


PHILIPS

Airfryer

Книжка с рецепти



Любимите ви ястия
са по-здравословни
от всякога

В съвременния, забързан свят често се налага да избираме между вкусното и полезното. Ето защо Philips откри начин да помогне, като даде възможност да готвим бързо, с минимална мазнина и без компромиси с вкус. Пърженето, печенето и скарата вече могат да участват във вашия здравословен режим, благодарение на Philips Airfryer – уредът, който използва уникалната технология Rapid Air за готвене с горещ въздух с малко или без никаква мазнина. Храната е сочна отвътре и хрупкава отвън!

В тази книжка сме събрали 25 рецепти за любими ястия на едни от най-талантливите кулинарни експерти в страната. За тях готвенето е изкуство и начин на изразяване, а предложенията са не само вкусни и здравословни, но и лесни и практични. Получи се прекрасен бленд както от фюжън кухня, така и от традиционни български рецепти, погнесени по нов начин от 5 от най-популярните български блогъри.

Целта на книжката е да помогне на вас и на вашето семейство да изживеете готвенето по нов, бърз и здравословен начин, с до 80% по-малко мазнини. Надяваме се, заедно с Philips Airfryer, да се насладите пълноценно на новата ера в домашната кухня.

С любов,
от кухнята на Philips България

ЗАКУСКА

Бърз омлет с домати, маслини и краве сирене

2 порции

Време за приготвяне: 12 минути

Необходими продукти:

4 яйца

1 домати

1 шалот

6 големи зелени маслини без костилки

100 г краве сирене

30 мл сметана

1 с.л. зехтин

сол/черен пипер на вкус

магданоз и див лук на вкус

тава от сет за печене Philips Airfryer XXL

Приготвяне:

Накълцайте на ситно шалота и домата. Запечете леко в тавата от сета за печене на Philips Airfryer заедно със зехтина за около **4 минути на 160 градуса**. В отделна купа разбийте яйцата, добавете маслините и сметаната и ги сложете директно при запечения домати и шалот. Печете за още **10 минути на 160 градуса**. Готовия омлет гарнирайте с наситнен магданоз и див лук.





ЗАКУСКА

Безглутенови лимонови мъфини с бадемово брашно

9 мъфина

Време за приготвяне: 20 минути

Необходими продукти:

2 лимона (сокът + кората)

250 г бадемово брашно

1 ч.л. бакпулвер

½ ч.л. сол

150 мл кокосово масло (разтопено)

7 с.л. мед

4 яйца

1 шушулка ванилия

9 силиконови форми за мъфин

Приготвяне:

В голяма купа смесете сока и кората на лимоните, заедно с бадемовото брашно, бакпулвера, солта и кокосовото масло. Разбъркайте добре и добавете мед и ванилия. След като сместа е добре хомогенизирана, добавете едно по едно 4-те яйца и разбъркайте добре с телена бъркалка. Напълнете предварително намазаните форми за мъфин със сместа и печете във Philips Airfryer на **160 градуса за 18 минути**.

Пълнен сладък картоф

3 порции

Време за приготвяне: 51 минути

Необходими продукти:

3 сладки картофа	200 г сметана
2 с. л. зехтин	100 г пармезан
100 г бекон	мащерка
2 моркови	сол/черен пипер на вкус
1 глава лук	Тава за печене Philips
1 скилидка чесън	Airfryer HD9952/00
300 г гъби	
1 лимон	
1 яйце	

Приготвяне:

Направете разрези в картофите и ги сложете на **200 градуса за 35 минути**. В тавата за печене сипете зехтин, нарязаните бекон, моркови, лук, чесън и гъби. Добавете мащерка, сол, черен пипер и лимонов сок. Разбъркайте и сложете на **180 градуса за 12 минути** в тавичката за печене на Airfryer. Разбъркайте сметаната и яйцето, добавете сол, черен пипер и настърган пармезан. След като я извадите от Airfryer-а, залейте плънката със сместа и разбъркайте. Разтворете картофите леко с помощта на лъжица и ги напълнете със сместа. Поръсете с пармезан и ги сложете да се запекат на **180 градуса за 4 минути**.





