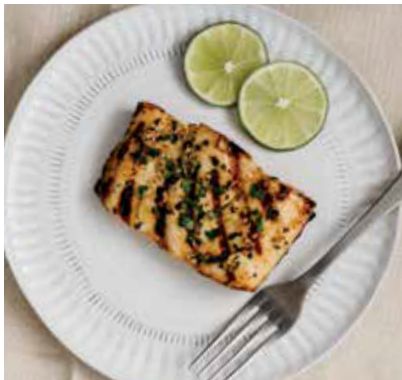
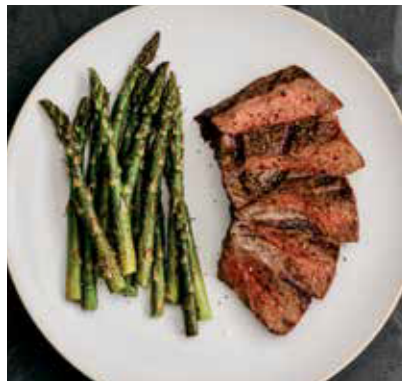


Будь ласка, обов'язково прочитайте додані інструкції Ninja® перед використанням пристрою.



NINJA®

ГРИЛЬ ТА АЕРОПІЧ

**Легко готуйте свіжі та
заморожені продукти**
Смачніші рецепти та діаграми
для необмежених можливостей



Ваш путівник до професійного грилювання

Ласкаво просимо до посібника з рецептів до гриля Ninja®. Звідси Ви лише в декількох сторінках від рецептів, порад, прийомів та корисних підказок. Тепер відкрийте кришку і нумо грилювати.

Список рецептів

Маринади	9	Баранина	26
Спеції для натирання	10	Котлети з баранини Тандурі	26
Соуси	11	Риба	27
Рецепти кікстартеру	12	Цілий морський окунь на грилі з соусом Сальморіліо	27
Основні страви	18	Заморожена тріска з овочами	28
Вегетаріанські	18	Перекуси та гарніри	29
Стейки з цвітної капусти на грилі з грецькою сальсою	18	Грильований хліб з часником та травами	29
Шампури з грильованим халумі та червоним перцем	19	Картопля фрі з пармезаном та часниковим майонезом	30
Яловичина	20	Мексиканська вулична кукурудза	32
Пряні котлети з яловичини з копченим сиром Чеддар і маринованим халапеньйо	20	Нешвільська гостра смажена курка	35
Копчений стейк Фахітас	21	Кокосові креветки	36
Курка	22	Десерти	37
Курячі тако з швидко квашеною цибулею	22	Яблучний тарт "Татен"	37
Свинина	23		
Хот-доги з ковбасками та перцем	23		
Свиняча вирізка зі шкіркою	24		
Свинячі котлети барбекю	25		

Підказки

Ми помітили рецепти за допомогою цих значків, щоб допомогти Вам знайти потрібний.



10 хвилин або менше



Заморожене до смаження



Їжа для дітей



Без глютену



Без молока



Кето



Вегетаріанські

Циклонний гриль

ТЕХНОЛОГІЯ

Супер гаряча гриль-камера 265 ° C дає Вам швидкі, соковиті, приголомшливі результати, використовуючи щільну, літє-алюмінієву поверхню гриля та циклонне повітря, що циркулює навколо їжі.



Заморожене до смаження

Не потрібно розморожувати

Курачі грудки барбекю, сторінка 16



Коливання грилю

Загрилюйте неочікуване

Шампури Халумі та перцю, сторінка 19



Гриль з собою

Швидкі та легкі страви

*Пряний яловичий бургер,
сторінка 20*



Грилювання без перегортання

Більше не розпадається

Цілий грильований морський окунь, сторінка 27

Більше смаку. Менше диму.

Після сотень годин тестування рецептів наші кухарі об'єднали Ваші улюблені страви з рекомендованою температурою, яка дозволить максимально смакувати гриль, мінімізуючи дим.



НИЗЬКИЙ

Найкраще підходить для бекону, ковбасок та кальцоне, а також при приготування густіших соусів барбекю.



Хот доги з ковбасками та перцем
Сторінка 23



СЕРЕДНІЙ

Найкраще для замороженого м'яса і партій маринованих інгредієнтів.



Шампури з грильованим халумі та червоним перцем
Сторінка 19



ВИСОКИЙ

Найкраще для стейків, курки та бургерів.



Стейк Нью-Йорк і спаржа на грилі
Сторінка 12



МАКСИМАЛЬНИЙ

Найкраще для овочів, фруктів, свіжих і заморожених морепродуктів і піци.



Мексиканська вулична кукурудза
Сторінка 32

Приготування найкращого

Жодні два шматочки білка не схожі, і тому вони ніколи не приготуються однаково. Ось чому ми радимо звернути пильну увагу розмірам м'яса, що перелічені в наших таблицях. Це мінімальний час приготування, і ми рекомендуємо переконатися, що Ваша їжа досягла безпечної температури перед споживанням (будь ласка, зверніться до таблиць на сторінці 7).

Причини різного приготування м'яса

Розмір зрізу

Білки бувають різної форми та розміру і вимагають різного часу приготування, тому для досягнення бажаної готовності Вам може знадобитися збільшити або зменшити запропоноване в таблиці.

Температура м'яса

Для Вашої зручності були підготовані схеми приготування холодного м'яса з холодильника.

Для отримання соковитіших результатів

Якщо час дозволяє, дайте м'ясу дійти до кімнатної температури для більш соковитої серединки. (Ми рекомендуємо скоротити час приготування за таблицею на 2 хвилини.)

Важливість термометру для м'яса

Для найкращих результатів використовуйте цифровий харчовий термометр для точного вимірювання внутрішньої температури білка.



Вставте термометр в центральну, найгустішу частину білка. Якщо білок є кістковим, вставте його дуже близько (але не торкайтесь) до кістки.

Продовжуйте готувати

Це відбувається, коли м'ясо продовжує готуватись після того, як його виймають з гриля. Для найкращих результатів рекомендується видалити м'ясо за 5 ° C до досягнення фактичної внутрішньої температури приготування. Дивіться таблицю нижче.

ЇЖА	ГОТУЙТЕ ДО ВНУТРІШНЬОЇ ТЕМПЕРАТУРИ:	ПРОДОВЖУЙТЕ ГОТУВАТИ ДО ВНУТРІШНЬОЇ ТЕМПЕРАТУРИ:	РЕКОМЕНДОВАНА ТЕМПЕРАТУРА ВІД АНГЛІЙСЬКОЇ АГЕНЦІЇ ХАРЧОВИХ СТАНДАРТІВ:
Риба	70°C	75°C	65°C на 10 хвилин
Птиця	70°C	75°C або вище	70°C на 2 хвилини
Свинина	70°C	75°C	75°C на 30 секунд
Стейк			80°C на 6 секунд
Rare	50°C	55°C	
Medium Rare	55°C	60°C	
Medium	60°C	70°C	
Medium Well	65°C	65°C	
Well Done	70°C	75°C	
Яловичий фарш	70°C	75°C або вище	
Свиний фарш	70°C	75°C	
Індичий фарш	70°C	75°C	

Для соковитих і ніжних результатів, дайте білку відпочити протягом 5 хвилин після приготування. Для смажених половин курки і великих стейків найкраще дати їм відпочити 10 хвилин.

Ароматизація

Смачні маринади, рум'яні спеції та неперевершені соуси

Для наступних рецептів додайте всі інгредієнти в миску і добре перемішайте.

Ці маринади та спеції потребують крупну сіль - переконайтесь, що у Вас вона є.

Щедро використовуйте спеції. Щедро приправте м'ясо або овочі і дайте відлежатися при кімнатній температурі протягом 30 хвилин перед грилюванням - це сприятиме рівномірності та швидшому приготуванню.

Заморожене до смаження

Під час приготування на грилі заморожених м'ясних страв щедро натріть їх обраним маринадом.

Щоб отримати кращі текстури та аромати від замороженого м'яса, приправте його улюбленою спецією перед смаженням.

