

MOZANO
home



Zainspiruj się
przepysznie

Kulinarne przepisy z użyciem frytkownicy Mozano

Zainspiruj się **przepysznie**

Przepisy

01. Kurczak pieczony w całości
02. Klasyczne frytki
03. Frytki z batatów
04. Łódeczki ziemniaczane z sosem tzatziki
05. Łosoś imbirowo-miodowy
06. Skrzydełka Buffalo
07. Pałki z kurczaka w marynacie
08. Stek wołowy z sosem berneńskim
09. Hamburgery
10. Szaszłyki wieprzowe z warzywami
11. Krewetki czosnkowe
12. Zapiekaný camembert
13. Muffinki z jabłkami
14. Pieczone jabłka z bakaliami














Zainspiruj się naszymi przepisami i odkryj możliwości urządzenia **AirFry Master** z naszym ebookiem!

Podczas przygotowywania swoich dań pamiętajmy o kilku ważnych zasadach.

- 01.** Czas pieczenia potrawy zależy od wielkości porcji oraz temperatury składników.
- 02.** Najefektywniej piec w koszyku tak, by jedzenie tworzyło jedną warstwę. Dzięki temu każda porcja dostanie tak samo dużo powietrza.
- 03.** Jeśli wyciągniemy potrawę po upływie czasu programu i zobaczymy, że nie jest jeszcze wypieczona i chrupiąca, to przygotowujemy ją dalej. Najważniejszy jest smak, a nie sugerowany czas.

Zachęcamy do dzielenia się z nami swoimi autorskimi przepisami oraz zdjęciami.

Programy z sugerowaną temperaturą i czasem 🌡️🕒

 Ryba	160°C	15 min	 Kurczak w całości	200°C	35 min
 Wypieki	160°C	15 min	 Stek	180°C	10 min
 Warzywa	180°C	10 min	 Krewetki	160°C	8 min
 Wieprzowina	200°C	10 min	 Kotlety wołowe	180°C	10 min
 Pałeczki z kurczaka	200°C	25 min	 Rozmrażanie	40°C	35 min
 Frytki	200°C	25 min			

01.

Kurczak pieczony w całości

Czas przygotowania: **5 min**

Ilość porcji: **4**

Czas gotowania: **35 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**

Temperatura: **200°C**



Kurczaka myjemy, dokładnie osuszamy ręcznikiem papierowym, przekładamy do dużej miski. Wszystkie składniki marynaty łączymy i rozprowadzamy na kurczaku, również od wewnątrz i odstawiamy do lodówki na około 6-12 godzin. Wersja szybka: Przekładamy kurczaka do kosza urządzenia airfryer. Cząstki cytryny układamy w wolnych miejscach w koszu. Wybieramy program *Kurczak* w całości i naciskamy przycisk *Start*. W połowie czasu pieczenia obracamy kurczaka. Po zakończeniu programu sprawdzamy czy kurczak jest już gotowy, ewentualnie wydłużamy czas pieczenia.

Dla bardziej soczystego efektu, polecamy tę wersję pieczenia: Frytkownicę beztłuszczową nagrzewamy do temperatury 180°C. Przekładamy kurczaka i ćwiartki cytryny do rozgrzanego urządzenia. Ustawiamy temp. 180°C na 15 min, włączamy *Start*. Po upływie czasu, obracamy i pieczemy kolejne 15 min w tej temp. Następnie zmieniamy temp. na 145°C, pieczemy 15 min, obracamy i kontynuujemy 15 min w tej temperaturze.

2 kg kurczaka

marynata:

