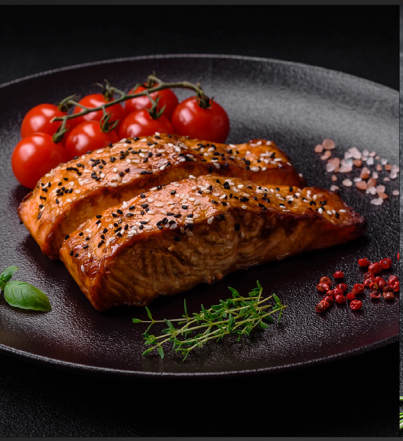
SAMUS cooking







CARTE CU REȚETE

PENTRU FRITEUZE CU AER CALD



APERITIV

SAMOSAS CU CARNE DE VITĂ

Ingrediente

- 200g carne tocată de vită
- 1 pachet foi patiserie Filo
- 1 ceapă tocată
- 1 crenguță de cimbru
- 1 linguriță curry pudră
- Ulei, sare și piper după gust

Metodă de preparare

Într-o cratiță mare, pe foc mediu, adăugați puțin ulei și ceapa pentru a se înmuia. Adăugați carnea tocată de vită și cimbrul în cratiță și gătiți aproximativ 5 minute, până când carnea este bine gătită, apoi îndepărtați de pe foc. Adăugați pudra de curry și asezonați cu sare și piper.

Puneți o foaie de aluat filo pe o suprafață de lucru plată și tăiați-o pe lungime în fâșii. Adăugați o lingură din amestecul de carne în partea de sus a fiecărei fâșii și apoi pliați în triunghiuri. Continuați acest proces până când nu mai rămâne amestec de carne tocată.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Pulverizați fiecare samosa cu ulei, apoi puneți câte 4 samosas pe rând în coșul de gătit antiaderent și gătiți aproximativ 5-8 minute. Întoarceți samosele și gătiți pentru încă 5 minute, până când ambele părți sunt crocante și aurii.



CREVEȚI GRILL

Ingrediente

200 g creveți jumbo, spălați și curățați
1 cățel de usturoi, curățat și zdrobit
50 g unt topit
2 linguri de suc de lămâie

Metodă de preparare

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Într-un bol mic, amestecați untul topit, sucul de lămâie și usturoiul. Înmuiați crevetii în amestecul de unt și așezați-i direct în coșul de gătit antiaderent. Gătiți crevetii timp de aproximativ 8-10 minute.



APERITIV

CROCHETE DE SOMON

Ingrediente

- 1 conservă de somon roz, scurs, păstrând sucul
- 32 g suc din somonul scurs
- ½ linguriță sos Worcestershire
- 1 ou
- Spray cu ulei
- 75 g făină
- ½ ceapă verde tocată
- Piper după gust
- 50 g pesmet
- 1 linguriță praf de copt

Metodă de preparare

Într-un bol, amestecați somonul și oul, apoi adăugați făina, piperul, ceapa și sosul Worcestershire. Amestecați praful de copt cu sucul de somon și bateți până devine spumos. Turnați în amestecul de somon și amestecați cu o furculiță. Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Formați chiftele din amestec și acoperiți-le cu pesmet. Pulverizați-le cu ulei, puneți-le în coșul de gătit antiaderent și gătiți timp de aproximativ 12-15 minute sau până devin aurii.



PEȘTE PANE

Ingrediente

200 g file de cod de dimensiuni uniforme
1 ou
Busuioc uscat
4 linguri de făină simplă
Spray cu ulei
75 g pesmet
2 linguri de parmezan
Sare și piper după gust

Metodă de preparare

Adăugați făină simplă într-un bol de dimensiuni medii și înveliți fileurile de cod în făină. Într-un alt bol, amestecați pesmetul, parmezanul și busuiocul. Înmuiați fileurile în oul batut și apoi înveliți peștele în amestecul de pesmet. Adăugați condimente după gust. Preîncălziți friteuza cu aer cald la 170 °C. Pulverizați peștele cu ulei pe toate părțile, puneți fileurile în coșul de gătit antiaderent și gătiți timp de aproximativ 15-20 de minute sau până devin aurii.



CRISPY CHICKEN

Ingrediente

2 bucăți de pui (piept, aripi sau pulpa de pui)
1 lingură muștar Dijon
Spray cu ulei
250 g fulgi de porumb
1/4 linguri piper cayenne
Sare și piper după gust
32 g făină simplă
1 linguriță paprika
80 ml lapte bătut
3/4 linguriță salvie măcinată

Metodă de preparare

Într-un bol larg sau pe o farfurie, asezonați făina cu sare și piper. Tăvăliți bucățile de pui în făină astfel încât să fie complet acoperite. Scuturați ușor pentru a îndepărta excesul de făină și puneți deoparte.