Маринади



Маринад теріякі

80мл соєвого соусу
80мл води
80г коричневого цукру
3 столові ложки рисового винного оцету
1 столова ложка меду
2 зубчики часнику, почистити, подрібнити



Маринад з часнику та трав

60мл оливкової олії extra virgin
60мл яблучного оцту
10г свіжих трав (наприклад, петрушка, розмарин, орегано, чебрець або шавлія), нарізати
5 зубчики часнику, очистити, подрібнити
Сік 1 лимону (приблизно 3 столові ложки соку)
1 чайна ложка меленого чорного перцю
1 чайна ложка солі



Простий маринад для стейку

60мл Вустерширського соусу
60мл соєвого соусу
60мл бальзамічного оцту
2 столові ложки Діжонської гірчиці
3 зубчики часнику, очистити, подрібнити
1 чайна ложка меленого чорного перцю
1 чайна ложка солі

Спеції

КІЛЬКІСТЬ: ПРИБЛИЗНО 240Г | ПРИПРАВИТИ: ЩЕДРО
ЗБЕРІГАТИ: ДО 6 МІСЯЦІВ В ЩІЛЬНО ЗАКРИТОМУ КОНТЕЙНЕРІ ПОДАЛІ ВІД СВІТЛА ТА ТЕПЛА



Легкі спеції для барбекю

Найкраще для птиці, яловичини, креветок, цвітної капусти, брокколі, моркви
60г коричневого цукру
28г копченої паприки
3 столові ложки меленого чорного перцю
2 столові ложки солі
2 чайні ложки порошку часнику
2 чайні ложки порошку цибулі



Спеції на кожен день

Найкраще для птиці, яловичини, свинини, баранини, телятини, морепродуктів, овочів
3 столові ложки порошку чилі
2 столові ложки білого цукру
1 столова ложка солі
1 столова ложка меленого кмину
1 столова ложка меленого перцю
1 столова ложка сушеного орегано



Сухі трави

Найкраще для птиці, свинини, баранини, морепродуктів, овочів
1 столова ложка солі
1 столова ложка чебрецю
1 столова ложка сушеного розмарину
1 столова ложка сушеного орегано
1 чайна ложка гірничного порошку
1 чайна ложка меленого чорного перцю
1 чайна ложка подрібненого червоного перцю

Соуси

КІЛЬКІСТЬ: ПРИБЛИЗНО 240МЛ | ЗБЕРІГАТИ: В ХОЛОДИЛЬНИКУ ДО 4 ДНІВ



Соус Чімічурі

1/2 пучка свіжого коріандру (близько 15г), нарізати
1/2 пучка свіжої петрушки (близько 15г), нарізати
5 зубчиків часнику, очистити, подрібнити
1 маленький шалот, очистити, подрібнити
Цедра і сік 1 лимона (близько 80мл соку)
60 мл оливкової олії extra virgin
1 чайна ложка меленого чорного перцю
Сіль за бажанням



Лимонно-часниковий чилі майонез

Найкраще для птиці, яловичини, свинини, баранини, телятини, морепродуктів, овочів
240мл майонезу
Сік 1/2 лимону (приблизно 2 столові ложки соку)
1 столова ложка паприки
1 чайна ложка часникового порошку
Сіль за бажанням



Ямайський кетчуп

Найкраще підходить для домашньої птиці, яловичини, креветок
240мл кетчупу
3 столових ложки сухих приправ до джеркі
1 стиглий банан, очистити від шкірки, розчавити

Рецепти кікстартеру

Стейк на грилі та спаржа

ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 12 ХВИЛИН | КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2-4 | РЕЖИМ: GRILL



ІНГРЕДІЄНТИ

2 сирих стейка філе
(400-450г кожен)

2 столові ложки розлинної олії,
поділити

Сіль за смаком

Мелений чорний перець, за смаком

1 пучок спаржі, обрізати

ПРИГОТУВАННЯ



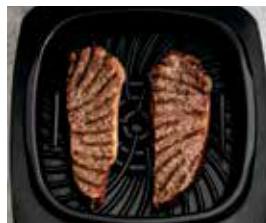
Натріть кожен стейк з усіх боків по 1 столовій ложці рослинної олії, після чого приправте сіллю і перцем за смаком. Спаржу кидаємо в залишок рослинної олії, а потім приправляємо сіллю та перцем за смаком.



Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Оберіть режим GRILL, встановіть температуру HI та час на 12 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.



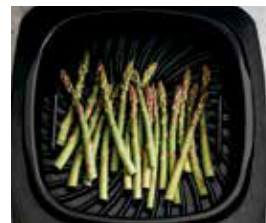
Коли пристрій подасть звуковий сигнал це буде означати, що він нагрівся. Покладіть стейки на тарілку, обережно притискаючи їх донизу, щоб досягти максимальної позначки на грилі. Закрийте кришку і готуйте 4 хвилини.



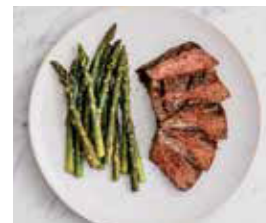
За 4 хвилини переверніть стейки. Закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 4 хвилини, або поки внутрішня температура не досягне 50 ° C.



Вийміть стейки з гриля і залиште відпочивати на 10 хвилин; вони продовжуватимуть готуватися до безпечної для їжі температури, відпочиваючи. Використовуйте термометр для приготування їжі, щоб гарантувати безпечність температури готової страви.



Тим часом покладіть спаржу на тарілку грилю. Закрийте кришку і готуйте 4 хвилини.



Коли приготування та відпочинок завершені, наріжте стейк і подавайте зі спаржею.

ПОРАДА Використайте будь-які приправи до стейка на кроці 1.

ПОРАДА В цьому рецепті рівень прожарки стейку medium.



Рецепти кікстартеру

Маринований лосось теріякі

ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | МАРИНУВАННЯ: 1-12 ГОДИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 7-9 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 РЕЖИМ: GRILL



ІНГРЕДІЄНТИ

4 сирих філе лосося без шкірки 240мл маринаду теріякі

ПРИГОТУВАННЯ



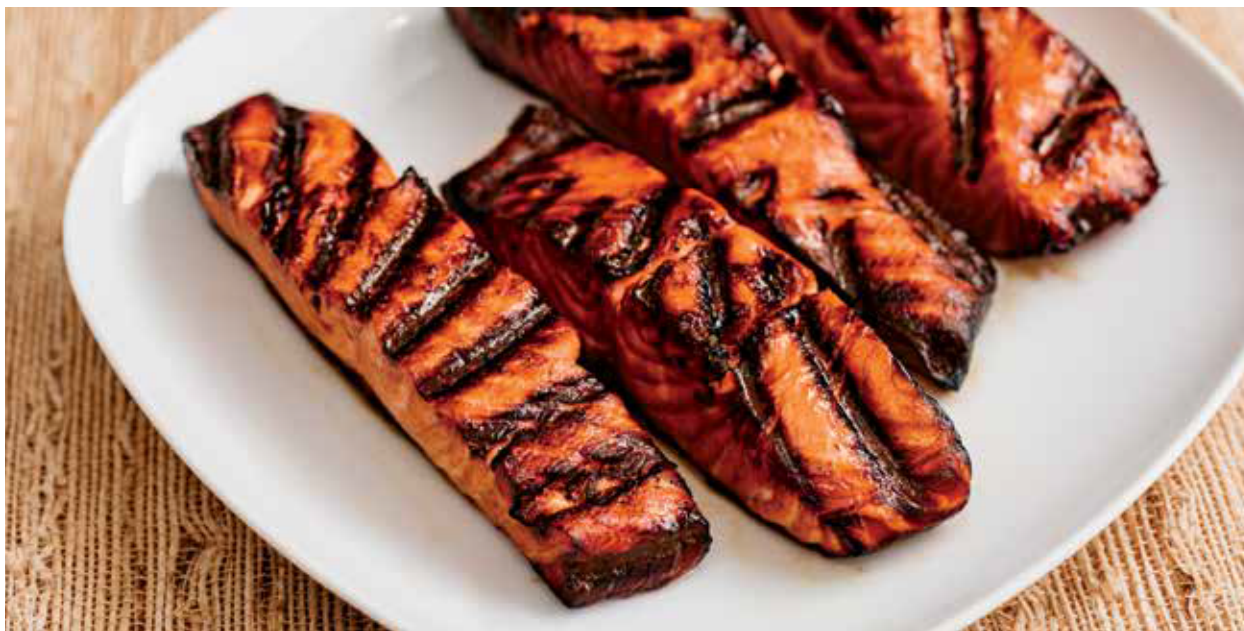
Покладіть філе риби та соус теріякі у великий пластиковий пакет або контейнер, що можна закрити. Перегортайте філе, щоб рівномірно покрити соусом. Покладіть в холодильник на строк від 1 до 12 годин.



Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Виберіть режим GRILL, встановіть температуру MAX та встановіть час на 8 хвилин. Виберіть START/STOP для початку.



Коли пристрій подасть звуковий сигнал це буде означати, що він нагрівся. Покладіть філе на плитку грилю, обережно притискаючи, щоб досягти максимального позначки на грилі. Закрийте кришку і готуйте 6 хвилин. Немає необхідності перегортати рибу під час готування.



За 6 хвилин, перевірте філе на готовність; внутрішня температура повинна становити 75 ° C. При необхідності закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 2 хвилини.



Коли приготування завершено, відразу ж подавайте філе.

ПОРАДА Замініть соус теріякі будь-яким улюбленим на кроці 1.

Рецепти кікстартеру

Курячі грудки барбекю

ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 23-25 ХВИЛИН | КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 | РЕЖИМ: GRILL



ІНГРЕДІЄНТИ

4 заморожені курячі грудки без кісток
2 столові ложки рослинної олії,
розділити

Сіль за смаком
Мелений чорний перець за смаком
240мл приготованого соусу
барбекю

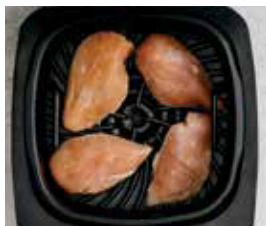
ПРИГОТУВАННЯ



Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Оберіть режим GRILL, встановіть температуру MEDIUM та час на 25 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб почати.



Поки пристрій розігрівається, рівномірно натріть кожну курячу грудку по 1/2 столової ложки рослинної олії. Потім приправте сіллю і перцем за смаком.



Коли пристрій подасть звуковий сигнал це буде означати, що він нагрівся. Помістіть курячі грудки на тарілку гриля. Закрийте кришку і готуйте 10 хвилин.



За 10 хвилин переверніть курку. Закрийте кришку, щоб продовжувати готувати протягом 5 хвилин.