ПРЕДЯСТИЕ

Хрупкави лучени кръгчета

4 порции

Време за приготвяне: 8 минути

Необходими продукти:

300 г лук

200 г брашно

150 г бадеми

100 г галета панко

1 с.л. чесън на прах

1 яйце

сол/черен пипер на вкус

Приготвяне:

Нарежете лука на кръгчета. Сложете в блендер бадемите, галетата, чесъна, добавете черен пипер и сол и блендирайте. Разбийте яйцето в купичка. Оваляйте лучените кръгчета в брашно, след това в разбитото яйце и накрая в сместа, която блендирахте. Сложете кръгчетата на **180 градуса за 8 минути**. Можете да гарнирате с млечен сос.

ПРЕДЯСТИЕ

Аспержи с лесен сос Холандез

3 порции

Време за приготвяне: 5 минути

Необходими продукти:

1 връзка аспержи

3 яйца

1 лимон

100 г масло

70 г пармезан

1 с. л. горчица

сол/черен пипер на вкус

Приготвяне:

Поставете маслото в метална купичка и го сложете в Airfryer-а, за да се разтопи заедно с аспержите на **160 градуса за 5 минути**. Сложете в блендера жълтъците на трите яйца, горчицата, разтопеното масло, лимонов сок, черен пипер, сол и блендирайте.

Поставете изчистените аспержи в Airfryer-а за **7 минути на 160 градуса**.

Гарнирайте аспержите със соса и настърган пармезан.





ПРЕДЯСТИЕ

Раматуї

3 порции

Време за приготвяне: 17 минути

Необходими продукти:

4 домати

2 скилидки чесън

2 глави лук

2 с.л. зехтин

1 тиквичка

1 патладжан

1 чушка

1 стрък прясна мащерка

сол/черен пипер на вкус

тава от сет за печене Philips Airfryer XXL

Приготвяне:

Нарежете домите, лука и чесъна. Добавете зехтина и мащерката. Сложете ги да се запържат леко в тавата от сета за печене Philips Airfryer за около **7 минути на 180 градуса**. След това добавете наситнените тиквичка и патладжан и печете за още **12 минути на 160 градуса**.

ПРЕДЯСТИЕ

Пълнени чушки с кълцано месо и пъдпъдъчи яйца

4 порции

Време за приготвяне: 25 минути

Необходими продукти:

3 чушки
1 глава лук
2 скилидки чесън
1 с.л. риган
1 с.л. червен пипер
1 с.л. зехтин
200 г кълцано телешко месо
6 пъдпъдъчи яйца

Приготвяне:

Нарежете надлъжно чушките. Смесете месо-то, лука, чесъна и подправките. Напълнете чушките и печете във Philips Airfryer за **8 минути на 180 градуса**. Счупете по едно яйце върху всяка от чушките и печете за още **3 минути**.





ОСНОВНО ЯСТИЕ

Сочни кюфтета с кьопоолу

4 порции

Време за приготвяне: 29 минути

Необходими продукти:

1 кг кайма	1 с.л. кимион
1 патладжан	1 с. л. пушен пипер
3 червени чушки	1 с. л. червен пипер
1 люта чушка	1 с.л. зехтин
2 скилидка чесън	1 филия хляб
200 г чери домати	2 с.л. кисело мляко
1 глава червен лук	1 яйце
1 глава бял лук	200 г брашно
1 връзка магданоз	сол, черен пипер на вкус

Приготвяне:

С вилица направете малки дупчици в патладжана и чушките.. Сложете патладжана, чушките, чесъна и доматиите на **180 градуса за 17 минути** в Airfryer-а.

Нарежете ситно, в блендер или чопър лука и магданоза, заедно с подправките: кимион, пушен пипер, червен пипер, черен пипер, сол, зехтин и чесън. Накъсайте филията и добавете към нея яйцето, киселото мляко и разбъркайте. Добавете към каймата тази смес, както и блендираните подправки.

След като извадите зеленчуците от Airfryer, обелете патладжана, чушките и доматиите. Нарежете ги на ситно. Залейте със зехтин, оцет, черен пипер и сол. Добавете магданоз и разбъркайте. От каймата оформете малки кюфтенца и ги оваляйте в брашно. Сложете ги на **200 градуса за 12 минути** в Airfryer-а. Сложете кьопоолото при подредените кюфтенца и гарнирайте с магданоз..

