



VORSPEISEN

- Kabeljau im Backteig
- Samosas mit Mozzarella und getrockneten Tomaten
- Gegrillte Aubergine mit Pesto
- Mediterranes Paprika-Brot
- Rustikale Zucchini-Tarte

HAUPTGERICHT

- Süßkartoffel-Pommes
- Karotten-Pommes mit Ahornsirup und Thymian
- Kartoffelröstis
- Panierte Curry-Garnelen
- Teriyaki-Lachs
- Fisch mit Kruste auf Brokkolibett
- Seebrasse mit Tomaten und Oliven
- Glasierte Schweinefilets mit Kartoffeln
- Apfel-Schweinekoteletts mit Kartoffeln
- Gegrillte Wurst mit Senfglasur
- Gegrilltes Chimichurri-Steak
- Hamburger und Süßkartoffel-Pommes
- Ingwer-Hähnchen mit gegrilltem Mais
- Brathähnchen
- Hähnchenschenkel mit Joghurt-Rosmarin-Marinade
- Hähnchenfrühlingsrollen
- Entenbrust und Karotten mit Honig und Rosmarin
- Pizza mit Pilzen
- Butternusskürbis mit Olivenöl, Knoblauch und Lorbeer
- Gerösteter Blumenkohl mit Zitronensauce
- Provenzalische Tomaten

DESSERTS

- Schokoladen-Karamell-Marmorkuchen
- Schokoladenmuffins
- Glasierte Apfeldonuts
- Getrocknete Früchte

DE

DER ERSTE HEISSLUFRITTEUSE-OFEN & GRILL: VON BESONDERS KRUSPRIGEN SPEISEN BIS HIN ZUM TOLLEN GRILLGESCHMACK VON TEFAL



ERKLÄRUNG DER SYMBOLE



ANZAHL AN PERSONEN



VORBEREITUNGS-ZEIT



MARINIER-ZEIT



KOCH-ZEIT



POMMES



HÄHNCHEN



FLEISCH



FISCH



PIZZA



KUCHEN



DÖRREN



GRILL

KABELJAU IM BACKTEIG

6  25 Min.  2 x 15 Min. 

ZUTATEN

330 g Kabeljaufilet
 180 g Mehl
 50 ml ungesüßte Kondensmilch
 2 Eigelb
 2 Knoblauchzehen, fein gehackt

2 kleine Schalotten, geschält
 1 kleine Chilischote
 ½ EL frischer oder getrockneter Thymian
 Salz, Pfeffer
 2 EL Öl

REZEPT

- Den Fisch in eine Pfanne mit kaltem Wasser geben. Zum Kochen bringen und die Hitze abstellen. 3 Minuten ruhen lassen. Den Fisch abtropfen lassen und entgräten, dann mit einer Gabel zerlegen. Die Chili entkernen, dann die geschälte Schalotte und die Chili fein hacken.
- Alle Zutaten (mit Ausnahme des Öls) in eine Schüssel geben und vermischen. Sie sollten nun eine leicht klebrige, dehnbare Masse haben.
- Legen Sie ein Stück Backpapier in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill. Fetten Sie es mit einem Pinsel mit Öl ein. Formen Sie mit zwei Dessertlöffeln die Masse zu kleinen Klößen. Legen Sie 12 Klöße in den Korb und achten Sie darauf, dass sie sich nicht berühren. Fetten Sie sie mit einem Pinsel leicht mit Öl ein. Stellen Sie den Korb in die Mitte des Geräts und schließen Sie die Tür. 15 Minuten im POMMES-Modus (200 °C) garen. Nach 12 Minuten öffnen Sie die Tür, drehen die Klöße um und schließen die Tür, bis die Zeit um ist.
- Nehmen Sie die Klöße aus dem Korb. Fetten Sie das Backpapier erneut ein. Formen Sie mit der restlichen Masse 12 weitere kleine Klöße und legen Sie sie so in den Korb, dass sie sich nicht berühren. Fetten Sie sie mit einem Pinsel leicht mit Öl ein. Stellen Sie den Korb wieder in den Easy Fry Oven & Grill und schließen Sie die Tür. Garen Sie die Klöße im POMMES-Modus für 15 Minuten, drehen Sie sie 3 Minuten vor dem Ablauf der Garzeit.



SAMOSAS MIT MOZZARELLA UND GETROCKNETEN TOMATEN

6  25 Min.  10 Min. 

ZUTATEN

6 runde Scheiben Brickeig
3 getrocknete Tomaten
12 Mozzarella-Kugeln (oder 12 kleine Würfel)
2 EL Öl

REZEPT

- 1 | Tomaten vierteln. Alle Brickeigscheiben in zwei Hälften schneiden (um zwei Halbkreise zu bilden). Zwei Zentimeter von den abgerundeten Kanten abschneiden, um 13 cm breite Streifen zu erhalten.
- 2 | Jeden Streifen zur Hälfte falten. Den gefalteten Streifen mit einem Pinsel leicht einölen. Eine Mozzarella-Kugel und ein Stück getrocknete Tomate auf den Streifen legen. Diesen zu einer dreieckigen Samosa falten und die Samosa mit Öl bestreichen.
- 3 | Die Samosas in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill legen und darauf achten, dass sie nicht übereinander liegen. Die Tür schließen und die Samosas für 10 Minuten im POMMES-Modus garen.