За 5 хвилин натріть куряче м'ясо соусом барбекю, потім переверніть і рясно потріть іншу сторону. Закрийте кришку, щоб продовжувати готувати протягом 5 хвилин.



За 5 хвилин повторіть крок 5. Закрийте кришку і готуйте ще 2 хвилини.



За потреби збийте курку ще раз і готуйте ще до 3 хвилин, поки центральна точка курки не досягне внутрішньої температури 75 ° C.



Дайте курці відпочити 5 хвилин перед подачею.

ПОРАДА Щоб приготувати повноцінну страву, з'єднайте цю курку з будь-яким овочем на грилі з таблиці на задній частині цієї книги.



ГРИЛЬОВАНІ СТЕЙКИ ЦВІТНОЇ КАПУСТИ З ГРЕЦЬКОЮ САЛЬСОЮ



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 17 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

- 1 голівка цвітної капусти, видалити листя і стебло
- 80г оливок Каламата, нарізати, вийняти кістки
- 120г смаженого червоного перцю, подрібнити
- 1 столова ложка свіжого орегано, дрібно порізати
- 1 столова ложка свіжої петрушки, дрібно порізати
- 3 зубчики часнику, очистити від шкірки, дрібно порізати
- Сік 1 лимону
- 250г сиру фета, подрібнити
- Сіль, за смаком
- 1 чайна ложка меленого чорного перцю
- 80г горіхів пекан, грубо нарізати
- 1 маленька червона цибуля, очистити від шкірки, подрібнити
- 60мл рослинної олії, розділити

ПРИГОТУВАННЯ

- 1 Розріжте цвітну капусту на два "стейки" по 5 см; решту цвітної капусти збережіть.
- 2 Щоб зробити грецьку сальсу, у великій мисці змішайте разом оливки, смажені червоні перці, орегано, петрушку, часник, лимонний сік, фету, сіль, перець, пекан, червону цибулю і 2 столові ложки рослинної олії.
- 3 Вставте плитку грилю в пристрій і закрийте кришку. Виберіть режим GRILL, встановіть температуру MAX та встановіть час на 17 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- 4 Поки пристрій розігрівається, протріть "стейки" 2 ложками олії з обох боків, а потім приправте кожен сіллю за смаком.
- 5 Коли пристрій подасть звуковий сигнал це буде означати, що він нагрівся. Покладіть стейки на тарілку гриля. Закрийте кришку і готуйте 10 хвилин.
- 6 За 10 хвилин переверніть "стейки". Закрийте кришку і продовжуйте готувати протягом 5 хвилин.
- 7 За 5 хвилин, розкладіть "стейки" та щедро промажте грецькою сальсою. Закрийте кришку і готуйте ще 2 хвилини. Збережіть решту грецької сальси.
- 8 Коли приготування завершено, подавайте відразу ж.

ПОРАДА Цвітну капусту, що залишилася, наріжте великими шматками, змастіть рослинним маслом і обсмажте на грилі протягом 12 хвилин, перш ніж вкрити залишком сальси.

ШАМПУРИ З ГРИЛЬОВАНИМ ХАЛУМІ ТА ЧЕРВОНИМ ПЕРЦЕМ



ПІДГОТОВКА: 15 MINUTES | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 6 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

- 1 зубчик часнику, дрібно нарізати
- 1 столова ложка червоного винного оцту
- 3 столові ложки оливкової олії
- 1/2 чайної ложки сушеного кропу
- 1/2 чайної ложки сухої м'яти
- 1/2 чайної ложки сушеної петрушки
- Морська сіль за смаком
- Мелений чорний перець, за смаком
- 400г сиру халумі, нарізати шматочками по 4 см
- 1 1/2 червоного перцю, поразіти на чверті, насіння і перегородки видалити, нарізати шматочками по 4 см
- 1 середня червона цибуля, шкірку і пелюстки нарізати шматочками по 4 см
- 4 дерев'яні шпажки не довше 20 см (або шампури Ninja)*



ПРИГОТУВАННЯ

- 1 У мисці для замішування перемішайте часник, червоний винний оцет, оливкову олію, кріп, м'яту, петрушку, сіль і чорний перець за смаком. Відкладіть.
- 2 Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Виберіть GRILL, встановіть температуру MEDIUM та встановіть час на 6 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- 3 Під час попереднього нагрівання пристрою збирайте шампури в наступному порядку, поки вони не будуть повні: халумі, червоний перець, цибуля. Переконайтесь, що інгредієнти нанизані майже повністю до кінця шампурів. Рівномірно полийте шашлик заправкою, зробленою на кроці 1.
- 4 Після того, як прилад просигналізував, що буде означати що він нагрівся, покладіть шашлики на тарілку гриля. Закрийте кришку.
- 5 За 3 хвилини відкрийте кришку і натріть шашлики заправкою. За допомогою гумових щипців переверніть шампури та знову натріть. Щоб продовжити готування, закрийте кришку.
- 6 Коли приготування закінчиться, відкрийте кришку і вийміть шампури. Покладіть шашлики на блюдо і полийте залишками заправки.

* Шампури Ninja продаються окремо на shark-ninja.com.ua

ПРЯНІ БУРГЕРИ З ЯЛОВИЧЧИНИ З КОПЧЕНИМ СИРОМ ЧЕДДАР І МАРИНОВАНИМ ХАЛАПЕНЬО



ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 8 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

750г яловичого фаршу, розділити

1 столова ложка приготованої копченої приправи для барбекю

Морська сіль, за смаком

Мелений перець, за смаком

4 скибочки копченого сиру Чеддар

2 столові ложки маринованих Халапеньйо,

розділити

4 булочки для бургерів

ДОДАТКИ ЗА ВИБОРОМ:

Листя салату

Помідор

Майонез

Кетчуп

Сира нарізана цибуля

ПРИГОТУВАННЯ

1 Вставте гриль плитку в пристрій і закрийте кришку. Виберіть GRILL, встановіть температуру HIGH і час на 8 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.

2 Поки пристрій розігрівається, змішайте спеції з яловичим фаршем і розділіть рівномірно на 4 кульки. Вільно сформуєте 4 котлети по 10см. За допомогою великого пальця, створіть відступи по 2см всередині кожного (це допоможе бургерам зберегти рівномірну форму під час готування). Приправте бургери сіллю і перцем, за бажанням.

3 Коли пристрій просигналізує це буде означати, що він розігрівся. Покладіть бургери відступом пальця на тарілку гриля. Закрийте кришку і готуйте 6 хвилин.

4 За 6 хвилин відкрийте кришку і покладіть скибочку сиру на кожен бургер. Закрийте кришку і продовжуйте готувати 1 хвилину.

5 За 1 хвилину перевірте, чи досягла внутрішня температура 75°C. Після приготування вийміть бургер з плити гриля. Викладіть булочки на тарілку, закрийте кришкою і готуйте протягом 1 хвилини.

6 Коли приготування закінчиться, відкрийте кришку і вийміть булочки. Будуйте гамбургери, додавши халапеньйо та інші начинки на вибір.

КОПЧЕНИЙ СТЕЙК ФАХІТАС



ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 19-23 ХВИЛИНИ |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

2 чайні ложки прошку кмину

2 чайні ложки порошку коріандру

1 чайна ложка копченої паприки

1/2 чайної ложки порошку чипотле

2 чайні ложки меленої кави

1 чайна ложка сушеного орегано

1 чайна ложка часникового порошку

1 чайна ложка гранул цибуля

1 чайна ложка цукру

1 чайна ложка морської солі, плюс ще трохи за смаком

1 чайна ложка меленого чорного перцю, плюс ще трохи за смаком

3x 250г біфтекса, товщиною 3см

Кулінарний спрей

2 невеликих перці (червоного, жовтого або зеленого кольору), нарізати смужками 1см

2 середніх червоних цибулі, очистити від шкірки і нарізати четвертинками, видалити корінь

1 столова ложка соку лайма

8 м'яких борошняних тортілій, 20см

Сальса, необов'язково, для подачі

Натертий сир Чеддар, необов'язково, для подачі

Сметана, за бажанням

ПРИГОТУВАННЯ

1 У невеликій мисці з'єднайте ммин, коріандр, копчену паприку, чипотле, мелену каву, орегано, часникову пудру, гранули цибулі, цукор, морську сіль і мелений чорний перець. Добре перемішайте.

2 Рівномірно перемішайте спеції і розподіліть з усіх боків стейків. Помістіть стейки в холодильник на 3 години, не накривайте. Вийміть стейки з холодильника за 30 хвилин до грилювання.

3 Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Виберіть GRILL, встановіть температуру HIGH і встановіть час на 8 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.

4 Як тільки пристрій просигналізує це означатиме, що він розігрівся. Відкрийте кришку і покладіть стейки на гриль. Акратно притисніть стейки, щоб збільшити контакт поверхні з плитою гриля.

5 За 4 хвилини відкрийте кришку і переверніть стейки за допомогою гумових щипців. Закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 4 хвилини. Через 8 загальних звин відкрийте кришку і вийміть стейки. Відкладіть відпочити, а в той час грилюйте овочі та нагрівайте тортілі.

6 Використовуйте кухонний рушник, щоб витерти гриль. Обприскайте перець і цибулю кулінарним спреєм. Виберіть GRILL, встановіть температуру MAX та встановіть час на 8 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.

