

# Tefal®

## Fry Delight XL



REZEPTE

HAUPTGERICHTE – SNACKS – DESSERTS

# Fry Delight XL



Genießen Sie alle Ihre Lieblingsgerichte und verzichten Sie auf nichts: Dank der 3D Air Pulse-Technologie kann Fry Delight XL knuspriges und leckeres Essen mit wenig oder sogar ganz ohne Öl zubereiten. Frittieren, grillen, rösten und backen Sie alle Ihre Lieblingsgerichte: Von knusprigem Hähnchen, über Apfel-Muffins bis zu selbstgemachten Pommes Frites oder leckeren Gambas – gönnen Sie sich Ihre Lieblingsgerichte dank Fry Delight XL!

Guten Appetit!



HAUPTGERICHTE

3



SNACKS

50



DESSERTS

91



## HAUPTGERICHTE

Gefüllte Auberginen auf orientalische Art	4	Gegrilltes Gemüse mit Thymian	29
Rindfleisch auf thailändische Art	5	Kalbsburger mit Cheddar	30
Rinder-Köfte und Minz-Dip	6	Kalbsrouladen mit Bacon und weißer Salbeisauce	31
Enten-Saté	7	Lachssteaks mit Curry	32
Hähnchenfleischspieße mit Pekannüssen	8	Thunfischsteaks mit Tomaten	33
Gambaspieße mit gegrillter Paprika	9	Hähnchenschenkel mit Rosmarinkartöffelchen	34
Gemüsespieße und Kräuterbutter	10	Thunfisch-Calzone	35
Gebratener Kabeljau mit milden Zwiebeln und Majoran	11	Knuspriger Bauchspeck vom Schwein	36
Auberginenkaviar mit Sesam	12	Bauchspeck vom Schwein mit Barbecue-Sauce	37
Auberginen-Feta-Auflauf	13	Schwedische Fächerkartoffeln	38
Birnen-Clafoutis mit Gorgonzola	14	Ofenkartoffeln	39
Seehecht mit Gemüse	15	Tiefgefrorene Pom Poms	40
Pommes Frites auf türkische Art	16	Brathähnchen	41
Hähnchenschenkel mit Thymian und Zitrone	17	Kartoffelspalten auf mexikanische Art	42
Rückenfilet vom Kabeljau mit Nusskruste	18	Frittierte Vier-Käse-Ravioli	43
Schwertfisch mit Sesamkruste	19	Kartoffel-Rösti	44
Falafel mit griechischer Joghurtsauce	20	Nizza-Salat und Seebrasse mit Thymian	45
Glasierte Schweinefilets mit Ahornsirup	21	Tomatensauce	46
Zitronen-Kabeljauflets mit Gremolata-Kruste	22	Seezunge und grüne Bohnen	47
Glasierte Lachsfilets	23	Tomaten auf provenzalische Art	48
Pommes Frites aus Süßkartoffeln	24	Clafoutis mit Lauch und Seelachs	49
Tiefgefrorene Pommes Frites	25		
Herzhafter Quinoa-Kuchen mit Pesto und getrockneten Tomaten	26		
Shepard's Pie mit Hähnchenfleisch	27		
Provenzalische Lasagne	28		



# Gefüllte Auberginen auf orientalische Art



X 6



20 min



36 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (15 cm)**

- Die Auberginen mit einer Gabel einstechen, in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 170 °C garen.
- In der Zwischenzeit Zwiebel und Paprika in etwas Öl andünsten. Nach einigen Minuten Knoblauch, Kräuter, Kreuzkümmel und Tomaten hinzugeben. Die Gemüsezubereitung bei niedriger Temperatur köcheln lassen.
- Wenn die Auberginen gar sind, der Länge nach halbieren und die Hälften jeweils in den Korbeinsatz legen. Die Zwiebel-Paprika-Mischung auf den Auberginenhälften verteilen.
- In der Mitte der Auberginenhälften jeweils eine kleine Mulde eindrücken und ein Ei darin aufschlagen.
- Die drei ersten Auberginenhälften 10 Minuten bei 170 °C garen. Aus dem Korbeinsatz entnehmen.
- Die drei anderen Auberginenhälften ebenfalls 10 Minuten bei 170 °C garen.

- 3 Auberginen
- 6 Wachteleier
- 1 Schuss Olivenöl
- 2 milde Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- 1 rote Paprika, in feine Streifen geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 300 g Tomaten, in kleine Würfel geschnitten
- 1 "Bouquet garni" (1 Lorbeerblatt, 1 Stängel Thymian, 1 Stängel Petersilie)
- 1 TL Kreuzkümmel



# Rindfleisch auf thailändische Art

● In einer Schüssel alle Zutaten für die Marinade vermischen: Knoblauch, Pfeffer, 3 EL Austernsauce, helle Sojasauce, Cognac und Olivenöl.

● Den Braten quer durchschneiden, um zwei Scheiben zu erhalten. In die Marinade legen und die Stücke sorgfältig mit der Sauce überziehen.

● Die Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken und für 2 bis 5 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Für die Zubereitung der Sauce in einem Topf 200 ml Wasser, Limettensaft, Fischsauce, 2 EL Austernsauce, Zucker, Erdnussbutter und Chilisauce mischen. Aufkochen lassen und so lange köcheln lassen, bis sie eine sirupartige Konsistenz erhält. Anschließend zur Seite stellen.

● Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.

● Die zwei Fleischstücke in den Korbeinsatz legen und 5 Minuten bei 200 °C auf Stufe 4 garen.

● Die Fleischstücke umdrehen, erneut Stufe 4 anwählen und den Garvorgang 7 Minuten bei 180 °C fortsetzen. Für gut durchgebratenes Fleisch, eine etwas längere Garzeit wählen.

● Am Ende des Garvorgangs das Fleisch entnehmen und in Alufolie einwickeln. 5 Minuten ruhen lassen.

● Das Fleisch in feine Streifen schneiden. Mit Sauce beträufeln und mit gehackten Erdnüssen und Koriander bestreut servieren.



X 6



30 min



2 bis 5 Stunden



12 min

- 1 Rinderbraten (etwa 1 kg)
- 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 TL Pfeffer
- 5 TL Austernsauce
- 2 EL helle Sojasauce
- 2 EL Cognac
- 3 EL Olivenöl
- 200 ml Wasser
- Saft von 2 Limetten
- 1 TL Thailändische Fischsauce
- 4 TL Zucker
- 2 EL Erdnussbutter
- 2 EL Sweet-Chili-Sauce
- Erdnüsse zum Garnieren
- Koriandergrün zum Garnieren



## TIPP:

Anstelle von thailändischer Fischsauce ("Nam Pla") können Sie auch vietnamesische Fischsauce ("Nouc Mam") verwenden.



# Rinder-Köfte und Minz-Dip



X 6



20 min



12 min

- Die Schalotten kurz in einer Pfanne mit einem Schuss Olivenöl anbraten.
- In einer Schüssel Rindfleisch, Ras el-Hanout, Kreuzkümmel, Koriander und die kurz angebratenen Schalotten mischen. Salzen und pfeffern.
- Etwa 30 g schwere, ovale Bällchen formen.
- Die Fleischbällchen in den Korbeinsatz legen und 12 Minuten bei 180 °C garen. Falls erforderlich, können Sie die Bällchen im Korbeinsatz übereinander legen.
- In der Zwischenzeit Joghurt, Minze und Zwiebel in einer Schüssel mischen. 1 EL Olivenöl hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Die Fleischbällchen mit dem Minz-Dip servieren.

- 750 g Rinderhackfleisch
- 1 Schuss Olivenöl + 1 EL Olivenöl
- 6 kleine Schalotten, fein gehackt
- 4 EL Koriandergrün, gehackt
- 1 EL Ras el-Hanout
- 1 TL Kreuzkümmel
- Salz und Pfeffer
- 3 kleine Becher griechischer Joghurt
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL frische Minze, gehackt
- 1 rote Zwiebel, fein gewürfelt



# Enten-Saté

**Erforderliches Material: 18 Schaschlikspieße (15 cm lang)**

- In einer Schüssel alle Zutaten für die Marinade mischen: Knoblauch, Saté-Gewürz, Koriander, Kokosmilch, Sojasauce und Ingwer.
- Die Entenbruststreifen hinzugeben und mindestens 30 Minuten marinieren.
- Danach die Streifen der Länge nach wellenförmig auf die Schaschlikspieße stecken.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.
- Die Spieße in den Korbeinsatz legen und 12 Minuten bei 200 °C auf Stufe 3 garen.

Anzahl:

X 18



20 min



30 min



12 min

- 18 dünne Streifen vom Entenbrustfilet
- 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 4 EL Saté-Gewürzpaste
- 1 TL Koriandersamen, gemahlen
- 170 ml Kokosmilch
- 4 EL Sojasauce
- 1 TL frischer Ingwer, gerieben



## TIPP:

Die Saté-Gewürzpaste ist in Asia-Läden erhältlich.



# Hähnchenfleischspieße mit Pekannüssen

Erforderliches Material: 18 Schaschlikspieße (15 cm lang)

Anzahl:

X 18



25 min



10 min



17 min

- Den Sake in einem Topf erhitzen und flambieren, um den Alkohol zu entfernen.
- Sojasauce, Zucker und Mirin in den Topf hinzugeben. Alles so lange köcheln lassen, bis die Sauce eine sirupartige Konsistenz erhält.
- Die Hähnchenbruststreifen in 3 Teile schneiden und in der abgekühlten Sauce gemeinsam mit dem Ingwer 10 Minuten marinieren.
- Auf jeden Spieß 4 Fleischstücke stecken.
- Alle Spieße nebeneinander in versetzter Anordnung in den Korbeinsatz legen. Stufe 3 auswählen und 12 Minuten bei 190 °C garen.
- Die Spieße wenden und weitere 5 Minuten bei 190 °C garen.
- In einer Schüssel Pekannüsse, Kerbel und Gomashio mischen. Diese Mischung am Ende des Garvorgangs über die Hähnchenspieße streuen und servieren.

- 70 ml japanischer Saké
- 70 ml Sojasauce
- 60 g Kristallzucker
- 1 EL Mirin
- 18 Hähnchenbruststreifen
- 2 EL frischer Ingwer, fein gehackt
- 4 EL Pecan-Nüsse, fein gehackt
- 3 EL Kerbel, gehackt
- 2 EL Gomashio



## TIPP:

Gomashio ist ein japanisches Gewürz aus gerösteten Sesamsamen und Meersalz.



# Gambaspieße mit gegrillter Paprika

Anzahl:

X 18



20 min



37 min

Erforderliches Material: 18 Zahnstocher

- Die Paprikaschoten im Ganzen in den Korbeinsatz legen und 30 Minuten bei 200 °C garen. Während des Garvorgangs häufig wenden, damit sie von allen Seiten dunkel werden.
- Abkühlen lassen. Anschließend die Haut abziehen und die Schoten in Streifen schneiden.
- Geschälte Gambas, Olivenöl und Paprika in einer Schüssel mischen. Salzen und pfeffern.
- Die Gambas in den gegrillten Paprikastreifen einwickeln und mit Zahnstochern feststecken.
- Die Gambas in den Korbeinsatz legen und 7 Minuten bei 170 °C garen.

- 18 rohe Gambas/  
Riesengarnelen, geschält
- 3 rote Paprikaschoten
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Paprikapulver
- Salz und Pfeffer



# Gemüsespieße und Kräuterbutter

Erforderliches Material: 12 Schaschlikspieße (15 cm lang)

- Zucchini und Maiskolben in dicke Scheiben schneiden.
- Die Auberginen jeweils in 4 dicke Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Olivenöl würzen. 6 Auberginenscheiben in den Korbeinsatz legen und 5 Minuten bei 180 °C garen. Entnehmen und die restlichen 6 Scheiben ebenfalls 5 Minuten bei 180 °C garen.
- Die gegarten Auberginenscheiben in 3 Teile schneiden und im Wechsel Aubergine, Zucchini, Mais und Kirschtomaten auf die Spieße stecken.
- Die Spieße mit einem Schuss Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen.
- Alle 12 Gemüsespieße in den Korbeinsatz legen und 10 Minuten bei 180 °C garen. Die Spieße können übereinandergelegt werden.
- In der Zwischenzeit die Kräuterbutter zubereiten. Hierzu weiche Butter, Petersilie, Schalotte und Zitronensaft vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Die Kräuterbutter auf den fertigen Gemüsespießen verteilen und servieren.

Anzahl:

X 12



15 min



20 min

- 3 Zucchini
- 3 Maiskolben
- 2 Auberginen
- 36 Kirschtomaten
- 2 Schuss Olivenöl
- 200 g weiche Butter
- 2 Schalotten, in feine Würfel geschnitten
- 6 EL glatte Petersilie, fein gehackt
- 2 EL Zitronensaft
- Salz und Pfeffer



# Gebratener Kabeljau mit milden Zwiebeln und Majoran



X 6



20 min



20 min

**Erforderliches Material:** eine quadratische Springform (14 cm)

- In einem Topf die Zwiebeln in einem Schuss Olivenöl 20 Minuten bei niedriger Hitze sanft garen.
- Salzen und pfeffern, dann den Majoran hinzugeben.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.
- 3 Fischfilets in die Auflaufform legen. Jeweils  $\frac{1}{4}$  der milden Zwiebeln auf den Filets verteilen. Der Kabeljau sollte vollständig mit Zwiebeln bedeckt sein. Die Zwiebeln mit dem verquirlten Eigelb überziehen.
- Die Form in den Korbeinsatz stellen und 10 Minuten bei 160 °C garen. Die restlichen Filets ebenso zubereiten.