3 łyżki oliwy

1/2 cytryny

1/4 łyżeczki kurkumy w proszku

1/4 łyżeczki kminu rzymskiego w proszku

1 łyżeczka suszonego tymianku

1 łyżka słodkiej papryki w proszku

1/2 łyżeczki ostrej papryki

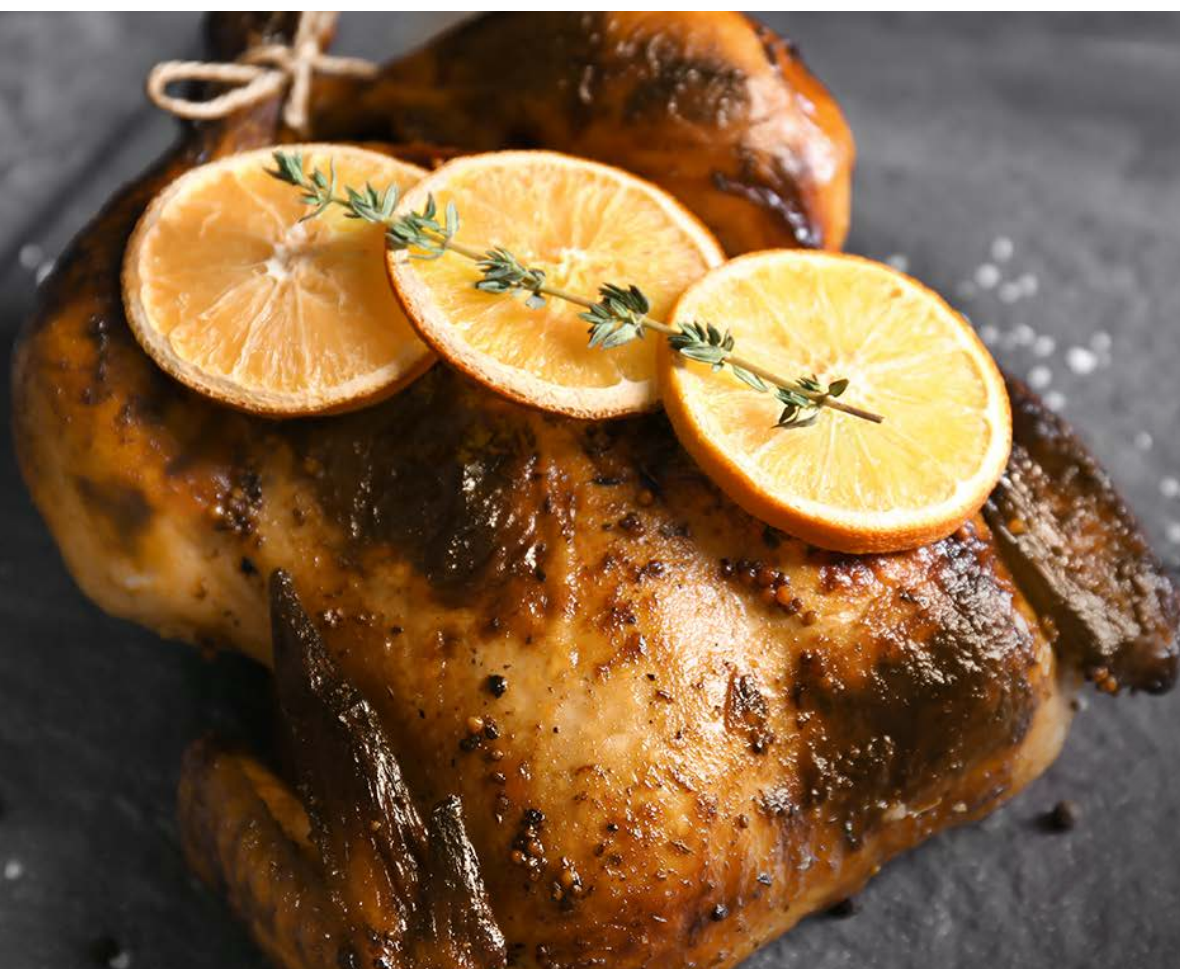
1 łyżka soli

pieprz

1 łyżeczka czosnku w proszku

1 łyżka syropu klonowego (lub 1 łyżka cukru trzcinowego)

dotatkowo: 1 cytryna w ćwiartkach



02.

Klasyczne frytki

Czas przygotowania: **5 min**

Ilość porcji: **2**

Czas gotowania: **25 min**

Poziom trudności: ●○○

Tryb: **program**

Temperatura: **200°C**



Ziemniaki obieramy, myjemy i kroimy w plastry, a następnie w słupki o podobnej wielkości. Przekładamy do miski, zalewamy b. zimną wodą i odstawiamy na ok. 30 minut. Odcedzamy, osuszamy i mieszamy z łyżką oleju.

