

INHALTSVERZEICHNIS

VORSPEISEN

Empanadas (Grillfunktion)
 Knusprige Garnelen
 Gemüse-Samosas
 Mini-Pizzen
 Frühlingsrollen mit Hühnchen
 Falafel

HAUPTGERICHTE

Köfte vom Rind mit Koriander
 Deluxe Burger (Grillfunktion)
 Rinderspieße mit Teriyaki-Sauce
 Chicken-Nuggets
 Hähnchenflügel
 Brathähnchen
 Lammkoteletts mit Zitrone (Grillfunktion)
 Hot Dogs New York-Style
 Kabeljau mit Curry
 Hausgemachte Fish & Chips
 Hausgemachte Chips
 Süßkartoffel-Pommes
 Hähnchenschenkel mit Joghurt- und Rosmarin-Marinade
 Gerösteter Blumenkohl mit Zitronensauce
 Grillwurst (Grillfunktion)
 Filetsteak mit Chimichurri-Sauce (Grillfunktion)
 Gegrillte Seebrasse mit Tomaten und Oliven (Grillfunktion)
 Teriyaki-Lachs (Grillfunktion)
 Gegrillte Aubergine mit Pesto
 Vegetarischer Bagel (Grillfunktion)
 In Ahornsirup geröstetes Wurzelgemüse (Grillfunktion)

DESSERTS

Muffins mit Schokostückchen
 Schokoladen-Soufflé
 Mandelzigarren
 Luftgetrocknete Apfelchips

MECHANISCH



EASY FRY & GRILL CLASSIC



EASY FRY & GRILL CLASSIC+

DIGITAL



EASY FRY & GRILL PRECISION



EASY FRY & GRILL DELUXE



ANLEITUNG



ANZAHL
PERSONEN



VORBEREITUNG
ZEIT



MARINIEREN
ZEIT



GAREN
ZEIT



POMMES-FRITES



NUGGETS



BRATHÄHNCHEN



PIZZA



FLEISCH



FISCH



GEMÜSE



DESSERT



HEISSLUFTFRITTEUSE



GRILL

EMPANADAS

4  25 Min.  20 Min. 

ZUTATEN

2 Rollen Mürbeteig
350 g Rinderhack
3 Frühlingszwiebeln
1 EL Paprikapulver

1 Eigelb
1 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Zwiebeln fein hacken. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen, darin die Zwiebeln 3 Minuten anbraten. Das Fleisch hinzugeben, 10 Minuten garen und dann zum Abkühlen beiseite stellen.
- 2 | Den Teig ausrollen, 8 Kreise ausschneiden, Durchmesser circa 9 cm. Das abgekühlte Hackfleisch auf den Teig geben, am Rand ca. 1 cm Platz lassen und den Teig darüber zu einem Umschlag falten.
- 3 | Eigelb mit 1 EL Wasser mischen. Die Empanadas mit dieser Mischung bestreichen und dann in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.
- 4 | **Digitale Version:** Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. 10 Minuten garen und dann mit der zweiten Portion wiederholen.
Mechanische Version: 15 Minuten bei 200° C vorheizen. 10 Minuten garen und dann mit der zweiten Portion wiederholen.

TIPP

Sie können die Rindfleischfüllung der Empanadas mit Kreuzkümmel, Oregano oder gehacktem Knoblauch würzen. Warum nicht für eine neue Geschmacksrichtung Tomaten oder Zuckermais zur Füllung geben?

KNUSPRIGE GARNELEN

4  20 Min.  10 Min. 

ZUTATEN

250 g Garnelen ohne Schale
 2 Eier
 60 g Weizenmehl
 60 g Maismehl

2 EL Currypulver
 1 EL Öl
 Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 | Zubereitung der Zutaten für die Panade: die Eier in einer Schüssel mit einer Prise Salz und Pfeffer verschlagen. Weizenmehl und Currypulver in eine zweite Schüssel und das Maismehl in eine dritte Schüssel geben.
- 2 | Die Garnelen in folgender Reihenfolge in die Schüsseln tauchen: erst in die Curry-/Weizenmehlmischung, dann in die Eier und abschließend in das Maismehl. Die Garnelen vor dem Wechsel zur nächsten Schüssel gut abtropfen lassen.
- 3 | Die panierten Garnelen in den Korb Ihres Easy Fry & Grill geben und mit dem Öl beträufeln.
- 4 | **Digitale Version:** 5 Minuten im FISH-Modus (Modus FISCH) bei 170° C garen. Die Garnelen wenden und weitere 5 Minuten garen.
Mechanische Version: 5 Minuten bei 170° C garen. Die Garnelen dann wenden und weitere 5 Minuten garen.