- 3 milde Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- 6 Kabeljaufilets
- 2 EL Majoran
- 3 Eigelb
- 1 Schuss Olivenöl
- Salz und Pfeffer



# Auberginenkaviar mit Sesam



X 6



20 min



30 min

## Erforderliches Material: Alufolie

- Die Auberginen der Länge nach halbieren und vom Stiel befreien. Das Fruchtfleisch mit einem Messer gitterartig einschneiden. Die Haut dabei auslassen.
- Salzen und pfeffern, dann mit etwas Olivenöl beträufeln.
- Die beiden Hälften jeder Aubergine wieder aufeinanderlegen und einzeln in Alufolie einwickeln.
- Die umwickelten Auberginen in den Korbeinsatz legen.
- 30 Minuten bei 180 °C garen.
- Das Fruchtfleisch der Auberginen mit einem Löffel lösen und in eine Schüssel geben. Den Sesammus hinzugeben und mischen.
- Wenn die Masse schön glatt ist, die Sesamsamen hinzugeben und noch einmal abschmecken.

- 3 Auberginen
- 80 ml Olivenöl
- 3 EL Sesammus (Tahina)
- 30 g Sesamsamen
- Salz und Pfeffer



# Auberginen-Feta-Auflauf



X 6



20 min



35 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)**

- In einer Schüssel die Auberginenwürfel mit Salz und Olivenöl mischen.
- In den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 160 °C garen. Dabei gelegentlich umrühren.
- In der Zwischenzeit Mehl und Ei in die Schüssel geben und gut vermischen.
- Nach und nach Milch, 1/2 TL Thymian, Muskat und geriebenen Käse hinzugeben. Salzen und pfeffern.
- Die gegarten Auberginen in die Form geben, den Feta grob darüber zerbröseln und mit der Eiermilch übergießen. Zuletzt mit 1/2 TL Thymian bestreuen.
- Die Form in den Korbeinsatz stellen und bei 160 °C 20 Minuten auf Stufe 5 garen.

- *2 große Auberginen, geschält und in Würfelchen geschnitten*
- *70 ml Olivenöl*
- *130 g Feta*
- *2 Eier*
- *45 g Mehl*
- *50 ml Milch*
- *Etwas geriebenen Käse*
- *1 TL Thymian oder Oregano*
- *1 Prise Muskat*
- *Salz und Pfeffer*



# Birnen-Clafoutis mit Gorgonzola



X 4



10 min



35 min

**Erforderliches Material:** eine quadratische Springform (14 cm)

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen. Die Springform mit Butter ausreiben.
- In einer Schüssel das Mehl mit den Eiern verquirlen. Die Eier hierbei nach und nach hinzugeben. Langsam die Milch unterrühren, bis ein glatter Teig entsteht. Den Käse hinzugeben. Salzen und pfeffern.
- Die Birnen schälen und in feine Streifen schneiden. Die Streifen in die Springform legen. Mit der Käsemischung bedecken.
- Die Form in das Gerät stellen und 35 min backen. Je nach Geschmack warm oder heiß servieren.

- 3 Birnen
- 90 g Mehl
- 75 g Comté, gerieben
- 75 g Gorgonzola
- 430 ml Milch
- 30 g Butter
- 4 Eier
- Salz, Pfeffer



# Seehecht mit Gemüse



X 6



15 min



16 min

## Erforderliches Material: Backpapier

- Waschen, schälen und verarbeiten Sie das Gemüse zu kleinen Schnitzen. Die Haut von Orange und Grapefruit vollständig abschneiden und Filets schneiden. Die Zitrone in feine Scheiben schneiden.
- Aus dem Backpapier drei 30x20 cm große Rechtecke schneiden.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 170 °C vorheizen.
- Das Backpapier mit einem Schuss Olivenöl beträufeln, das Gemüse darüber verteilen und die Schiffchen im Korbeinsatz 8 Minuten bei 160 °C garen. Die Oberseite der Gemüse-Schiffchen dabei offen lassen.
- In jedes Schiffchen zwei Fischfilets legen. Salzen und pfeffern und mit den Filets aus Grapefruit und Orange und den Zitronenscheiben abdecken. Klappen Sie die Ecken der Schiffchen nach oben, um diese sicher zu verschließen.
- Den Garvorgang für 8 Minuten bei 170 °C wiederholen.

- 6 Seehechtfilets (720 g)
- 2 kleine Karotten
- 1 Zucchini
- 1 Fenchel
- 1 rosa Grapefruit
- 2 Orangen
- 1 Limette
- 1 Spritzer Öl



### TIPP:

Verlängern Sie den ersten Garvorgang um 5 Minuten zusätzlich, wenn Sie weicher gekochtes Gemüse wünschen.



# Dünne Pommes Frites auf türkische Art



X 6



20 min



35 min

- Die Kartoffeln schälen und waschen.
- Mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben mit einer Dicke von höchstens 0,5 cm schneiden.
- Anschließend maximal 0,5 cm breite Stifte schneiden. Mit Wasser abspülen. Unter kaltem Wasser abspülen und mit einem sauberen Küchentuch gut trockenreiben.
- Die Kartoffelstifte in einer großen Schüssel mit Pflanzenöl mischen. Die vorbereiteten Stifte in den Korb legen.
- 15 Minuten bei 170 °C garen. Anschließend den Korbeinsatz herausnehmen und die Pommes gut durchmischen.
- Den Korb wieder einsetzen und weitere 20 Minuten bei 170 °C garen.
- Die Pommes mit Kurkuma, Ingwer, Kreuzkümmel, Salz und Koriander würzen. Mit einem Limettenschnitt servieren.

- 1,2 kg Kartoffeln
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 TL Kurkuma
- 1 TL Ingwerpulver
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 EL Salz
- 1 EL Koriander, zerstoßen
- 1 Limette



# Hähnchenschenkel mit Thymian und Zitrone



X 6



10 min



25 min

- Die Hähnchenschenkel im Abstand von 2 cm leicht einstechen.
- In einer Schüssel die Hähnchenschenkel mit Honig, Olivenöl und frischem Thymian einreiben. Salzen und pfeffern.
- Die Hähnchenschenkel in den Korbeinsatz legen.
- Die Zitronen in feine Scheiben schneiden und so auf die Schenkel legen, dass diese vollständig bedeckt sind.
- 30 Minuten bei 180 °C garen. Die Zitronenscheiben herausnehmen und weitere 5 Minuten bei 200 °C garen.

- 6 Hähnchenschenkel
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Honig
- 3 EL frischer Thymian, gehackt
- 4 Zitronen
- Salz und Pfeffer



# Rückenfilet vom Kabeljau mit Nusskruste



X 6



20 min



5 min

- Für die Kruste Butter, Pistazien, Haselnüsse, Walnüsse, gemahlene Mandeln, Zitronenschale und Petersilie mischen. Mit Pfeffer würzen.

- Diese Nusspaste mit einem Nudelholz zwischen zwei Blättern Backpapier verteilen und auf eine Dicke von höchstens 0,5 cm ausrollen. In den Kühlschrank stellen, damit die Zubereitung fest wird.

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.

- Die Fischfilets mit Olivenöl bepinseln und in den Korbeinsatz legen.

- Aus der festgewordenen Kruste rechteckige Stücke ausschneiden, die etwas größer sind als die Rückenfilets. Diese auf den Fisch legen, wobei die Kruste sich nicht biegen sollte.

- 5 Minuten bei 160 °C garen.

- 6 Rückenfilets vom Kabeljau
- 70 g weiche gesalzene Butter
- 30 g gemahlene Mandeln
- 3 EL Petersilie, fein gehackt
- 30 g gehackte Pistazien
- 30 g gehackte Haselnüsse
- 30 g gehackte Walnüsse
- Abgeriebene Schale von 1 Zitrone
- Frisch gemahlener Pfeffer
- 1 Schuss Olivenöl



# Schwertfisch mit Sesamkruste



X 6



15 min



45 min

- Eiweiß, Limettenschale und Chilisauce in einen tiefen Teller geben. Gut verrühren. Die Sesamsamen auf einen weiteren tiefen Teller geben.
- Die Fischeiben salzen und pfeffern.
- Anschließend panieren. Hierzu zuerst in die Eiweißmischung, dann in die Sesamsamen tunken und wenden.
- Eine Scheibe Schwertfisch in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 180 °C garen. Den fertigen Fisch herausnehmen und die zweite Scheibe in den Korbeinsatz legen. 15 Minuten bei 180 °C garen. Mit der dritten Scheibe ebenso vorgehen. Fischfilets halbieren und servieren.

- 3 große Scheiben Schwertfisch
- 70 g Sesamkörner
- 2 Eiweiß
- 2 EL Sweet-Chilisauce
- Abgeriebene Schale von 1 Limette
- Salz und Pfeffer



# Falafel mit griechischer Joghurtsauce



X 6



15 min



20 min

- Die Kichererbsen in einem Sieb abgießen und waschen. Mixen, bis eine glatte Paste entsteht.
- Kichererbsenpaste, Zwiebel, Knoblauch, Petersilie, Koriander, Kreuzkümmel und Mehl vermischen und zu einem groben Teig verarbeiten.
- Hieraus 30 Falafelbällchen formen und leicht flachdrücken.
- 15 Falafel in den Korbeinsatz legen und 10 Minuten bei 170 °C garen. Hierzu können die Falafel übereinandergelegt werden. Die Falafel nach der Garzeit aus dem Korbeinsatz entnehmen. Die restlichen Falafel auf gleiche Weise garen.
- In der Zwischenzeit die Joghurtsauce zubereiten. Hierzu Joghurt, Olivenöl und Minze mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 800 g Kichererbsen aus der Dose
- 3 EL Kichererbsenmehl
- 1 weiße Zwiebel, fein gehackt
- 3 EL Petersilie, gehackt
- 2 EL Koriandergrün, gehackt
- 2 TL Kreuzkümmel
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer
- 2 kleine Becher griechischer Joghurt
- 1 Schuss Olivenöl
- 30 Minzblätter



# Glasierte Schweinefilets mit Ahornsirup



X 6



10 min



20 min

- Für die Glasur Barbecue-Sauce, Ahornsirup und Maisstärke in einer Schüssel verrühren.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.
- Die Schweinefilets in 3 gleich große Teile schneiden, salzen und pfeffern. Die Fleischstücke mit der Glasur bepinseln.
- Die Schweinefilets in den Korbeinsatz legen und bei 200 °C 20 Minuten lang auf Stufe 4 garen. Die Glasur alle 5 Minuten erneut auftragen.
- Zum Ende des Garvorgangs ein letztes Mal Glasur auftragen und das Fleisch 5 Minuten ruhen lassen, bevor Sie es servieren.

- 2 Schweinefilets
- 6 EL Ahornsirup
- 3 EL Barbecuesauce
- 2 EL Maisstärke
- Salz und Pfeffer



# Zitronen-Kabeljaufilets mit Gremolata-Kruste



X 6



15 min



5 min

- In einer Schüssel die Gremolata zubereiten. Hierzu Semmelbrösel, gemahlene Mandeln, Knoblauchwürfelchen, Zitronenschale, Petersilie, Basilikum und Olivenöl vermischen. Salzen und pfeffern.
- Die drei Zitronen in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden und den Korbeinsatz damit vollständig bedecken.
- Die Kabeljaufilets auf die Zitronenscheiben legen.
- Die Gremolata auf den Fischfilets verteilen und 5 Minuten bei 160 °C garen.

- 6 Kabeljaufilets
- 3 Zitronen
- Abgeriebene Schale von 1 Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- 30 g Semmelbrösel aus Weißbrot
- 30 g Mandeln, gemahlen
- 3 EL Petersilie, gehackt
- 6 Basilikumblätter, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- Salz und Pfeffer



# Glasierte Lachsfilets



X 6



20 min



30 min



7 min

- In einer Schüssel Olivenöl, Zitronensaft, Sojasauce, Zucker, Knoblauchpulver, Paprikapulver und Schalotten verrühren. Gut mischen, bis sich der Zucker gelöst hat.

- Die Lachsfilets auf einen Teller legen und die Marinademischung darübergießen. 30 Minuten einwirken lassen.

- Die Filets in den Korbeinsatz legen und 7 Minuten bei 160 °C garen.

- 6 Lachsfilets
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Sojasauce
- 2 Schalotten, fein gehackt
- 2 TL Knoblauchpulver
- Saft von 1 Zitrone
- 2 TL Paprikapulver
- 3 EL brauner Zucker



# Pommes frites aus Süßkartoffeln



X 6



15 min



30 min

- Die Süßkartoffeln schälen und gut waschen.
- In 1 cm dicke Stifte schneiden.
- In einer großen Schüssel Eiweiß, Öl, Kurkuma und Pfeffer verrühren.
- Die Süßkartoffelstifte dazugeben und gut vermengen, bis sie vollständig mit der Ölmischung überzogen sind.
- Die rohen Pommes in den Korb einsetzen und 30 Minuten bei 180 °C garen. Alle 10 Minuten umrühren. Zum Abschluss salzen.

- 3 Süßkartoffeln
- 6 EL Sonnenblumenöl
- 2 Eiweiß
- 2 TL Kurkuma
- Salz und Pfeffer



# Tiefgefrorene Pommes frites



X 6



22 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.
- Die Pommes frites / in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 1 auswählen und 22 Minuten bei 200 °C garen.
- Nach halber Garzeit umrühren.

• 1 kg dünne Pommes frites, tiefgefroren



# Herzhafter Quinoa-Kuchen mit Pesto und getrockneten Tomaten

Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)

- In einer Schüssel die Eier mit den getrockneten Tomaten, Pesto und Ricotta verquirlen.
- Rote Zwiebel, Semmelbrösel, Mehl und das gekochte Quinoa hinzugeben und gut untermischen. Salzen und pfeffern.
- Die Zubereitung in die Springform geben und diese in den Korbeinsatz stellen.
- Stufe 5 auswählen und 35 Minuten bei 160 °C garen.