ОСНОВНО ЯСТИЕ

Агнешки котлети с картофи Хаселбек

4 порции

Време за приготвяне: 45 минути

Необходими продукти:

4 агнешки котлета

7 картофа

3 с.л. зехтин

200 г суров шамфъстък

50 г мед

50 г горчица

70 г масло

1 връзка магданоз

сол, черен, червен и бял пипер на вкус

Приготвяне:

Обтрийте котлетите със зехтин и ги поръсете със сол и черен пипер. Блендирайте шамфъстъка. Към него добавете сол, черен, червен и бял пипер. В отделен съд смесете мед, горчица и зехтин и разбъркайте. Намажете агнешките котлети със сместа и ги оваляйте в шамфъстъка. Сложете да се пекат на **100 градуса за 25 минути**. Направете тесни, но дълбоки разрези в картофите и сложете масло отгоре. Поръсете със сол и черен пипер. Сложете ги да се запекат на **190 градуса за 25 минути**. След това извадете и поръсете с магданоз. При сервиране на месото и картофите поръсете с малко зехтин и сол.





ОСНОВНО ЯСТИЕ

Крехко дърпано свинско в мексиканско тако

6 порции

Време за приготвяне: 70 минути

Необходими продукти:

400 г свинска плешка без кост	2 ч.л. сода
2 с.л. зехтин	2 домати
3 с.л. барбекю сос	1 глава лук
300 г царевично брашно	1 стрък чеснов лук
6 лъжици студена вода	1 стрък магданоз
1 ч.л. сол	1 лайм
1 с.л. захар	2 репички
	сол/черен пипер на вкус

Приготвяне:

Налейте 250 мл вода на дъното на Airfryer-а. Намажете месото със зехтин и го обтрийте със сол и черен пипер. Добавете от барбекю соса. Печете на **150 градуса за 60 минути** в Airfryer-а. Извадете месото и го завийте във фолио за **30 минути**, преди да го нарежете.

Сложете брашното, захарта, солта и содата в купа, добавете вода и омесете на малки топчета. Разтегнете топчетата на тънки питки с преса и ги сложете в оризова хартия, за да не залепнат. Оставете ги така за **20 минути** преди да ги изпечете. Печете тортилата на **180 градуса за 4 минути**.

За салцата нарежете на ситно домати, лука, чесъна и магданоза. Добавете зехтин, сол, черен пипер и сок от лайм, разбъркайте.

Нарежете вече готовото свинско месо. Намажете питката с барбекю сос, добавете месото, салцата и няколко резенчета репички, които предварително сте накиснали в студена вода.

ОСНОВНО ЯСТИЕ

Зеленчуков рамен с брашно от елда

4 порции

Време за приготвяне: 10 минути

Необходими продукти:

140 г бяло брашно	100 г соев сос
260 г елда	100 г сос от стриги
2 яйца	50 г фъстъчено масло
300 мл кокосово мляко	1 с.л. кѳри паста
250 мл зеленчуков бульон	1 с.л. олио
кокосово масло	Тава за печене Airfryer
2 стрѳка целина	HD9952/00
1 стрѳк праз	Philips Pasta Maker
1 зелено чили	HR2345
червено чили	
1 корен джинджирил	
3 печурки	

Приготвяне:

Нарежете целината, прѳза, зеленото и червеното чили, както и джинджирила на ситно. Нарежете печурките на ленти. Сложете всичко в тавата за печене като предварително добавете супена лѳжица олио. Залейте със соевия сос, соса от стриги, фъстъченото масло, кѳри пастата, кокосовото мляко и зеленчуковия бульон. Сложете сместа в Airfryer-а на **160 градуса за 10 минути**. За пастата сипете брашното и елдата във Philips Pasta Maker. Разбѳркайте яйцата и добавете вода, така че да достигне количеството от 160 мл. Добавайте постепенно, докато машината бѳрка брашното. Сложете нудлите да се сварят във вода със сол за **7 минути**. Залейте готовите нудли с приготвения сос. Можете да гарнирате с пресен лук и пѳрпѳгѳчи яйца, едамаме, черен сусам и сусамово олио.





ОСНОВНО ЯСТИЕ

Панирана риба и хрупкави картофи

4 порции

Време за приготвяне: 13 минути

Необходими продукти:

500 г филе от риба треска

2 големи картофа

3 яйца

200 мл бира

1 с.л. горчица на прах

1 с. л. чесън на прах

1 с. л. сода за хляб

200 г брашно

200 г галета панко

сол, черен пипер на вкус

Разделител за Airfryer от комплекта HD9950

Приготвяне:

Нарежете рибата на парчета по 10 см и поийте излишната вода с кухненска хартия. Разделете белтъците от жълтъците. Към жълтъците добавете горчицата на прах, чесъна на прах, содата за хляб, сол и черен пипер. Добавете бирата и брашното. Разбъркайте белтъците с миксер до пiana и добавете щипка сол. Смесете внимателно белтъците с жълтъците и разбъркайте до получаването на хомогенна смес. Оваляйте рибата в брашното, след това в яйчената смес и накрая в галетата. Нарежете картофите на ленти и ги сложете в купа с вода като добавите содата за хляб за 20 минути. Отцедете и подсушете картофите. След като сте поставили разделителя в Airfryer-а сложете рибата и картофите от двете му страни, поръсете със зехтин и сол на вкус картофите и печете и двете едновременно на **200 градуса за 16 минути.**

Лазаня със съомга и броколи

2 порции

Време за приготвяне: 40 минути

Необходими продукти:

За пълнката:

250 г броколи
1 шалот
1 с.л магданоз
1 с.л. див лук
100 мл бяло вино
200 мл сметана
200 мл мляко
10 г нишесте
1 лайм
сол/черен пипер на вкус
400 г прясна съомга

За корите:

200 г брашно
1 яйце
30 мл вода

тава от сет за печене
Philips Airfryer XXL

Приготвяне:

В тиган запържете шалота, след това добавете бялото вино, сметаната и млякото. Оставете соса да къкри на слаб огън и съгъстете с нишестето (предварително разтворено в малко вода). За финал добавяте магданоза, дивия лук и погравяте на вкус. Докато сосът се съгъстява, можете да пригответе и корите за лазанята. Във **Philips Pasta Maker** смесвате 200 г брашно с яйцето и водата, и оставяте машината сама да приготви желаните от вас кори за лазаня. В тавата от сета за печене на Philips Airfryer XXL нарежете малко от соса, кори за лазаня, суровите броколи, нарязани на малки розетки, отново кори за лазаня, сос, напълзаната сурова съомга и така, докато запълним съда. Печем във Philips Airfryer на **140 градуса за 40 минути**.





ОСНОВНО ЯСТИЕ

Телешки рибай стек със запечени зеленчуци и бързо чимичури

2 порции

Време за приготвяне: 20 минути

Необходими продукти:

За стека:

1 рибай стек (около 400 г)
2 с.л. зехтин
сол/черен пипер
1 глава бял лук
1 глава черен лук
2/3 гъби

За чимичурито:

1 връзка кориандр
2 домати
100 мл оцет
20 мл зехтин
1 с.л. пресен гжинджифил
магданоз
рукола
лайм

Приготвяне:

Натрийте добре стека с подправките и зехтина и го сложете директно върху грил тигана на Philips Airfryer за **8 минути на 180 градуса**. Заедно с месото сложете и нарязаните зеленчуци на грил тигана. След първите **8 минути** отворете и обърнете стека, за да се получат грил черти и от двете страни на стека. В блендер сложете всички съставки за соса и blendирайте до получаване на хомогенна смес.

Сервирайте изпечения стек с гарнитурата от зеленчуци и свежия сос.

ОСНОВНО ЯСТИЕ

Печено лимонено пиле с розмарин

4 порции

Време за приготвяне: 60 минути

Необходими продукти:

1 пиле (около 1 кг - 1,5 кг)

4 лимона

30 г масло

2 стръка розмарин

20 гр сол

Приготвяне:

Оставете пилето на стайна температура и го подсушете добре с помощта на кухненска салфетка. Поставете във вътрешността на пилето разрязан на половина лимон, който предварително сте натрили добре със сол. Оставащата сол натрийте обилно върху сухата кожа на пилето. Намажете маслото около бутчетата, крилцата и в основата на гърдите. Нарезете лимоните и направете подложка, върху която поставете пилето в кошницата на Philips Airfryer. Печете за **60 минути на 140 градуса**.

Съвет:

Ако пилето е над 1 кг, за всеки допълнителни 500 г увеличете времето за печене с **30 минути**. Сервирайте като намажете обилно пилето с лимонения сок, който сте поставили да се маринова вътре в пилето.