Puneți fulgii de porumb într-o pungă mare, resigilabilă, asigurându-vă că nu este aer în pungă înainte de a o sigila, și apoi rulați un sucitor peste pungă pentru a zdrobi fulgii. Turnați fulgii de porumb zdrobiți într-un bol larg sau pe o farfurie.

Într-un bol mare, amestecați laptele bătut, muștarul, piperul cayenne, paprika și salvia. Înmuiați bucățile de pui în amestecul de lapte bătut și apoi tăvăliți-le prin fulgii de porumb zdrobiți.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Aranjați bucățile de pui în coșul de gătit antiaderent, pulverizați-le cu ulei și gătiți timp de aproximativ 5-10 minute. Reduceți temperatura la 170 °C și gătiți pentru încă 15-20 de minute pentru pulpe și 5-10 minute pentru aripi.



APERITIV

CHICKEN NUGGETS

Ingrediente

12 biscuiți sărați simpli
2 ouă medii
Făină simplă
2 fileuri de piept de pui fără piele, tăiate în bucăți de 2-3 cm
2 linguri unt
1 lămâie (opțional)
2 linguri pătrunjel uscat sau 4 crenguțe de pătrunjel proaspăt (opțional)
Spray cu ulei
2 căței de usturoi (opțional)
Sare și piper după gust

! Este necesar un robot de bucătărie pentru această rețetă.

Metodă de preparare

Pentru a pregăti puiul, curățați usturoiul și radeți coaja de lămâie. Puneți biscuiții în robotul de bucătărie împreună cu untul, usturoiul, pătrunjelul, coaja de lămâie și un praf de sare și piper, apoi procesați până când amestecul devine foarte fin. Turnați firimiturile pe o farfurie.

Presărați făina pe o a doua farfurie. Spargeți ouăle într-un bol mic și bateți-le cu o furculiță. Tăvăliți bucățile de pui în făină până când toate părțile sunt complet acoperite, apoi înmuiați-le în ou, urmat de firimiturile aromate. Presați firimiturile pe bucățile de pui astfel încât să adere bine; bucățile de pui ar trebui să fie complet acoperite.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Pulverizați bucățile de pui pe toate părțile cu ulei și gătiți-le în coșul de gătit antiaderent timp de aproximativ 10-15 minute sau până când sunt gătite complet, aurii și crocante.



CARTOFI DULCI WEDGES

Ingrediente

2 cartofi dulci, tăiați în felii groase
4 linguri ulei de măsline
Sare de mare după gust
1 linguriță fulgi de chili

Metodă de preparare

Puneți feliile de cartofi într-o oală cu apă rece și sărată și aduceți la fierbere. Odată ce apa a început să fiarbă, scurgeți apa sărată.

Puneți feliile de cartofi într-un bol, turnați uleiul peste ele și amestecați pentru a le acoperi uniform. Adăugați fulgii de chili, asezonați cu sare și piper după gust și amestecați pentru a combina ingredientele.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Puneți feliile de cartofi în coșul de gătit antiaderent și gătiți timp de aproximativ 18-25 de minute, până când cartofii sunt fragezi și aurii.

Este recomandat să agitați coșul de gătit la jumătatea timpului de gătire, pentru a asigura o gătire uniformă a feliilor. Presărați cu sare de mare pentru a servi.



APERITIV

CARTOFI PRĂJIȚI

Ingrediente

800 g cartofi, tăiați în sferturi
6 linguri de ulei de măsline
Sare și piper după gust

Metodă de preparare

Umpleți pe jumătate o cratiță mare cu apă rece. Puneți cartofii în cratiță, adăugați un praf de sare și acoperiți. De îndată ce apa începe să fiarbă, reduceți focul și gătiți timp de aproximativ 6 minute. Scurgeți cartofii și agitați-i într-o strecurătoare pentru a aspri marginile.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C.

Puneți cartofii în coșul de gătit antiaderent și stropiți-i cu ulei. Gătiți timp de aproximativ 15 minute. Întoarceți-i cu grijă și gătiți încă 15 minute. Verificați să nu se ardă; acoperiți-i cu folie dacă este necesar.