GEMÜSE-SAMOSAS

4 (= 12 Samosas) ✪ 20 Min.  2x 15 Min. 

ZUTATEN

6 Bricketeigblätter
 100 g Feta
 150 g gefrorene Erbsen
 250 g Blumenkohl
 1 TL Currypulver

1 Eigelb
 1 El Olivenöl
 Salz
 Pfeffer


REZEPT

- Den Blumenkohl in mittelgroße Stücke schneiden und waschen. Die Erbsen und die Blumenkohlstücke dazugeben. 15 Minuten im VEGETABLE-Modus (Modus GEMÜSE) garen.
- Das Gemüse herausnehmen und in eine große Schüssel geben. Den zerbröckelten Feta-Käse, das Currypulver, eine Prise Salz und Pfeffer hinzufügen. Mit einer Gabel zu einem groben Püree zerkleinern.
- Die Bricketeigblätter in zwei gleichgroße Stücke schneiden. Die Scheiben in der Mitte falten, indem der abgerundete Teil in Richtung der Mitte der rechten Kante gefaltet wird. Einen Esslöffel der Füllung auf ein Ende des letzten Streifens geben und zu einem Dreieck falten. Weiter falten, um die Füllung vollständig in dem Dreieck einzuschließen. Überstehenden Teig mit etwas Eigelb bestreichen und auf das Samosa kleben.
- Wiederholen Sie den Vorgang, bis die gesamte Füllung verbraucht ist. Legen Sie die Samosas in den Korb und bestreichen Sie sie mit Öl.
- Digitale Version:** Die AIR FRY-Einstellung (Modus FRITTIEREN) wählen und 15 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
Mechanische Version: 15 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Sie können die erste Portion Samosas wieder erwärmen, indem Sie sie in den Korb legen und noch einige Minuten garen.

MINI-PIZZEN

4  15 Min.  8 Min. 

ZUTATEN

2 Englische Muffins
8 EL Tomatensauce

4 Scheiben Mozzarella-Käse
4 entsteinte schwarze Oliven

REZEPT

- 1 | Die Muffins halbieren und in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.

Digitale Version: Die PIZZA-Einstellung wählen und 3 Minuten bei 170° C garen.

Mechanische Version: 3 Minuten bei 170° C garen.
- 2 | Einen großen EL Tomatensauce über jedem Muffin verteilen. Die Mozzarella-Scheiben in dünne Streifen schneiden. Auf jeden Muffin legen und die in Scheiben geschnittenen Oliven mit der Öffnung nach oben dazu geben. Legen Sie die Pizzen in den Korb Ihres Easy Fry & Grill.
- 3 | **Digitale Version:** Die PIZZA-Einstellung wählen und 5 Minuten bei 170° C garen.

Mechanische Version: 5 Minuten bei 170° C garen.

TIPP

Ein spaßiges Rezept, das Kinder leicht selbst herstellen können, aber immer unter Aufsicht eines Erwachsenen, um Verbrennungen zu vermeiden.

FRÜHLINGSROLLEN MIT HÜHNCHEN

4 (= 16 Rollen)  35 Min.  20 Min. 

ZUTATEN

16 Reispapierblätter	1 Knoblauchzehe
50 g Reismudeln	1 El neutrales Öl
2 Hähnchenfilets	Salz
200 g gemischtes, gebratenes Gemüse	Pfeffer
4 Champignons	

REZEPT

- Die Reismudeln gemäß den Packungsangaben vorbereiten. Vorsichtig zwischen den Händen abtropfen lassen. Mithilfe einer Schere grob zerteilen und abkühlen lassen.
- Hähnchenbrust würfeln und 5 Minuten in heißem Öl gemeinsam mit dem gehackten Knoblauch anbraten. Das gebratene Gemüse hinzugeben und weitere 5 Minuten garen. Die Reismudeln hinzugeben und abkühlen lassen.
- Bereiten Sie auf der Arbeitsplatte eine Schale mit warmen Wasser und ein sauberes Geschirrtuch vor. Die Reispapierblätter einige Minuten in das warme Wasser tauchen und dann auf das Geschirrtuch legen. Geben Sie etwa 1 Löffel der Füllung auf die Blätter. Zuerst die linke und die rechte Seite falten, um die Füllung zu fixieren, dann alles zusammenrollen. Wiederholen, bis die Füllung aufgebraucht ist.
- Die Frühlingsrollen mit ausreichendem Abstand zueinander (damit sie nicht zusammenkleben) in den Korb ihres Easy Fry & Grill legen.
Digitale Version: Die AIR FRY-Einstellung (Modus FRITTIEREN) wählen und 20 Minuten bei 160° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
Mechanische Version: 20 Minuten bei 160° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Mit Minze, Salat und Sojasauce servieren.