X 6



20 min



35 min

- 800 g Quinoa, gekocht und abgetropft (etwa 160 g rohes Quinoa)
- 2 Eier
- 1 rote Zwiebel, fein gehackt
- 70 g getrocknete Tomaten, gehackt
- 180 g Ricotta
- 50 g Weißmehl
- 2 EL Pesto
- 70 g Semmelbrösel
- Salz und Pfeffer



**TIPP:**  
Abkühlen lassen und mit grünem Salat servieren.



# Shepard's Pie mit Hähnchenfleisch



X 4



15 min



20 min

**Benötigtes Kochzubehör: eine eckige Springform (14 cm) und Backpapier**

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen. Einen Topf mit Wasser aufsetzen und das gewaschene, geschälte und in große Würfel geschnittene Gemüse darin garen.
- Den gehackten Knoblauch und die in dünne Streifen geschnittene Hähnchenbrust bei 180 °C 5 Minuten in dem mit Backpapier abgedeckten Korbeinsatz garen. Den gehackten Schnittlauch hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Das Gemüse zerstampfen und hierbei nach und nach die Sahne hinzugeben. Salzen und pfeffern.
- In der Springform abwechselnd eine Schicht Gemüsepüree und eine Schichte Hähnchen auslegen.
- Semmelbrösel und geriebenen Parmesan darüber streuen. Die Form in den Korbeinsatz stellen und 20 Minuten bei 180 °C garen.

- 200 g Süßkartoffeln
- 1 Karotte
- 300 g Hähnchenbrust
- 100 ml Flüssigsahne
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Bund Schnittlauch
- 40 g Semmelbrösel
- 30 g geriebener Parmesan
- Salz, Pfeffer



# Provenzalische Lasagne



X 6



20 min



25 min

**Erforderliches Material:** zwei eckige Springformen (14 cm)

• Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen. Für die Bolognesesauce die geschälten und in Würfel geschnittenen Zwiebeln und Knoblauch, das Hackfleisch und die Kräuter gemeinsam mit einem Schuss Öl in die Springform geben. Etwa 3 Minuten lang bei 180 °C garen. Die Tomatensauce dazugeben und 5 Minuten bei 160 °C köcheln lassen. Salzen und pfeffern. In eine Schüssel geben.

• Die rote Paprika, Aubergine und Zucchini in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Im Korbeinsatz die Gemüsescheiben mit einem Schuss Öl 3 Minuten auf jeder Seite garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

• Die Lasagneblätter in gesalzenem kochendem Wasser 2 Minuten vorgaren.

• Eine dünne Schicht Bolognesesauce in beiden Formen verteilen. Dann nacheinander die Lasagneplatten auslegen, die Zucchinischeiben, Sauce, Lasagneplatten, Auberginenscheiben, Sauce, Lasagneplatten, Paprikastücke, Sauce, Lasagneplatten sowie zum Abschluss geriebenen Emmentaler.

• Die Form in den Korbeinsatz stellen und 25 Minuten garen. Ebenso mit der zweiten Auflaufform vorgehen.

- 600 g Rinderhack
- 600 g Tomatensauce
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Aubergine
- 2 Zucchini
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 TL getrockneter Thymian
- 1 TL getrocknetes Basilikum
- 12 Lasagneplatten
- 200 g Emmentaler, gerieben
- Etwas Öl
- Salz, Pfeffer



# Gegrilltes Gemüse mit Thymian



X 6



20 min



23 min

- Das Gemüse schälen und waschen. Die Schalotten der Länge nach halbieren. Karotten und Zucchini längs zu langen Stäbchen schneiden.
- Schalotten und Karotten mit etwas Öl bepinseln und in den Korbeinsatz legen.
- 5 Minuten bei 150 °C garen.
- Die Zucchini mit Öl bepinseln.
- Spargel, Pilze und Zucchini zusammen mit den Schalotten und Karotten in den Korbeinsatz legen. Salzen und pfeffern. Thymian darüber streuen und 18 Minuten bei 160 °C garen.

- 5 Schalotten
- 6 Karotten
- 8 Stangen grüner Spargel
- 2 Zucchini
- 300 g kleine Champignons
- 1 TL getrockneter Thymian
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Olivenöl



# Kalbsburger mit Cheddar



X 6



25 min



15 min

- Das Kalbfleisch in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie würzen.
- Aus dem Fleisch 6 Bällchen formen, flachdrücken und in den Korbeinsatz legen. Auf Stufe 4, 5 Minuten bei 200 °C garen.
- In der Zwischenzeit die Brötchen aufschneiden und beide Hälften mit Senf bestreichen.
- Wenn die Burgerfrikadellen gar sind, auf die untere Brötchenhälfte legen und mit einer Scheibe Cheddar belegen.
- 3 belegte Brötchen mit der Oberseite nach oben zeigend in den Korbeinsatz legen. Aus dem Korbeinsatz entnehmen und den Vorgang mit den 2 verbleibenden Burgern wiederholen.
- Die herausgenommenen Burger zusätzlich mit Gurkenscheibchen und Salat belegen und wieder zuklappen.

- 6 Mini-Brötchen
- 800 g Kalbshackfleisch
- 2 EL glatte Petersilie, gehackt
- Salz und Pfeffer
- Etwas grüner Salat
- 3 Salzgurken, in dünne Streifen geschnitten
- 3 EL grober Senf
- 6 Scheiben Cheddar



# Kalbsrouladen mit Bacon und weißer Salbeisauce



X 6



30 min



30 min

**Erforderliches Material:** Bindfaden, lebensmittelecht

- Das Kalbshackfleisch in einer Schüssel mit Koriander, Muskat und Rosmarin würzen. Salzen und pfeffern.
- Die Koteletts mit dem Hackfleisch bestreichen. Die Ränder der Koteletts in die Mitte klappen und so Rouladen formen.
- Jede Roulade mit 2 Scheiben Bacon umwickeln und mit dem Bindfaden zuschnüren.
- Die Rouladen in den Korbeinsatz legen und auf Stufe 5, 30 Minuten bei 170 °C garen.
- In der Zwischenzeit in einer Schüssel Joghurt mit Salbei und Zitrone vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rouladen mit einem Löffel weißer Salbeisauce servieren.

- 6 fein geschnittene Kalbskoteletts (mit Knochen)
- 300 g Kalbshackfleisch
- 12 Baconstreifen (durchwachsen)
- 2 TL Korianderpulver
- 2 Prisen gemahlener Muskat
- 2 TL Rosmarin, gemahlen
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Salbei, gehackt
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 2 kleine Becher griechischer Yoghurt



# Lachssteaks mit Curry



X 6



30 min



20 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm) und etwas Alufolie.**

- In einem Topf die Zwiebeln glasig dünsten.
- Knoblauch und Tomatenwürfel hinzugeben. Bei niedriger Hitze einige Minuten einkochen lassen.
- Kreuzkümmel, Masala, Ingwer und Tomatenmark dazugeben. Gut vermischen.
- Kokosmilch dazugießen und 2 Minuten köcheln lassen. Erneut abschmecken.
- 3 Lachsfilets in der Form auslegen. Die zubereitete Sauce mit einem Löffel über dem Lachs verteilen. Die Form mit Alufolie abdecken und in den Korbeinsatz stellen. 10 Minuten bei 200 °C garen. Die fertigen Filets aus der Form nehmen und den Vorgang mit den 3 übrigen Filets wiederholen.
- Mit gehackter Minze garnieren.

- 6 Lachsfilets
- 1 Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, in feine Streifen geschnitten
- 2 reife Tomaten, in Würfel geschnitten
- 2 EL Tomatenmark
- 150 ml Kokosmilch
- 1 EL frische Minze, gehackt
- 2 EL indische Gewürzmischung



# Thunfischsteaks mit dreierlei Tomaten



X 6



15 min



12 min

- In einer Schüssel die drei verschiedenen Tomatensorten, Olivenöl und Oregano mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Thunfischsteaks salzen und pfeffern und in den Korbeinsatz legen.
- Das Tomatengemüse auf den Steaks verteilen, so dass diese gut abgedeckt sind.
- Um die Steaks "medium" zu braten, 12 Minuten bei 150 °C garen. Die Garzeit nach Wunsch verlängern.

- 6 Steaks vom Gelbflossen-Thunfisch (etwa 130 g/Steak)
- 70 g getrocknete Tomaten, gehackt
- 70 g stückige Tomaten aus der Dose, abgegossen
- 2 reife Tomaten, in kleine Würfel geschnitten
- 1 TL Oregano
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer



# Hähnchenschenkel mit Rosmarinkartöffelchen



X 6



15 min



30 min

- In einer großen Schüssel Senf, Olivenöl, Zitronensaft, Paprikapulver, Knoblauchpulver und Senfsamen vermischen. Salzen und pfeffern.
- Die neuen Kartoffeln gründlich waschen und halbieren. Zusammen mit den Hähnchenschenkeln und dem Rosmarin in die Schüssel geben.
- Gut durchmischen und das Fleisch vollständig mit der Marinade abdecken.
- Kartoffeln und Hähnchenschenkel in den Korbeinsatz legen und 30 Minuten bei 170 °C auf Stufe 3 garen.

- 6 Hähnchenschenkel
- 700 g neue Kartoffeln
- 4 Rosmarinzweige
- 3 EL Honigsenf
- 2 TL Paprikapulver
- 2 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Senfsamen
- Saft von 2 Zitronen
- 3 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer



# Thunfisch-Calzone



X 6



20 min



15 min

## Erforderliches Material: Backpapier

- Den Boden des Korbeinsatzes mit einem Quadrat aus Backpapier auslegen und dabei 1 cm Platz zu den Rändern lassen.
- Den Thunfisch abtropfen lassen.
- Auf der Hälfte des Pizzateigs eine Schicht Senf verteilen. Darauf achten, dass die Ränder frei bleiben. Die Tomatenscheiben auf dem Teig auslegen.
- Mit frischem Thymian bestreuen und den Thunfisch darauf zerbröseln. Zuletzt den Ricotta verteilen.
- Die Pizza zusammenklappen und die Ränder mit etwas Eigelb bestreichen. Die Ränder umklappen, um die Pizza sicher zu verschließen.
- Die Oberseite mit dem restlichen Eigelb bestreichen und Parmesanspäne darüber streuen.
- Die Calzone in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 160 °C garen.

- 1 quadratischer backfertiger Pizzateig
- 2 Tomaten, in feine Scheiben geschnitten
- 2 EL Senf
- Einige Prisen frischer Thymian
- 400 g Thunfisch im eigenen Saft
- 3 EL Ricotta
- 1 verquirltes Eigelb
- Etwas Parmesan, gehobelt



# Knuspriger Bauchspeck vom Schwein



X 6



30 min



1 Stunde

- Die Bauchspeckscheiben in einem Topf 30 Minuten in Wasser kochen. Sorgfältig trocken tupfen.
- In einer Schüssel, Zucker, Salz und Quatre-épices mischen. Das Fleisch mit Worcestershire-Sauce bepinseln, die Schwarte dabei auslassen. Mit der Zucker-Salz-Gewürzmischung würzen.
- Das Fry Delight-Gerät 3 Minuten lang auf 160 °C vorheizen.
- Einen Zahnstocher durch die gesamte Oberfläche der Schwarte stechen. Die Schwarte trocken tupfen.
- Die 2 Bauchspeckstücke in den Korbeinsatz legen und bei 160 °C 30 Minuten auf Stufe 4 garen.
- Das überschüssige Fett auf der Schwarte abtupfen und weitere 30 Minuten bei 180 °C auf Stufe 4 garen.

- 2 Scheiben Bauchspeck vom Schwein (450 g)
- 2 TL Quatre-épices (französische Gewürzmischung)
- 1 EL Zucker
- 2 EL feines Salz
- 20 ml Worcestershiresauce



# Bauchspeck vom Schwein mit Barbecue-Sauce



X 6



30 min



1 Std. 20 min

- Zunächst die Barbecue-Sauce zubereiten. In einem Topf die geschnittene Zwiebel in Olivenöl auf kleiner Flamme glasig dünsten. Knoblauch und rote Paprikaschote hinzugeben und weitere 10 Minuten dünsten. Anschließend Honig, Tomatenmark, Ketchup, Worcestershire-Sauce, Brühe und Rotwein hinzugeben. Salzen und pfeffern und weitere 10 Minuten köcheln lassen. Die Zubereitung pürieren.
- Die Bauchspeckscheiben mit Barbecue-Sauce bepinseln und senkrecht mit der Schwarte nach oben in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 4 anwählen und 50 Minuten bei 160 °C garen. Wenden und erneut Stufe 4 anwählen, um den Schweinebauch weitere 30 Minuten bei 180 °C zu garen. Vor dem Öffnen des Behälters 1 Minute warten, um mögliche Spritzer zu vermeiden.
- Mit der restlichen Barbecue-Sauce servieren.

- 2 rote Paprikaschoten, in Streifen geschnitten
- 1 Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 2 EL Tomatenmark
- 3 EL flüssiger Honig
- 4 EL Ketchup
- 150 ml Rotwein
- 150 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Worcestersauce
- 1 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 18 Scheiben Schweinebauch



# Schwedische Fächerkartoffeln



X 6



10 min



30 min

- Die Kartoffeln vorsichtig in feine Scheiben schneiden, dabei aber nicht ganz durchschneiden.
- In einer Schüssel pürierte Tomaten und Dill mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Diese Mischung auf die Kartoffeln geben und sorgfältig zwischen den Scheiben verteilen. Mit einem Schuss Olivenöl beträufeln.
- Die Kartoffeln in den Korbeinsatz legen und 30 Minuten bei 160 °C garen.
- Die Kartoffeln mit einem Löffel Sahnejoghurt servieren, der mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Olivenöl abgeschmeckt wurde.

- 6 Kartoffeln (zum Backen geeignete Kartoffelsorte)
- 3 Tomaten, püriert
- 3 EL Dill
- 2 Becher Sahnejoghurt (125 g)
- 2 Schuss Olivenöl
- Salz und Pfeffer



# Ofenkartoffeln



X 6



30 min



35 min

## Erforderliches Material: Alufolie

- Die Kartoffeln waschen und noch feucht in Alufolie einwickeln. Die eingewickelten Kartoffeln in den Korbeinsatz legen.
- 30 Minuten bei 200 °C garen. Die Kartoffeln während des Garvorgangs prüfen. Sie sind gar, wenn sie im Inneren weich sind. Gegebenenfalls den Garvorgang verlängern.
- Die Kartoffeln aus dem Korbeinsatz entnehmen. Die Alufolie öffnen und nur um den unteren Teil der Kartoffeln belassen, um ein Schiffchen zu formen.
- Das Innere der Kartoffeln mit einem Löffel herauslösen und in eine Schüssel geben. Butter, Knoblauch, 2/3 des Parmesans und Petersilie hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einer Gabel durchmischen.
- Das Püree wieder zurück in die Kartoffelschale geben, mit dem restlichen Parmesan bestreuen und die Kartoffeln in den Korbeinsatz geben. 5 Minuten bei 190 °C garen.