КУРЯЧІ ТАКО З ШВИДКО КВАШЕНОЮ ЦИБУЛЕЮ

ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | **МАРИНУВАННЯ:** 1 ГОДИНА | **ПРИГОТУВАННЯ:** 15-17 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 **РЕЖИМ:** GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

4 курячі грудки, 170г кожна

МАРИНАД ДЛЯ КУРКИ

40мл текілі
80мл соку лайма
2 чайні ложки гострої пасти чіпотле
2 зубчики часнику, подрібнити до пасти
1 чайна ложка дрібної морської солі
1/2 чайної ложки меленого чорного перцю
10г коріандру, подрібнити
3 чайні ложки сиропу агави
2 столові ложки рослинного масла

ШВИДКО КВАШЕНА ЦИБУЛЯ

1 червона цибуля, очистити від шкірки, тонко нарізати
1-2 столові ложки червоного винного оцту
1 столова ложка води
щіпка морської солі
½ чайної ложки закваски

ДЛЯ ПОДАЧІ

12 кукурудзяних тортілій
100г фети, розім'яти
100г сметани
Листя коріандру
Гострий соус

ПРИГОТУВАННЯ

- Змішайте всі інгредієнти для маринаду і покладіть в миску або герметичний пакет для зберігання разом з куркою і маринуйте принаймні 1 годину в холодильнику. Нехай вона настане до кімнатної температури щонайменше за 30 хвилин до приготування на грилі.
- Щоб приготування мариновану цибулю, змішайте всі інгредієнти разом і охолодіть до готовності до вживання.
- Переконайтесь, що гриль-плита встановлена в пристрій. Виберіть GRILL, встановіть температуру MEDIUM, а потім встановіть час на 13 хвилин. Виберіть START/STOP для початку.
- Після того, як прилад просигналізує, що означатиме розігрівання, відкрийте кришку і покладіть курку на плитку гриля, а потім закрийте кришку, щоб почати готувати.
- За 5 хвилин відкрийте кришку і переверніть курку. Закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 5 хвилин або до тих пір, поки найтовща частина курки не сягне 75 ° C на харчовому термометрі.
- Вийміть курку з гриля і дайте відпочити протягом 5 хвилин.
- Загорніть коржі в фольгу. Відкрийте кришку і покладіть тортілії на гриль та закрийте кришку, щоб почати готувати. За 3 хвилини відкрийте кришку і вийміть тортілії з гриля.
- Нарізати курку проти волокон і зібрати тако за смаком.

ХОТ ДОГИ З КОВБАСКАМИ ТА ПЕРЦЕМ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | **ПРИГОТУВАННЯ:** 26 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 6 **РЕЖИМ:** GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

2 болгарських перці, нарізати четвертинками, насіння та перегородки видалити
1 біла цибуля, очистити від шкірки, нарізати кільцями по 1см
2 столові ложки рослинної олії, поділити Сіль, за смаком

Мелений чорний перець, за смаком

6 сирих ковбасок (приблизно 50г кожна), італійська або Bratwurst

6 булочок для хот дога

Приправи, за смаком



ПРИГОТУВАННЯ

- Вставте гриль-плиту в пристрій і закрийте кришку. Виберіть GRILL, встановіть температуру LOW та встановіть час на 26 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- Поки пристрій розігрівається, змішайте болгарський перець та цибулю з олією, сіллю та чорним перцем.
- Коли пристрій подасть звуковий сигнал, що буде означати завершення розігрівання, покладіть перець і цибулю на тарілку гриля. Закрийте кришку і готуйте 12 хвилин, не перевертаючи.
- За 12 хвилин перекладіть перець і цибулю в посуд середнього розміру. Покладіть ковбаски на тарілку грилю; закрийте кришкою і готуйте 6 хвилин.
- За 6 хвилин переверніть ковбаски. Закрийте кришку і готуйте ще 6 хвилин.
- Тим часом акуратно розкладіть нарізану цибулю на окремі кільця і змішайте їх з перцем.
- За 6 хвилин перевірте, чи досягла внутрішня температура 75°C і вийміть ковбаски з гриль-плити. Викладіть булочки, обрізаною стороною вниз на тарілку гриля. Закрийте кришку і готуйте ще 2 хвилини.
- Коли приготування закінчиться, розкладіть на булочки будь-які бажані приправи, після чого покладіть ковбаски в булочки. Посипте кожну рясно перцем і цибулею та подавайте.

ПОРАДА Щоб зробити цей рецепт безглютеновим та придатним до Кето подавайте без булочок.

СВИНЯЧА ВИРІЗКА
ЗІ ШКІРКОЮ

K

ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 3 ХВИЛИНИ | ПРИГОТУВАННЯ: 1
ГОДИНА 15 ХВИЛИН КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 | РЕЖИМ: ROAST

ІНГРЕДІЄНТИ

1 кг свинячої вирізки, зі шкіркою
1 столова ложки пластівців морської солі200мл води, поділити
Кулінарна нитка

ПРИГОТУВАННЯ

- Відріжте шкуру від свинячої вирізки, рівномірно нарізавши, щоб залишити трохи жиру зверху. Проткніть верхню частину свинячої вирізки гострим ножем кожні 2 см. Проткніть шкуру гострим ножем кожен 1см.
- Для рівномірного приготування обмотайте свинину кулінарною ниткою. Приправте вирізку та шкуру сіллю. Покладіть шкуру на вирізку.
- Слідкуйте за тим, щоб плитка гриля та кошик для хрусткості були вилучені з горщика. Виберіть ROAST, встановіть температуру 160C і час на 60 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб почати розігрівання.
- Коли пристрій просигналізує це буде означати, що він розігрівся. Помістіть вирізку прямо в горщик. Налийте 150мл води навколо свинини. Закрийте кришку і готуйте 50 хвилин.
- Іноді відкривайте кришку, щоб вода повністю не випарувалася, додаючи воду за необхідністю. Вода збереже свинину вологою і запобігне утворенню конденсату.

- За 55 хвилин відкрийте кришку для вимірювання температури свинини. Внутрішня температура повинна бути 75C. При необхідності закрийте кришку і готуйте ще до 5 хвилин.
- Вийміть вирізку і шкуру з посуду. Вийміть посуд з пристрою і очистіть, обов'язково видаляйте всю олію. Поставте чистий посуд назад в пристрій і закрийте кришку.
- Оберіть ROAST та встановіть температуру 180C та встановіть час на 15 хвилин. Коли пристрій подасть звуковий сигнал це означатиме, що він розігрівся. Покладіть шкуру в посуд. Залиште вирізку на обробній дошці. Закрийте кришку.
- За 10 хвилин відкрийте кришку і перевірте хрусткість шкірки. За бажанням закрийте кришку і готуйте ще протягом 5 хвилин, поки шкірка не стане повністю хрусткою.
- Коли приготування закінчиться, наріжте скибочками вирізку та шкуру. Подавайте.

ПОРАДА Ви можете залишити вирізку зі шкіркою, але для найяскравіших результатів краще видалити шкуру від вирізки.

СВИНЯЧІ КОТЛЕТИ БАРБЕКЮ

ПІДГОТОВКА: 5 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 6-8 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

4 230г свинячі котлети без кісток,
товщиною 3см
4 чайні ложки рослинної олії, розділити
Морська сіль, за смаком
Мелений перець, за смаком
115г соусу барбекю, підігріти

ПРИГОТУВАННЯ

- Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Оберіть GRILL, встановіть температуру MEDIUM та час на 8 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- Поки пристрій розігрівається, рівномірно змастіть кожну свинячу котлету 1 чайною ложкою рослинної олії, а потім приправте сіллю та перцем за смаком.
- Після того як прилад просигналізує, вказуючи на завершення підігріву, покладіть відбивні на плитку грилю, натискаючи на них обережно, щоб збільшити контакт з поверхнею. Верхню частину кожної свинячої котлети змастіть соусом барбекю і закрийте кришкою.
- За 2 хвилини за допомогою гумових щипців переверніть свинину і щільно намажте соусом барбекю. Щоб продовжити готування, закрийте кришку.
- Повторіть крок 4. Через 6 загальних хвилин відкрийте кришку і перевірте температуру свинини на бажане обсмаження.
- За потреби знову потріть свинину і готуйте ще 2 хвилини поки центральна точка свинини не досягне внутрішньої температури 75C. Сік повинен бути прозорим, не рожевим.
- Дозвольте свинині відпочити 5 хвилин перед подачею.

ПОРАДА Поки свинина відпочиває, підвищуйте температуру грилю до HIGH і обсмажуйте будь-які овочі зі сторінки 44 в якості гарніру до свинини.