FALAFEL

4  20 Min.  15 Min. 

ZUTATEN

500 g gegarte Kichererbsen
 1 weiße Zwiebel
 2 Stängel Petersilie
 4 Stängel frischer Koriander
 1 TL Kreuzkümmel

1 Knoblauchzehe
 1 EL Tahini (Sesampaste)
 1 EL Olivenöl
 Salz
 Pfeffer


REZEPT

- 1 | Kichererbsen, Petersilienblätter, Koriander und Kreuzkümmel mit einer Prise Salz, Pfeffer und der Sesampaste (Tahini) grob mixen.
- 2 | Gehackten Knoblauch und Zwiebel von Hand unterrühren. Die Mischung dann zu Kugeln formen. Die panierten Garnelen in den Korb Ihres Easy Fry & Grill geben und mit dem Öl beträufeln.
- 3 | **Digitale Version:** Die AIR FRY-Einstellung (Modus FRITTIEREN) wählen und 15 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
Mechanische Version: 15 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Servieren Sie die Falafel in warmem Pitabrot, garniert mit frischer Minze, Joghurt und Tomatenscheiben.

KÖFTE VOM RIND MIT KORIANDER

4  20
Min.  8
Min. 

ZUTATEN

350 g Rinderhack	1 TL Kreuzkümmel
2 El gehackte Schalotten	1 El Olivenöl
2 El gehackter Koriander	Salz
1 El Gewürzmischung mit Ras-el Hanout	Pfeffer




REZEPT

- Die die Schalotten schnell in einer Bratpfanne mit etwas Olivenöl anbraten.
- Hackfleisch, Gewürze, Koriander und die gegarten Schalotten mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zu länglichen Würstchen formen und auf Holzspieße schieben.
- Digitale Version:** Die ROAST CHICKEN- Einstellung (Modus HÄHNCHEN) wählen und 8 Minuten bei 180° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
Mechanische Version: 8 Minuten bei 180° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Die Köfte mit einer Minzsoße servieren: 2 Becher griechischer Joghurt, 1 El frische, gehackte Minze, einem Spritzer Olivenöl und einem Schuss Zitronensaft mischen.

DELUXE-HAMBURGER

4  25 Min.  12 Min. 

ZUTATEN

600 g Rinderhack
 4 Hamburger-Buns
 2 Tomaten
 6 Salatblätter
 1 Knoblauchzehe

3 TL Sojasauce
 2 EL Olivenöl
 Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 Das Rindfleisch, den zerdrückten Knoblauch, die Sojasoße und das Olivenöl miteinander mischen. Würzen. Mit den Händen 4 Burger formen.
- 2 | Die Hamburger-Buns in den Korb Ihres Easy Fry & Grills legen.
Digitale Version: Die PIZZA-Einstellung wählen und 4 Minuten garen. **Mechanische Version:** 4 Minuten bei 180° C garen.
- 3 | Die Buns herausnehmen, unter einem Bogen Alufolie warmhalten, dann die Burger in den Korb legen.

Digitale Version: Die GRILL-Einstellung wählen und 8 Minuten garen. Die Garzeit ggf. um 2 Minuten plus/minus anpassen.

Mechanische Version: 8 Minuten bei 200° C garen. Die Garzeit ggf. um 2 Minuten plus/minus anpassen.

4 | Die Buns mit Salatblättern, Tomatenscheiben und den gegrillten Burgern garnieren und servieren.

TIPP

**Aus den folgenden Zutaten eine Sauce herstellen:
 1 EL körniger Senf, 2 EL scharfer Senf, 1 Eigelb und
 1 EL Öl, dann 1 EL feste Crème fraîche dazugeben.**

RINDERSPIESSE MIT TERIYAKI-SAUCE

4

20
Min.1
Std.6
Min.

ZUTATEN

12 Scheiben Rindercarpaccio
200 g Comté-Käse am Stück
4 EL Honig

6 EL Sojasauce
Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Käserinde entfernen und den Käse in Würfel von 1,5 cm schneiden. Den Käse auf 12 Spieße stecken und mit dem Carpaccio umwickeln.
- 2 | Sojasauce und Honig mischen und die Spieße 1 Stunde an einem kühlen Ort in dieser Mischung marinieren.
- 3 | Die Spieße in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen
Digitale Version: Die MEAT-Einstellung (Modus FLEISCH) wählen und 6 Minuten bei 180°C garen.
Mechanische Version: 6 Minuten bei 180° C garen.

TIPP

Servieren Sie die Spieße mit der süßen Sojasauce in einer kleinen Schüssel.

CHICKEN-NUGGETS

4  30 Min.  10 Min. 

