C에서 10분 동안 조리하면서 중간에 뒤집어줍니다. 남은 갈비 6개에 대해 반복합니다. 바로 차려냅니다.
- 2 | 양고기 위에 붓고 잘 섞은 다음 소금과 후추로 양념하고 랩으로 덮어서 4 시간 동안 재웁니다.

팁

양념에 타임, 야생 타임, 오레가노 같은 신선한 허브를 넣어도 됩니다.



뉴욕 핫도그

6  10  8 

재료

핫도그 빵 6개
 핫도그 소시지 6개
 오이 피클 6개
 양파 2개

방울토마토 12개
 체다 슬라이스 6조각
 올리브유 1큰술

레시피

- 1 | 소시지를 끓는 물이 담긴 팬에 5분 동안 담급니다. 그동안 양파를 곱게 다지고 작은 팬에 올리브유 1큰술을 넣고 볶습니다.
- 2 | 오이 피클을 깍둑썰고 토마토를 자릅니다. 핫도그 빵을 반으로 자르고 토마토를 넣은 다음 각 빵에 소시지를 넣습니다. 체다 슬라이스로 덮습니다. 에어프라이어 바스켓에 핫도그 3개를 넣고 피자 모드로 3분 동안 조리합니다.
- 3 | 오이 피클과 양파를 추가해서 바로 차려냅니다. 나머지 핫도그 3개를 만들고 조리합니다.


 팁

미국식으로 케첩과 머스타드로 재미있는 그림을 그려보세요!

마살라 카레 연어 필렛

6* 10분 27분



재료

연어 살 6조각
잘게 다진 양파 1개
다진 마늘 2쪽
잘 익은 토마토 1개 깍둑썬 것
곱게 간 신선한 생강 1½큰술

농축 토마토튀레 1½큰술
코코넛 밀크 250ml
장식용 신선한 민트 잎
알루미늄 포일
가람 마살라(또는 카레) 분말 2½ 큰술

레시피

- 1 | 팬에서 양파가 투명해질 때까지 튀깁니다. 마늘과 깍둑썬 토마토를 넣고 몇분 더 익힌 다음 가람 마살라, 생강, 농축 토마토튀레를 넣습니다. 잘 섞어줍니다.
- 2 | 코코넛 밀크를 넣고 2분 동안 멍근히 끓입니다. 양념을 확인합니다.
- 3 | 연어 살을 기름이 배지 않는 큰 종이 6장에 놓습니다. 생선 살 위에 소스를 붓습니다. 종이를 접어 포장하고 에어프라이어 바스켓에 여러 겹으로 쌓아놓습니다. 생선 모드에서 20분 동안 조리합니다. 다진 민트 잎으로 장식하여 차려냅니다.

홈메이드 피시 앤 칩스

6* 10분 12분
(조리할 때 마다)

재료

대구 살 6조각
밀가루 7큰술
말린 빵가루 7큰술
달걀 3개

버터 50g
처빌 또는 타라곤 1다발
마요네즈 1통(약 75g)
소금과 후추

레시피

- 1 | 키친타월로 생선 조각의 물기를 닦습니다. 소금과 후추로 양념합니다. 얇은 그릇에 달걀을 넣고 풀어줍니다.
- 2 | 생선 살 2개에 밀가루를 묻힌 다음 달걀물을 입히고 빵가루를 덮습니다. 에어프라이어 바스켓에 넣습니다. 버터 2조각을 위에 올리고 생선 모드로 12분 동안 조리합니다. 다른 생선 조각도 동일하게 조리합니다.
- 3 | 허브를 가위로 잘라 마요네즈와 섞은 다음 생선튀김과 함께 차려냅니다.

팁

이 요리법은 대구와 생선을 포함한 모든 종류의 신선한 흰살생선에 적용할 수 있습니다.

홈메이드 파프리카 칩

4* 15분 30분 35분

재료

감자 800g(마리스 파이퍼,
킹 에드워드 또는 루스터)
파프리카 3큰술

기름 3큰술
고운 소금

레시피

- 1 | 감자를 씻어 껍질을 벗깁니다. 약 1cm 두께의 두꺼운 칩으로 자릅니다. 칩을 잘 헹군 다음 물기를 빼고 완전히 말립니다.
- 2 | 그릇에 담고 올리브유, 고운 소금 1큰술, 파프리카와 섞습니다. 뚜껑을 덮고 30분 동안 재웁니다.
- 3 | 칩에서 물기를 잘 빼서 과한 양념은 불에 남겨 두고, 에어프라이어 바스켓에 넣어 180°C의 온도에서 35분 동안 프렌치프라이 모드로 조리합니다. 10분마다 칩을 완전히 뒤적여 줍니다. 감자의 크기와 종류에 따라 조리 시간을 5분 정도 줄이거나 늘려야 할 수도 있습니다.