КОТЛЕТИ З БАРАНИНИ ТАНДУРІ

ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ПІДГОТОВКА: 2-12 ГОДИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН |
ПРИГОТУВАННЯ: 20 ХВИЛИН КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 | РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

200г грецького йогурту
2 столові ложки цільного молока
3 зубчики часнику, подрібнити до пасту
5см свіжого імбиру, дрібно покрити
3-4 столові ложки свіжого лимонного соку
1 столова ложка порошку кмину
2 чайні ложки гарам масала
2 чайні ложки паприки
1 чайна ложка порошку чилі
8х 70г баранини з кістками, нарізати шматочками товщиною 1см
2 столові ложки рослинної олії, розділити
Морська сіль, за смаком
Мелений чорний перець, за смаком

ПРИГОТУВАННЯ

- У невеликій мисці зробить маринад, змішавши разом грецький йогурт, молоко, часник, імбир, лимонний сік, кмин, гарам масала, паприку і перець чилі. Добре вкрийте котлети маринадом і поставте в холодильник на не менше двох годин або на ніч. Перед тим, як грилювати, дайте баранині відлежатися при кімнатній температурі 30 хвилин.
- Вставте плитку-гриль в пристрій і закрийте кришку. Натисніть GRILL, встановіть температуру MEDIUM та час на 20 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати підігрівання.
- Поки пристрій розігрівається, віджміть надлишки маринаду з кожної котлети, щоб вона не пригоріла. Натріть котлети олією і приправте сіллю та перцем за смаком.
- Як тільки прилад просигналізує, це означатиме що його попередньо нагріли. Відкрийте кришку і покладіть 4 котлети на тарілку гриля. Закрийте кришку.
- За 5 хвилин відкрийте кришку і перевіرنіть котлети за допомогою гумових щипців. Щоб продовжити готування, закрийте кришку. За 4 додаткові хвилини відкрийте кришку та перевірте баранину на бажану готовність та чи внутрішня температура досягла 75C. Якщо потрібно готуйте котлети протягом 1 додаткової хвилини до досягнення бажаної готовності.
- Повторіть кроки 3 та 4 з рештою котлет.
- Коли приготування завершено, дістаньте котлети з грилю та подавайте.

ЦІЛИЙ МОРСЬКИЙ ОКУНЬ НА ГРИЛІ З СОУСОМ САЛЬМОРІЛІО

ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 11 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 2 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

2х 400г цілого морського окуня, відірвати голову, випотрошити та зробити надрізи кожні 2см
2 столові ложки рослинної олії
2 лимони, нарізати товщиною 1 см і нарізати півмісяцями
2 гілочки петрушки
Морська сіль, за смаком
Мелений чорний перець, за смаком

СОУС САЛЬМОРІЛІО

2 зубчики часнику, дрібно нарізати
2 столові ложки лимонного соку
50мл оливкової олії extra virgin
5г свіжого орегано, подрібнити
10г свіжої петрушки, подрібнити
Морська сіль, за смаком
Мелений чорний перець, за смаком
1 пучок спаржі, підрізати сторону кореня

ПРИГОТУВАННЯ

- Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Натисніть GRILL, встановіть температуру MAX та час на 7 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб почати попереднє нагрівання. У невеликій мисці з'єднайте всі інгредієнти для соусу Сальморіліо і відкладіть.
- Поки гриль розігрівається, змастіть рибу олією з обох сторін та приправте сіллю та перцем за смаком. Наповніть порожнину риби лимоном і петрушкою.
- Як тільки пристрій просигналізує, що він попередньо нагрівся, відкрийте кришку і покладіть рибу на гриль. Закрийте кришку і готуйте 5 хвилин.
- За 5 хвилин відкрийте кришку і перевірте, чи риба готова і досягла внутрішньої температури 75C. Якщо м'ясо починає братися пластівцями, вийміть рибу з гриля. Якщо м'ясо не досягло такого стану, закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 2 хвилини.
- Коли приготування закінчиться, відкрийте кришку і вийміть рибу. Покладіть спаржу на гриль, потім закрийте кришкою і готуйте 4 хвилини.
- Коли приготування закінчиться, відкрийте кришку і вийміть спаржу. Подавайте рибу зі спаржею та готовим соусом. Пам'ятайте про кістки.

ЗАМОРОЖЕНА ТРІСКА З ОВОЧАМИ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | **ПРИГОТУВАННЯ:** 15-18 ХВИЛИН **КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ:** 2 | **РЕЖИМ:** GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

300г молоді картоплі, нарізати шматочками товщиною 1см, закип'ятити на 10 хвилин
2x 120г замороженого філе тріски, товщиною 3см
2x 2.5см кубиків вершкового масла
2 гілочки естрагону
125г помідорів черрі, червоних і жовтих
80г цукрового гороху, видалити корінь і нарізати шматочками
30г коливок Каламата, видалити кістки і нарізати шматочками
Морська сіль, за смаком
Чорний мелений перець, за смаком
4 шматочки фольги, 24см x 24см

ПРИГОТУВАННЯ

- 1 Покладіть половину картоплі в центр одного шматка фольги. Покладіть одне філе тріски поверх картоплі, а потім покладіть 1 кубик вершкового масла. Покладіть 1 гілочку естрагону, поверх вершкового масла, потім додайте половину помідорів, половину гороху і половину оливок по краях тріски. Приправити сіллю і перцем за смаком.
- 2 Покладіть шматок фольги зверху на відкриту частину тріски. Сформуйте прямокутник 12см на 16см, склавши верхній і нижній краї фольги, щоб закрити страву.
- 3 Повторіть кроки 1 і 2 з рештою інгредієнтів.
- 4 Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Виберіть GRILL, встановіть температуру MAX і встановіть час на 18 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати підігрівання.
- 5 Після того, як пристрій просигналізував про попереднє нагрівання, відкрийте кришку і покладіть пакуночки з тріскою на гриль. Закрийте кришку і готуйте 15 хвилин.
- 6 За 15 хвилин відкрийте кришку і перевірте готовність тріски. Будьте обережні та обережно відкривайте пакуночки, оскільки всередині може накопичитися пар. Якщо потрібно, закрийте кришку і готуйте додаткових 3 хвилини, поки внутрішня температура не досягне 75C.
- 7 Коли приготування завершиться, вийміть інгредієнти з пакуночків та подавайте.

ПІДКАЗКА Замініть тріску Вашою улюбленою замороженою рибою.

ГРИЛЬОВАНИЙ ХЛІБ З ЧАСНИКОМ ТА ТРАВАМИ



ПІДГОТОВКА: 30 ХВИЛИН | **ВІДСТОЮВАННЯ:** 60-90 ХВИЛИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН **ПРИГОТУВАННЯ:** 16 ХВИЛИН **КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ:** 8
РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

500г звичайного борошна
1 чайна ложка дрібної морської солі
1 чайна ложка цукрової пудри
5г швидкодійних сухих дріжджів
250мл теплої води
1 чайна ложка + 50мл оливкової олії, розділити, плюс ще для змащування

ПРИГОТУВАННЯ

- 1 У чаші для змішування з кріпленням для тіста з'єднайте борошно, сіль, цукор і дріжджі. Перемішуйте протягом 30 секунд, щоб з'єднати. Налийте воду і 1 столову ложку оливкової олії в миску і перемішайте на низькій швидкості протягом 7 хвилин. Якщо мішаєте вручну, змішайте інгредієнти разом у мисці, потім місіть тісто вручну протягом 10 хвилин. Тісто буде готово, коли тиснеш на нього і воно вернеться назад.
- 2 Помістіть тісто в злегка змащену маслом миску і накрийте харчовою плівкою або рушником. Тримайте в теплому місці, поки тісто не збільшиться в розмірі, 60-90 хвилин. Змішайте оливкову олію, часник і петрушку, відкладіть.
- 3 Як тільки тісто збільшиться вдвічі, розмістіть його на чистій робочій поверхні. Руки та робочу поверхню злегка змастіть оливковою олією. Розділіть тісто на 8 рівних кульок. Сформуйте кожен кулю в коло шириною 20см і товщиною 5мм. Розтягуйте кожен кульку в овальну форму.

1 зубчик часнику, дрібно нарізати
5г свіжої петрушки, подрібнити
Морська сіль, за смаком
2 столові ложки м'якого масла, за бажанням

- 4 Вставте гриль-плиту в пристрій і закрийте кришку. Натисніть GRILL, встановіть температуру MAX і час на 16 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- 5 Як тільки пристрій просигналізував, що означає підігрівання, покладіть одну кульку тіста на решітку і намажте олією з травами та часником. Закрийте кришкою і випікайте тісто протягом 2 хвилин.
- 6 Повторіть крок 6 з рештою тіста.
- 7 Хліб на грилі найкраще подавати негайно, але його можна підігріти у фользі на рівні LOW протягом 3 хвилин.

КАРТОПЛЯ ФРІ З ПАРМЕЗАНОМ ТА ЧАСНИКОВИМ МАЙОНЕЗОМ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО 3 ХВИЛИНИ | **ПРИГОТУВАННЯ:** 20-22 ХВИЛИНИ **КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ:** 5-6 | **РЕЖИМ:** AIR FRY

ІНГРЕДІЄНТИ

- 450г замороженої картоплі фрі
- 120г майонезу
- 2 зубчики часнику, подрібнити до стану фаршу
- 1 чайна ложка часникового порошку
- ½ чайної ложки солі
- ¼ чаної ложки меленого перцю
- Вичавити сік лимону
- 1 столова ложка рослинної олії
- 120г натертого сиру Пармезан

ПРИГОТУВАННЯ

- 1 Вставте кошик хрусткості і закрийте кришку. Виберіть AIR FRY, встановіть температуру 190C і час на 22 хвилини. Натисніть START/STOP, щоб розпочати підігрівання.
- 2 Коли пристрій розігріється і подасть звуковий сигнал, додайте в кошик заморожену фрі. Закрийте кришку і готуйте 10 хвилин.
- 3 За 10 хвилин струсіть кошик з фрі. Поставте кошик назад в пристрій і закрийте кришку, щоб продовжити готування.
- 4 Тим часом з'єднайте в мисці майонез, часник, часниковий порошок, сіль, перець і лимонний сік.
- 5 За 10 хвилин перевірте готовність картоплі. Продовжуйте готувати ще 2 хвилини за потреби.
- 6 Коли приготування закінчиться, спочатку перекиньте картоплю з рослинною олією, а потім натріть пармезан. Подавайте відразу з часниковим майонезом.