ОСНОВНО ЯСТИЕ

Прясна паста със скарриди и кокосово мляко

3 порции

Време за приготвяне: 25 минути

Необходими продукти:

За соса:

150 г скарриди (почистени)

1 домати

20 г Ойстер сос (сос от стриги)

10 г оризов оцет

20 мл соев сос

100 мл кокосово мляко

3 стръка кориандр

2 ч.л. кафява захар

1 лайм

1 ч.л. чили сос (или половин прясно чили)

1 ч.л. пресен джинджирил

1 скилидка чесън

2 стръка пресен лук

10 гр запечен сусам

10 мл оризово олио

За пастата:

200 гр брашно

1 яйце

30 мл вода

Приготвяне:

За соса блендирайте домати заедно със соевия сос, ойстер соса, оризовия оцет, джинджирила, чесъна, чилито, захарта, сока на лайма, оризовото олио и кориандъра. Блендирайте добре и изсипете соса в тавата за готвене на Philips Airfryer. След соса добавете и почистените сурови скарриди и гответе за около **10 минути на 160 градуса**. След това добавете и кокосовото мляко директно в тавичката и запечете за още **5 минути**. През това време направете домашната паста директно във **Philips Pasta Maker** (инструкции в рецептата за лазаня).

Готовата паста сварете в подсолена вода за **4 минути** и след това гарнирайте с готовия сос и скарриди, заедно със запечения сусам и пресния лук.

Шоколадов лава кейк

6 кейка

Време за приготвяне: 25 минути

Необходими продукти:

50 г пудра захар

100 г разтопено масло

200 г разтопен на водна баня шоколад

100 г брашно

2 яйца

1 с.л. сода за хляб

150 г сушени плодове по избор

400 г замразени горски плодове

сол

Тава за печене Airfryer HD9952/00

Приготвяне:

Сложете разтопеното масло в купа, добавете пудрата захар и разбъркайте. Добавете яйцата, содата за хляб, разтопения шоколад, щипка сол и разбъркайте. Последно добавете брашното и разбъркайте до получаването на хомогенна смес. Разпределете във формички за печене или силиконови форми за мъфини. Сложете да се пека на **190 градуса за 10 минути**. Сложете горските плодове и сушените плодове в тавата за печене. Поръсете ги с пудра захар и зехтин, разбъркайте. Сложете ги на **200 градуса за 15 минути**. Гарнирайте в чиния с плодовата смес и поръсете с пудра захар.



ДЕСЕРТ

Ябълков тарт



2 порции

Време за приготвяне: 25 минути

Необходими продукти за крамбъл тестото:

60 г масло

1 жълтък

200 г брашно

60 г захар

1 голяма ябълка

1 ч.л. канела

Приготвяне:

За тестото смесете брашното с жълтъка и 50 г от маслото. Месете до получаване на ронливо тесто. Покрийте с кухненско фолио и оставете на страна. Нарезете ябълката и я подрежете на дъното на формичките за пая, които предварително намажете с малко масло и оваляйте в захар.

Наредените ябълки наръсете с по една супена лъжица захар и 5 г масло (половин чаена лъжичка). Върху ябълките разстелете от ронливото тесто. Печете във Philips Airfryer на **170 градуса за 25 минути**. Готовия пай може да гарнирате със сладолед по желание и натрошени ядки.

Бананов хляб

4 порции

Време за приготвяне: 50 минути

Необходими продукти:

70 г масло

70 г светлокафява захар

2 с.л. мед

1 яйце

2 средно големи банана

125 г спелтово брашно

½ ч.л. канела

1 с.л. бакпулвер

щипка сол

сока на половин лимон

тава от сет за печене Philips Airfryer XXL

Приготвяне:

В голяма купа разбийте добре маслото и захарта. След това добавете меда и яйцето и бъркайте с миксер в продължение на около **3 минути**. Добавете 2 намачкани банана, брашното и подправките. Разбъркайте добре и изсипете в подходяща форма за печене. Настройте Philips Airfryer на **140 градуса** и печете банановия хляб за около **50 минути**.

Важно!

Изчакайте банановият хляб да изстине поне **20 минути** преди да го режете.





Йоланта Делибозова

Здравейте,

Аз съм Йоли и от десетина години поддържам кулинарния блог „Вкусно с Йоли“. Добре дошли в моя кулинарен свят! Обичам да импровизирам и да правя разнообразни ястия от цял свят. Рецептата, която ви предлагам, е лично приготвена от мен и е вдъхновена от любимия вкус на българина – баницата, и урега Philips Airfryer.