GEGRILLTE AUBERGINE MIT PESTO

6  15 Min.  2 x 15 Min. 

ZUTATEN

2 große Auberginen
1 Glas Pesto (190 g)

REZEPT

- 1 | Die Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet, und im GRILL-Modus (200 °C) 13 Minuten vorwärmen.
- 2 | Die ungeschälten Auberginen waschen und in 1,5 bis 2 cm dicke Scheiben schneiden. Pesto auf beiden Seiten der Auberginenscheiben verteilen.
- 3 | Nach dem Vorheizen die Auberginenscheiben auf die Grillplatte legen und darauf achten, dass sie nicht übereinander liegen. Die Tür schließen. Bitte beachten Sie, dass Sie in mehreren Durchgängen garen müssen. 10 Minuten im GRILL-Modus (200 °C) garen. Wenn der Timer ertönt, die Auberginenscheiben mit einem Pfannenwender drehen und weitere 5 Minuten im GRILL-Modus garen. Den Vorgang für die restlichen Auberginenscheiben wiederholen.

TIPP

Servieren Sie die gegrillten Auberginenscheiben heiß oder kalt mit zusätzlichem Pesto.



MEDITERRANES
PAPRIKA-BROT4  15 Min.  30 Min. 

ZUTATEN

2 kleine rote Paprika
8 Scheiben geröstetes Brot
80 ml Olivenöl
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Paprika waschen. Die Paprika ganz in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill legen. Den Korb mit der Abtropfschale unten in die Mitte des Geräts stellen und garen die Paprika für 30 Minuten bei 200 °C garen.
- 2 | Die Paprika in eine Schale geben, mit einem Teller bedecken und vollständig abkühlen lassen. Dadurch lässt sich die Haut leichter entfernen.
- 3 | Die Paprika schälen. Paprike in Streifen schneiden und mit dem zerdrückten Knoblauch und Olivenöl in eine tiefe Schale legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit gerösteten Brotscheiben servieren.

TIPP

Mit ein paar Zweigen Thymian dekorieren.

RUSTIKALE ZUCCHINI-TARTE

4 ✂ 15 Min.  13 Min. Vorheizen + 45 Min. 



ZUTATEN

1 Packung Blätterteig
2 kleine Zucchini
200 g frischer Ziegenkäse (oder Frischkäse)
2 TL fein gehackter Thymian oder Kräuter der Provence
1 EL Paniermehl
3 Knoblauchzehen
½ Zitrone
1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Zucchini waschen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und zerkleinern, die Zitronenschale reiben und mit Ziegenkäse (oder Frischkäse), Paniermehl, Salz und Pfeffer sowie der Hälfte des Thymians und des Olivenöls vermengen.
- 2 | Das Pizzablech oben auf den Easy Fry Oven & Grill legen. Die Tür schließen und das Gerät im GRILL-Modus (200 °C) für 13 Minuten vorheizen.
- 3 | Ein Blatt Backpapier auf die Größe des Pizzablechs zuschneiden. Den Teig auf dem Backpapier ausrollen und mit einer Gabel einstechen. Die Käsemischung von der Mitte auf den Teig verteilen, bis Sie den Rand des Backpapiers erreicht haben. Die Zucchinischeiben auflegen und mit dem Rest Thymian und Olivenöl bestreichen. Die Kanten des Teigs über die Füllung falten, sodass die Tarte nicht größer als das Backpapier ist.
- 4 | Nach dem Vorheizen das Backpapier verwenden, um die Tarte auf das Blech zu schieben und dieses dann in die Mitte des Easy Fry Oven & Grill schieben. Die Tür schließen und alles im PIZZA-Modus (190 °C) für 45 Minuten garen. Das Blech nach 20 Minuten aus dem Easy Fry Oven & Grill nehmen und das Backpapier vorsichtig mit einem Pfannenwender entfernen. Das Blech wieder in das Gerät schieben und die Tür schließen. Die Temperatur auf 180 °C reduzieren, um den Garvorgang abzuschließen.

TIPP

Heiß, warm oder kalt mit einem Salat servieren.

SÜSSKARTOFFEL-POMMES

6  15 Min.  25 Min. 

ZUTATEN

1 kg Süßkartoffeln
 2 EL Mehl
 1,5 TL Salz
 1,5 EL Öl
 Fein gehackte frische Petersilie (optional)

REZEPT

- 1** | Die Süßkartoffeln schälen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Kartoffeln so weit wie möglich in einem Geschirrtuch trocknen und dann in eine Schüssel geben.
- 2** | Mehl und Salz dazugeben, dann vermischen, damit die Pommes gleichmäßig bedeckt sind. Öl hinzufügen und mischen. Die Süßkartoffel-Pommes in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill geben. Den Korb mit der Abtropfschale unten in die Mitte des Geräts stellen.
- 3** | Garen Sie sie im POMMES-Modus (200 °C) für 25 Minuten und drehen Sie die Pommes einige Male.
- 4** | Mit Salz und gehackter Petersilie abschmecken.



KAROTTEN-POMMES MIT AHORNSIRUP UND THYMIAN

4  15 Min.  40 Min. 