팁

레드 커리 페이스트 한 큰술을 넣어 색다른 맛을 차려냅니다.

고구마튀김

4 * 15 분 40 분

재료

고구마 800g
해바라기유 3큰술
계란 1개 흰자만

강황 1작은술
소금과 후추

레시피

- 1 | 고구마의 껍질을 벗기고 씻습니다. 1cm 너비의 막대 모양으로 자릅니다.
- 2 | 계란흰자, 기름, 강황을 큰 용기에 넣고 후추로 양념합니다. 고구마를 넣고 골고루 묻을 때까지 잘 뒤적입니다. 채 망을 사용하여 에어프라이어 바스켓에 고구마를 옮겨 담아, 과한 흰자는 그릇에 남게합니다.
- 3 | 에어프라이어 바스켓에 고구마를 넣고 온도를 170°C로 낮춰 프렌치프라이 모드에서 20분 동안 조리합니다. 10분마다 칩을 완전히 뒤적여 줍니다. 그런 다음 200°C에서 15분 더 조리합니다. 소금으로 넉넉하게 양념한 다음 차려냅니다.

팁

약간의 카레 분말을 곁들인 요거트 소스를 곁들여 차려냅니다.



초콜릿 칩 머핀

8  20  30 
(조리할 때 마다)

재료

중력분 250g
베이킹파우더 1봉지
부드러운 버터 50g
정제당 75g

밀크초콜릿 칩 100g
계란 2개
우유 250ml

레시피

- 1 | 밀가루와 베이킹파우더를 볼에서 체를 칩니다. 부드러운 버터를 넣고 반죽이 거친 모래와 같은 농도가 될 때까지 저어줍니다.
- 2 | 설탕과 초콜릿 칩을 첨가합니다. 우유와 달걀을 함께 휘저어줍니다. 이 혼합물을 그릇에 붓고 밀가루가 섞일 정도로 저어줍니다.
- 3 | 반죽을 8개의 머핀 틀 또는 종이 케이스에 붓습니다. 에어프라이어 바스켓에 머핀 틀을 4개 넣습니다. 디저트 모드로 30분 동안 조리합니다. 뒤집어서 식힘 망에 올려둡니다. 나머지 머핀 4개도 조리합니다.

팁

머핀이 잘 익었는지 칼끝으로 찔러 확인하고 필요한 경우 5분 더 돌립니다.



초콜릿 수플레

40분 10분 12분

재료

다크 초콜릿(카카오 70%) 다진 것 100g
달걀 3개(노른자 1개 + 흰자 3개)
100ml 우유

정제당 30g
옥수수가루 1작은술
버터 25g
소금

레시피

- 1 | 초콜릿을 조각으로 나누고 내열 용기에 담아 끓는 물이 담긴 팬 또는 전자레인지에서 녹입니다.
- 2 | 계란을 분리합니다. 노른자 1개를 옥수수가루와 함께 휘저어줍니다. 팬에 우유를 두르고 따뜻해질 때까지 가열한 다음 불에서 내리고, 노른자와 옥수수가루 혼합물을 넣고 저은 다음, 몇 분 동안 다시 불에 올려 걸쭉하게 만듭니다. 초콜릿을 추가하고 저어줍니다. 식힙니다.
- 3 | 달걀흰자 3개에 소금 한 꼬집을 넣고 머랭이 뽀족해지도록 휘저어줍니다. 뽀뽀해지기 시작하면, 정제당을 넣고 몇 초 동안 다시 휘저어줍니다. 휘저은 달걀흰자를 혼합물에 넣습니다.
- 4 | 내열 그릇 4개에 버터를 바르고 설탕을 뿌린 다음, 틀의 2/3 높이까지 혼합물을 붓습니다. 내열 그릇을 이지프라이 바스켓에 넣고 디저트 모드로 12분 동안 조리합니다. 바로 차려냅니다.