ZUTATEN

4 Hähnchenfilets
 100 g Semmelbrösel
 60 g Mehl
 3 Eier

2 El Öl
 Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Hähnchenbrustfilets von Knorpel und Fett befreien. In etwa 4 bis 5 cm große Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 | Die Zutaten für die Panade vorbereiten: Die Eier mit einer Prise Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und verrühren. Geben Sie das Mehl in eine zweite Schüssel und die Semmelbrösel in eine dritte Schüssel.
- 3 | Die Nuggets erst im Mehl, dann in den Eiern und schließlich im Paniermehl wälzen. Für eine stärkere

Panade die Nuggets ein zweites Mal in die Eiern tauchen und erneut im Paniermehl wälzen. Die panierten Garnelen in den Korb Ihres Easy Fry & Grill geben und mit dem Öl beträufeln.

4 | Digitale Version: Die NUGGETS-Einstellung wählen und 10 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

Mechanische Version: 10 Minuten bei 200° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Eigene Ketchup-Zubereitung: 3 Tomaten, 1 Zwiebel, 1 TL Tomatenmark, 1 gehackte Knoblauchzehe, 4 TL Balsamico-Essig, 1 TL Honig, Salz und Pfeffer auf kleiner Flamme köcheln lassen.

HÄHNCHENFLÜGEL

4  20 Min.  12 Std.  17 Min. 

ZUTATEN

1,2 kg Hähnchenflügel
4 EL Ketchup
2 EL Senf
2 EL Paprikapulver

2 EL süße Sojasauce
2 EL Olivenöl
Salz,
Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Hähnchenflügel am Gelenk trennen, um sie zu halbieren.
- 2 | Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und die Hähnchenflügel hinzugeben. Gut mischen, um sie vollständig damit zu bedecken. Mit Frischhaltefolie abdecken und 12 Stunden marinieren.
- 3 | Die Hähnchenflügel in den Korb Ihres Easy Fry & Grills legen.
Digitale Version: Die ROASTCHICKEN-Einstellung (Modus HÄHNCHEN) wählen und 17 Minuten garen. Nach 12 Minuten wenden.
Mechanische Version: 17 Minuten bei 170° C garen. Nach 12 Minuten wenden.

TIPP

Sie können die Marinade nach Ihrem Geschmack variieren: Sie könnten Barbecue-Sauce, Gewürze, Chili oder Knoblauch hinzuzufügen.

BRATHÄHNCHEN

4  5 Min.  50 Min. 

ZUTATEN

1 x 1,2 kg Hähnchen
 5 Knoblauchzehen
 2 El Olivenöl

Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 | Den Knoblauch schälen und hacken.. Das Hähnchen mit Öl bestreichen, großzügig würzen und den Knoblauch dazugeben.
- 2 | **Digitale Version:** Die ROAST CHICKEN-Einstellung (Modus HÄHNCHEN) wählen und 50 Minuten garen.
Mechanische Version: 50 Minuten bei 200° C garen.

TIPP

Die exakte Garzeit des Hähnchen hängt von dessen Gewicht ab. Um zu prüfen, ob das Fleisch gar ist, eine der Hähnchenbrüste mit der Spitze eines Messers anstechen: Der herausfließende Saft sollte klar sein.

LAMMKOTELETTS MIT ZITRONE

4  15 Min.  4 Std.  10 Min. 

ZUTATEN

12 kleine Lammkoteletts
1 unbehandelte Zitrone
4 Knoblauchzehen

1 El Olivenöl
Salz
Pfeffer




REZEPT

- 1 | Zesten von der Zitrone abziehen. Den Knoblauch schälen, fein hacken und im Mörser zerkleinern. Die Zitronenzesten und 2 El Olivenöl hinzugeben.
- 2 | Dann die Koteletts hinzugeben und 4 Stunden lang an einem kühlen Ort marinieren.
- 3 | Die Koteletts in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.
Digitale Version: Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. 10 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
Mechanische Version: Auf 200° C einstellen und 15 Minuten vorheizen. 10 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Fügen Sie Ihrer Marinade doch einmal frische Kräuter hinzu, wie Thymian, Feldthymian oder Oregano.

HOT DOGS NEW YORK-STYLE

4  25 Min.  5 Min. 

ZUTATEN

4 Hot Dog-Buns
 4 El Ketchup
 4 Hot Dog-Würstchen
 4 Essiggurken
 1 rote Zwiebel

8 Kirschtomaten
 4 Scheiben Cheddar-Käse
 1 El Öl
 Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Würstchen gemäß der Packungsanleitungen in einer Pfanne in kochendem Wasser vorbereiten.
- 2 | Zwiebel in Scheiben schneiden und 5 Minuten bei mittlerer Hitze in heißem Öl braten. Mit den geviertelten Tomaten und den gewürfelten Gurken mischen.
- 3 | Die Hot Dog-Buns halbieren, Ketchup darauf verteilen, mit der Gemüsemischung, den Würstchen und den Cheddarscheiben belegen. In den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.
- 4 | **Digitale Version:** Die PIZZA-Einstellung wählen und 5 Minuten bei 170° C garen.
Mechanische Version: 5 Minuten bei 170° C garen.