ZUTATEN

1 kg Karotten
2 EL Traubenkernöl
1 EL Ahornsirup
½ EL Thymian
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Karotten schälen. Längs in Viertel schneiden. Karotten in eine Schüssel geben und mit Öl, Ahornsirup, Thymian, Salz und Pfeffer vermischen.
- 2 | Die Karotten in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill geben und ihn mit der Abtropfschale unten in die Mitte des Geräts stellen. Die Tür schließen.
- 3 | 40 Minuten im POMMES-Modus (200 °C) garen. Während des Garens mehrmals wenden.



KARTOFFELRÖSTIS

4  15 Min.  35 Min. 

ZUTATEN

500 g Kartoffeln
 1 Schalotte
 1 EL Mehl
 1 EL gehackte Petersilie
 1 Ei

Salz, Pfeffer
 1,5 EL Öl

REZEPT

- 1 | Die Kartoffeln und die Schalotte schälen und fein reiben, dann fest mit den Händen drücken, um Feuchtigkeit zu entfernen. Mit Mehl, Ei, Petersilie, Salz und Pfeffer vermengen.
- 2 | Ein Blatt Backpapier auf die beiden Grillplatten legen. Mit einem Pinsel mit Öl einfetten. 4 Esslöffel der Mischung auf jede Grillplatte geben und darauf achten, dass sich der Teig nicht berührt. Die Röstis leicht mit der Rückseite des Löffels drücken und dann mit etwas Öl bestreichen. Schieben Sie die Grillplatten in die mittlere und obere Ebene des Easy Fry Oven & Grill und schließen Sie die Tür.
- 3 | 35 Minuten im POMMES-Modus (200 °C) garen. Den Platz der Grillplatten nach 15 Minuten Garzeit tauschen. Die Röstis nach 30 Minuten Garzeit umdrehen und dann die Tür schließen, um den Garvorgang zu beenden.

TIPP

Servieren Sie die Röstis als Beilage. Sie können auch zum Brunch zubereitet werden, zum Beispiel mit Frischkäse mit fein gehackten Kräutern und geräuchertem Lachs.

PANIERTE CURRY-GARNELEN

6  10 Min.  5 Min. 

ZUTATEN

18 rohe Garnelen (Köpfe und Schalen entfernt)
 2 Eier
 2 EL Mehl
 75 g Paniermehl

1 EL Currypulver
 Öl
 Salz

REZEPT

- Das Mehl in eine Schüssel geben. Die Eier in einer separaten Schüssel mit 2 TL Öl und einer großen Prise Salz schlagen. Das Paniermehl und das Currypulver in einer dritten Schüssel mischen.
- Die beiden Grillplatten des Easy Fry Oven & Grill mit einem Pinsel mit Öl einfetten.
- Die Garnelen einzeln mit Mehl bestäuben, dann in der Eirmischung und im Paniermehl wälzen. Die Garnelen wieder in die Eirmischung und in das Paniermehl geben, dann auf die Grillplatten legen und darauf achten, dass sie sich nicht berühren.
- Die Grillplatten in die mittlere und obere Ebene des Easy Fry Oven & Grill schieben und die Tür schließen. Garen Sie die Garnelen 5 Minuten im POMMES-Modus, wobei Sie die Grillplatten nach der Hälfte der Zeit tauschen.

TIPP

Als Vorspeise mit Mayonnaise gewürzt mit etwas Zitrone und Curry servieren.

TERIYAKI-LACHS

4

5
Min.1
Stunde12
Min.

ZUTATEN

- 4 Lachsfilets
- 4 EL Teriyaki-Sauce
- 1 EL Knoblauchpulver
- 1 EL Limettensaft

REZEPT

- 1** | Die Sauce mit dem Knoblauchpulver und dem Limettensaft vermischen. Die Lachsfilets auf einen Teller geben, die Sauce darüber gießen und mindestens eine Stunde im Kühlschrank marinieren lassen.
- 2** | Die Lachsfilets abtropfen lassen und auf eine Grillplatte in der Mitte des Easy Fry Oven & Grill legen, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet.
- 3** | 12 Minuten im FISCH-Modus (170 °C) garen.

TIPP

Wenn Sie mehr Glanz möchten, verwenden Sie eine dickere Teriyaki-Marinade, die auch als Yakitori-Sauce bekannt ist. Den Lachs mit Reis und mit Sauce beträufelt servieren.

FISCH MIT KRUSTE AUF BROKKOLIBETT

4  20 Min.  15 + 10 Min. 

ZUTATEN

4 Kabeljau- oder Seelachsfilets
(4 x 120 g)
1 Brokkoli
4 TL Senf
60 g Paniermehl

30 g Butter
2 EL gehackte Petersilie
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1** | Den Brokkoli waschen und in kleine Röschen teilen. Die Röschen in den Frittierkorb in der Mitte des Easy Fry Oven & Grill legen. Die Abtropfschale mit warmem Wasser füllen und auf den Boden des Geräts stellen.
- 2** | Im MANUELL-Modus bei 150 °C für 15 Minuten garen, dabei die Röschen nach der Hälfte der Zeit drehen.
- 3** | Zwischenzeitlich die Butter schmelzen und mit Paniermehl, Petersilie, Salz und Pfeffer mischen. Die Oberseite der Fischfilets mit Senf bestreichen und die Kräuter-Paniermehl-Mischung darauf verteilen.
- 4** | Wenn der Timer ertönt, die Fischfilets auf den Brokkoli legen und für 10 Minuten im FISCH-Modus (170 °C) garen.



SEEBRASSE MIT TOMATEN UND OLIVEN

4 ✂

15
Min.13
Min.

Vorheizen +

2 x 4
Min.