Następnie przekładamy przygotowane ziemniaki do kosza urządzenia airfryer. Wybieramy program *Frytki* i naciskamy przycisk *Start*. Po upływie połowy czasu, otwieramy kosz i mieszamy frytki, aby upiekły się równomiernie.

Po upieczeniu wyjmujemy chrupiące frytki i solimy do smaku.

4 średniej wielkości ziemniaki

1 łyżka oleju roślinnego

sól



03.

Frytki z batatów

Czas przygotowania: **5 min**

Ilość porcji: **2**

Czas gotowania: **15-20 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **manualny**

Temperatura: **195°C**



Bataty szorujemy, skórkę możemy zostawić. Kroimy na frytki, przekładamy do dużej miski. Dodajemy oliwę, paprykę i sól. Mieszamy. Przekładamy od razu do kosza frytownicy.

Ustawiamy temperaturę 195°C i pieczemy przez ok. 15-20 minut, od czasu do czasu przewracając frytki, aż będą chrupiące.

500 g batatów

2 łyżki oliwy z oliwek

1/2 łyżeczki słodkiej papryki

chilli w płatkach (opcjonalnie)

sól do smaku



04.

Łódeczki ziemniaczane z sosem tzatziki

Czas przygotowania: **30 min**

Ilość porcji: **4**

Czas gotowania: **25 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **manualny**

Temperatura: **190°C**



Ziemniaki obieramy, myjemy i gotujemy 5 min w osolonej wodzie od momentu zagotowania się wody. Odcedzamy, studzimy i kroimy w łódeczki. W misce mieszamy olej, sól, paprykę i polewamy nimi pokrojone ziemniaki. Mieszamy. Przekładamy do kosza urządzenia airfryer. Ustawiamy temperaturę 190°C i czas 25 min. W połowie czasu pieczenia (można częściej) mieszamy ziemniaki w celu równomiernego pieczenia.

W tym czasie przygotowujemy sos. Ogórki myjemy i ścieramy na tarce na grubych oczkach lub drobno szatkujemy ostrym nożem. Oprószamy solą i po kilku minutach odsączamy z płynu. Przekładamy do miski. Dolewamy jogurt. Czosnek przeciskamy przez praskę, a miętę drobno siekamy. Dodajemy do ogórków. Doprawiamy solą, dolewamy oliwę, mieszamy. Podajemy z upieczonymi łódeczkami ziemniaków.

800-1000 g ziemniaków

1 łyżeczka słodkiej papryki w proszku

sól

3 łyżki oleju

2 łyżeczki mąki ziemniaczanej

sos tzatziki

200 g jogurtu greckiego

ogórki zielone

1 ząbek czosnku

1 łyżka oliwy

kilka listków świeżej mięty (opcjonalnie)

sól



05.