TIPP

Zeichnen Sie ein lustiges Bild mit Ketchup oder Senf, der American Style!

KABELJAU MIT CURRY

4  20
Min.  10
Min. 

ZUTATEN

500 g Kabeljaufilets
3 EL milde indische Currypaste




10 g Kokosraspel
200 ml Kokoscreme

REZEPT

- 1 | Die Kabeljaufilets mit der Currypaste bestreichen und den Rest der Currypaste mit der Kokoscreme, Salz und Pfeffer in einen kleinen Topf geben. Den Inhalt des Topfes erhitzen.
- 2 | Ein quadratisches Stück Backpapier in den Korb Ihres Easy Fry & Grill geben und den Fisch darauflegen.
Digitale Version: Die FISH-Einstellung (Modus FISCH) wählen und 10 Minuten bei 200° C garen.

Mechanische Version: 10 Minuten bei 200° C garen. Zum Servieren den Fisch mit der Currysauce napieren und mit den Kokosraspeln bestreuen.

HAUSEGEMACHTE FISH & CHIPS

4  25 Min.  12 Min. 

ZUTATEN

4 Kabeljaufilets
 5 El Mehl
 5 El Paniermehl
 2 Eier
 50 g Butter

1 Bund Estragon
 1 Glas Mayonnaise
 ½ Zitrone
 Salz
 Pfeffer




REZEPT

- 1 | Die Fischfilets in Würfel von ca. 4 cm schneiden und mit einem Papiertuch vorsichtig abtupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 | Bereiten Sie drei Schüsseln vor: Geben Sie das Mehl in die erste die verschlagenen Eier in die zweite und das Paniermehl in die dritte Schüssel.
- 3 | Die Kabeljaustücke erst im Mehl, dann in den Eiern und schließlich im Paniermehl wälzen. Vor dem Wechsel zur nächsten Schüssel gut abtropfen lassen. Legen Sie die panierten Fischstücke in den Korb des Easy Fry & Grill und geben Sie auf jedes ein Stück Butter.
- 4 | **Digitale Version:** Die FISH-Einstellung (Modus FISCH) wählen und 12 Minuten bei 180° C garen.
Mechanische Version: 12 Minuten bei 170° C garen. Mit der zuvor zubereiteten Sauce servieren.

TIPP

Dieses Rezept eignet sich für alle Arten von frischem Fisch, einschließlich Seehecht, Seelachs und Dorsch.

HAUSGEMACHTE CHIPS

4  25
Min.  50
Min. 

ZUTATEN

1 kg Kartoffeln
3 EL Paprikapulver

3 EL Öl
Salz

REZEPT

- 1 Die Kartoffeln schälen und zu Chips schneiden.
- 2 | Mit allen Zutaten in eine Schüssel geben. Alles gut mischen und die Hälfte der Zubereitung in den Korb des Easy Fry & Grill geben.
- 3 | **Digitale Version:** Die CHIPS-Einstellung (Modus POMMES) wählen und 25 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit durchmischen.

Mechanische Version: 25 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit durchmischen. Wiederholen Sie den Vorgang für die restlichen Chips.

TIPP

Für eine köstliche Note geben Sie einen Esslöffel rote Currypaste hinzu.

SÜSSKARTOFFEL-POMMES

4  25 Min.  50 Min. 

ZUTATEN

1 kg Süßkartoffeln
2 El Mehl

4 El Öl
Salz
Pfeffer

REZEPT

1 Die Kartoffeln schälen und zu Fritten schneiden. In eine große Schüssel mit Mehl, Öl, Salz und Pfeffer geben. Gut mischen.

2 | Die Fritten, idealerweise in 2 oder 3 Portionen, in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.

Digitale Version: Die CHIPS-Einstellung (Modus POMMES)

wählen und 25 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit durchmischen.

Mechanische Version: 25 Minuten bei 180° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit durchmischen. Wiederholen Sie den Vorgang für die restlichen Chips.

TIPP

Mit einer Joghurtsauce mit etwas Currypulver servieren.

HÄHNCHENSCHENKEL MIT JOGHURT- UND ROSMARIN-MARINADE

4  20 Min.  4 Std.  35 Min. 