ПОРАДА Використовуйте будь-яку заморожену картоплю, просто пильно стежте за нею під час готування, щоб вона не була надмірно або недостатньо хрусткою.



МЕКСИКАНСЬКА СОЛОДКА КУКУРУДЗА

ПІДГОТОВКА: 10 ХВИЛИН | ПІДГРІВ: ПРИБЛИЗНО 8 ХВИЛИН | ПРИГОТУВАННЯ: 12 ХВИЛИН |
КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ: 4 РЕЖИМ: GRILL

ІНГРЕДІЄНТИ

4 кукурудзи на качані
2 столові ложки рослинної олії,
розділити
Сіль, за смаком
Мелений чорний перець, за смаком

СОУС

240г сиру Пармезан
60мл майонезу
60мл сметани
Сік 2 лаймів
1 чайна ложка порошку часнику
1 чайна ложка порошку цибулі
15г свіжого коріандру, дрібно нарізати

ПРИГОТУВАННЯ

- 1 Вставте гриль-плитку в пристрій і закрийте кришку. Натисніть GRILL, встановіть температуру MAX та час на 12 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- 2 Поки пристрій підігривається, натріть кожен шматочок кукурудзи 1/2 столової ложки рослинної олії. Приправте кукурудзу сіллю і перцем за бажанням.
- 3 Коли пристрій розігріється і подасть звуковий сигнал, помістіть кукурудзу на гриль, закрийте кришку і готуйте протягом 6 хвилин.
- 4 За 6 хвилин переверніть кукурудзу. Закрийте кришку і продовжуйте готувати решту 6 хвилин.
- 5 Тим часом перемішайте разом всі компоненти соусу в мисці для змішування.
- 6 Коли приготування закінчиться, рівномірно вкрийте кукурудзу соусом. Подавайте негайно.

ПОРАДА Для легкого салату, відріжте обсмажену кукурудзу з початку і змішайте з половиною майонезної суміші.





НЕСВІЛЬСЬКА ГОСТРА СМАЖЕНА КУРКА

ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | **МАРИНУВАННЯ:** 8 ГОДИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО З ХВИЛИНИ |
ПРИГОТУВАННЯ: 25 ХВИЛИН **КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ:** 3-4 | **РЕЖИМ:** AIR FRY

ПЕРЕКУСИ
ТА
ГАРНІРИ

ІНГРЕДІЄНТИ

- 2 столові ложки порошку часнику
- 2 столові ложки цибулевого порошку
- 2 столові ложки порошку чилі
- 1 столова ложка гірчичного порошку
- 2 столові ложки солі
- 1 столова ложка меленого чорного перцю
- 1 літр кефіру
- 2 сирих курячих стегна з кісткою
- 2 сирих курячі грудки зі шкіркою, розділити навпіл
- 960г звичайного борошна
- 180мл рослинної олії, розділити
- 2 столових ложки коричневого цукру
- 3 столових ложки паприки
- 2 чайні ложки кайенського перцю

ПРИГОТУВАННЯ

- Змішайте разом порошки часнику, цибулі, перцю та гірчиці з сіллю та перцем. Помістіть половину суміші в ємність. Додайте в ємність кефір і перемішайте із сумішшю спецій. Відкладіть решту спецій.
- Додайте курку до суміші з кефіром і маринуйте в холодильнику 8 годин або протягом ночі.
- Процідіть курку від маринаду. З'єднайте решту спецій з борошном у великій мисці. Працюючи партіями, кидайте шматочки курки в борошняну суміш до однорідного покриття. Акуратно постукайте куркою, щоб видалити зайве борошно.
- Вставте кошик хрусткості в пристрій і закрийте кришку. Виберіть AIR FRY, встановіть температуру 170C та час на 25 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- Тим часом натирайте кожен шматок курки олією, використовуючи в цілому 60мл олії.
- Коли пристрій подасть звуковий сигнал, що вказує на те, що він попередньо розігрівся, помістіть курку в кошик. Закрийте кришку і готуйте 10 хвилин.
- Тим часом збийте разом решту 120мл рослинної олії, коричневий цукор, паприку і кайенський перець в мисці.
- За 10 хвилин переверніть курку. Закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 10 хвилин, після чого перевірте курку на готовність. Продовжуйте готувати ще 5 хвилин або поки внутрішня температура курки не досягне 75C.
- Коли приготування закінчиться, акуратно підкиньте курку з сумішшю спецій та олії і подавайте.

ПОРАДА Для повноцінного прийому їжі подайте з картоплею фрі та салатом.

КОКОСОВІ КРЕВЕТКИ



ПІДГОТОВКА: 15 ХВИЛИН | **НАСТОЮВАННЯ:** 60-90 ХВИЛИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО 3 ХВИЛИНИ **ПРИГОТУВАННЯ:** 6 ХВИЛИН | **КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ:** 4-6 **РЕЖИМ:** AIR FRY

ІНГРЕДІЄНТИ

30г звичайного борошна
1/2 чайної ложки м'якого порошку чилі
1 велике яйце
50г кокосового горіха
20г панірувальних сухарів
660г сирих королівських креветок, шкарлупу видалити, хвіст залишити
Кулінарний спрей
Морська сіль, за смаком
Чорний перець, за смаком
Тайський солодкий соус із перцем, для подачі
Клинки лайму, для подачі

ПРИГОТУВАННЯ

- У мисці середнього розміру змішайте борошно і перець чилі. У другу миску розбити яйце і добре збити. У третю миску змішати кокос і сухарі.
- Тримаючи за хвіст, обваляйте креветку в борошні. Відбийте надлишки, потім помістіть креветки в яєчну суміш. Потім занурьте креветку в суміш кокосу та панко. Обприскніть креветку олією.
- Повторіть крок 2 з рештою креветок.
- Вставте кошик AIR FRY в пристрій і закрийте кришку. Виберіть AIR FRY, встановіть температуру 180C і час на 6 хвилин. Натисніть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання.
- Після того, як прилад подасть звуковий сигнал, щоб позначити, що його попередньо нагріли, відкрийте кришку та додайте креветки в кошик. Закрийте кришку і готуйте 3 хвилини. За 3 хвилини відкрийте кришку і струсіть кошик AIR FRY. Закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 3 хвилини.
- Коли приготування закінчиться, відкрийте кришку, перевірте, чи досягла внутрішня температура 75C і вийміть креветки з кошика для хрусткості. Приправте креветки сіллю і перцем за смаком і подавайте з тайським соусом і скибками лайма.

ЯБЛУЧНИЙ ТАРТ "ТАТЕН"

ПІДГОТОВКА: 20 ХВИЛИН | **ПІДГРІВ:** ПРИБЛИЗНО 3 ХВИЛИНИ | **ПРИГОТУВАННЯ:** 45-50 ХВИЛИН **КІЛЬКІСТЬ ПОРЦІЙ:** 6 | **РЕЖИМ:** ВАКЕ

ІНГРЕДІЄНТИ

7 яблук Грені Сміт або Бребурн, очистити, порізати на чверті
Сік 1 лимона
100г цукрової пудри
85г несолоного вершкового масла, нарізати кубиками по 2,5см
1 пачка масляного листового тіста
Густі вершки для подачі

ОБЛАДНАННЯ:

Вам знадобиться 20-сантиметрова форма для тортів або багатоцільова форма Ninja*.

ПРИГОТУВАННЯ

- Перекиньте яблука в лимонному соку. Помістіть цукор, вершкове масло та яблука (нарізаною стороною вниз) у багатоцільову форму Ninja.
- Розріжте листове тісто у формі диска розміром 23 см, використовуючи дно форми. Перекладіть в морозильну камеру до готовності до використання.
- Переконайтесь, що горщик встановлений, але гриль-плитка знята. Виберіть ВАКЕ, встановіть температуру на 200C і час на 25 хвилин. Виберіть START/STOP, щоб розпочати попереднє нагрівання. Після того, як пристрій просигналізує про нагрівання, відкрийте кришку і помістіть багатоцільову форму в горщик. Закрийте кришку.
- За 10 хвилин відкрийте кришку і обережно переверніть яблука. Закрийте кришку і продовжуйте готувати ще 15 хвилин. Вийміть листове тісто з морозилки.
- Коли приготування закінчиться, вийміть багатоцільову форму Ninja і поставте на дротяну стійку, щоб трохи охолонула. Виберіть ВАКЕ, встановіть температуру на 160C і час на 25 хвилин. Поки пристрій розігрівається, обережно покладіть листове тісто над яблуками, підгортаючи краї тіста до стінок так, аби вони не виступали за межі форми.
- Коли пристрій подасть сигнал, що означає, що його попередньо підігріто, поставте багатоцільову форму назад в пристрій і закрийте кришку. За 20 хвилин відкрийте кришку і перевірте готовність, скоринка повинна бути золотаво-коричневою. При необхідності закрийте кришку і готуйте ще 5 хвилин.
- Дістаньте багатоцільову форму і поставте на дротяну стійку на 15 хвилин для охолодження. Як тільки охолоне для подальшої роботи, обережно переверніть багатоцільову форму Ninja на тарілку, щоб дістати тарт "Татен". Подавати теплим з вершками.