Łosoś imbirowo-miodowy

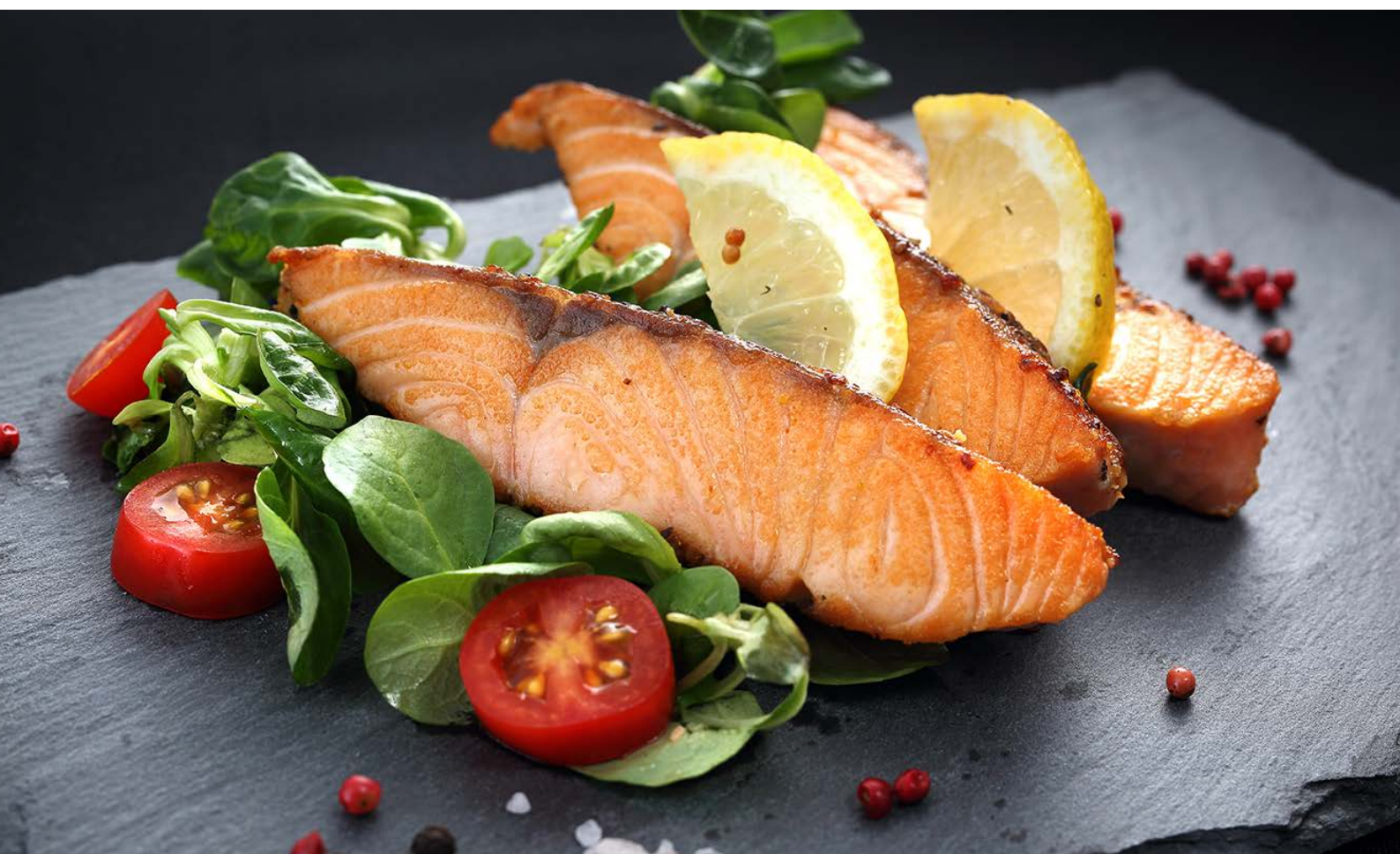
Czas przygotowania: **15 min**Ilość porcji: **2**Czas gotowania: **15 min**

Poziom trudności: ●○○

Tryb: **program**Temperatura: **160°C**

Oplukanego i osuszonego łososa dzielimy na porcje i przekładamy do miski. Obrany ze skórki imbir ścieramy na tarce o drobnych oczkach, czosnek przeciskamy przez praskę. Jeśli używamy papryczki chilli to kroimy ją na cieniutkie plasterki. Do miseczki wlewamy oliwę, płynny miód, sok z cytryny, dodajemy czosnek, imbir i papryczkę. Doprawiamy solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem. Mieszamy za pomocą trzepaczki lub łyżką. Gotową marynatę polewamy rybę, następnie owijamy miskę szczelnie folią spożywczą i odstawiamy do lodówki na 2-3 h, a najlepiej na całą noc.

Zamarynowanego łososa odsączamy i przekładamy do koszyka urządzenia airfryer. Wybieramy program *Ryba* i naciskamy przycisk *Start*. Pieczemy do zbrązowienia. Podajemy z ryżem basmati lub jaśminowym i mieszanką sałat z sosem winegret.

300 g filetu z łososa**2 łyżki płynnego miodu****1 łyżka oliwy****sok z połowy cytryny****2 cm świeżego imbiru****1 ząbek czosnku****1 papryczka chilli (opcjonalnie)****sól, pieprz**

06. Skrzydełka Buffalo

Czas przygotowania: **15 min**

Ilość porcji: **2-3**

Czas gotowania: **15-20 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **manualny**

Temperatura: **190°C**



Płuczemy skrzydełka kurczaka pod zimną wodą. Wycieramy je do sucha ręcznikami papierowymi. Dzielimy skrzydełka (w spojeniach stawowych) na trzy części, końcówki odrzucamy, solimy. W rondlu umieszczamy masło, cukier, sosy i przyprawy. Podgrzewamy mieszając, aż masło się rozpuści. Powstałą marynatą nacieramy kurczaka. Odstawiamy na kilka godzin do lodówki do zamarynowania.