ZUTATEN

4 Brassenfilets (4 x 150 g)
4 EL fein gehackte Petersilie
½ Zitrone
4 EL Olivenöl

1 kleine Knoblauchzehe
2 Tomaten
50 g entkernte grüne Oliven
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1** | Die gehackte Petersilie mit der geschälten, zerdrückten Knoblauchzehe, dem Zitronensaft und der Zitronenschale, 3 Esslöffel Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen. Die Tomaten entkernen und würfeln und die Oliven in Scheiben schneiden. Zur Petersilienmischung geben und zur Seite stellen.
- 2** | Die Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill legen. Die Tür schließen und das Gerät im GRILL-Modus (200 °C) für 13 Minuten vorheizen.
- 3** | Die fleischige Seite der Brassenfilets mit Olivenöl bestreichen und mit Salz würzen. Wenn der Timer ertönt, die Filets mit der Haut nach oben auf die heiße Platte legen. Die Tür schließen und alles im GRILL-Modus (200°C) für 4 Minuten garen. Den Vorgang für die restlichen zwei Filets wiederholen und mit der Sauce servieren.

TIPP

Die Brassenfilets mit Reis und Gemüse Ihrer Wahl servieren.

GLASIERTE SCHWEINEFILETS MIT KARTOFFELN

6  20 Min.  30 Min.  30 + 13 Vorheizen + 10 Min. 

ZUTATEN

1 Schweinefilet
1,2 kg Kartoffeln
60 g Enten- oder Gänsefett
1 EL Honig
2 EL Sojasauce

1 Bund glatte Petersilie
5 Knoblauchzehen
1 EL Öl
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Das Schweinefilet in 3 bis 4 cm dicke Streifen schneiden. In einer tiefen Schüssel Honig, Öl und Sojasauce vermischen und die Schweinefilet-Streifen dazugeben. Mindestens 30 Minuten marinieren lassen.
- 2 | In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen. Die Kartoffeln in dünne, ca. 3 mm starke Scheiben schneiden, waschen und trocknen und in eine Schüssel geben. Die geschälten, zerdrückten Knoblauchzehen, Enten- oder Gänsefett, Salz und Pfeffer dazugeben. Vorsichtig mischen und in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill geben.
- 3 | Den Korb in der Mitte des Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet, und im POMMES-Modus (200 °C) für 30 Minuten garen, dabei ein- oder zweimal wenden.
- 4 | Wenn das Programm abgeschlossen ist, die fein gehackte Petersilie zu den Kartoffeln geben und vermischen. Die Grillplatte über die Kartoffeln stellen und im GRILL-Modus 13 Minuten lang vorwärmen.
- 5 | Wenn der Timer ertönt, die Schweinefilets auf die heiße Platte legen, die Tür schließen und im MANUELL-Modus bei 200 °C für 10 Minuten garen, wobei Sie das Fleisch nach der Hälfte der Zeit wenden. Die Kartoffeln mit den mit Honig glasierten Schweinefilets servieren.



APFEL-SCHWEINEKOTELETTS MIT KARTOFFELN

4  20 Min.  25 + 13 Vorheizen + 10 Min. 

ZUTATEN

4 Schweinekoteletts, 2 cm dick (800 g) 1 EL brauner Zucker
1 Apfel Salz, Pfeffer
1 kg festkochende Kartoffeln
1 EL Öl

REZEPT

- 1 | Den Apfel schälen, entkernen und in 4 dicke Scheiben schneiden. Eine Scheibe auf jedes Schweinekotelett geben und mit Salz, Pfeffer und braunem Zucker bestreuen.
- 2 | Die Kartoffeln mit Schale waschen und vierteln. Mit einem sauberen Geschirrtuch vorsichtig abtrocknen. Die Kartoffeln in eine Schüssel geben und mit Öl, 1 Esslöffel Salz und Pfeffer vermischen. Die Kartoffeln im Frittierkorb in die Mitte des Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale unten befindet. Im POMMES-Modus für 25 Minuten garen, dabei die Kartoffeln nach der Hälfte der Zeit drehen.
- 3 | Wenn das POMMES-Programm zu Ende ist, die Grillplatte über den Kartoffeln platzieren und im GRILL-Modus (200 °C) für 13 Minuten vorwärmen.
- 4 | Wenn der Timer ertönt, die Koteletts mit den Äpfeln auf die heiße Platte legen, die Tür schließen und im GRILL-Modus (200 °C) für 10 Minuten garen.
- 5 | Die Apfel-Schweinekoteletts zusammen mit den Kartoffeln servieren.



GEGRILLTE WURST MIT SENFGLASUR

4  10 Min.  28 Min. 

ZUTATEN

700 g Toulouse-Wurst, idealerweise ein Stück
1 EL körniger Senf
2 EL Honig
100 ml Weißwein
2 Zweige Thymian

REZEPT

- 1 | Honig, Senf, Thymian und Wein in eine Pfanne geben und zum Kochen bringen. Kochen lassen und dabei regelmäßig umrühren, während die Grillplatte vorgeheizt wird.
- 2 | Die Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet, und im GRILL-Modus (200 °C) für 13 Minuten vorwärmen.
- 3 | Die Wurst zu einer Schnecke formen und zwei Spieße an den gegenüberliegenden Seiten hineinstecken. Nachdem das Gerät aufgeheizt ist, die Senfmischung mit einem Pinsel auf beide Seiten der Wurst streichen. Die Wurst dann auf die Grillplatte legen.
- 4 | Im GRILL-Modus bei 200 °C für 15 Minuten garen, dabei die Wurst nach der Hälfte der Zeit drehen. Die Wurst mit dem Rest der Senfsoße auf einem Teller servieren.