LEGUME LA CUPTOR

Ingrediente

6 roșii cherry pe ciorchine
3 ciuperci mari champignon, tăiate în sferturi
½ dovlecel, tăiat în felii oblice
5 căței de usturoi, lăsați întregi cu coaja pe ei
1 ceapă albă, tăiată în sferturi
1 ardei roșu, tăiat felii
1 ardei galben, tăiat felii
2 linguri ulei de măsline
1 linguriță ierburi amestecate
Sare și piper după gust
3 cartofi noi mici, cu coaja frecată, dar necurățați

Metodă de preparare

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C.

Puneți toate ingredientele într-un vas sau bol mare, acoperite cu ulei de măsline. Asezonați după gust și presărați ierburile amestecate. Puneți în coșul de gătit antiaderent și gătiți timp de aproximativ 25-30 de minute. Amestecați la jumătatea timpului de gătire pentru a asigura o gătire uniformă a tuturor legumelor.

Alternativ, ingredientele pot fi puse direct în coșul de gătit antiaderent.



INELE DE CEAPĂ

Ingrediente

1 ceapă mare
80 ml lapte bătut
Sare și piper după gust
32 g făină simplă
Spray cu ulei

Metodă de preparare

Spălați, curățați și tăiați ceapa în rondele groase de 5 mm și apoi separați rondelele în inele. Într-un bol larg sau pe o farfurie, asezonați făina cu sare și piper. Înmuiați inelele de ceapă în făină astfel încât să fie complet acoperite, scuturați ușor pentru a îndepărta excesul de făină și puneți deoparte. Aruncați făina nefolosită.

Înmuiați inelele de ceapă în laptele bătut până sunt complet acoperite.Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Pulverizați inelele de ceapă cu ulei, puneți-le în coșul de gătit antiaderent și gătiți timp de aproximativ 5-8 minute sau până devin aurii.

Este recomandat să agitați coșul de gătit la jumătatea timpului de gătire pentru a asigura o gătire uniformă a inelelor de ceapă.



CARTOFI WEDGES CU ROZMARIN

Ingrediente

- 2 cartofi albi medii, tăiați în felii mici
- 2 căței de usturoi, zdrobiți
- 1 crenguță de rozmarin proaspăt
- Spray cu ulei
- Sare și piper după gust

Metodă de preparare

Puneți feliile de cartofi într-o oală cu apă rece și sărată și aduceți la fierbere. Odată ce apa a început să fiarbă, scurgeți apa sărată.

Puneți feliile de cartofi într-un bol, adăugați restul ingredientelor și amestecați bine.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Pulverizați feliile de cartofi cu ulei astfel încât fiecare să fie ușor acoperită, puneți-le în coșul de gătit antiaderent și gătiți timp de aproximativ 18-25 de minute sau până devin aurii și crocante pe exterior. Este recomandat să agitați coșul de gătit la jumătatea timpului de gătire pentru a asigura o gătire uniformă a feliilor.



PUI PANE

Ingrediente

- 2 piepturi de pui
- 50 g brânză cremă
- 50 g pesmet
- Spray cu ulei

Metodă de preparare

Tăiați piepturile de pui în fâșii. Întindeți uniform brânza cremă pe fiecare fâșie și apoi înveliți-le în pesmet.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C.

Pulverizați ușor puiul cu ulei, așezați-l în coșul de gătit antiaderent și gătiți-l timp de aproximativ 15-22 de minute, întorcându-l pe jumătatea timpului, sau până când devine auriu maro și ferme la atingere.



FEL PRINCIPAL

PUI CROCANT CU SUSAN

Ingrediente

180 g piept de pui
75 g fulgi de ovăz
20 g semințe de susan prăjite
50 g făină cu praf de copt
1 linguriță pudră de usturoi
1 linguriță pudră de ceapă
1 linguriță sos de soia
1 linguriță supă de pui
1 lingură pudră de bulion de pui
1/2 linguriță oregano uscat
1/2 linguriță busuioc uscat
Sare și piper după gust
Spray cu ulei

Metodă de preparare

Condimentați puiul cu sare, piper și pudră de usturoi, apoi lăsați-l la rece timp de aproximativ 4 ore.

Într-un bol mediu, amestecați fulgii de ovăz, semințele de susan, 1/2 linguriță de sare și pudră de bulion de pui și lăsați deoparte. Într-un alt bol, combinați făina, 1/2 linguriță de sare, pudră de ceapă, busuioc, oregano, sos de soia și supă de pui.

Înmuiați bucățile de pui în amestecul de supă de pui și apoi învârtiți-le în amestecul de susan.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C. Pulverizați puiul cu ulei, așezați-l în coșul de gătit antiaderent și gătiți-l timp de aproximativ 15-22 de minute sau până devine auriu maro.