„Вкусно с Йоли“

<http://yoli-www.blogspot.bg/>

Баница със спанак и сирене

Продукти за 20 пурички:

10 кори за баница
1 ч.ч. бланширан спанак
1 стрък зелен лук
1 скилидка чесън
2 с.л. нарязан гжоджен
2 с.л. нарязан магданоз
1 яйце
150 г сирене
150 г натурално крем сирене
сол на вкус
2 с.л. разтопено масло
сусам или мак за поръсване

Приготвяне:

За пълнката сложете в блендер спанака, лука, чесъна, гжоджена, магданоза, яйцето и двата вида сирене. Смелете всичко фино и, ако е нужно, посолете. Вместо блендер може да използвате пасатор, за да направите сместа на гладък крем. Сипете крема в пош с кръгъл накрайник. Ако нямате пош, нанесете пълнката по корите с лъжичка.

За две пурички е нужна една кора за баница. Всяка намажете с малко масло и прегънете на две. Срежете ги наполовина. Откъм по-късата им страна шприцвайте малко крем и завийте на пури, като загънете добре краищата, за да не изтече пълнежът. Намажете баницките с останалото масло и поръсете с мак или сусам.

Загрейте Philips Airfryer за **1 минута на 200 градуса**. След това сложете пуричките в решетъчната кошница и настройте таймера на **5 минути**. Включете уреда. След като чуете звуков сигнал, баницките са готови. Изпечете пуричките на два пъти.





Сангра Алексиева

Здравейте,

Аз съм Сангра Алексиева и съм автор на един от най-големите кулинарни сайтове в България – „1001 рецепти“. Моето дигитално пространство за вкусна храна е на 10 години, в които заедно с екипа ми сме сготвили, снимали и гегустирали над 3500 рецепти. В тази малка книжка ви показвам още една апетитна идея – как да си пригответе класически рогонски паматник в ултрамодерния Philips Airfryer.

„1001 рецепти“ – <http://www.1001recepti.com/>

Рогонски паматник

Продукти:

1 кг картофи
1 ч.ч. вода
1 с.л. олио
1 ч.л. сол
1 ч.л. джоджен
мазданоз

Приготвяне:

За да направите тази класическа българска рецепта, е нужно само да настържете на едро ренде белените сурови картофи, да ги задушите с чаена чаша вода на котлона, да добавите сол и джоджен на вкус и щом водата се изпари, да изсипете сместа в кошницата на Philips Airfryer. Загладете я с лъжица и не се притеснявайте, че решетката ще допусне настърганите картофи да паднат от кошницата. Ще се запазят във формата си и ще придобият загар, а през решетката ще се отдели излишната течност от картофите.

След това добавете супена лъжица олио в уреда. Печете на **200 градуса за 25 минути**. Ще получите ароматно предложение за обяд или вечеря, приготвено с по-малко мазнина от обикновено.





Ани Шакарян

Здравейте,

Аз съм Ани Шакарян и съм автор на кулинарния блог „Вкуснотека“. Ето как една моя страст се превърна в хоби и пред мен се откри един необятен свят от предизвикателни рецепти, интересни идеи, импровизации и спиращи гръха вкусове. В тази книжка ви представям любимите ми мариновани свински ребра, които сготвих с помощта на новия ми най-добър приятел, Philips Airfryer.

„Вкуснотека“

<http://www.vkusnoteka.bg/>

Мариновани свински ребра

Продукти за маринатата: Продукти за печените зеленчуци:

1/2 глава лук	1 патладжан
1 скилидка чесън	1 тиквичка
2 с.л. зехтин	1 червена чушка
1 ч.л. Дижонска горчица	1 зелена чушка
1 с.л. мед	4-5 гъби
1 ч.л. сух босилек	1 ч.л. сух риган
1 ч.л. сух риган	2 с.л. зехтин
1/4 ч.л. червен пипер	черен пипер, сол
черен пипер, сол	
7 свински ребра	

Приготвяне:

Почистете и нарежете половин глава лук на ситно. Стиснете скилидка чесън. Добавете 1 ч.л. Дижонска горчица, 1 с.л. мед, 2 с.л. зехтин и сухите подправки – босилек, риган, червен пипер, черен пипер и сол. Разбъркайте всичко много добре. Поставете ребрата в плоска чиния. Намажете ги хубаво с маринатата от двете страни, покрийте съда с фолио и ги оставете да се мариноват така за поне час и половина в хладилник.

През това време си подгответе зеленчуците. Почистете и нарежете на кръгчета патладжана и тиквичката, гъбите цели, а чушките на парчета. Поръсете ги със сухите подправки и ги полейте със зехтина. Разбъркайте с ръце добре. Подгрейте зеленчуците в кошницата на Philips Airfryer. Настройте температурата на **180 градуса**, а времето на **12 минути**. След крайния сигнал зеленчуците са идеално сготвени.

