



Leseprobe

Stéphanie de Turckheim
**Heißluftfritteuse -
knusprig & fettarm
frittieren, braten, rösten,
backen - neue Rezepte
für den Airfryer für
Fleisch, Fisch, Gemüse,
Obst und Kuchen**

Bestellen Sie mit einem Klick für 7,99 €



Seiten: 80

Erscheinungstermin: 17. Mai 2021

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Einleitung

Große Heißluftfritteuse für 4–6 Portionen

Kleine Heißluftfritteuse für 2–4 Portionen

In einer Heißluftfritteuse wird das Gargut durch sehr heiße, in hoher Geschwindigkeit zirkulierende Luft gegart. Dank dieser einzigartigen Heißlufttechnologie und des kleinen Garraums werden im Garkorb in kürzester Zeit hohe Temperaturen erreicht. Dadurch wird das Essen deutlich knuspriger als im Umluftbackofen. So gelingen perfekte Ergebnisse – außen kross, innen saftig und zart.

In der Heißluftfritteuse können Sie alle Ihre Lieblingsgerichte frittieren, braten, kochen, backen und grillen. Anders als in einer Fettfritteuse benötigen Sie quasi kein Fett, es entstehen keine unangenehmen Gerüche und es muss kein Altfett entsorgt werden.

Ein solches Gerät ist zudem einfach zu bedienen. Geben Sie die Zutaten in den antihaf-beschichteten Garkorb mit abnehmbarem Gitterboden und stellen Sie über die Tastatur Temperatur und Garzeit ein, die digital angezeigt werden – einfach, präzise und intuitiv.

Heißluftfritteusen gibt es in unterschiedlichen Ausführungen und mit unterschiedlichem Fassungsvermögen. In den größeren Versionen lassen sich – je nach Speise – bis zu sechs Portionen, in den kleineren bis zu vier Portionen zubereiten. Die meisten Modelle verfügen über voreingestellte Kochprogramme für die gängigsten Zutaten wie Geflügel, Pommes frites, Fisch und Fleisch. Sie müssen dann nur noch die gewünschte Garzeit eingeben, die Temperatur wird automatisch reguliert.

Manche Geräte sind mit einer Warmhaltefunktion ausgestattet. Das ist vor allem dann praktisch, wenn Sie ein Gericht einige Zeit im Voraus zubereiten und nicht wieder aufwärmen wollen.

Die Reinigung eines solchen Geräts nach dem Garen ist denkbar unkompliziert. Der Gitterboden des Garkorbes lässt sich ganz einfach ablösen und kann ebenso wie der Garkorb selbst und die Pfanne aus dem Schubfach genommen und gereinigt werden.

Eine Heißluftfritteuse ist ein vielseitiges Gerät, das sich mit weiterem Zubehör erweitern lässt, zum Beispiel Kochkorb, Kuchenformen oder Grillrost. Natürlich können Sie auch Ihr eigenes, backofengeeignetes Kochgeschirr verwenden.

Ein weiterer großer Vorteil der Heißluftfritteuse ist, dass sie sofort – ohne Vorheizen – einsatzfähig ist. Das Gerät kann während des Garvorgangs geöffnet werden, sei es zum Umrühren, Wenden oder um eine Garprobe vorzunehmen, damit Ihre Zubereitung genau so gelingt, wie Sie es wünschen.

Ob für schnelle Gerichte unter der Woche oder für aufwendigere, raffiniertere Zubereitungen am Wochenende – gesundes, leckeres Essen wird mit der Heißluftfritteuse zum Kinderspiel.

Beachten Sie bitte die Bedienungsanleitung Ihrer Heißluftfritteuse!