TIPP

Mit einem hausgemachten Senf-Kartoffelpüree servieren: 1 kg Kartoffeln schälen und kochen. Kartoffeln abtropfen lassen und mit 25 g Butter, 2 Esslöffeln Senf, 150 ml Milch, Salz und Pfeffer zerstampfen.

GEGRILLTES CHIMICHURRI-STEAK

2  15 Min.  17 Min. 

ZUTATEN

400 g Rib-Eye-Steak, 2 cm dick
 1 EL Weinessig
 1 Knoblauchzehe
 ½ Bund glatte Petersilie

Prise Cayennepfeffer
 Prise Oregano
 3 EL Pflanzenöl
 Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Petersilie und die Knoblauchzehe (geschält und Keim entfernt) fein hacken und mischen. Essig, Cayennepfeffer, Oregano, Salz, Pfeffer und Öl dazugeben und vermischen. Die Chimichurri-Sauce in eine Schüssel geben.
- 2 | Das Steak mit einem Küchentuch leicht klopfen. Beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und etwas Öl dazugeben.
- 3 | Die Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet, und den GRILL-Modus (200 °C) auf 17 Minuten einstellen.
- 4 | Nachdem die Platte 13 Minuten vorgeheizt wurde, das Steak auf die heiße Platte legen und die Tür schließen, um mit dem Garen zu beginnen. Nach 2 Minuten das Steak wenden und weitere 2 Minuten grillen.
- 5 | Das Steak auf einem Teller mit der Chimichurri-Sauce servieren.

TIPP

Die Garzeit anpassen, je nachdem, ob Sie Ihr Steak leicht angebraten oder durchgebraten bevorzugen.

HAMBURGER UND SÜSSKARTOFFEL-POMMES

4  20 Min.  20 + 13 Min. Vorheizen + 8 Min. 

ZUTATEN

4 Hamburger-Pattys
800 g Süßkartoffeln
4 Scheiben Cheddar-Käse
2 EL Senf
2 Handvoll Rucola

4 Hamburger-Brötchen
1 gehäufte EL Mehl
1 TL Salz
1 EL Rapsöl

REZEPT

- Die Süßkartoffeln schälen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Kartoffeln so weit wie möglich in einem Geschirrtuch trocknen und dann in eine Schüssel geben. Mehl und Salz dazugeben, dann vermischen, damit die Pommes gleichmäßig überzogen sind. Öl hinzufügen und mischen. Die Süßkartoffel-Pommes in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill geben. Den Korb mit der Abtropfschale unten in die Mitte des Geräts stellen. 20 Minuten im CHIPS-Modus (200 °C) garen.
- Wenn das Programm abgeschlossen ist, die Süßkartoffeln drehen und die Grillplatte oben auf das Gerät stellen. Die Tür schließen und den GRILL-Modus (200 °C) für 13 Minuten einstellen, um die Platte vorzuheizen.
- Wenn der Timer ertönt, die Pattys auf die heiße Platte legen. Die Tür schließen und alles im GRILL-Modus (200°C) für 4 Minuten garen. Die Käsescheiben auf die Pattys legen und im GRILL-Modus für weitere 2 Minuten garen.
- Die Platte mit den Pattys entfernen. Die Hamburgerbrötchen in zwei Hälften schneiden und auf die Grillplatte legen, um sie im GRILL-Modus 2 Minuten zu rösten.
- Die gerösteten Brötchen mit Senf bestreichen und die Pattys auflegen. Nach Belieben mit Rucola und Tomatenscheiben garnieren und mit den Süßkartoffel-Pommes servieren.



INGWER-HÄHNCHEN MIT GEGRILTEM MAIS

6  10 Min.  1 Stunde  20 + 13 Vorheizen + 10 Min. 

ZUTATEN

12 Hähnchenunterkeulen (ca. 1 kg)
6 Maiskolben, vorgekocht und vakuum-
verpackt
2 EL flüssiger Honig

2 EL Sojasauce
1 EL gehackter Ingwer
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | In einer Schüssel den Honig, die Sojasauce und den Ingwer vermischen. Die Hähnchenunterkeulen dazugeben und gut mit der Marinade vermischen. Eine Stunde marinieren lassen.
- 2 | Die Hähnchenunterkeulen auf die beiden Grillplatten legen (6 Keulen pro Platte). Die Grillplatten in die mittlere und obere Ebene des Easy Fry Oven & Grill schieben, wobei sich die Abtropfschale unten befindet. Die Tür schließen und im HÄHNCHEN-Modus (200 °C) für 20 Minuten garen. Nach 10 Minuten die Grillplatten tauschen, die Keulen drehen und dann die Tür schließen, um mit dem Garen fortzufahren.
- 3 | Wenn das Programm zu Ende ist, die Hähnchenkeulen entnehmen. Die Grillplatte oben auf das Gerät stellen und im GRILL-Modus (200 °C) 13 Minuten lang vorwärmen.
- 4 | Die Maiskolben mit einem Küchentuch abtrocknen. Öl auf den Mais streichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nach dem Vorheizen die 6 Kolben dicht beieinander auf die Grillplatte legen und im GRILL-Modus (200 °C) 10 Minuten garen. Den Mais nach der Hälfte des Garvorgangs wenden. Mit den karamellisierten Hähnchenunterkeulen servieren.