Извадете свинските ребра от хладилника и ги поставете в кошницата на уреда. Затворете и изберете **180 градуса**, печете **30 минути**. Поднесете с гарнитурата от печени зеленчуци.





Пена Стоева

Здравейте,

Аз съм Пена Стоева и обичам да готвя. Автор съм на кулинарния блог „Храна за моите канибали“, който старателно поддържам от близо 8 години. За разлика от повечето нормални хора, за мен готвенето е отмора и лекуващо нервите. В тази книжка съм ви приготвила любимата си рецепта, а именно пиле „Челамичка“ и хрупкави картофи с Philips Airfryer.

„Храна за моите канибали“

<http://pep-4o.blogspot.com/>

ОСНОВНО ЯСТИЕ

Пиле „Челамичка“ и хрупкави картофи

Продукти за 5 порции:

1,5 кг картофи (когато се почистят, остават ~ 1,1 кг)
1 с.л. олио
1/2 ч.л. копър и мащерка
1 с.л. червен пипер и галета
5 големи пилешки бутчета ~ 1,2 кг (или пилешко)
1 голям лимон (4-5 резена и 5-6 с.л. сок)
2 глави чесън
1 с.л. олио

Погправки за пилешкото месо:

1/2 ч.л. сол, черен пипер
1 ч.л. мащерка и 1 с.л. червен пипер

Приготвяне:

Отрежете 4-5 резена от лимона и изцедете останалата част. Почистете пилешките бутчета и ги подсушете добре с кухненска хартия или мека кърпа. Поставете в купа и добавете лъжицата олио и двете лъжици лимонен сок. Разбъркайте. Смесете погправките и поръсете месото обилно. Смачкайте няколко скилидки чесън и ги разпределете равномерно. Покрийте купата с фолио за свежо съхранение и приберете в хладилника за 24 часа. След като се извадят от хладилника бутчетата се печат на **200 градуса за 25 минути**.

Когато пилето е почти готово, се заемаме с картофите. Измийте и обелете добре, прибавете лъжицата олио и погправките и разбъркайте. Извадете в чиния бутчетата, заедно с чесъна и резените лимон. Намажете за последно с лимоново-чесновия сос и затворете с капак докато се приготвят картофите. Прехвърлете внимателно картофите в кошницата на Philips Airfryer. Малко от погправките може да паднат в контейнера, но това не е проблем, тъй като той се почиства лесно. Печете на **180 градуса за 18 минути**.





Лора Аспарухова

Здравейте,

Аз съм Лори и стоям за кулинарния проект „FIT Sweets by Lori“. Пренаписвам традиционни рецепти в техните бързи и лесни варианти, подходящи за трениращи хора или за тези, които търсят здравословно разнообразие в храненето си.

Представям Ви ФИТ десерта на деня: пълнена тиква с есенни аромати.

„FIT Sweets by Lori“
<https://www.facebook.com/FITSweetsByLori/>

ДЕСЕРТ

Печена пълнена тиква с есенни аромати

Продукти:

1 тиква цизулка
1 ябълка
3 пресни сливи
щипка карамфил
щипка канела
щипка индийско орехче
ванилия

Приготвяне:

Отрежете тиквата и я оформете като чаша. Напълнете я с нарязани на кубчета ябълки и сливи. Сложете я във Philips Airfryer на **200 градуса за 30 минути**. След изпичане добавете канела, индийско орехче, карамфил и ванилия и разбъркайте пълнката.



ДЕСЕРТ

Пълнени ябълки с орехи и сушени плодове от Йоланта Делибозова

Продукти за 4 порции:

4 кисели ябълки
50 г едро нарязани орехи
4 нарязани на дребно сушени кайсии
25 г тъмни стафиди
2 с.л. сладко от портокалови корички
настъргана кора от 1/2 лимон
1/2 ч.л. ванилова захар
1/2 ч.л. канела
2 с.л. течен мед + 1 с.л. за намазване

Приготвяне:

За да пригответе пълнката, смесете и разбъркайте орехите, кайсиите, стафидите, сладкото, лимоновата кора, ванилията, канелата и меда.

Отрежете капачетата на ябълките и ги издълбайте. Напълнете ги с ореховата пълнка и ги поставете в решетъчната кошница на Philips Airfryer. Изберете температура от **180 градуса** и **10 минути** време за готвене.