*Багатоцільова форма Ninja доступна до замовлення на shark-ninja.com.ua

Grill Таблиця

ПОРАДА Для меншої кількості диму, ми рекомендуємо протирати їжу рослинною олією перед тим як грилювати.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ Усі часи - це мінімальний час приготування. Переконайтесь, що Ваша їжа досягла безпечної температури перед споживанням. Дивіться довідкові таблиці на сторінці 7 для отримання більш детальної інформації.

ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ	ІНСТРУКЦІЇ
ПТИЦЯ				
Курячі грудки	2 грудки з кісткою	HIGH	16–20 хвилин	Перегорнути на середині часу
	4 грудки без кісток	HIGH	14–18 хвилин	Перегорнути на середині часу
Курка, половина	1/2 курки, з кістками	HIGH	22–28 хвилин	-
Курка, чверті	2 чверті з кістками	HIGH	20–24 хвилин	Перегорнути на середині часу
Курячі ковбаски, готові	упаковка 340г	HIGH	5–6 хвилин	-
Курячі вирізки	6 вирізок без кісток	HIGH	7–10 хвилин	Перегорнути на середині часу
Курячі стегна	4 стегна з кісткою	HIGH	14–16 хвилин	Перегорнути на середині часу
	4 стегна без кістки	HIGH	10–13 хвилин	Перегорнути на середині часу
Курячі крильця	900г з кістками	HIGH	10–14 хвилин	Перегорнути на середині часу
ЯЛОВИЧЧИНА				
Бургери	4 товсті котлети, 2.5см товщиною	HIGH	4–6 хвилин	Перегорнути на середині часу
Філе мінйон	4 стейки, 2.5см товщиною	HIGH	12–15 хвилин	Перегорнути на середині часу
Плаский шмат	2 стейки, 2.5см товщиною	HIGH	8–10 хвилин	Перегорнути на середині часу
Бік	2 стейки, 2.5см товщиною	HIGH	7–10 хвилин	Перегорнути на середині часу
Стірлоин-стейк	2 стейки, 2.5см товщиною	HIGH	9–11 хвилин	Перегорнути на середині часу
Рібай	2 стейки, 2.5см товщиною	HIGH	8–10 хвилин	Перегорнути на середині часу
Скірт-стейк	2 стейки, 1.5 - 2.5см товщиною	HIGH	7–9 хвилин	Перегорнути на середині часу
Тібон стейк	2 стейки, 2.5см товщиною	HIGH	9–12 хвилин	Перегорнути на середині часу
СВИНИНА, ЯГНЯ ТА ТЕЛЯТИНА				
Свинячі ребра	4 штуки, шматочки по 3 кістки	HIGH	20–22 хвилин	Перегорнути на середині часу
Бекон	5 стрічок, товсто нарізаних	LOW	9–11 хвилин	-
Баранина на реберцях	1/2 решітки (4 кістки)	HIGH	12–14 хвилин	Перегорнути на середині часу
Свинячі відбивні	2 товсто нарізаних, з кісткою	HIGH	15–18 хвилин	Перегорнути на середині часу
	4 без кістки	HIGH	14–16 хвилин	Перегорнути на середині часу
Свиняча вирізка	2 цілих	HIGH	15–20 хвилин	Перегорнути на середині часу
Реберця	3 штуки, шматочки по 2 кістки	HIGH	24–28 хвилин	Перегорнути на середині часу
Ковбаски	6 цілих ковбасок	LOW	8–12 хвилин	Перегорнути на середині часу
Відбивні з телятини	4 відбивні з кісткою	HIGH	8–12 хвилин	Перегорнути на середині часу

Grill Таблиця, продовження

ПОРАДА Для меншої кількості диму, ми рекомендуємо протирати їжу рослинною олією перед тим як грилювати.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ Усі часи - це мінімальний час приготування. Переконайтесь, що Ваша їжа досягла безпечної температури перед споживанням. Дивіться довідкові таблиці на сторінці 7 для отримання більш детальної інформації.

ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ТЕМПЕРАТУРИ	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ	ІНСТРУКЦІЇ
МОРЕПРОДУКТИ				
Тріска	4 філе	MAX	8-10 хвилин	-
Камбала	2 філе	MAX	2-3 хвилини	-
Палтус	4 філе	MAX	6-9 хвилин	-
Устриці	12	MAX	5-7 хвилин	Добре промийте, поставте на гриль раковиною донизу
Гребінці	450г	MAX	5-8 хвилин	Переверніть на середині часу
Креветки	450г великих (16-18 штук)	MAX	3-5 хвилин	Насухо витріть, приправте
Риба-меч	4 філе	MAX	6-8 хвилин	-
Тунець	4 філе	MAX	6-7 хвилин	-
ЗАМОРОЖЕНА ПТИЦЯ				
Курячі грудки	4 грудки без кістки	MEDIUM	22-26 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
Курячі стегна	4 стегна з кісткою	MEDIUM	25-28 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
Індичі бургери	4	MEDIUM	11-13 хвилин	Переверніть на середині часу, за бажанням
ЗАМОРОЖЕНА ЯЛОВИЧЧИНА				
Бургери	4	MEDIUM	10-12 хвилин	Переверніть на середині часу, за бажанням
Стейк без кісток	2	MEDIUM	18-24 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
Рібай	2	MEDIUM	18-22 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
Нижне філе	2	MEDIUM	15-17 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
ЗАМОРОЖЕНА СВИНИНА				
Свинячі відбивні	4 відбивні без кістки	MEDIUM	20-23 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
Свиняча вирізка	1 ціла вирізка	MEDIUM	20 хвилин	Переверніть 2-3 рази під час приготування
Ковбаски, сирі	6 цілих ковбасок	LOW	10-14 хвилин	Переверніть на середині часу
ЗАМОРОЖЕНІ МОРЕПРОДУКТИ				
Палтус	4 філе	MAX	14-16 хвилин	Переверніть на середині часу, за бажанням
Лосось	4 філе	MAX	10-13 хвилин	Переверніть на середині часу, за бажанням
Креветки	450г великих (16-18 штук)	MAX	4-5 хвилин	-
ЗАМОРОЖЕНІ ОВОЧЕВІ БУРГЕРИ				
Овочеві бургери	4	HIGH	8-10 хвилин	Переверніть на середині часу, за бажанням

Grill Таблиця, продовження

ПОРАДА Щоб зменшити дим, рекомендуємо перед смаженням покривати овочі рослинною олією.

ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ПРИГОТУВАННЯ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ	ІНСТРУКЦІЇ
ОВОЧІ					
Спаржа	1 пучок	Ціла, обрізати стебла	MAX	5-7 хвилин	-
Китайська капуста	450г	Розріжте навпіл уздовж, приправте	MAX	9-11 хвилин	Переверніть на середині часу
Солодкі перці	3	Порізати на чверті, приправити	MAX	10-12 хвилин	Переверніть на середині часу
Броколі	2 голівки (450г)	Порізати на суцвіття по 5см	MAX	10 хвилин	-
Брюссельська капуста	900г	Ціла, обрізати стебла	MAX	12-15 хвилин	Переверніть на середині часу
Морква	675г	Почистити, нарізати шматочками 5-7,5см, приправити	MAX	12 хвилин	-
Цвітна капуста	1 голівка	Порізати на суцвіття по 5см	MAX	12-15 хвилин	-
Кукурудза на початку	4-5	Ціла, видалити лущиння	MAX	10-13 хвилин	Переверніть на середині часу
Шампінйони	450г	Порізати навпіл, приправити	MAX	5-7 хвилин	-
Баклажан	1 великий	Порізати на шматочки по 5см, приправити	MAX	10-12 хвилин	Переверніть на середині часу
Зелені боби	680г	Обрізати стебла, приправити	MAX	8-10 хвилин	-
Цибуля біла або червона (розрізана навпіл)	5	Почистити, порізати навпіл, приправити	MAX	10-12 хвилин	-
Цибуля біла або червона (нарізана шматочками)	1-2	Очистити, нарізати скибочками 2,5см, приправити	MAX	2-4 хвилин	Переверніть на середині часу
Кремові шампінйони	4	Ложкою видалити середину шапки гриба	MAX	8 хвилин	Переверніть на середині часу
Помідори	5	Порізати навпіл, приправити	MAX	8-10 хвилин	-
Кабачок	680г	Розрізати на чверті вздовж, приправити	MAX	12-16 хвилин	Переверніть на середині часу
ФРУКТИ					
Авокадо	До 3 штук	Порізати навпіл, видалити кістку	HIGH	4-5 хвилин	-
Банани	4	Почистити, розрізати навпіл вздовж	MAX	2 хвилини	Видаліть за допомогою шипців або шпателів з силіконовим наконечником
Лимони та лайми	5	Розрізати навпіл уздовж, притиснути до гриль-плитки	MAX	3 хвилини	Немає необхідності перегортати
Манго	4-6	Притиснути до гриль-плитки	MAX	4 хвилини	-
Диня	6 скибочок (10см кожна)	Притиснути до гриль-плитки	MAX	4 хвилини	-
Фрукти з кісткою	4-6	Розрізати навпіл, вийняти кістку, притиснути до гриль-плитки	MAX	10-12 хвилин	-
ХЛІБ ТА СІР					
Сир Халумі	500г	Порізати шматочками по 2,5см	HIGH	4 хвилини	-
Хліб	2 шматочки	Вкрити овочевою олією	MAX	3-4 хвилини	Немає необхідності перегортати