TIPP

Für einen größeren Karamell-Effekt die Keulen während des Garens mit der Marinade bestreichen und weitere 5 Minuten garen lassen.

BRATHÄHNCHEN

4  5 Min.  60 Min. **ZUTATEN**

1 kleines Huhn, zusammengebunden
(ca. 1,2 kg)
5 Knoblauchzehen
1 kleine Zwiebel

1 EL Öl
Salz

REZEPT

- 1** | Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. In die Abtropfschale unten im Easy Fry Oven & Grill legen und ein Glas Wasser hinzugeben.
- 2** | 1 Esslöffel Öl in die Haut des Hähnchens einmassieren. Großzügig mit Salz würzen.
- 3** | Das Hähnchen auf den Spieß stecken und in den Easy Fry Oven & Grill legen. Im HÄHNCHEN-Modus eine Stunde bei aktiviertem Spieß garen.

HÄHNCHENSCHENKEL MIT JOGHURT-ROSMARIN-MARINADE

4 ✨

10 Min.



4

Stunden



13 Min.

Vorheizen + 30 Min.



ZUTATEN

4 kleine Hähnchenschenkel, ohne Haut
 250 g Naturjoghurt
 3 EL Dijon-Senf
 2 EL frischer Rosmarin, fein gehackt

4 Knoblauchzehen, zerdrückt
 Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1** | Joghurt, Senf, Rosmarin, Knoblauch, Salz und Pfeffer vermischen. Die Hähnchenschenkel mit der Mischung bestreichen und mindestens 4 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.
- 2** | Die Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet, und im GRILL-Modus (200 °C) 13 Minuten vorwärmen.
- 3** | Wenn der Timer ertönt, die Hähnchenschenkel auf die heiße Grillplatte legen und für 30 Minuten im GRILL-Modus (200 °C) garen.

TIPP

Die gegrillten Hähnchenschenkel mit Salat und gegrillten Kartoffelscheiben servieren.

HÄHNCHENFRÜHLINGSROLLEN

6  45 Min.  10 + 25 Min. 



ZUTATEN

16 Blatt Reispapier
50 g Reismudeln
1 kleine Hähnchenbrust (120 g)
2 Karotten
½ rote Zwiebel

20 Zweige frischer Koriander
10 g frischer Ingwer
1 EL Sesamöl
Salz
1,5 EL Öl mit neutralem Geschmack

REZEPT

- 1 | Das Hähnchenfilet auf die Grillplatte in der Mitte des Easy Fry Oven & Grill legen, wobei sich die Abtropfschale unten befindet. 10 Minuten im MEAT-Modus (180°C) garen. Das Fleisch etwas abkühlen lassen, bevor Sie es in kleine Stücke schneiden.
- 2 | Die Karotten schälen und reiben. Koriander, Ingwer und Zwiebel hacken. Die Reismudeln gemäß den Anweisungen auf der Packung zubereiten, abtropfen lassen, in eine Schüssel geben und mit dem Gemüse, den Hühnerstücken und dem Sesamöl vermischen.
- 3 | Ein Stück Reispapier in lauwarmem Wasser einweichen und dann auf ein sauberes Geschirrtuch legen. 2 Esslöffel der Füllung unten mittig auf das Reispapier geben. Die Kanten einfolden, die Frühlingsrolle dann aufrollen und zusammendrücken, um sie zu verschließen. Auf allen Seiten mit Öl bestreichen, dann auf eine Grillplatte in Ihrem Easy Fry Oven & Grill legen. Den Vorgang wiederholen, bis 8 Frühlingsrollen auf jeder Grillplatte liegen. Darauf achten, dass sie sich nicht berühren.
- 4 | Die Grillplatten in die mittlere und obere Ebene des Easy Fry Oven & Grill schieben. Die Frühlingsrollen für 25 Minuten im POMMES-Modus (200 °C) garen, wobei Sie die Grillplatten nach der Hälfte der Zeit tauschen.
- 5 | Die Frühlingsrollen heiß mit Sojasauce servieren.

TIPP

Sie können das Reispapier durch Brickteig ersetzen, der nicht in Wasser eingeweicht werden muss.

ENTENBRUST UND KAROTTEN MIT HONIG UND ROSMARIN

6  15 Min.  25 + 13 Min. Vorheizen + 8 Min. 

ZUTATEN

2 große Entenbrüste
1 kg Karotten
4 EL flüssiger Honig

2 EL Traubenkernöl
2 Zweige Rosmarin
Salz, Pfeffer

REZEPT

- Die Haut der Entenbrüste mit einem Gittermuster versehen. Jede Brust in 3 gleichgroße Stücke schneiden. Mit der Hälfte des Honigs, Rosmarin (fein gehackt) und Salz einreiben. Die Brüste auf einen Teller legen und in den Kühlschrank stellen.
- Die Karotten schälen. Längs in Viertel und dann in 5 cm lange Stücke schneiden. Karotten in eine Schüssel geben und mit dem Öl, dem Rest des Honigs und Rosmarin, Salz und Pfeffer vermischen. In den Frittierkorb geben und in die Mitte des Easy Fry Oven & Grill schieben, wobei sich die Abtropfschale unten befindet. Die Tür schließen. 25 Minuten im CHIPS-Modus (200 °C) garen. Während des Garens einmal drehen.
- Wenn der Timer ertönt, die Karotten erneut drehen und auf die Grillplatte oben im Gerät legen. Die Tür schließen und das Gerät im GRILL-Modus (200 °C) für 21 Minuten vorheizen. Nach 13 Minuten die Entenbruststücke mit der Haut nach oben auf die heiße Platte legen. Die Tür schließen und garen lassen. Nach 4 Minuten die Entenstücke wenden und die Tür schließen, um mit dem Garen fortzufahren.
- Die Entenbrüste mit den Karotten-Pommes und gebratenen Kartoffeln servieren.