Przed pieczeniem wykładamy z lodówki na ok. 30 min. Rozgrzewamy frytkownicę do temperatury 190°C. Pieczemy ok. 15-20 min. obracając je w połowie czasu pieczenia.

Sos serowy: Ser drobno pokruszyć, dodać czosnek i rozetrzeć łyżką z resztą składników.

6 skrzydełek z kurczaka

50 g masła

4 łyżki sosu pomidorowego

3 łyżki sosu chilli

1 łyżka cukru trzcinowego

1 łyżeczka wędzonej papryki

1 łyżeczka czosnku w proszku

1 łyżeczka cebuli w proszku

1/2 łyżeczki suszonego tymianku

pieprz cayenne, pieprz, sól

sos serowy:

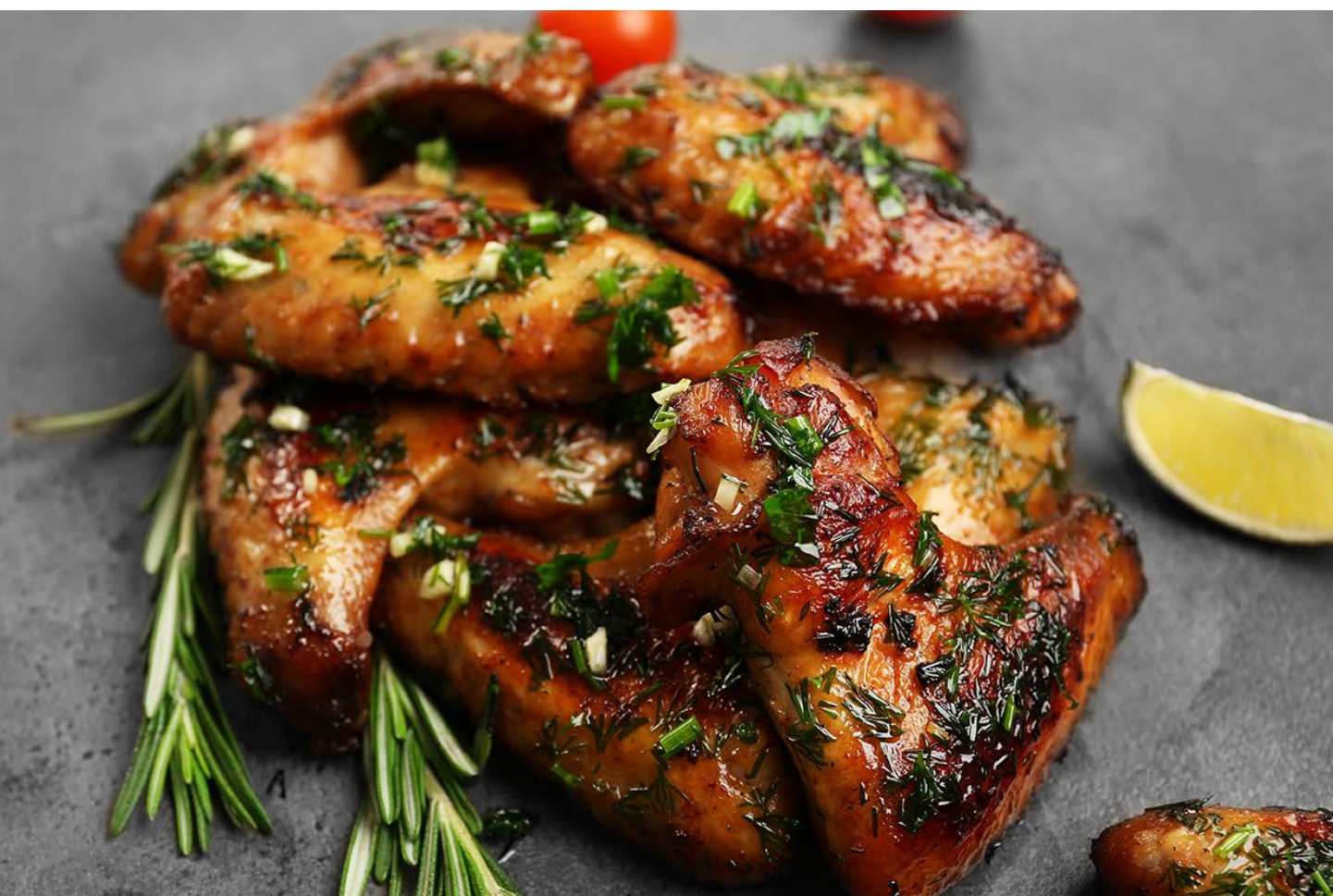
50 g sera pleśniowego typu Lazur

1/3 ząbka czosnku, drobno startego

50 g gęstej kwaśnej śmietany

1 łyżka soku z cytryny

2 łyżki majonezu



07.

Pałki z kurczaka w marynacie

Czas przygotowania: **5 min**

Ilość porcji: **3**

Czas gotowania: **25 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**

Temperatura: **200°C**



Umyte i osuszone pałki przekładamy do miski. W małym słoiku lub miseczce mieszamy przyprawę do kurczaka, sos sojowy, olej i miód. Następnie polewamy mięso marynatą i nacieramy. Owijamy miskę szczelnie folią spożywczą i odstawiamy do lodówki na 2-3 h, a najlepiej na całą noc.

Zamarynowane podudzia odsączamy i przekładamy do koszyka urządzenia airfryer. Wybieramy program *Pałki kurczaka* i naciskamy przycisk *Start*. W połowie czasu, otwieramy kosz i obracamy pałki na drugą stronę. Pieczemy do uzyskania brązowego koloru mięsa. Podajemy z frytkami.

600 g podudzi z kurczaka

2 łyżki płynnego miodu