ZUTATEN

4 Hähnchenschenkel
250 g griechischer Joghurt
3 EL Dijon-Senf

1 Zweige frischer Rosmarin
4 Knoblauchzehen
Salz
Pfeffer

REZEPT

- Die Haut von den Hähnchenschenkel lösen und die Schenkel in eine große Schale legen.
- Joghurt, Senf, gehackten Knoblauch, ein Prise Salz, etwas Pfeffer und die gehackten Rosmarinblätter mischen. Die Mischung über die Hähnchenschenkel geben und an einem kühlen Ort aufbewahren. 4 Stunden marinieren.
- Digitale Version:** Die ROAST CHICKEN-Einstellung (Modus HÄHNCHEN) wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. Dann die Hähnchenschenkel in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen. 35 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
Mechanische Version: Die Hähnchenschenkel in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen und 30 Minuten bei 200° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Die gegrillten Hähnchenschenkel mit Salat und gegrillten Kartoffelscheiben servieren.

GERÖSTETER BLUMENKOHL MIT ZITRONENSAUCE

4  15
Min. 

1 Runde
15 Min. 



ZUTATEN

1 kleiner Blumenkohl
2 EL Olivenöl
30 g Tahini

100 ml Olivenöl
50 ml Zitronensaft
Salz
Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Blätter vom Blumenkohl lösen. Den Blumenkohl vierteln und den Strunk entfernen. Die Viertel zu Röschen schneiden und in eine große Schüssel legen.
 - 2 | 2 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer dazugeben und gut mischen. Die Mischung im Korb Ihres Easy Fry & Grill verteilen (gegebenenfalls in zwei Runden).
 - 3 | Zwischenzeitlich Tahini, Olivenöl und Zitronensaft mischen. Diese Sauce mit dem Blumenkohl servieren.
- Digitale Version:** Die CHIPS-Einstellung (Modus POMMES) wählen und 15 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit durchmischen.
- Mechanische Version:** 15 Minuten bei 180° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit durchmischen.

GRILLWURST

4  10 Min.  10 Min. 

ZUTATEN

700 g Saucisse de Toulouse
(Bratwurst) am Stück
1 EL Dijon-Senf
1 EL körniger Senf

2 EL Honig
2 Zweige Thymian
Salz,
Pfeffer

REZEPT




- 1 | Honig, die beiden Senfsorten, Thymian, eine Prise Salz und Pfeffer mischen.
- 2 | Die Wurst zusammenrollen und zwei gegenüberliegende Spieße einstecken, um die Rolle zusammenzuhalten. Mit der Senfmischung bestreichen.
- 3 | **Digitale Version:** Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. Die Wurst in den Korb legen und 10 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

Mechanische Version: Auf 200° C einstellen und 15 Minuten vorheizen lassen, bevor die Wurst in den Korb gelegt wird. 10 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

TIPP

Mit hausgemachtem Senfpüree servieren: 1 kg Kartoffeln schälen und kochen. Abtropfen lassen und mit 25 g Butter, 2 EL Senf, 150 ml Milch, Salz und Pfeffer pürieren.

LENDENSTEAK MIT CHIMICHURRI-SOSSE

4  15 Min.  17 Min. 

ZUTATEN

4 Filetsteaks (jeweils ca. 200 g)
 2 El Rotweinessig
 1/2 Zitrone
 4 Knoblauchzehen

6 Stängel Petersilie
 1/2 TL Chiliflocken
 60 ml Olivenöl
 Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 | Das Fleisch mindestens 30 Minuten vor dem Garen aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen.
- 2 | Mittlerweile die Chimichurri-Sauce zubereiten: Essig, Zitronensaft, den gehackten Knoblauch (Keim entfernen), die gehackte Petersilie und das Öl in einer Schüssel mischen. Fügen Sie eine Prise Salz, Pfeffer und Chili hinzu.
- 3 | **Digitale Version:** Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. Die Steaks salzen und pfeffern und in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen. Auf jeder Seite 2 Minuten garen.
Mechanische Version: Auf 200° C vorheizen. Die Steaks salzen und pfeffern und in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen. Auf jeder Seite 2 Minute garen.

TIPP

Passen Sie die Garzeit an, je nachdem, ob Sie Ihr Steak blutig oder durchgebraten bevorzugen.

GEGRILLTE SEEBRASSE MIT TOMATEN UND OLIVEN

4  20 Min.  18 Min. 

ZUTATEN

4 Seebrassen-Filets	1 Knoblauchzehe
4 Stängel Petersilie	2 Tomaten
½ Zitrone	50 g entsteinte Oliven
2 Tomaten	Salz
4 El Olivenöl	Pfeffer

REZEPT

- 1 | Zesten von der Zitrone abziehen und die Zitrone auspressen. Knoblauch und Petersilie hacken, die Tomaten würfeln und die Oliven in Scheiben schneiden. Mischen, das Olivenöl dazugeben und beiseite stellen.
- 2 | Die Seebrassen-Filets mit Öl bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3 | **Digitale Version:** Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. Dann die Filets in den Korb legen und weitere 5 Minuten garen. **Mechanische Version:** Die Filets in den Korb legen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. 7 Minuten garen.
- 4 | Mit der Sauce servieren.