TIPP

2 Minuten von der Garzeit abziehen oder 2 Minuten hinzufügen, je nachdem, welchen Garzustand Ihre Ente haben soll.



PIZZA MIT PILZEN

6  10 Min.  13 Min. Vorheizen + 3 x 12 Min. 

ZUTATEN

1 Packung rechteckiger Pizzateig
6 Pilze
2 Tomaten
150 g Cheddar-Käse (Scheiben)

6 EL Tomatenmark
2 EL Olivenöl
Kräuter der Provence

REZEPT

- 1 | Die Pizzaseite der Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill legen, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet. Die Tür schließen und das Gerät im GRILL-Modus (200 °C) für 13 Minuten vorheizen.
- 2 | Die Pilze und Tomaten waschen. Die Pilze vierteln und die Tomaten in Scheiben schneiden. Den Pizzateig ausrollen und in 6 Rechtecke schneiden.
- 3 | Nach dem Vorheizen 2 Rechtecke Teig auf das Pizzablech geben und jeweils mit Tomatenmark, 1 Scheibe Käse, 2 Scheiben Tomate und einigen Pilzstücken belegen. Eine Prise Kräuter der Provence dazugeben und mit Olivenöl beträufeln. Den abnehmbaren Griff verwenden, um das Blech in den Easy Fry Oven & Grill zu stellen. Die Pizza im PIZZA-Modus (190 °C) für 12 Minuten garen.
- 4 | Wenn der Timer ertönt, die gebackenen Pizzen herausnehmen und den Vorgang für die restlichen Pizzastücke wiederholen.

TIPP

Wenn es etwas schneller gehen soll, machen Sie Bruschetta und verwenden Sie in der Mitte durchgeschnittene Panini statt Pizzateig.

BUTTERNUSSKÜRBIS MIT OLIVENÖL, KNOBLAUCH UND LORBEER

4  15 Min.  25 Min. 

ZUTATEN

1 Butternusskürbis
2 EL Knoblauchpulver
2 Lorbeerblätter
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Den Butternusskürbis halbieren. Die Samen und die Haut entfernen und in 2,5 cm große Würfel schneiden.
- 2 | Die Würfel zusammen mit Knoblauch, Lorbeerblättern und Olivenöl in eine Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen. Die Mischung in den Frittierkorb geben und in die Mitte des Easy Fry Oven & Grill schieben. Die Tür schließen.
- 3 | 25 Minuten im MANUELL-Modus (200 °C) garen.
- 4 | Mit Kürbiskernen, Sonnenblumenkernen und zerbröseltem Feta dekorieren und servieren.



GERÖSTETER BLUMENKOHL MIT ZITRONENSAUCE

4  10 Min.  20 Min. 

ZUTATEN

1 kleiner Blumenkohl
2 EL Olivenöl
30 g Tahini

100 ml Olivenöl
100 ml Zitronensaft
Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Den Blumenkohl in Scheiben schneiden, dann in Röschen teilen. In eine Schüssel geben, 2 Esslöffel Öl, Salz und Pfeffer dazugeben und vermischen.
- 2 | Die Mischung in den Frittierkorb geben und in die Mitte des Easy Fry Oven & Grill schieben, dann die Tür schließen.
- 3 | Bei 180 °C für 20 Minuten garen und nach der Hälfte der Zeit wenden.
- 4 | Inzwischen die Zitronensauce vorbereiten, indem Sie Tahini, Zitronensaft und Olivenöl mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 | Den Blumenkohl mit der Zitronensauce servieren.



PROVENZALISCHE TOMATEN

4  10 Min.  33 Min. 

ZUTATEN

4 Fleischtomaten
 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
 2 EL gehackte Petersilie

4 EL Olivenöl
 2 EL Paniermehl
 Salz, Pfeffer

REZEPT

- 1 | Die Tomaten halbieren. Bei Bedarf den Boden von den Tomaten abschneiden, sodass sie flach aufliegen. Olivenöl, Knoblauch, Petersilie und Paniermehl vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Tomaten mit der Mischung bestreichen.
- 2 | Die Grillplatte oben auf den Easy Fry Oven & Grill platzieren, wobei sich die Abtropfschale darunter befindet, und den GRILL-Modus (200 °C) auf 33 Minuten einstellen.
- 3 | Das Gerät 13 Minuten vorheizen. Wenn der Timer ertönt, die Tomaten auf die heiße Platte legen (mit der Petersilienseite nach oben) und die Tür schließen, um mit dem Garen zu beginnen.

TIPP

Darauf achten, dass die Tomaten nicht zu reif sind, damit sie ihre Form behalten.