PUI ÎN STIL JAPONEZ

Ingrediente

350 g piept de pui fără piele și fără oase, tăiat în cuburi de 2,5 cm
2 ouă, bătute ușor
3 linguriţe făină de cartofi
1 lingură făină de orez
1 lingură usturoi tocat
1 lingură ghimbir proaspăt ras
1 lingură ulei de susan
1 lingură sos de soia
1/2 linguriță cub de supă de pui
1/2 linguriță zahăr alb
Sare și piper după gust
Spray cu ulei

Metodă de preparare

Într-un bol mare, amestecați ouăle bătute, sare, piper, zahăr, usturoi, ghimbir, ulei de susan, sos de soia și cub de supă de pui. Adăugați bucățile de pui și amestecați pentru a le acoperi. Acoperiți și refrigerați timp de aproximativ 30 de minute.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C.

Scoateți bolul din frigider, adăugați făina de cartofi și făina de orez peste pui și amestecați bine. Pulverizați puiul cu ulei, așezați-l în coșul de gătit antiaderent și gătiți-l timp de aproximativ 15-22 de minute sau până devine auriu maro.



COASTE DE PORC

Ingrediente

2 coaste de porc
Sare și piper după gust

Metodă de preparare

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C.

Condimentați coastele de porc cu sare și piper.

Adăugați coastele de porc în coșul de gătit acoperit cu strat antiaderent și gătiți-le timp de aproximativ 18-20 de minute.

Timpul necesar pentru gătirea coastelor de porc poate varia în funcție de preferințe; întoarceți-le pe jumătate în timpul gătirii pentru a obține o culoare uniformă și caramelizare.



COASTE DE PORC CU MUȘTAR

Ingrediente

2 coaste de porc
Muștar Dijon

Metodă de preparare

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180°C. Acoperiți coastele de porc cu o cantitate generoasă de muștar Dijon. Puneți coastele de porc în coșul de gătit acoperit cu strat antiaderent și gătiți-le timp de aproximativ 18-20 de minute, până când pielea devine crocantă.

Întoarceți coastele de porc pe jumătate în timpul gătirii pentru o culoare uniformă și caramelizare.



VITĂ CU PIPER VERDE

Ingrediente

200 g friptură de vită
2 linguri de sos Worcestershire
1 lingură boabe de piper verde (1.5 cm - 2.5 cm grosime)
2 linguri de coniac
50 g unt nesărat
2 linguri de smântână dublă
2 cepe, tocate fin
1 lingură de muștar Dijon
Sare și piper după gust
100 ml supă de vită
1 lingură de ulei de măsline

Metodă de preparare

Ștergeți bucățile de carne cu hârtie de bucătărie și presați boabele de piper pe ambele părți ale fripturii. Acoperiți cu folie și refrigerati 2-3 ore. Preîncălziți friteuza cu aer la 160 °C.

Gătiți friptura în coșul antiaderent 6-8 minute, întorcând-o pe jumătate pentru caramelizare. Între timp, pregătiți sosul: încălziți uleiul și untul, căliți șalotă, adăugați Worcestershire, coniac și supa de vită, apoi piper verde, muștar și smântână. Scoateți friptura, lăsați-o să se odihnească 5 minute, apoi tăiați.

Adăugați sucul de friptură în sos și amestecați pentru a încălzi carnea.



COASTE DE MIEL CU ROZMARIN ȘI USTUROI

Ingrediente

10 coaste mici de miel
1½ linguriță de rozmarin proaspăt tocat
Ramuri de rozmarin proaspăt (opțional)
2 linguri de usturoi tocat
1 linguriță de ardei iute uscat mărunțit
Sare după gust

Metodă de preparare

Într-un bol mic, combinați usturoiul, rozmarinul și ardeiul iute mărunțit. Frecați aproximativ ½ linguriță din amestec pe ambele părți ale fiecărei coaste de miel. Presărați coastele de miel cu sare și așezați-le pe o farfurie. Acoperiți-le și refrigerati pentru aproximativ 30 de minute sau, ideal, până la 4 ore.

Preîncălziți friteuza cu aer cald la 180 °C.

Așezați coastele de miel în coșul de gătit acoperit cu strat antiaderent și gătiți-le timp de aproximativ 10-15 minute, în funcție de dorința de gătire a cărnii. Agitați coșul pe jumătate în timpul gătirii.

Ornamentați cotoanele de miel cu rozmarin proaspăt, dacă doriți, și apoi serviți-le.

SAMUS®

Aproape de tine!

Pentru a descoperi mai multe rețete
scanează codul QR de mai sus

www.samus.ro

facebook
samusromania

instagram
samus.romania