След звуковия сигнал отворете уреда и сложете капачетата върху ябълките. Намажете ги с мед, както и самите ябълки. Отново включете Philips Airfryer на **10 минути**. Сервирайте ябълките студени.



Airfryer XXL HD9650/90



Технология за извличане на мазнини отделя и улавя излишната мазнина

Яжте по-здравословни ястия с отстранени от храната излишни мазнини. Philips Airfryer е единственият Airfryer с технология за отстраняване на мазнини, която отделя и улавя излишните мазнини. Насладете се на вкусна храна, хрупкава отвън и крехка отвътре, с максимален вкус и минимални мазнини.



Семейният размер XXL подбира цяло пиле или 1,4 кг пържени картофи

Да, можете да готвите храна за цялото семейство в новия Airfryer XXL. Пълният му капацитет улеснява готвенето на голямо, вкусно ястие. Можете да готвите цяло пиле или дори до 1,4 кг пържени картофи, за да задоволите гладното семейство или приятели. Сервирайте до шест порции с голямата кошница със съвместимост от 7,3 литра.



Режим за подгържане на топлината за гъвкаво време на сервиране

С нашия удобен режим на подгряване можете да се насладите на яденето си, когато сте готови. Той ще поддържа храната ви топла и при идеалната температура до 30 минути.



Philips Airfryer XXL HD9650/90

Максимален вкус, минимум мазнина

Philips Airfryer XXL използва горещ въздух за пържене на любимата ви храна с малко или без никакво олио. Новата технология за премахване на мазнини е предназначена за извличане и улавяне на мазнини от храната, което я прави най-здравословният начин за пържене за вас и вашето семейство.



Технологията Twin TurboStar извлича вредните мазнини

С новата технология Twin TurboStar горещият въздух в Philips Airfryer се върти като мощно торнадо – в цялата кошница за готвене. Проектиран да извлича повече мазнина от храната и да я събира в редуктора за лесно изхвърляне. Резултатът са вкусни ястия, приготвени с до 90% по-малко мазнина.

Почистване на подвижните части в съдомиялна машина

Кошницата и подвижното отделение с незалепащо покритие са подходящи за почистване в съдомиялна машина.



Philips Airfryer XXL HD9952/00

Гответе бързо, лесно и здравословно със сета за печене

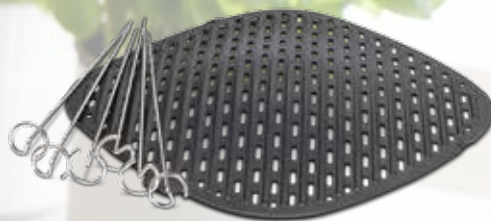
Незалепащата тава за печене е чудесна за готвене на яхнии, месо със сос и други ястия. Формите за мъфини са направени от силикон, което улеснява изваждането на кекчетата. Подходящ за почистване в съдомиялна машина.



Philips Airfryer XXL HD9951/00

Разнообразете приготвянето на зеленчуци и месо с аксесоарите за грил

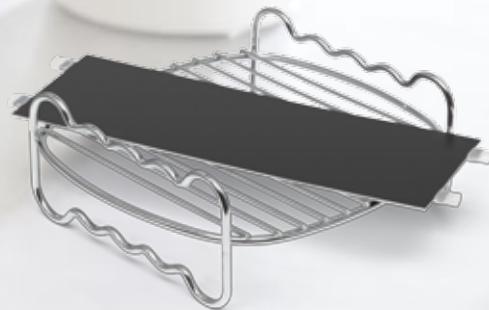
Насладете се на здравословни риба, месо и зеленчуци на грил с грил тигана XXL. Благодарение на пробитата повърхност с оребряване, храната не залепа и се изважда безпроблемно. Подходящ за почистване в съдомиялна машина.



Philips Airfryer XXL HD9950/00

Угодете на всички гости с партни аксесоарите

Разделете повърхността за готвене на Philips Airfryer със специалната двуслойната приставка и сепаратора за храна. Така печете, приготвяте на скара или пържите различни продукти едновременно, без смесване и в по-големи количества. Подходящ за почистване в съдомиялна машина.



Airfryer XXL HD9954/01

Пригответе любимите си леки закуски с капака за закуска

Пригответе любимите си леки закуски с капака за закуска. Наслаждавайте се на здравословни зеленчукови закуски, като кейл, цвекло или сушени плодове, също така и на ястия като пилешки крилца или свински гърди – бързо и лесно.





philips.bg/airfryer