- 6 große Kartoffeln
- 100 g Butter
- 100 g Parmesan, gerieben
- 2 EL Knoblauchpulver
- 4 EL glatte Petersilie, gehackt
- Salz und Pfeffer



# Tiefgefrorene Pom Poms



X 6



10 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.
- Die tiefgefrorenen Pom Poms in den Korbeinsatz geben.
- Stufe 1 auswählen und 10 Minuten bei 200 °C garen.
- Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.

- 1 kg tiefgefrorene Pom Poms oder Kroketten



# Brathähnchen



X 6 (1 Stück à 1,2 kg)



5 min

## Erforderliches Material: Backpapier



60 min

- In einer Schüssel die Hähnchenschenkel mit Honig, Olivenöl und frischem Thymian einreiben. Salzen und pfeffern.
- Die Zitrone in feine Scheiben schneiden und den Korbeinsatz damit abdecken.
- Das Hähnchen in den Korbeinsatz legen.
- 55 Minuten bei 160 °C garen.
- Die Zitronen entnehmen und das Hähnchen weitere 5 Minuten bei 200 °C garen.

- 1 Hähnchen (1,2 kg)
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Honig
- 3 EL frischer Thymian, gehackt
- 4 Zitronen
- Salz und Pfeffer



# Kartoffelspalten auf mexikanische Art



X 6



20 min



30 min

- Die Kartoffeln je nach Größe in Viertel oder Achtel schneiden. Sorgfältig trocken tupfen.
- In einer Schüssel die Kartoffeln mit geschmolzener Butter und den mexikanischen Gewürzen mischen.
- Die Kartoffeln in den Korbeinsatz geben und 30 Minuten bei 180 °C garen. Dabei alle 5 Minuten umrühren.
- Wenn sie gar sind, aus dem Korbeinsatz entnehmen und in eine Schüssel geben. Mit Paprika, Selleriesalz und einer Prise Cayennepfeffer würzen.
- Heiß servieren.

- 1,2 kg festkochende Kartoffeln, gewaschen
- 80 g leicht gesalzene Butter, geschmolzen
- 2 EL Mexikanische Gewürzzubereitung oder Fajita-Mix
- 2 TL Selleriesalz
- 1 Prise Cayenne-Pfeffer
- 2 EL Paprikapulver



# Frittierte Vier-Käse-Ravioli



X 6



15 min



20 min



18 min

- In einer Schüssel die Eier mit Salz und Pfeffer verquirlen.
- Die ungekochten Ravioli hinzugeben und darauf achten, dass sie nicht aneinanderkleben.
- 20 Minuten in der Eiermischung lassen und gelegentlich umrühren, damit sie weich werden.
- Die Semmelbrösel auf einen Teller geben. Die Ravioli in den Semmelbröseln wälzen und senkrecht in den Korbeinsatz geben.
- 18 Minuten bei 160 °C garen.

- 800 g Vier-Käse-Ravioli
- 3 Eier
- 300 g Semmelbrösel
- Salz und Pfeffer



**TIPP:**  
mit einer pikanten  
Tomatensauce  
servieren.



# Kartoffel-Rösti



X 6



10 min



1 Stunde

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)**

- In einer Schüssel die geriebenen Kartoffeln mit Salz vermischen.
- Die Ränder der Auflaufform buttern und 3 Flocken Butter auf den Boden der Form geben.
- Die Kartoffeln kräftig ausdrücken, um den Saft vollständig zu entfernen. Die halbe Menge Kartoffeln in die Form geben. 3 Flocken Butter darauf verteilen.
- Die Form in den Korbeinsatz stellen und 30 Minuten bei 180 °C garen. Den Vorgang mit den restlichen Kartoffeln wiederholen.
- In der Zwischenzeit die Sahne mit einem Rührbesen steif schlagen. Wenn die Sahne anfängt fest zu werden, mit Salz und Pfeffer würzen. Dill hinzugeben und kühl stellen.
- Die Rösti herausnehmen und auf einem Teller in Viertel schneiden. Mit einem Löffel Dillsahne und einer Scheibe Räucherlachs servieren.

- 750 g festkochende Kartoffeln, gerieben
- 2 gestrichene TL feines Salz
- 40 g Butter
- 6 große Scheiben vom Räucherlachs
- 150 ml Sahne
- 3 EL Dill
- Salz und Pfeffer



# Nizza-Salat mit Thymian-Seebrasse



X 6



20 min



12 min

- Die Seebrasse mit Pfeffer, Salz und Thymian würzen. Mit der Haut nach unten in den Korbeinsatz legen.
- Die halbierten Kartoffeln und die geputzten grünen Bohnen auf den Fisch geben. Mit einem Schuss Öl beträufeln.
- 12 Minuten bei 170 °C garen.
- Fisch und Gemüse nacheinander aus dem Korbeinsatz nehmen. Die Seebrassen-Filets in Würfel schneiden.
- In einer Schüssel Olivenöl, Zitronensaft, Senf und jeweils eine Prise Salz und Pfeffer verrühren.
- Blattsalat, Kartoffeln, grüne Bohnen, Tomaten und schwarze Oliven hinzugeben.
- Mit geviertelten Eiern und den Fischiletstücken servieren.

- 3 Seebrassenfilets
- 200 g neue Kartoffeln
- 100 g grüne Bohnen
- 3 große Eier, gekocht
- 1 Kopfsalat
- 3 EL schwarze Oliven
- 3 reife Tomaten, in Würfel geschnitten
- 3 EL frischer Thymian
- 3 EL Olivenöl
- 1 Zitrone
- 1 TL Senf



# Tomatensauce



X 4



15 min



30 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)**

- Die Tomaten waschen und halbieren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Mit einem Schuss Olivenöl beträufeln.
- Die Tomaten mit dem Fruchtfleisch nach oben in die Form legen. Die Tomaten können im Korbeinsatz übereinandergelegt werden. Die Form in den Korbeinsatz stellen und 15 Minuten bei 200 °C garen.
- Wenn die Tomaten Farbe angenommen haben, Thymian, Knoblauch und Zwiebel auf den Tomaten verteilen und weitere 15 Minuten bei 170 °C garen.
- Alles in einen Mixer geben und zu einer glatten Sauce pürieren. Noch einmal abschmecken.

- 1,5 kg reife Rispen Tomaten
- 2 weiße Zwiebeln, fein geschnitten
- 1 Schuss Olivenöl
- 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 Thymianzweig
- 1 EL Kristallzucker
- Salz und Pfeffer



**TIPP:**  
Geben Sie vor dem Pürieren einige Basilikumblätter hinzu.



# Seezunge mit grünen Bohnen



X 6



15 min



12 min

Erforderliches Material: Backpapier

- Den Fisch mit Kräutern, Olivenöl und Zitronenscheiben in eine Schüssel geben, um ihn zu marinieren. 10 Minuten kühl stellen.
- Die grünen Bohnen halbieren. Den Korbeinsatz mit Backpapier auslegen und die grünen Bohnen hineingeben.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 160 °C vorheizen.
- Die Fischfilets mit der Haut nach unten in den Korbeinsatz legen und die Marinade darüber gießen. 12 Minuten bei 160 °C garen.

- 3 Seezungenfilets
- 500 g frische grüne Bohnen
- 2 EL Minze
- 2 EL Basilikum
- 2 Zitronen
- 1 Schuss Olivenöl
- Salz und Pfeffer



**TIPP:**  
Mit Basmati-Reis und Zitronenzesten auf dem Fisch servieren.



# Tomaten auf provenzalische Art



X 6



20 min



10 min



7 min

- Knoblauch und Petersilie in einem Mixer fein hacken.
- Senf und Eigelb hinzugeben und erneut mixen. Nach und nach das Olivenöl in den Mixer geben, damit eine leichte Emulsion entsteht. Salzen und pfeffern. Alles in eine Schüssel umfüllen.
- Mit dem Rührbesen Oregano, Thymian, Zitronensaft und Semmelbrösel unterrühren und 10 Minuten ruhen lassen.
- Die Tomaten halbieren, salzen und pfeffern.
- Mit einem großen Löffel die Tomatenhälften mit einer dicken Schicht der provenzalischen Gemüse Mischung bedecken und in den Korbeinsatz stellen.
- 7 Minuten bei 190 °C garen.
- Durch leichtes Drücken auf die Seiten der Tomaten die Garprobe machen und den Garvorgang bei Bedarf fortsetzen.

- 6 Rispentomaten
- 5 EL Mayonnaise
- 1 TL getrockneter Oregano
- 2 TL getrockneter Thymian
- Saft von ½ Zitrone
- 3 EL Semmelbrösel
- Salz und Pfeffer



# Clafoutis mit Lauch und Seelachs



X 6



20 min



30 min

**Erforderliches Material:** eine quadratische Springform (14 cm) und Backpapier

- Die Form mit Olivenöl bepinseln und mit einem Esslöffel Mehl bestäuben.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 170 °C vorheizen. Lauch und Schalotten putzen und schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Petersilie hacken.
- Den Korbeinsatz mit Backpapier abdecken, Schalotten und Lauch darin 5 Minuten bei 170 °C garen. Den Korb nach der Hälfte der Garzeit schwenken. Das in Scheiben geschnittene Fischfilet dazugeben. Gut umrühren. Spinat, Petersilie, Muskat, Zitronenzesten und -saft dazugeben. Abkühlen lassen.
- In einer Schüssel Ei und Sahne verquirlen. Mehl hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fisch und Gemüse aus dem Korbeinsatz in die Schüssel geben.
- Den gesamten Inhalt in die Springform füllen und in den Korbeinsatz stellen. Stufe 5 auswählen und 30 Minuten bei 170 °C garen.

- 500 g Seelachsfilets
- 200 g Spinat
- 4 Lauchstangen
- 2 Schalotten
- 1 Bund frische Petersilie
- 1 Zitrone
- 200 g Kochsahne
- 1 großes Ei
- 3 EL Mehl
- ½ TL Muskat
- 1 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer



## TIPP:

Probieren Sie das Rezept einmal mit Seehecht anstelle von Seelachs.





# SNACKS

- Knusprige Chicken Wings mit Paprika 51
- Tiefgefrorene Fischstäbchen 52
- Tiefgefrorene Tintenfischringe im Backteig 53
- Garnelen im Backteig 54
- Tiefgefrorene Onion Rings 55
- Knusprige Tofuhappen mit Honig 56
- Möhrenbratlinge mit Kreuzkümmel 57
- Hackfleischbällchen mit Chili 58
- Currybratlinge mit Linsen 59
- Kartoffelklößchen auf indische Art 60
- Knusprige Lammtaschen auf indische Art 61
- Briks mit Thunfisch und Ei 62
- Bruschetta Caprese 63
- Knusprige Pilze 64
- Mit Haselnüssen und Ziegenkäse gefüllte Champignons 65
- Parmesan cracker mit Chorizo 66
- Kräuterkroketten mit Krabben 67
- Spanische Kroketten mit Serranoschinken 68
- Empanadas mit Fleischfüllung (Teigtaschen) 69
- Hähnchensticks mit Trockenobst 70
- Fischfilets mit Sauce Tartare 71
- Tiefgefrorene Frikadellen-Sticks 72
- Gemüsefrikadellen mit Feta 73
- Gamba-Korma im Kadaifi-Teig 74
- Guacamole 75
- Tiefgefrorene Fleischkroketten 76
- Chicken Nuggets mit Cornflakes-Kruste 77
- Chicken Nuggets mit selbstgemachtem Ketchup 78
- Tiefgefrorene Chicken Nuggets 79
- Geröstetes Knoblauchbrot 80
- Mürbeteigkekse mit Käse 81
- Knusprige Kichererbsen 82
- Neue Kartoffeln mit Parmesan-Kruste 83
- Vietnamesische Frühlingsrollen mit Gemüsefüllung 84
- Italienische Kalbsröllchen 85
- Samosa mit Rindfleisch-Gemüsefüllung 86
- Tiefgefrorene Samosas 87
- Vegetarische Samosas 88
- Rindfleisch-Spieße mit Käse und Teriyaki-Sauce 89
- Gegrillte Käse-Toasts mit Paprika 90

# Knusprige Chicken Wings mit Paprika



X 6



10 min



10 min



24 min

- In einer Schüssel das Mehl mit 3 EL Paprikapulver mischen und die Hähnchenflügel in dieser Mischung wenden. Überschüssiges Mehl und Paprikapulver von den Hähnchenstücken abklopfen. Die Hähnchenflügel 10 Minuten kalt stellen.

- Butter, Zitronensaft, Sweet-Chili-Sauce und 2 EL Paprikapulver mit dem Schneebesen verrühren.

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.

- Die Hähnchenflügel nacheinander in die aromatisierte Butter eintauchen, abtropfen lassen und in den Korbeinsatz legen. Die Hähnchenstücke können im Korbeinsatz übereinandergelegt werden.

- Stufe 3 auswählen und 12 Minuten bei 180 °C garen.

- Stufe 3 auswählen und 12 Minuten bei 180 °C garen.

- 18 Hähnchenflügel
- 150 g Weißmehl
- 5 EL Paprikapulver
- Saft von 1 Zitrone
- 5 EL Sweet-Chilisauce
- 150 g leicht gesalzene Butter, geschmolzen



# Tiefgefrorene Fischstäbchen

Anzahl:

X 18



12 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.
- Die Fischstäbchen in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 2 auswählen und 12 Minuten bei 200 °C garen.
- Die Fischstäbchen nach der Hälfte der Garzeit wenden.