TIPP

Die Seebrassen-Filets mit Reis und Gemüse nach Wahl servieren.

TERIYAKI-LACHS

4

5
Min.30
Min.23
Min.

ZUTATEN

500 g Lachsfilet
8 EL Teriyaki-Sauce
1 EL Sesamsaat

REZEPT

- 1 | Die Lachsfilets 30 Minuten in der Teriyaki-Sauce marinieren.
 - 2 | **Digitale Version:** Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. Die Fischfilets dann in den Korb auf der Grillplatte legen
 - 3 | Mit Sesamsaat bestreuen und mit und 10 Minuten garen.
- Mechanische Version:** 200° C wählen und gut vorheizen. Die Fischfilets dann in die Pfanne auf der Grillplatte legen und 10 Minuten garen.

GEGRILLTE AUBERGINE MIT PESTO

4  10 Min.  27 Min. 

ZUTATEN

2 Auberginen
100 g Pesto

5 El Olivenöl
Salz
Pfeffer

REZEPT

- 1 | Auberginen waschen und in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden.
- 2 | Mit Öl bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Scheiben in einer Lage in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.
- 3 | **Digitale Version:** Die AIR FRY-Einstellung (Modus FRITTIEREN) wählen und 20 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden. Mit Pesto bestreichen und weitere 2 Minuten Heißluftfrittieren (AIR FRY).
- 4 | **Mechanische Version:** 20 Minuten bei 170° C garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden. Dann mit dem Pesto bestreichen und weitere 2 Minuten garen.
- 4 | Mit Pesto bestreichen und weitere 5 Minuten auf dem GRILL garen (digitale Version) oder 5 Minuten bei 200° C (mechanische Version).



VEGETARISCHER BAGEL

4  20 Min.  30 Min. 

ZUTATEN

4 Bagel
 200 g Frischkäse
 4 TL körniger Senf
 1 rote Paprika
 1 grüne Paprika

4 Champignons
 1 TL Oregano
 2 El Olivenöl
 Salz
 Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Paprika waschen, die Kerne entfernen und in große Stücke von je ca. 3 cm schneiden. Die Pilze waschen, in dicke Scheiben schneiden und schadhafte Stellen entfernen.
- 2 | **Digitale Version:** Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. Die Gemüse dann in den Korb auf der Grillplatte geben. Mit Öl beträufeln und 12 Minuten garen, nach der Hälfte der Garzeit durchmischen. **Mechanische Version:** Auf 200° C einstellen und 15 Minuten vorheizen. Die Gemüse in den Korb auf der Grillplatte geben. Mit Öl beträufeln und 12 Minuten garen, nach der Hälfte der Garzeit durchmischen.
- 3 | In der Zwischenzeit den Frischkäse mit dem Senf vermischen.
- 4 | Die Gemüse herausnehmen und die halbierten Bagel für 5 Minuten in den Korb geben. Die GRILL-Einstellung wählen. **Digitale Version:** 5 Minuten. **Mechanische Version:** 200° C. Wiederholen Sie den Vorgang, verteilen Sie dann den Frischkäse auf dem Bagel und geben Sie das Gemüse darüber.

IN AHORNSIRUP GERÖSTETES WURZELGEMÜSE

4 ✂ 15 Min. 🍲 30 Min. 🍲



ZUTATEN

4 Karotten
4 Pastinaken
350 g Süßkartoffeln
50 ml Ahornsirup
1 TL Thymian

1 Orange
20 ml Apfelessig
30 ml Sonnenblumenöl
Salz
Pfeffer

REZEPT

1 | Das Gemüse schälen und die Karotten in dicke Scheiben und die Pastinaken und die Süßkartoffel in 2 cm große Würfel schneiden.

2 | Die Gemüse in den Korb geben. Mit ca. 1 EL Olivenöl beträufeln und dann mit Thymian, Salz und Pfeffer bestreuen.

Digitale Version: Die GRILL-Einstellung wählen und 15 Minuten bei 200° C vorheizen. 30 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

Mechanische Version: Auf 200° C einstellen und 15 Minuten vorheizen. 30 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

4 | In der Zwischenzeit das restliche Öl mit dem Essig, der abgeriebenen Zitronenschale, dem Ahornsirup und einer Prise Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. Sobald das Gemüse gar ist, beträufeln Sie es vor dem Servieren mit dem Dressing.