1 łyżka sosu sojowego

2 łyżki ketchupu

1 łyżka oleju roślinnego

1 łyżka przyprawy do kurczaka



08.

Stek wołowy z sosem berneńskim

Czas przygotowania: **25 min**Ilość porcji: **2**Czas gotowania: **12 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **manualny**Temperatura: **200°C**

Aby uzyskać najlepsze rezultaty, należy pozwolić stekom osiągnąć temperaturę pokojową na 30 minut przed gotowaniem. Myjemy i dokładnie osuszamy mięso. Rozgrzewamy frytkownicę do 200°C. Steki nacieramy olejem i pieprzem z każdej strony. Wkładamy mięso na ruszt do frytkownicy, i pieczemy przez ok. 12 minut, przewracając w połowie. Odstawiamy na 10 minut.

Sos: Obieramy estragon, oddzielamy liście od łodyg. W garnku o grubym dnie rozpuszczamy łyżkę masła, dodajemy obraną i posiekaną cebulkę wraz z kilkoma ziarnami czarnego pieprzu. Następnie dolewamy wino, ocet i łodygi estragonu. Gotujemy na wolnym ogniu, aż więcej niż połowa płynu odparuje. Do lekko przestudzonego płynu dodajemy żółtka, i ubijamy, aż konsystencja stanie się gęsta i puszysta. Nie przerywając ubijania i gotowania, wlewamy powoli ciągłym strumieniem roztopione masło. Dodajemy posiekane listki estragonu, solimy do smaku. Podajemy steki polane sosem z sałatką ze świeżych warzyw.

2 steki wołowe o grubości ok. 2-2,5 cm**sos:****4 żółtka****6 łyżek świeżego estragonu****100 ml wytrawnego wina białego****100 ml winnego octu białego****1-2 szalotki lub małe białe cebule****300 g masła klarowanego****pieprz czarny ziarna****sól**

09.