- 18 tiefgefrorene  
Fischstäbchen (etwa 500 g)



# Tiefgefrorene Tintenfischringe im Backteig

Anzahl:

X 18



8 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorwärmen.
- Die Tintenfischringe in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 2 auswählen und 8 Minuten bei 200 °C garen.
- Die Tintenfischringe nach der Hälfte der Garzeit schwenken.

- 18 tiefgefrorene Tintenfischringe/  
Calamari im Backteig  
(etwa 500 g)



# Garnelen im Backteig

Anzahl:

X 36



30 min



10 min



14 min

## Erforderliches Material: Backpapier

- Für den Backteig, Mehl, Hefe, Milch und Ei verrühren. Gut vermischen.
- Die Butter zerlassen und unter den Teig rühren.
- 10 Minuten kalt stellen.
- In der Zwischenzeit die Garnelen halbieren. Sorgfältig mit Küchenpapier trocken tupfen.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.
- Den Boden des Korbeinsatzes mit einem Quadrat aus Backpapier auslegen und dabei 1 cm Platz zu den Rändern lassen. Die Garnelen in den Teig tauchen und die ersten 18 Stück auf das Backpapier im Korbeinsatz legen.
- 7 Minuten bei 180 °C garen. Die fertigen Garnelen entnehmen.
- Die übrigen 18 Garnelen in den Korbeinsatz legen und ebenfalls 7 Minuten bei 180 °C garen.

- 250 g Weißmehl
- 7 g Instant-Trockenhefe
- 90 ml Milch
- 20 g Butter
- 2 Eier
- 1 Prise Salz
- 18 rohe Riesengarnelen, geschält



### TIPP:

Versuchen Sie das Rezept einmal mit 1 EL Dill im Backteig.



# Tiefgefrorene Onion Rings



X 6



10 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorwärmen.
- Die Onion Rings in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 2 auswählen und 10 Minuten bei 200 °C garen.
- Die Onion Rings nach der Hälfte der Garzeit umrühren.

• 400 g tiefgefrorene Onion Rings



# Knusprige Tofuhappen mit Knoblauch und Honig



X 6



15 min



30 min



15 min

- Für die Marinade, Sojasoße, Zitronensaft, Knoblauch und Honig in einer Schüssel verrühren.
- Die Tofustücke darin 30 Minuten lang marinieren.
- Abtropfen lassen und schnell mit der auf einem tiefen Teller eingestreuten Kartoffelstärke panieren. Überschüssige Kartoffelstärke leicht abklopfen.
- Die Tofustücke in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 190 °C garen.
- Den Tofu aufgeschnitten und mit der Marinade beträufelt servieren. Mit den gehackten Frühlingszwiebeln und dem Sesam-Mix bestreut servieren.

- 6 Tofuwürfel à 25 g
- 2 Frühlingszwiebeln, gehackt
- 3 EL Honig
- 3 EL Sojasauce
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1 EL Knoblauchpulver
- 3 EL Kartoffelstärke/  
Kartoffelmehl
- 1 EL geröstete Sesamsamen,  
vermischt mit 1 Prise Salz



# Möhrenbratlinge mit Kreuzkümmel

Anzahl:

X 24



15 min



15 min

- Die Karotten schälen und grob raspeln.
- Kichererbsen, Karotten und Kreuzkümmel in einem Mixer pürieren. 24 runde Bratlinge formen und abkühlen lassen.
- Ei in einem tiefen Teller verquirlen. Die Semmelbrösel auf einen anderen Teller geben.
- Die Bratlinge panieren. Diese hierzu zunächst in den Semmelbröseln wälzen, dann in das Ei tunken und schließlich erneut in den Semmelbröseln wälzen.
- Bratlinge in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 180 °C garen. Regelmäßig wenden. Die Bratlinge können im Korbeinsatz übereinandergelegt werden.

- 3 Karotten
- 300 g gekochte Kichererbsen, abgossen
- 80 g Parmesan
- 100 g Semmelbrösel
- 2 Eier
- 3 EL Olivenöl
- 1 Prise Kreuzkümmel
- Salz, Pfeffer



# Hackfleischbällchen mit Chili

Anzahl:

X 30



15 min



20 min

## Erforderliches Material: Backpapier

- Die Karotten waschen und schälen. Das gesamte Gemüse fein hacken.
- Den Korbeinsatz mit Backpapier auslegen. Mit einem Schuss Olivenöl beträufeln, dann Knoblauch, Zwiebel, Karotte, rote Paprikaschote und Chilischote hineingeben. Fünf Minuten bei 180 °C garen. Mit Kreuzkümmel und gehacktem Koriander würzen.
- Rote Bohnen und halbierte Tomaten dazugeben und weitere 2 Minuten garen. Abkühlen lassen.
- Das gegarte Gemüse mit dem Hackfleisch in einer Schüssel vermischen. Salzen und pfeffern. Aus der Mischung ovale und etwa 60 g schwere Bällchen formen.
- 15 Fleischbällchen in den Korbeinsatz legen und 10 Minuten bei 180 °C garen. Die Bällchen können im Korbeinsatz übereinander gelegt werden. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
- Wenn sie gar sind, die ersten 15 Fleischbällchen entnehmen und die übrigen 15 Bällchen in den Einsatz geben. Den Vorgang wiederholen bis alle Bällchen gar sind.

- 1 Karotte
- 1 rote Paprikaschote
- 1 kleine Chilischote
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Tomaten
- 200 g rote Bohnen aus der Dose
- 1 EL Kreuzkümmelpulver
- 400 g Rinderhack
- 2 EL Koriander
- 1 Schuss Olivenöl
- Salz, Pfeffer



# Currybratlinge mit Linsen

Anzahl:



X 24

40 min



20 min

- Kartoffeln und Zwiebel schälen und in feine Würfelchen schneiden.
- Die Zwiebel in einem Topf mit einem Schuss Olivenöl kurz anbraten. Kartoffeln, rote Linsen und Kokosmilch dazugeben. Abdecken und etwa 30 Minuten garen, bis die Kokosmilch verdampft ist und die Linsen gar sind.
- Abkühlen lassen und getrocknete Tomaten und Currypulver untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Zunächst 12 Krokette formen und in den Semmelbröseln wenden. Die Krokette in den Korbeinsatz legen und 10 Minuten bei 180 °C garen. Aus dem Korbeinsatz entnehmen.
- Den Vorgang mit der übrigen Masse wiederholen und die zusätzlichen 12 Krokette ebenfalls 10 Minuten bei 180 °C garen.

- 200 g rote Linsen
- 500 ml Kokosnussmilch
- 200 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 6 Stück getrocknete Tomaten, in Scheiben geschnitten
- 1 EL Olivenöl
- 3 EL Currypulver
- 100 g Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer



## TIPP:

Servieren Sie die Linsenbratlinge mit gehacktem Koriandergrün.



# Kartoffelklößchen auf indische Art

Anzahl:



X 12

30 min



8 Stunden



20 min

- Die Kartoffeln ungeschält kochen und abkühlen lassen. Pellen und zerstampfen.
- Zwiebel und gelbe Paprikaschote in einer Pfanne mit einem Schuss Olivenöl garen, bis sie weich sind. Knoblauch, Currypulver, Kreuzkümmel und Korianderpulver hinzugeben. Weitere 5 Minuten auf niedriger Flamme dünsten.
- Die gestampften Kartoffeln unter das Currygemüse mischen. Salzen und pfeffern. Wenn möglich über Nacht kaltstellen.
- Kichererbsenmehl in einen tiefen Teller geben. Die ersten 6 Klößchen formen und im Mehl wälzen. In den Korb legen und sanft flachdrücken. 10 Minuten bei 180 °C garen. Aus dem Korbeinsatz entnehmen.
- Mit der übrigen Gemüsemasse wie zuvor vorgehen und 6 weitere Klößchen formen. Ebenfalls 10 Minuten bei 180 °C garen.
- Mit gehacktem Koriandergrün servieren.

- 2 große Kartoffeln (etwa 700 g)
- 1 gelbe Paprikaschote, in feine Streifen geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 1 Schuss Olivenöl
- 1 weiße Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 2 EL Currypulver
- 2 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Korianderpulver
- 90 g Kichererbsenmehl
- 3 EL Koriandergrün, gehackt
- Salz und Pfeffer



# Knusprige Lammtaschen auf indische Art

Anzahl:

X 6



15 min



16 min

## Erforderliches Material: Backpapier

• Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen. Petersilie und Minze waschen und hacken. Lamm und Zwiebel in Würfelchen schneiden.

• Korbeinsatz mit Backpapier auslegen. Lamm, Kräuter und Zwiebeln darauf geben und garen. Nach 5 Minuten Curry, Paprikapulver, Kardamom und verquirlte Eier dazugeben. Salzen und pfeffern. Zu einer glatten Masse verrühren.

• Die Teigblätter aufklappen, in der Mitte mit zwei überlappenden Tomatenscheiben auslegen, dann zwei EL Lammfüllung daraufgeben. Alle Teigecken nach innen klappen, um ein Quadrat zu erhalten.

• Drei zusammengeklappte Taschen in den Korbeinsatz legen und bei 180 °C 5 Minuten garen, bis sie leicht gebräunt sind. Wenden und weitere 3 Minuten bei 180 °C garen.

• Die fertigen Taschen entnehmen und den Vorgang mit den 3 verbleibenden Taschen wiederholen.

- 600 g Lammkeule, entbeint
- 1 Zwiebel
- 2 Eier
- 3 Tomaten
- ½ Bund Petersilie
- 1 EL Minze
- 1 EL Currypulver
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL Kardamom, gemahlen
- 6 Frühlingsrollenblätter
- Salz, Pfeffer



# Knusprige Thunfischtaschen mit Ei



X 6



20 min



30 min

- In einer Schüssel, Zwiebel, Thunfisch, grüne Oliven und gehackte Petersilie mischen. Mit Pfeffer würzen und gut verrühren.
- In die Mitte eines Teigblatts 1/4 der Zubereitung geben und in der Mitte eine Mulde formen.
- Ein Ei in die Mitte der Mulde schlagen und mit Kreuzkümmel würzen.
- Das Teigblatt an allen vier Enden umklappen, um ein Quadrat zu erhalten.
- Den Vorgang mit den übrigen 5 Teigblättern wiederholen.
- Die Teigtaschen wenden und mit etwas Olivenöl beträufeln.
- Die Teigtaschen eins nach dem anderen im Korbeinsatz 5 Minuten bei 180 °C garen.
- Mit Zitronenzesten bestreut servieren.

- 300 g Thunfisch im eigenen Saft, abgossen
- 1 Schuss Olivenöl
- 1 große Zwiebel, fein gehackt
- 4 EL glatte Petersilie, gehackt
- 6 Eier
- 6 Filo-/ Yufkateigblätter
- Abgeriebene Schale von 1/2 Zitrone
- 3 EL grüne Oliven, gehackt
- 1 TL Kreuzkümmel
- Pfeffer



# Bruschetta Caprese



X 6



20 min



10 min

- Olivenöl in eine Pfanne geben und den Knoblauch darin einige Minuten anbraten. Die in Würfel geschnittenen Tomaten dazugeben und garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Eine Mozzarellascheibe auf jede Brotscheibe legen, dann die Tomatenmischung darauf verteilen.
- Drei entsprechend belegte Brotscheiben in den Korbeinsatz legen und 5 Minuten bei 200 °C garen. Die ersten drei Brote entnehmen und die anderen drei ebenfalls 5 Minuten bei 200 °C garen.
- Dazu Ruccola reichen. Zum Servieren mit gehacktem Basilikum bestreuen und mit einem Spritzer Balsamico-Essig beträufeln.

- 6 Scheiben Mozzarella (ca. 300 g)
- 6 reife Tomaten, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen
- 6 Scheiben frisches Bauernbrot
- Etwas Ruccola
- 1 kleiner Bund Basilikum
- Salz und Pfeffer
- 1 Spritzer Balsamico Essig
- 5 EL Olivenöl



# Knusprige Pilze



X 6



15 min



5 min



15 min

- Stielenden der Pilze entfernen und die Eier in einer Schüssel verquirlen.
- Die Pilze in die verquirlten Eier tauchen und 5 Minuten ruhen lassen.
- Semmelbrösel, Röstzwiebeln, Tee aus dem Teebeutel und geriebenen Parmesan in einer Schüssel vermischen.
- Die Pilzköpfe in die Panade eintauchen.
- Alle Pilze in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 170 °C garen. Den Korbeinsatz dabei von Zeit zu Zeit ein wenig schütteln.
- Die knusprigen Pilze mit Zitronenzesten servieren.

- 70 g Parmesan
- 100 g Semmelbrösel
- 50 g gemahlene Röstzwiebeln
- 1 Beutel schwarzer Tee
- 2 Eier
- 200 g Shiitake-Pilze, geputzt
- Abgeriebene Schale von 1 Zitrone



## TIPP:

Für noch mehr Geschmack und Farbe gehackte Petersilie zu den Semmelbröseln hinzugeben.



# Gefüllte Pilze mit Haselnüssen und Ziegenkäse

Anzahl:

X 12



15 min



10 min

- Die Pilze schälen und die Stiele lösen.
- In eine Schüssel geben und mit etwas Olivenöl beträufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Pilze mit dem Kopf nach unten in den Korbeinsatz legen und 5 Minuten bei 180 °C garen.
- In der Zwischenzeit in einer großen Schüssel Ziegenkäse mit Crème fraîche zerdrücken und Schnittlauch, Frühlingszwiebel und die gehackten Haselnüsse hinzugeben. Salzen und pfeffern.
- Die Pilzköpfe mit dieser Zubereitung füllen. 5 Minuten bei 200 °C garen.
- Mit Piment d'Espelette bestreut servieren.