SCHOKOLADEN-KARAMELL- MARMORKUCHEN

6/8 ✨ 30 Min. 🥄 50 Min. ☕



ZUTATEN

350 g Zucker	120 ml Sahne
4 Eier	5 EL Milch
250 g Mehl	200 ml Öl mit neutralem Geschmack
1 Beutel Backpulver	20 g Kakaopulver
100 g gesalzene Butter	60 g Honig
20 g Butter zum Einfetten	50 ml Wasser

REZEPT

- 1 | Eine 20 cm große runde Kuchenform einfetten.
- 2 | In einer kleinen Pfanne den Honig, das Wasser und 160 g Zucker erhitzen. Wenn die Mischung karamellisiert, gesalzene Butter und Sahne hinzufügen. Die Pfanne zur Seite stellen.
- 3 | Den Teig vorbereiten, indem das Öl und der Rest des Zuckers miteinander vermischt werden. Eier, gesiebtes Mehl und Backpulver hinzugeben. Die Mischung halbieren. Das Kakaopulver zu einer Hälfte und 150 g des abgekühlten Karamells zu der anderen Hälfte hinzufügen.
- 4 | 3 Löffel Schokoladenteig in die Form geben, dann 3 Löffel Karamellteig. Den Vorgang wiederholen, sodass ein Marmoreffekt entsteht. Die Form auf die Grillplatte in der Mitte des Easy Fry Oven & Grill stellen. Die Tür schließen.
- 5 | 50 Minuten im DESSERT-Modus (160 °C) garen. Nach 35 Minuten den Kuchen mit einem Blatt Backpapier abdecken, damit er nicht anbrennt. Den Kuchen abkühlen lassen, bevor er aus der Form genommen wird. Mit dem restlichen Karamell bedecken.

SCHOKOLADENMUFFINS

6  15 Min.  25 Min. 

ZUTATEN

125 g Mehl
 ½ Beutel Hefe
 25 g weiche Butter
 30 g Zucker

50 g Schokoladenstückchen
 1 Ei
 125 ml Milch

REZEPT

- 1** | Mehl, Hefe und Zucker in einer Schüssel vermengen. Die weiche Butter hinzufügen und den Teig mit den Händen kneten, bis die Textur nassem Sand ähnelt. Die Schokoladenstückchen hinzufügen.
- 2** | In einer separaten Schüssel Milch und Eier vermischen. Zu der sandigen Mischung hinzufügen und vermengen, dabei darauf achten, nicht zu stark zu rühren.
- 3** | Den Teig auf 6 Muffin-Formen verteilen und die Muffins in den Frittierkorb des Easy Fry Oven & Grill stellen. Den Korb oben auf das Gerät stellen, die Tür schließen und 25 Minuten lang im DESSERT-Modus (160 °C) garen.



GLASIERTE APFELDONUTS

6  15 Min.  20 Min. 

ZUTATEN

3 Äpfel
200 g Mehl
3 Eier
3 EL Milch

1 EL Ahornsirup
3 EL Öl
Puderzucker

REZEPT

- 1 | Die Äpfel schälen und entkernen, dann jeden Apfel in 4 große Scheiben schneiden.
- 2 | Ein Blatt Backpapier auf die beiden Grillplatten im Easy Fry Oven & Grill legen. Das Papier mit einem Pinsel gut mit Öl einfetten.
- 3 | Das Mehl in eine tiefe Schüssel geben. In einer anderen Schüssel die Eier mit Ahornsirup und Milch vermischen. Nacheinander die 12 Apfelscheiben in Mehl, Ei und dann wieder in Mehl wälzen.
- 4 | Auf das Backpapier legen und darauf achten, dass sich die Scheiben nicht berühren. Leicht mit Öl bestreichen. Schieben Sie die Grillplatten in die mittlere und obere Ebene des Easy Fry Oven & Grill und schließen Sie die Tür. Im POMMES-Modus (200 °C) 20 Minuten garen und die Grillplatten nach der Hälfte der Zeit tauschen.
- 5 | Die Donuts mit Puderzucker bestäuben und servieren.



GETROCKNETE FRÜCHTE

4*

15
Min.6-8
Stunden

ZUTATEN

1 großer Apfel
½ Zitrone

REZEPT

- 1 | Die Zitrone pressen und den Saft in eine kleine Schüssel mit kaltem Wasser gießen.
- 2 | Den Apfel waschen und mit einem Apfelnuker entkernen, dann in Scheiben schneiden, so dünn wie möglich (ca. 2 mm), vorzugsweise mit einem Gemüsehobel. Die Scheiben einzeln in Zitronenwasser einweichen und anschließend mit einem sauberen Geschirrtuch oder einem Küchentuch trocknen.
- 3 | Die Scheiben auf die beiden Grillplatten des Easy Fry Oven & Grill legen, dicht beieinander, aber nicht überlappend. Die beiden Grillplatten in die mittlere und obere Ebene des Geräts schieben. Die Tür schließen.
- 4 | Im DEHYDRATION-Modus bei 60 °C für 6 Stunden trocknen lassen. Am Ende des Programms die Textur der Apfelscheiben prüfen und bei Bedarf weitere 1 bis 2 Stunden trocknen, bis sie knusprig sind.

TIPP

Die getrockneten Apfelscheiben in einem luftdichten Behälter aufbewahren und mit Müsli oder als gesunden Snack essen.