Hamburgery

Czas przygotowania: **15 min**Ilość porcji: **3-4**Czas gotowania: **10 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**Temperatura: **180°C**

Bardzo drobno siekamy cebulę w kosteczkę. Do miski wkładamy mielone mięso, rozdrabniamy widelcem, wbijamy całe jajko (jeśli nie dodajemy jajka to dodajemy łyżeczkę wody), łyżkę musztardy miodowej, cebulę, sos sojowy i przyprawy. Mieszamy, a następnie wyrabiamy ręcznie kilka minut. Formujemy kotlety wielkości bułek i przekładamy do kosza frytkownicy (najlepiej po 2 szt. w celu łatwego obracania). Wybieramy program *Kotlety wołowe* i naciskamy przycisk *Start*. Po 4-5 minutach obracamy kotlety i pieczemy kolejne 3-5 min. Następnie ustawiamy temperaturę na 200°C, na kotlety nakładamy po plasterze sera i pieczemy 2 min w celu zbrązowienia skórki. Podczas pieczenia przygotowujemy bułki i dodatki: Pomidora kroimy na plastry, obraną cebulę na talarki. Myjemy i osuszamy sałatę. Bułki przekrawamy na pół i podpiekamy na patelni. Nakładamy ketchup na bułkę, następnie upieczony burger z serem, musztardę, sałatę i warzywa, oraz górę bułeczki. Podajemy od razu.

400 g mięsa mielonego wieprzowo-wołowego**1/2 małej cebuli****1 jajko (opcjonalnie)****1 łyżka musztardy****1 łyżeczka sosu sojowego****1/4 łyżeczki czosnku w proszku****sól, pieprz****bułki do hamburgerów****ser żółty****czerwona cebula****pomidor****pickle z ogórka lub konfitura****cebulowa****musztarda****ketchup****sałata**

10.

Szaszłyki wieprzowe z warzywami

Czas przygotowania: **30 min**Czas gotowania: **15 min**Ilość porcji: **4-5**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**Temperatura: **180°C**

Mięso myjemy i osuszamy papierowym ręcznikiem. Kroimy w grubszą, około 3 cm kostkę. Czosnek obieramy i przeciskamy przez praskę. W misce mieszamy olej z czosnkiem i przyprawami. Dodajemy pokrojone mięso, dokładnie rozprowadzamy, przykrywamy i wstawiamy na pół godziny do lodówki. W tym czasie obieramy cebulę i przekrawamy na pół lub na ćwiartki, w zależności od wielkości cebuli. Paprykę myjemy i oczyszczamy, kroimy na grubsze kawałki. Cukinię myjemy i kroimy w grube plastry.

Na patyczki do szaszłyków nabijamy na zmianę zamarynowane mięso, cebulę, cukinię i paprykę. Szaszłyki układamy na ruszcie i wstawiamy do rozgrzanej do 180°C frytkownicy. Wybieramy program *Warzywa*, zwiększamy na urządzeniu czas do 15 minut i naciskamy *Start*. Pieczemy partiami.

**500-600 g karkówki
lub łopatki wieprzowej****3 łyżki oleju****1 łyżka musztardy****1 łyżka przyprawy do grilla****1 łyżka czerwonej słodkiej papryki
sól, pieprz****1 ząbek czosnku****2 papryki****2 małe cukinie****4 cebule**

11.

Krewetki czosnkowe

Czas przygotowania: **20 min**Czas gotowania: **8 min**Ilość porcji: **2**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**Temperatura: **160°C**

Krewetki odstawiamy do rozmrożenia lub rozmrażamy je w urządzeniu airfryer korzystając z programu *Rozmrażanie* (40°C ok. 5-8 min). W tym czasie przygotowujemy marynatę. Obrany czosnek kroimy wzdłuż a następnie na półplasterki. Roztapiamy masło i wlewamy do miski. Dodajemy oliwę, papryczkę i zioła, oraz odrobinę soli, mieszamy. Do miski z marynatą dodajemy rozmrożone krewetki i delikatnie mieszamy. Marynujemy ok. 30 min, lub od razu przekładamy krewetki do kosza urządzenia airfryer. Wybieramy program *Krewetki* i naciskamy przycisk *Start*.

Jeśli przygotowujemy większą porcję krewetek, wydłużamy czas pieczenia. Podajemy skropione sokiem z cytryny i bagietką.

250 g mrożonych krewetek**3 ząbki czosnku****1 łyżka oliwy z oliwek****1 łyżka masła****1/2 pęczka pietruszki (opcjonalnie)****1 czerwona papryczka chili
lub płatki chili****sól****ćwiartka cytryny do podania**

12.