- 12 große Champignons
- Etwas Olivenöl
- 300 g Ziegenfrischkäse
- 2 EL Crème fraîche
- 40 g gehackte Haselnüsse
- 1 Frühlingszwiebel, fein gehackt
- 3 EL Schnittlauch, fein gehackt
- 1 Prise Piment d'Espelette oder Paprika, rosenscharf
- 70 g Semmelbrösel aus Weißbrot
- Salz und Pfeffer



# Parmesancracker mit Chorizo

Anzahl:

X 30



20 min



36 min

- In einer Schüssel Mehl, Backpulver, Parmesan und Pfeffer verrühren.
- Butter dazugeben und mit den Fingern in die Mehlmischung drücken, um einen krümeligen Teig zu erhalten.
- Ei und Chorizo rasch einarbeiten. Den Teig nicht zu lange kneten.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 160 °C vorheizen.
- In der Zwischenzeit aus dem Teig 30 Kügelchen formen und flach drücken.
- 10 Stück in den Korbeinsatz legen und 12 Minuten bei 160 °C garen.
- Einige Minuten abkühlen lassen. Dann aus dem Korbeinsatz entnehmen.
- Diesen Vorgang mit dem übrigen Teig zwei weitere Male wiederholen, bis alle Cracker fertig sind.

- 300 g Weißmehl
- 160 g weiche Butter
- 110 g Parmesan, gerieben
- 1 Ei
- 2 TL Backpulver
- 80 g Chorizo, fein gehackt
- Pfeffer



# Kroketten aus Krabbenfleisch mit feinen Kräutern

Anzahl:

X 12



20 min



30 min

- Die Hälfte der Cracker mit der Milch in einer Schüssel mischen.
- Anschließend Krabbenfleisch, Dill, Eier, Zitronensaft, Zwiebel, Mayonnaise und Senf hinzugeben. Salzen und pfeffern. Anschließend Krabbenfleisch, Schnittlauch, Dill, Petersilie, Eier, Zitronensaft, Zwiebel, Mayonnaise und Senf hinzugeben. Salzen und pfeffern.
- Aus der Zubereitung 8 Klößchen formen. Den Rest der Cracker auf einen Teller legen.
- Die Klößchen zum Panieren in den zerstoßenen Crackern wenden.
- 6 Krabbenklößchen in den Korbeinsatz legen und andrücken, um flache Bratlinge zu erhalten. 15 Minuten bei 170 °C garen.
- Die fertigen Kroketten aus dem Korbeinsatz entnehmen. Die restlichen 4 Klößchen hineinlegen, flach drücken und ebenfalls 15 Minuten bei 160 °C garen.

- 1 Packung Salzcracker (350 g), fein zerbröselt
- 400 ml Milch
- 300 g Krabbenfleisch
- 2 EL Mayonnaise
- 2 Eier
- 2 EL Senf
- Saft von 1 Zitrone
- 3 EL Dill, fein gehackt
- 2 Frühlingszwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- Salz und Pfeffer



# Spanische Krokette mit Serranoschinken

Anzahl:

X 24



20 min



17 min

- Die Serranoscheiben in hauchdünne Streifen schneiden.
- Zerstampfte Kartoffeln, Käse, Muskat und Schinken in einer Schüssel untermischen. Mit Pfeffer würzen.
- 24 runde oder längliche Krokette formen und kalt stellen.
- Eier verquirlen und in einen tiefen Teller gießen.
- Mehl und Semmelbrösel jeweils in einen anderen Teller geben.
- Die Krokette zuerst im Mehl wenden. Das überschüssige Mehl abklopfen. Dann in das Ei tunken und schließlich in den Semmelbröseln wenden.
- Die Krokette in den Korbeinsatz geben und 17 Minuten bei 180 °C garen. Die Krokette können im Korbeinsatz übereinandergelegt werden.

- 600 g Kartoffeln, gekocht, zerstampft und abgekühlt
- 70 g Käse, gerieben
- 6 Scheiben Serranoschinken
- 2 Eier
- 130 g Weißmehl
- 200 g Semmelbrösel aus Weißbrot
- Pfeffer
- 2 Prisen Muskat



# Empanadas mit Fleischfüllung (Teigtaschen)

Anzahl:

X 12



20 min



24 min

- Zwiebel und Olivenöl in einen Topf geben, Fleisch dazugeben, anschließend Paprikapulver, Brühe, Tomatenmark und Chorizo hinzufügen. 10 Minuten garen, bis keine Flüssigkeit mehr übrig ist. Schnittlauch dazugeben und abkühlen lassen.
- Den Teig auslegen und 12 Kreise mit einem Durchmesser von jeweils 15 cm ausschneiden.
- Die Fleischfüllung daraufgeben und die Teigländer durch Anfeuchten mit Wasser verschließen. Halbmonde formen.
- Das Eigelb mit EL Wasser verquirlen und die Empanadas mit der Mischung bepinseln.
- 6 Empanadas in den Korbeinsatz legen und 12 Minuten bei 180 °C garen. Die fertigen Empanadas herausnehmen und die restlichen 6 Stück in den Korbeinsatz legen. Ebenfalls 12 Minuten bei 180 °C garen.

- 1 Blätterteig
- 2 Eigelb
- 50 ml Milch
- 3 rote Zwiebeln, fein gehackt
- 1 Schuss Olivenöl
- 70 g Chorizo, in Würfel geschnitten
- 300 g Rinderhack
- 2 TL Paprikapulver
- 120 ml Rinderbrühe
- 2 EL Tomatenmark
- 4 EL Schnittlauch, fein gehackt



# Hähnchensticks mit Trockenobst



X 6



15 min



12 min

- Pinienkerne, Pflaumen und Feigen grob hacken. In eine Schüssel geben und Petersilie und Ricotta hinzufügen.

- Hähnchenschenkel von Haut und Knochen befreien. Das Fleisch in sehr feine Stücke schneiden. Mit dem Trockenobst vermischen.

- Die "Sticks" formen: Eine Fingerlänge Füllung auf den Rand eines Teigblatts verstreichen und zigarrenförmig zusammenrollen. Nach der Hälfte die Ränder einige Zentimeter hochklappen, um die Enden sicher zu verschließen. Weiter zusammenrollen. Den Vorgang mit den übrigen Teigblättern wiederholen.

- Die Hähnchensticks in den Korb einsetzen und 12 Minuten bei 170 °C garen.

- 4 Hähnchenschenkel, gekocht
- 6 Filo-/ Yufkateigblätter
- 100 g Ricotta
- 50 g Pinienkerne
- 70 g getrocknete Pflaumen
- 50 g getrocknete Feigen
- Etwas glatte Petersilie, gehackt



## TIPP:

Anstelle von Filoteig können Sie auch Frühlingsrollenblätter verwenden.



# Fischfilets mit Sauce Tartare



X 6



15 min



15 min

- Die Fischfilets in Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Mit dem Schneebesen Bier und Mehl in einer Schüssel verrühren. Die Semmelbrösel auf einen Teller geben.
- Die Fischstreifen durch Wenden im Bierteig panieren, überschüssigen Teig abtropfen lassen und anschließend in den Semmelbröseln wenden.
- Alle Streifen in den Korbeinsatz geben und 15 Minuten bei 180 °C garen. Nach der Hälfte der Garzeit schwenken.
- In der Zwischenzeit für die Sauce Tartare in einer Schüssel Mayonnaise, Frischkäse, Petersilie, Gurken und Kapern mischen.
- Wenn die Fischfilets gar sind, auf einem Teller anrichten und mit der Sauce Tartare servieren.

- 3 Seehechtfilets
- 3 Lachsfilets
- 220 g Semmelbrösel
- 130 g Weißmehl
- 250 ml Bier, z. B. Lager
- Salz und Pfeffer
- 150 g Mayonnaise
- 50 g Sahne-Frischkäse
- 3 EL glatte Petersilie, gehackt
- 12 eingelegte kleine Gurken, gehackt
- 30 g Kapern, gehackt



## TIPP:

Mischen Sie etwas Dill oder Petersilie unter die Semmelbrösel



# Tiefgefrorene Frikadellen-Sticks

Anzahl:

X 6



6 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorwärmen.
- Die Frikadellen in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 2 auswählen und 6 Minuten bei 200 °C garen.

- *6 tiefgefrorene Frikadellen-Sticks*



# Gemüsefrikadellen mit Feta

Anzahl:

X 24



15 min



14 min

- Linsen und Ei in einem Mixer pürieren, um eine glatte Masse zu erhalten.
- Den Feta in einer Schüssel zerbröseln. Zwiebel, gehackter Spinat, rote Paprikaschoten, Linsenspüree und Semmelbrösel unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 60 g schwere Klößchen formen und zu flachen Bratlingen drücken.
- 12 Bratlinge in den Korbeinsatz legen und 7 Minuten garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden. Wenn die ersten 12 Bratlinge fertig sind, entnehmen und die restlichen 12 Stück in den Korbeinsatz legen. Den Garvorgang wiederholen.
- In einer kleinen Schüssel den Dip vorbereiten. Hierzu griechischen Joghurt, Zitronensaft und Schnittlauch verrühren.

- 300 g Linsen, gekocht
- 100 g frischer Spinat, gewaschen
- 100 g Feta
- 2 rote Paprikaschoten, gehackt
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 2 EL Olivenöl
- 2 große Eier
- 165 g Semmelbrösel
- 125 g griechischer Joghurt
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1 EL Schnittlauch, gehackt



## TIPP:

Genießen Sie die Bratlinge warm oder kalt und reichen Sie dazu einen Joghurt-Dip und grünen Salat.



# Gamba-Korma im Kadaifi-Teig

Anzahl:

X 18



15 min



20 min



5 min

- Für die Marinade Curry, Ingwer, Knoblauch und Kokosnusscreme in einer Schüssel mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

- Die Gambas 20 Minuten in der Schüssel marinieren.

- Den Kadaifi-Teig ausrollen und 12 kleine Streifen Engelshaar mit einer Länge von 15 Zentimetern und einer Breite von 2 cm vorbereiten.

- Die Gambas einzeln in einen Streifen Engelshaar einrollen und gut zusammendrücken, damit sie sich während des Garvorgangs nicht wieder entrollen.

- Die Gambas in den Korbeinsatz legen und 5 Minuten bei 190 °C garen.

- In der Zwischenzeit die verbliebene Marinade in einen kleinen Topf geben, Limettensaft hinzufügen und aufkochen. 3 Minuten köcheln lassen.

- Die Gambas zusammen mit der Marinade servieren.

- 18 rohe Garnelen, geschält
- 1 Packung Kadaifi-Nudeln
- 250 ml Kokoscreme
- 1 EL Currypulver
- 1 EL Ingwer, frisch gerieben
- 2 TL Knoblauchpulver
- Salz und Pfeffer
- Saft von 1 Limette



# Guacamole



X 6



10 min



30 min



10 min

- Die Avocados halbieren und die Kerne lösen.
- Mit dem Fruchtfleisch nach oben in den Korbeinsatz legen und 10 Minuten bei 200 °C garen.
- 30 Minuten kalt stellen.
- Nach dem Abkühlen die Avocados mit Limettensaft und Olivenöl in einer Schüssel zerdrücken, um ein Püree zu erhalten.
- Anschließend Tomate, Frühlingszwiebel und Koriander hinzugeben und gut mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 4 reife Avocados
- Saft von 1/2 Limette
- 4 EL Olivenöl
- 2 kleine Kartoffeln, in Würfel geschnitten
- 1 Frühlingszwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 4 EL Koriandergrün, fein gehackt
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer



# Tiefgefrorene Fleischkroketten

Anzahl:

X 6



16 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorwärmen.
- Die Kroketten in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 2 auswählen und 16 Minuten bei 200 °C garen.
- Die Kroketten nach der Hälfte der Garzeit wenden.

• 6 Stück



# Chicken Nuggets mit Cornflakes-Kruste



X 6



20 min



20 min

- Die Hähnchenfilets in jeweils 9 Streifen schneiden.
- In drei verschiedene Schüsseln Mehl, Buttermilch und Cornflakes füllen.
- Die Cornflakes in der Hand zu Krümeln zerdrücken.
- Die Streifen zum Panieren erst in Mehl, dann in der Buttermilch und anschließend in den zerdrückten Cornflakes wenden.
- 9 Hähnchenstreifen in den Korbeinsatz geben und 10 Minuten bei 180 °C garen.
- Nach dem Garen salzen.

- *Nach dem Garen salzen.*
- *3 Hähnchenbrustfilets*
- *400 ml Buttermilch*
- *30 g Cornflakes*
- *6 EL Weißmehl*
- *Salz*



# Chicken Nuggets mit selbstgemachtem Ketchup



X 6



30 min



15 min

• Mit der Zubereitung des Ketchups beginnen. Hierzu Tomaten, Zwiebeln, Tomatenmark, Knoblauch, Essig, Pfeffer, Honig, Kreuzkümmel und Lorbeer in eine Pfanne geben und 20 Minuten köcheln lassen. Die Zubereitung pürieren, salzen und pfeffern. Anschließend durch ein Sieb filtern und den Ketchup in eine Pfanne gießen und 1 Minute aufkochen. Kalt stellen.

• Für die Nuggets die Hähnchenbrustfilets in kleine, runde Stücke schneiden.

• Mehl und Semmelbrösel jeweils auf einen separaten Teller geben und die Eier in einer Schüssel verquirlen.

• Die Nuggets zum Panieren nacheinander in Mehl, Eiern und Semmelbröseln wenden.

• Die Nuggets in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 180 °C garen. Die Nuggets können im Korbeinsatz übereinandergelegt werden.

- 6 Hähnchenbrustfilets
- 2 große Eier
- 150 g Semmelbrösel aus Weißbrot
- 70 g Weißmehl
- 4 Tomaten (400 g), gewürfelt
- ½ rote Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 2 EL Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 30 ml Balsamico-Essig
- 1 Prise Cayenne-Pfeffer
- 1 EL Honig
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 1 Lorbeerblatt
- Salz und Pfeffer



# Tiefgefrorene Chicken Nuggets



X 6



8 min

- Das Fry Delight-Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.
- Die tiefgefrorenen Nuggets in den Korbeinsatz geben.
- Stufe 2 auswählen und 8 Minuten bei 200 °C garen.
- Die Nuggets nach der Hälfte der Garzeit wenden.