MUFFINS MIT SCHOKOSTÜCKCHEN

4 ✨ 15 Min. 🥄 20 Min. ☕

ZUTATEN

125 g Mehl
 ½ Beutel Trockenhefe
 30 g Butter
 30 g Zucker

50 g Schokoladenstückchen
 1 Ei
 120 ml Milch

REZEPT

- 1 | Milch, geschmolzene Butter und Eier in einer großen Schüssel misch. Alle anderen Zutaten in einer weiteren Schüssel mischen.
- 2 | Rühren Sie die flüssige Mischung unter das feste Gemisch und vermeiden Sie die Bildung von Klumpen.
- 3 | Die Mischung in leicht gebutterte Muffinförmchen füllen und in den Korb stellen.
- 4 | **Digitale Version:** Die DESSERT-Einstellung wählen und 20 Minuten bei 170° C garen.
Mechanische Version: 20 Minuten bei 170° C garen.



SCHOKOLADEN-SOUFFLÉS



ZUTATEN

100 g dunkle Schokolade
 3 Eier (1 Eigelb und 3 Eiweiß)
 100 ml Vollmilch

40 g Zucker
 1 TL Maismehl
 25 g Butter

REZEPT

- 1 | Die Schokolade in Stücke brechen und im Wasserbad oder bei geringer Hitze in der Mikrowelle schmelzen. Eigelb und Eiweiß trennen. 3 Eiweiß und 1 Eigelb beiseite stellen.
- 2 | Eigelb und Maismehl in einer Schüssel verquirlen. Die Milch und 30 g Zucker zum Kochen bringen und in die Eigelb-Maismehlmischung rühren. Die Mischung wieder in den Topf geben und unter Rühren bei geringer Hitze erwärmen. Die Schokolade einrühren und die Mischung zum Abkühlen beiseite stellen.
- 3 | Die Eiweiß steif schlagen und dann vorsichtig unter warme Schokoladenmischung heben.
- 4 | 4 große Förmchen ausbuttern, mit 10 g Zucker auskleiden und die Mischung bis zu 2/3 der Höhe der Formen einfüllen. Die Förmchen in den Korb Ihres Easy Fry & Grill stellen.

Digitale Version: Stellen Sie die DESSERT-Einstellung auf 12 Minuten bei 160° C ein.

Mechanische Version: Auf 12 Minuten bei 160° C einstellen



MANDELZIGARREN

4/6  30
Min.  11
Min. 

ZUTATEN

190 g gemahlene Mandeln
30 g Butter
6 Brickeigblätter

2 TL Orangenblütenaroma
1 Ei
120 g Honig

REZEPT

- 1 | 3 EL Honig beiseite stellen.. In einer großen Schüssel die gemahlene Mandeln mit der geschmolzenen Butter, dem Orangenblütenaroma und Honig mischen. Den Teig zu einer Rolle formen und in 7 cm große Stücke schneiden.
- 2 | Die Brickeigblätter halbieren und eine Rolle der Mischung auf das Brickeigblatt legen. Rundum mit dem verquirlten Ei bestreichen. Dann aufrollen, die Ränder einschlagen und in eine Zigarrenform rollen. Wiederholen Sie den Vorgang,

bis Sie alle gerollt haben. Ein quadratisches Stück Backpapier in den Easy Fry & Grill legen und die Rollen in den Korb geben.

- 3 | **Digitale Version:** Die DESSERT-Einstellung wählen und 8 Minuten bei 180° C vorheizen. Den Honig dazugeben und weitere 3 Minuten garen.

Mechanische Version: 8 Minuten bei 180° C vorheizen. Den Honig dazugeben und weitere 3 Minuten garen.



LUFTGETROCKNETE APFELCHIPS

4  15 Min.  1 Std. 

ZUTATEN

1 Apfel
 ½ Zitrone

REZEPT

- 1 | Die halbe Zitrone auspressen. Den Apfel waschen, die Kerne mit einem Apfelfentferner ausstechen, den Apfel mit einer Mandoline oder einem scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden.
- 2 | Beide Seiten der Apfelscheiben mithilfe eines Pinsels mit Zitronensaft bestreichen und mit möglichst viel Abstand zueinander in den Korb Ihres Easy Fry & Grill legen.
- 3 | **Nur für die digitale Version:** Die Temperatur manuell für 4 Stunden auf 80° C einstellen. Nach dem Ende des Programms belassen Sie die Äpfel im Korb. Schalten Sie Ihr Gerät ab. Vor dem Genießen am nächsten Tag Übernacht trocknen lassen.

TIPP

Die getrockneten Apfelscheiben in einem luftdicht verschließbaren Behälter aufbewahren und zu Granola oder als gesunden Snack genießen.