Zapiekany camembert

Czas przygotowania: **5 min**Czas gotowania: **10 min**Ilość porcji: **2**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**Temperatura: **180°C**

Camembert wyjmujemy z opakowania (folii). Przekładamy z powrotem do drewnianego opakowania, lub do naczynia do zapiekania. Ser nacinamy w kratkę ostrym nożem w 3-4 miejscach. Obrany czosnek drobno siekamy. Do nacięć wkładamy czosnek, na wierzchu sera układamy orzechy włoskie, i polewamy miodem. Przekładamy do kosza urządzenia airfryer. Bagietkę kroimy na plastry grubości około 2 cm. Skrapiamy oliwą i układamy w koszyku wokół sera. Wybieramy program *Warzywa*, następnie naciskamy przycisk *Start*. W trakcie pieczenia otwieramy kosz i sprawdzamy czy bagietki są już zarumienione, czas ich pieczenia może być krótszy niż zapiekania sera. Kiedy osiągną pożądany stopień chrupkości, wyjmujemy je na deskę (naczynie) na której podamy ser, i kontynuujemy zapiekanie sera aż do momentu kiedy środek sera uzyska płynną konsystencję. Podajemy ze świeżymi ziołami, figami lub winogronami oraz grzankami.

1 okrągły ser camembert w drewnianym opakowaniu**1 bagietka pszenna****1 łyżka oliwy****1 łyżka płynnego miodu****1 ząbek czosnku (opcjonalnie)
garść orzechów włoskich****do podania:****świeży tymianek lub rozmaryn,
świeże figi pokrojone w ćwiartki,
winogrono**

13.

Muffinki z jabłkami

Czas przygotowania: **20 min**Ilość porcji: **12 szt.**Czas gotowania: **15 min**

Poziom trudności: ● ○ ○

Tryb: **program**Temperatura: **160°C**

Do miski przesiewamy mąkę, wsypujemy wiórki kokosowe, sodę, cukier, cukier waniliowy, sól i mieszamy. Dodajemy płynne składniki: mleko, olej i ocet. Łączymy składniki delikatnie mieszając.

Obieramy jabłka, kroimy w kosteczkę, następnie przekładamy do czystej miski. Skrapiamy sokiem z cytryny i posypujemy cynamonem, następnie dodajemy do ciasta i ponownie delikatnie mieszamy. Gotową masę przelewamy za pomocą łyżki do papierowych papilotek, metalowych foremek na muffinki lub do formy silikonowej. Foremki napełniamy w $\frac{3}{4}$ pojemności. Posypujemy cukrem. Wypełnione foremki przekładamy do kosza urządzenia airfryer, wybieramy program *Wypieki* i naciskamy przycisk *Start*. Jeśli korzystamy z formy silikonowej wydłużamy czas pieczenia o 5 min! Upieczone muffinki studzimy na kratce.

2 łyżki wiórków kokosowych
2 szklanki mąki pszennej tortowej
3/4 szklanki cukru
1 łyżeczka sody oczyszczonej
1 szklanka mleka
1/4 szklanki oleju roślinnego
2 jabłka
1 łyżka soku z cytryny
1 łyżeczka cynamonu
1/4 szklanki oleju roślinnego
1 łyżka octu jabłkowego
2 łyżeczki cukru waniliowego
1 łyżka cukru do posypania
szczypta soli



14.

Pieczone jabłka z bakaliami

Czas przygotowania: **10 min**

Ilość porcji: **4**

Czas gotowania: **10-20 min**

Poziom trudności: ●○○

Tryb: **program**

Temperatura: **180°C**



Jabłka myjemy, wydrążamy gniazda nasienne i szypułki wydrążarką lub ostrym spiczastym nożykiem. W miseczce mieszamy orzechy, pokruszone migdały, żurawinę, miód i cynamon. Do powstałego w jabłku otworu wkładamy nadzienie.

Przekładamy do naczynia do zapiekania i wkładamy do kosza airfryer. Wybieramy program *Warzywa* i naciskamy *Start*. Pieczemy ok. 10-20 minut w zależności od preferencji. Podajemy gorące od razu po upieczeniu.

4 jabłka

2 łyżki płynnego miodu

miks orzechów ok. 50-100 g

migdały

cynamon

suszona żurawina



MOZANO
home

Życzymy
smacznego!

mozano.pl