- *200 bis 400 g tiefgefrorene Chicken Nuggets*



# Geröstetes Knoblauchbrot



X 6



15 min



10 min

- Butter, gehackte Petersilie, gehackten Knoblauch, Zitronenschale und geriebenen Pecorino mischen. Salzen und pfeffern.
- Das Baguette so halbieren, dass die Hälften in den Korbeinsatz passen. Anschließend in Scheiben schneiden, dabei nicht ganz durchschneiden, sondern unten einen Rand von etwa 0,5 cm lassen.
- Einen Teil der Knoblauchzubereitung zwischen den Scheiben und auch auf der Oberseite der Hälften verteilen.
- Die 4 Baguettehälften in den Korbeinsatz legen und 10 Minuten bei 190 °C garen.

- *2 kleine Baguette, vorgebacken*
- *120 g weiche Butter, leicht gesalzen*
- *1 Bund glatte Petersilie, gehackt*
- *4 Knoblauchzehen, fein gehackt*
- *80 g Pecorino*
- *Abgeriebene Schale von 1 Zitrone*
- *Salz und Pfeffer*



# Mürbeteigkekse mit Käse

Anzahl:

X 18



15 min



30 min



15 min

• Alle Zutaten in einer Schüssel mischen bis sich eine Teigkugel bildet.

• Den Teig in Frischhaltefolie legen und einen gleichmäßigen Zylinder formen. Gut festdrücken und etwa 30 Minuten kalt stellen, damit er fest wird.

• Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.

• Den Teigzylinder in Scheiben schneiden und 9 Scheiben in den Korbeinsatz legen.

• 15 Minuten bei 180 °C backen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden. Die ersten 6 fertigen Mürbeteigkekse herausnehmen und die 9 übrigen in den Korbeinsatz legen. Ebenfalls 15 Minuten bei 180 °C backen und nach halber Garzeit umdrehen.

- 150 g leicht gesalzene Butter, aufgeschlagen
- 200 g würziger Hartkäse, z. B. Comté, gerieben
- 200 g Weißmehl
- 2 TL Oregano, gehackt
- 3 EL Sesam, geröstet
- Schwarzer Pfeffer



# Knusprige Kichererbsen



X 6



20 min



20 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorwärmen.
- Olivenöl, Salz, Pfeffer, Chili, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Röstzwiebeln, Knoblauch und Cayennepfeffer in einer Schüssel mischen. Die Kichererbsen hinzugeben und mit der Gewürzmischung überziehen.
- Die Kichererbsen in den Korbeinsatz legen und 20 Minuten bei 170 °C garen.
- Den Korbeinsatz während des Garvorgangs von Zeit zu Zeit schütteln.
- Wenn die Kichererbsen zum Ende der Garzeit noch nicht knusprig genug sind, den Garvorgang um einige Minuten verlängern.

- 750 g gekochte Kichererbsen, abgossen und trocken
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Meersalz
- ½ TL Pfeffer, gemahlen
- ½ TL Chilipulver
- ¼ TL Kreuzkümmel, gemahlen
- ¼ TL Paprikapulver
- 2 TL Röstzwiebeln, fein gemahlen
- ½ TL Knoblauchpulver
- 1 Prise Chilipulver



# Neue Kartoffeln mit Parmesankruste



X 6



10 min



30 min

Erforderliches Material: Backpapier

- Parmesan, Pfeffer und Thymian in einer Schüssel mischen.
- Die Kartoffeln der Länge nach halbieren.
- Den Boden des Korbeinsatzes mit einem Quadrat aus Backpapier auslegen und 1 cm Platz zu den Rändern lassen. Die Parmesanmischung auf dem Backpapier verteilen.
- Die halbierten Kartoffeln mit der flachen Seite nach unten auf die Parmesanmischung legen.
- 30 Minuten bei 180 °C garen. Garvorgang mit den übrigen Kartoffeln wiederholen.

- 16 neue Kartoffeln
- 80 g Parmesan, gerieben
- 2 EL Thymianblätter
- Pfeffer



# Vietnamesische Frühlingsrollen mit Gemüsefüllung

Anzahl:

X 12



20 min



15 min

- Chinakohl, Karotten, Zuckerschoten, Reisnudeln, Koriandergrün, Schnittlauch, Pfeffer und Sesamöl in eine Schüssel geben. Gut vermischen.

- Etwas von der Gemüse Mischung auf die Frühlingsrollenteigblätter geben. Zwei gegenüberliegende Seiten des Teigblattes nach innen klappen, den unteren Teil hochklappen und die Teigblätter zusammenrollen.

- Die Frühlingsrollen mit Pflanzenöl bepinseln und in den Korbeinsatz legen. 15 Minuten bei 200 °C garen.

- Mit grünen Salatblättern, frischer Minze und Frühlingsrollensauce servieren.

- *¼ Kopf Chinakohl, in feine Streifen geschnitten*
- *2 Karotten, geraspelt*
- *12 Zuckerschoten*
- *130 g Vermicelli-Reisnudeln, gekocht*
- *2 EL Koriandergrün, gehackt*
- *2 EL Schnittlauch, gehackt*
- *Salz und eine Prise kräftiger Pfeffer*
- *2 EL Sesamöl*
- *12 große Blätter dünnes Reispapier*
- *2 EL Pflanzenöl*



## TIPP:

Mit grünen Salatblättern, frischer Minze und Frühlingsrollensauce servieren.



# Italienische Kalbröllchen

Anzahl:



X 12

20 min

Erforderliches Material: 12 Zahnstocher



6 min

• Zunächst das Pesto zubereiten. Hierzu Basilikum, Knoblauch, Parmesan, Olivenöl, Pinenkerne und abgeriebene Zitronenschale mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

• Die Kalbsschnitzel mit Pesto bestreichen und mit einem Stück Tomate und einer Mozzarellascheibe belegen. Aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.

• Die Kalbröllchen in den Korbeinsatz legen und 6 Minuten bei 190 °C garen. Salzen und Pfeffern.

- 12 dünne Kalbsschnitzel
- 12 Stück getrocknete Tomaten
- 250 g Mozzarella
- 1 Bund Basilikum
- 1 EL Pinienkerne
- 2 EL Parmesan
- Zitronenschale
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer



## TIPP:

Das restliche Pesto als Beilage mit den Röllchen servieren.



# Samosa mit Rindfleisch-Gemüsefüllung

Anzahl:

X 16



15 min



10 min

Erforderliches Material: Backpapier

- Zwiebelwürfel, Karotte und Zucchini in einer Pfanne kurz anbraten. Danach das Fleisch hinzugeben.
- Gut bräunen. Sojasauce und Kräuter dazugeben.
- Die Füllung auf den halbierten Teigblättern verteilen und Dreiecke formen.
- 8 Samosa in das Gerät legen und 5 Minuten auf Stufe 2 garen.
- Den Vorgang mit den restlichen 8 Samosas wiederholen.

- 8 Filo-/ Yufkateigblätter
- 400 g Rinderhack
- 2 Zwiebeln
- 1 Zucchini
- 1 Karotte
- 3 EL Sojasauce
- 1 EL Öl
- Petersilie und Schnittlauch



# Tiefgefrorene Samosas

Anzahl:

X 8



10 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen.
- Die Samosas in den Korbeinsatz legen.
- Stufe 2 auswählen und 10 Minuten bei 200 °C garen.
- Die Samosas nach der Hälfte der Garzeit wenden.

• 8 tiefgefrorene Samosa



# Vegetarische Samosas

Anzahl:



X 24

15 min

Erforderliches Material: Backpapier



14 min

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen. Kürbis, Karotten und Kartoffel schälen und reiben. Den Lauch fein schneiden.
- Den Korbeinsatz mit Backpapier auslegen und mit einem Schuss Olivenöl beträufeln. Das Gemüse auf das Backpapier legen. 5 Minuten garen. Salzen und pfeffern, dann das Currypulver hinzugeben.
- Einen Löffel Füllung auf den halbierten Teigblättern verteilen. Danach Dreiecke formen.
- 12 Stück in den Korbeinsatz legen, mit Olivenöl bepinseln und 7 Minuten bei 180 °C garen.
- Wenn die ersten 12 Samosas fertig sind, diese entnehmen und die restlichen 12 Stück im Korbeinsatz garen.

- 200 g Kürbis, z. B. Moschus-Kürbis
- 2 Karotten
- 1 Lauchstange
- 1 große Kartoffel
- 12 Filo-/ Yufkateigblätter
- 80 g Erbsen
- 1 EL Currypulver
- 1 Schuss Olivenöl
- Salz, Pfeffer



## TIPP:

Wenden Sie die Samosa nach der Hälfte der Garzeit, damit sie noch knuspriger werden.



# Rindfleisch-Spieße mit Käse und Teriyaki-Sauce

Anzahl:

X 24



15 min



16 min

**Erforderliches Material: 24 Schaschlikspieße (15 cm lang)**

- Das Stück Emmentaler in 24 Stifte schneiden, die der Länge der Carpaccio-Scheiben entsprechen und 1 cm breit sind.
- Die Käsestifte der Länge nach auf die Spieße stecken.
- Das Fry Delight-Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.
- Für die Marinade Sojasoße, Honig und Essig in einer Schüssel vermischen.
- Die Marinade auf eine Scheibe Fleisch pinseln, anschließend um einen Käsestift wickeln. Das Rindfleisch erneut mit Marinade bepinseln. Den Vorgang für alle Spieße wiederholen.
- 12 Spieße in versetzter Anordnung in den Korbeinsatz legen und 8 Minuten bei 170 °C garen. Die ersten Spieße entnehmen. Die restlichen 12 Spieße in versetzter Anordnung in den Korbeinsatz legen und ebenfalls 8 Minuten bei 170 °C garen.
- Die Spieße pfeffern und vor dem Servieren noch einmal mit Marinade bepinseln.

- 24 hauchdünne Scheiben Rinderfilet
- 500 g Emmentaler
- 2 EL süße Sojasauce
- 1 EL Honig
- 2 TL Reissessig (oder heller Essig)
- Pfeffer



# Gegrillte Käse-Toasts mit Paprika



X 6



10 min



20 min

- Die zerlassene Butter mit Paprikapulver, Knoblauch und Thymian vermischen.
- Eine Seite der Landbrotsscheiben mit Senf bestreichen.
- Auf 4 mit Senf bestrichenen Brotscheiben Cheddar, Parmesan und Ricotta verteilen, anschließend die Sandwiches mit den anderen, mit Senf bestrichenen Brotscheiben zusammenklappen.
- Die Sandwiches gut zusammendrücken und in zwei Hälften schneiden.
- Eine Seite der Sandwiches mit aromatisierter Butter bepinseln.
- Zwei Sandwiches mit der Butterseite nach unten in den Korbeinsatz legen.
- Die Oberseite ebenfalls mit Butter bestreichen und 10 Minuten bei 160 °C garen. Die fertigen Sandwiches herausnehmen und mit den übrigen Sandwiches ebenso vorgehen.

- 8 große Scheiben frisches Landbrot
- 80 g Parmesan, gehobelt
- 80 g würziger Hartkäse, z. B. Cheddar, gerieben
- 130 g Ricotta
- 4 EL Senf
- 90 g leicht gesalzene Butter, geschmolzen
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 2 TL Thymian
- 1 TL Paprikapulver





## DESSERTS

Karamalisierte Ananas mit Gewürzen	92
Gebackene Bananen mit Gewürzen	93
Brioche nach "Arme Ritter"-Art	94
Möhrenkuchen	95
Erdbeer-Minz-Teigtaschen	96
Cookies mit Karamell- und weißen Schoko-Chips	97
Gebackene Feigen mit Ricotta, Honig und Pistazien	98
Schokoladenkuchen	99
Joghurt-Zitronenkuchen	100
Apfel-Mandel-Muffins	101
Zimt-Donuts	102
Milchbrötchen "Hawaii"	103
Bratäpfel im Schlafrock	104
Kokos-Samosas mit Banane	105



# Karamalisierte Ananas mit Gewürzen



X 6



10 min



25 min

- Die rosa Pfefferbeeren zerstoßen und in ein kleines Sieb geben, um ausschließlich das rosa Pulver aufzufangen. Die harten Beeren entfernen.
- Die Vanilleschote in der Mitte durchschneiden und das Mark mit der Messerspitze herauskratzen.
- Zucker, Vanillemark, Kardamom, Zimt, gemahlene rosa Pfeffer und Ingwer auf einem Teller mischen.
- Die Enden der Ananas abschneiden. Die Ananas der Länge nach vierteln und jedes Stück erneut der Länge nach in 3 Stücke schneiden. Die Schale dran lassen, aber den sehr faserigen Teil in der Mitte entfernen.
- Das Fruchtfleisch in der Zucker-Gewürz-Mischung wenden und die Stücke mit dem Fruchtfleisch nach oben in den Korbeinsatz legen. Die Ananasstücke können übereinandergelagert werden.
- Ebenfalls 25 Minuten bei 160 °C garen.

- 1 große reife Ananas
- 80 g brauner Zucker
- 2 TL Kardamom
- 2 TL Zimt, gemahlen
- 1 Vanilleschote
- 2 TL Rosa Pfeffer, ganze Körner
- 2 TL Ingwer, gemahlen



**TIPP:**  
Mit einer Kugel  
Vanilleeis servieren.



# Gebackene Bananen mit Gewürzen



X 6



10 min



15 min

- Die Enden der ungeschälten Banane abschneiden und die Banane anschließend der Länge nach halbieren.
- Mit Zimt, Kardamom und Pfeffer würzen und anschließend mit Vanillezucker bestreuen.
- Die Bananenhälften mit dem Fruchtfleisch nach oben in den Korbeinsatz legen und 15 Minuten bei 170 °C backen.
- Die Garzeit hängt von der Reife der Bananen ab. Die Bananen daher mit der Spitze eines kleinen Messers prüfen und so lange garen, bis sie richtig zart sind.
- Vor dem Servieren etwas Limettenschale über die Bananen streuen und einige Tropfen Limettensaft über den Bananen auspressen.