Air Fry Таблиця

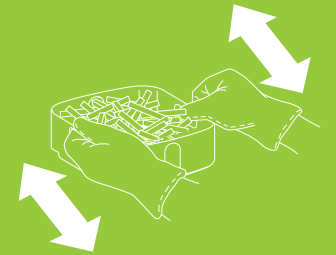
ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА	КІЛЬКІСТЬ ОЛІЇ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ
ОВОЧІ					
Спаржа	2 пучки	Ціла, видалити стебло	2 чайні ложки	200°C	12-14 хвилин
Буряк	6 маленький або 4 великих	Цілий	-	200°C	45-60 хвилин
Солодкі перці (для смаження)	4	Цілий	-	200°C	20-25 хвилин
Брокколи	2 голівки	Порізати на суцвіття по 2,5см	1 столова ложка	200°C	12-16 хвилин
Брюсельська капуста	900г	Порізати навпіл, видалити стебло	1 столова ложка	200°C	15-18 хвилин
Кабачок	1.3кг	Порізати шматочками 2,5-5см	1 столова ложка	200°C	30 хвилин
Морква	900г	Очистити, порізати шматочками по 1см	1 столова ложка	200°C	16-18 хвилин
Цвітна капуста	2 голівки	Порізати на суцвіття по 2,5см	2 столових ложки	200°C	20-24 хвилин
Кукурудза на початку	5	Ціла, видалити лущиння	1 столова ложка	200°C	12-15 хвилин
Зелені боби	2 упаковки	Обрізати	1 столова ложка	200°C	10-12 хвилин
Кале (для чипсів)	8 чашок, приплюснуті	Порвати на шматки, видалити стебло	-	148°C	10-12 хвилин
Гриби	450г	Промити, порізати на чверті	1 столова ложка	200°C	10-12 хвилин
Картопля, біла	1.3кг	Порізати клинками по 2,5см	1 Tbsp	200°C	25-30 хвилин
	450г	Нарізати, тонко*	1/2-3 столових ложки, овочевої	200°C	20-24 хвилин
	450г	Нарізати, товсто*	1/2-3 столових ложки, овочевої	200°C	23-26 хвилин
	4 цілих (приблизно 250г кожна)	Проткути виделкою 3 рази	-	200°C	38-42 хвилин
Картопля, солодка	675г	Порізати на клинки по 2,5 см	1 столова ложка	200°C	15-20 хвилин
	6 цілих	Протрикнути виделкою 3 рази	-	200°C	30-35 хвилин
Кабачки	900г	Розрізати на чверті по довжині, порізати шматочками по 2,5см	1 столова ложка	200°C	15-18 хвилин
ПТИЦЯ					
Курячі грудки	2 грудки	3 кісткою	Промазати олією	190°C	25-35 хвилин
	2 грудки	Без кістки	Промазати олією	190°C	18-22 хвилин
Курячі стегна	4 стегна	3 кісткою	Промазати олією	200°C	22-28 хвилин
	4 стегна	Без кістки	Промазати олією	200°C	18-22 хвилин
Курячі крильця	900г, з кістками	3 кісткою	1 столова ложка	200°C	22-26 хвилин

*Після нарізки замочіть сиру картоплю в холодній воді не менше 30 хвилин, щоб видалити непотрібний крохмаль. Витріть насухо. Чим сушіша картопля, тим кращі результати.

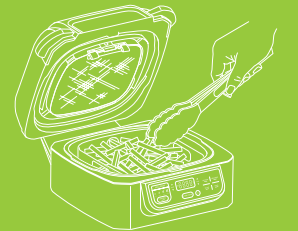
Для найкращих результатів часто струшуйте або підкидайте.

Ми рекомендуємо часто перевіряти свою їжу і струшувати або підкидати її, щоб забезпечити бажані результати.

Використовуйте ці часи приготування як орієнтир, підлаштовуючи під свої переваги.



**Перетрусіть
або**



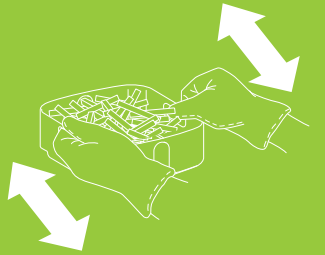
**Підкиньте
силіконовими
щипцями**

Air Fry Таблиця, продовження

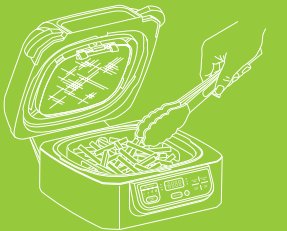
ІНГРЕДІЄНТ	КІЛЬКІСТЬ	ПІДГОТОВКА	КІЛЬКІСТЬ ОЛІЇ	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС ПРИГОТУВАННЯ
СВИНИНА ТА ЯГНЯ					
Бекон	4 стрічки, порізати навпіл	-	-	180°C	8-10 хвилин
Свинячі відбивні	2 товсті, з кісткою	3 кісткою	Помазати олією	190°C	15-17 хвилин
	4 без кістки (230г кожна)	Без кістки	Помазати олією	190°C	14-17 хвилин
Свиняча вирізка	2	Ціла	Помазати олією	190°C	25-35 хвилин
Ковбаски	4	Цілі	-	200°C	8-10 хвилин
ЗАМОРОЖЕНА ЇЖА					
Курячі котлети	5 котлет	-	-	200°C	18-21 хвилин
Курячі нагетси	340г	-	-	200°C	10-13 хвилин
Рибне філе	6	-	-	200°C	14-16 хвилин
Рибні палички	18	-	-	200°C	10-13 хвилин
Картопля фрі	500г	-	-	175°C	20-25 хвилин
	1кг	-	-	180°C	28-32 хвилин
Палички Моцарелли	340г	-	-	190°C	8-10 хвилин
Гриби в клярі	300г, 12 грибів	-	-	170°C	15-18 хвилин
Цибулеві кільця	375г	-	-	180°C	10-12 хвилин
Фаршировані кульки	12 кульок, 310г	-	Сприснути олією	160°C	18-20 хвилин
Сосиски в тісті	400г (24 сосиски)	Вкрити збитим яйцем	-	200°C	12-13 хвилин
Картопля фрі з батату	500г	-	-	190°C	20-22 хвилин
Хеш брауни	500г	-	-	175°C	18-22 хвилин
ХЛІБ ТА ВИПІЧКА					
4 масляні круасани	4	-	-	160°C	5 хвилин
Готові до випікання хлібні рулети	6 рулетів	-	-	180°C	5-8 хвилин

Для найкращих результатів часто струшуйте або підкидайте.

Ми рекомендуємо часто перевіряти свою їжу і струшувати або підкидати її, щоб забезпечити бажані результати. Використовуйте ці часи приготування як орієнтир, підлаштовуючи на власний смак.



**Перетрусіть
або**



**Підкиньте
силіконовими
щипцями**

Dehydrate Таблиця

ПОРАДА При зневодненні м'яса та риби, рекомендується прогрівання при температурі 170С протягом 1 хвилини як завершальний крок, щоб повністю пастеризувати їжу.

ІНГРЕДІЄНТИ	ПІДГОТОВА	ТЕМПЕРАТУРА	ЧАС СУШЕННЯ
ФРУКТИ ТА ОВОЧІ			
Яблука	Наріжте скибочками по 3мм, видаліть серцевину, промийте в лимонній воді, обсушіть	60°C	7-8 годин
Спаржа	Нарізати шматочками по 2,5см, баншувати	60°C	6-8 годин
Банани	Очистити, порізати шматочками по 3мм	60°C	8-10 годин
Буряк	Очистити, порізати шматочками по 3мм	60°C	6-8 годин
Кабачок	Очистити, порізати шматочками по 3мм, бланширувати	60°C	6-8 годин
Свіжі трави	Промити, витерти насухо, видалити стебло	60°C	4 години
Корінь імбиру	Порізати на шматочки по 3мм	60°C	6 годин
Манго	Почистіть шкірку, наріжте на 3/8 -дюймові скибочки, видаліть кістку	60°C	6-8 годин
Гриби	Очистіть м'якою щіткою (не мийте)	60°C	6-8 годин
Ананас	Очистіть шкірку, наріжте скибочками, видаліть серцевину 3мм-1,25мм	60°C	6-8 годин
Полуниця	Порізати навпіл або шматочками 1,25см	60°C	6-8 годин
Помідори	Нарізати скибочками по 3мм або натерти на терці; обдайте парою, якщо плінете регідратацію	60°C	6-8 годин
М'ЯСО, ПТИЦЯ, РИБА			
Яловичі джеркі	Нарізати шматочками 5мм, замаринувати на ніч	70°C	5-7 годин
Курячі джеркі	Нарізати шматочками 6мм, замаринувати на ніч	70°C	5-7 годин
Індичі джеркі	Нарізати шматочками 6мм, замаринувати на ніч	70°C	5-7 годин
Лососеві джеркі	Нарізати шматочками 6мм, замаринувати на ніч	70°C	3-5 годин

NINJA

**З питаннями або для реєстрації товару
відвідайте нас на shark-ninja.com.ua**

Книга рецептів до грилю AG301EU

© 2019 Shark Ninja Operating LLC.

NINJA зареєстрована торгова марка SharkNinja Operating LLC.