- 3 Bananen
- 1 TL Zimt
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 2 TL Pfeffer, gemahlen
- 1 TL Kardamom, gemahlen
- 1 Limette



# Brioche nach "Arme Ritter"-Art



X 6



10 min



20 min

**Erforderliches Material:** eine quadratische Springform (14 cm)

- Die Form mit Butter bestreichen und einem Esslöffel Zucker bestreuen.
- In einer Schüssel, Eier, Vanillezucker und Zucker verquirlen, bis eine schaumige Mischung entsteht.
- Die Milch hinzugeben und schnell aufschlagen.
- 6 Brioche-Scheiben in die Mischung tunken und leicht versetzt in die Form geben, um diese auszufüllen. Die letzte Scheibe halbieren, in die Eiermischung tunken und auf den beiden Seiten der Form zur Hälfte einstecken.
- Den Rest der Ei-Mischung in die Form geben.
- Die Form in den Korbeinsatz stellen und bei 160 °C 20 Minuten auf Stufe 5 garen.

- 7 Scheiben Brioche oder Hefezopf
- 3 Eier
- 400 ml Milch
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 50 g brauner Rohrzucker
- 30 g Butter
- 1 EL Puderzucker



## TIPP:

Geben Sie nach Geschmack auch Schokotröpfchen oder Sultaninen hinzu.



# Möhrenkuchen



X 6



20 min



40 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)**

- Die Auflaufform mit der zerlassenen Butter bestreichen und anschließend mit etwas Mehl bestreuen, um den Kuchen leichter herauslösen zu können.
- In einer großen Schüssel alle restlichen Zutaten mischen, bis eine homogene Masse entsteht.
- Die Zubereitung in die Form geben und in den Korbeinsatz stellen.
- Stufe 5 auswählen und 40 Minuten bei 150 °C garen.
- Mit einer Messerklinge in die Mitte des Kuchens stechen und die Garprobe machen. Die Klinge muss trocken bleiben.

- 220 g geriebene Karotten
- 3 Eier
- 100 g brauner Zucker
- 190 g Weißmehl sowie etwas Mehl zum Bestäuben der Backform
- 1 TL Zimt
- 1 TL Muskat
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Päckchen Backpulver (10 g)
- 30 g geschmolzene Butter



## TIPP:

Der Möhrenkuchen kann auch einzeln in kleinen Förmchen gebacken werden.



# Erdbeer-Minz- Teigtaschen



X 6



15 min



40 min

- Mit einer Ausstechform 8 große Scheiben mit einem Durchmesser von etwa 12 cm aus dem Blätterteig ausstechen.
- In einer Schüssel die geputzten und in jeweils sechs Stückchen geschnittenen Erdbeeren mit Mascarpone, Zitronenschale, 40 g Zucker und Minze mischen.
- Die zugeschnittenen Teigplatten mit der Erdbeerzubereitung belegen.
- Etwas Wasser in eine Schüssel geben. Die Ränder der Teigscheiben mit Wasser bepinseln und die Teigtaschen durch kräftiges Zusammendrücken der Ränder schließen. Die Oberseite der Teigtaschen ebenfalls mit Wasser bestreichen und mit dem restlichen Zucker bestreuen. Kalt stellen.
- Das Fry Delight-Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen.
- 4 Erdbeertaschen in den Korbeinsatz legen und 20 Minuten bei 160 °C garen. Die fertigen Taschen herausnehmen und die restlichen 4 im Korbeinsatz garen. Ebenfalls 20 Minuten bei 160 °C garen.

- 220 g Erdbeeren, geputzt
- 2 Scheiben Blätterteig
- 90 g Mascarpone
- 1 EL frische Minze, gehackt
- 1 EL abgeriebene Schale von 1 Limette
- 90 g Kristallzucker
- Etwas Wasser



# Cookies mit Karamell- und weißen Schoko-Chips

Erforderliches Material: Backpapier



X 6



20 min



20 min

- Butter, Vanilleextrakt, Kristallzucker und brauner Zucker in eine Schüssel geben und mit einem Mixer 2 Minuten lang vermischen. Das Ei aufschlagen und einrühren, dann das Mehl unterrühren.
- Die Karamell- und weiße Schokoladenchunks mit einem Teigheber unterheben.
- Aus dem Teig 2 cm dicke Bällchen formen. 10 Minuten eingefrieren.
- Das Gerät 5 Minuten lang auf 160 °C vorheizen. Den Korbeinsatz mit Backpapier auslegen. 6 Cookies in den Korbeinsatz geben und dabei auf ausreichend Platz zwischen den Cookies achten.
- 10 Minuten bei 160 °C backen. Wenn die ersten 6 Cookies fertig sind, entnehmen und die nächsten 6 Stück in den Korb geben.

- 100 g geschmolzene Butter
- 80 g Kristallzucker
- 20 g brauner Zucker
- ½ TL Vanilleextrakt
- 1 Ei
- 200 g Mehl
- 150 g weiße Schoko-Chunks
- 100 g Karamell-Chunks



# Gebackene Feigen mit Ricotta, Honig und Pistazien



X 6



10 min



5 min

- Den Orangensaft und den Zucker jeweils auf einen kleinen Teller geben. Die Feigen der Länge nach halbieren.
- Das Fruchtfleisch der Feigen zuerst in den Orangensaft, dann in den Zucker tauchen.
- Die Feigen mit dem Fruchtfleisch nach oben in den Korbeinsatz legen und 5 Minuten bei 190 °C garen. Die Feigen können im Korbeinsatz übereinandergelegt werden.
- Den Ricotta mit Honig beträufeln. Die Feigen mit zerstoßenen Pistazien bestreuen und alles zusammen servieren.

- 9 Feigen
- 90 g brauner Zucker
- Saft von 1 Orange
- 2 EL Honig
- 4 EL Ricotta
- Einige Pistazien, gehackt



# Schokoladenkuchen



X 6



10 min



25 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)**

- In einer Schüssel Zucker und Ei schaumig schlagen. Mehl und Backpulver dazugeben und verrühren, bis ein glatter Teig entsteht.
- Butter und gehackte Schokolade im Wasserbad oder in der Mikrowelle schmelzen. In den Teig geben.
- Den Schokoladenteig in die Form geben und diese in den Korbeinsatz stellen.
- 25 Minuten bei 160 °C backen.

- 130 g zerlassene Butter
- 120 g Kristallzucker
- 3 Eier
- 80 g Mehl
- 200 g weiße Schokolade
- ½ Beutel Backpulver



# Joghurt-Zitronenkuchen



X 6



10 min



20 min

**Erforderliches Material: eine quadratische Springform (14 cm)**

- Das Gerät 3 Minuten lang auf 180 °C vorheizen. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mit einem Mixer 5 Minuten verrühren. Den Teig in die mit Butter bestrichene Springform füllen.
- Die Form in den Korbeinsatz stellen. Stufe 5 auswählen und 30 Minuten bei 180 °C backen.
- In der Zwischenzeit die Glasur zubereiten. Hierzu alle Zutaten bis auf den Mohn in einer Schüssel verrühren.
- Den Kuchen abkühlen lassen. Dann mit der Glasur überziehen und sofort mit den Mohnsamen bestreuen.

## **Kuchen**

- 1 Becher (125 g) Naturjoghurt
- 2 Tassen Kristallzucker
- 2 ½ Tassen Mehl
- 2 Eier
- ½ Tasse Pflanzenöl
- Zitronensaft und -zesten
- Beutel Backpulver

## **Glasur**

- 1 Eiweiß
- Zitronensaft
- 150 g Puderzucker
- 50 g Mohn



# Apfel-Mandel-Muffins

Anzahl:

X 4



15 min



18 min

**Erforderliches Material:** 4 Muffinförmchen aus Aluminium

- In einer Schüssel Butter und Zucker schaumig rühren.
- Anschließend Ei und Mandelmilch hinzugeben. Zu einer glatten Masse verrühren.
- Das gesiebte Mehl hinzugeben. Dann gemahlene Ingwer, Zimt, Backpulver und 3 EL Mandeln hinzufügen.
- Den Apfel schälen und in kleine Würfel schneiden. Zum Teig hinzugeben.
- Die Aluminiumformen mit Butter bestreichen und zu 2/3 mit Teig füllen. Mit den restlichen Mandeln bestreuen.
- Stufe 5 auswählen und 18 Minuten bei 160 °C garen.

- 130 g Weißmehl
- ½ Päckchen Backpulver (5 g)
- 100 g Kristallzucker
- 120 g geschmolzene Butter sowie etwas Butter für die Förmchen
- 2 Eier
- 50 ml Mandelmilch
- 1 Apfel
- 1 EL Ingwer, gemahlen
- 1 TL Zimt, gemahlen
- 4 EL gestiftelte oder gehobelte Mandeln



# Zimt-Donuts

Anzahl:

X 12



25 min

Erforderliches Material: Runder Ausstecher



17 min

- In einer Schüssel, Mehl, Zucker, Backpulver und Salz mischen.
- In einer anderen Schüssel, Ei, Joghurt, Öl und Milch mit einem Schneebesen verrühren.
- Die Mehlmischung nach und nach zu der Ei-Joghurt-Mischung hinzugeben, bis alles gut verrührt ist.
- Den Donut-Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit der Hand 2-3 cm dick ausbreiten. Mit Ausstechformen große und kleine Kreise ausschneiden, um Donuts zu formen. Donuts formen, bis der Teig aufgebraucht ist.
- Ca. 4 Donuts (je nach Größe) in den Korbeinsatz legen. Stufe 5 einstellen und 17 Minuten bei 160 °C backen. Die folgenden Donuts auf die gleiche Weise backen. Abkühlen lassen.
- Für die Glasur Puderzucker und Zitronensaft mischen. Eine Seite der Donuts in die Glasur tauchen und mit Zimt bestreuen.

- 500 g Weißmehl
- 175 g Kristallzucker
- 1 Päckchen Backpulver (10 g)
- 1 Prise Salz
- 2 Eier
- 200 ml Pflanzenöl
- 150 ml Milch
- 150 g Puderzucker
- Saft von 1 Zitrone (30 ml)
- Etwas gemahlener Zimt



# Milchbrötchen "Hawaii"



X 6



20 min



1 Stunde



45 min

**Erforderliches Material: 3 quadratische Springformen (14 cm)**

- In einer großen Schüssel, Eier, Zucker und Butter mit einem Schneebesen verrühren. Anschließend Ananas, Milch, Ananassirup, Hefe und Salz dazugeben. Weitere 30 Sekunden lang verrühren.
- Das Mehl nach und nach mit einem Holzlöffel hinzugeben und nach jeder Zugabe gut mischen. 3 Minuten lang verrühren, bis ein elastischer Teig entsteht.
- Den Teig 30 Minuten warm stellen und gehen lassen.
- Den Teig auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche kneten. 12 kleine, runde Kugeln formen.
- In jede Form jeweils 4 Kugeln nebeneinander legen und noch einmal 30 Minuten gehen lassen.
- In einer Schüssel das Eigelb mit Wasser mischen und diese Mischung mit einem Pinsel auf die Kugeln auftragen.
- Eine Form in den Korbeinsatz stellen und 15 Minuten bei 160 °C backen.
- Die erste Form entnehmen und die zweite Form in den Korb stellen. Ebenfalls 15 Minuten bei 160 °C backen. Vorgang mit der letzten Form wiederholen.

- 500 g backstarkes Mehl, z. B. Type 550
- 1 Päckchen Instant-Trockenhefe
- 80 g Ananas aus der Dose, in Stücken
- 50 g Ananassirup
- 90 g Milch
- 80 g Butter, zimmerwarm
- 3 große Eier
- 50g Zucker
- 2 Prisen Salz
- 2 Eigelb
- 2 EL Wasser



# Bratäpfel im Schlafrock



X 6



15 min

## Erforderliches Material: Runder Ausstecher



35 min

- Die Äpfel waschen und das obere Viertel der Äpfel entfernen.
- Die Äpfel entkernen und jeweils mit 1 EL Honig und einer Butterflocke füllen.
- Den Teig auslegen und in 4 gleich große Streifen schneiden. Dann so um die Äpfel wickeln, dass die Streifen die Äpfel vollständig umfassen.
- Die Äpfel in den Korbeinsatz legen und 30 Minuten bei 160 °C backen.
- Die Kekse in einer Schüssel zerbröseln und auf die Äpfel geben. Weitere 5 Minuten bei 160 °C backen.

- 6 Kochäpfel, z. B. Boskoop
- 2 Packungen Blätterteig oder 2 Platten Mürbeteig
- 6 EL Honig
- 6 Abschnitte Butter, leicht gesalzen
- 6 feine Butterkekse L



### TIPP:

Die Äpfel können lauwarm oder kalt serviert werden.



# Kokos-Samosas mit Banane

Anzahl:

X 18



15 min



14 min

Erforderliches Material: Backpapier

- In einer Schüssel drei Bananen mit einer Gabel zerdrücken. Sahne und Kokosraspeln dazugeben. Gut verrühren, bis eine homogene Masse entsteht.
- Die Teigplatten halbieren. Jede Hälfte der Länge nach zusammenklappen. 1 Esslöffel Bananen-Kokosfüllung auf die Teighälfte geben und zu einem Dreieck formen.
- Das Gerät 3 Minuten lang auf 200 °C vorheizen. Den Korbeinsatz mit Backpapier auslegen und 9 Samosas darauf legen. 7 Minuten bei 200 °C backen.
- Wenn die ersten Samosas fertig sind, diese entnehmen und die restlichen 9 Stück im Korbeinsatz backen. Den Vorgang wiederholen. Abkühlen lassen.

- 9 Filo-/ Yufkateigblätter
- 3 reife Bananen
- 130 ml Kokoscreme
- 70 g Kokosflocken



**TIPP:**  
Mit geschmolzener  
Bitterschokolade warm  
servieren.



**Tefal**<sup>®</sup>

