

Please make sure to read the enclosed Ninja® Owner's Guide prior to using your unit.



NINJA® AIR FRYER PRO 4-IN-1



Quick start guide

TIPS & TRICKS
COOKING CHARTS
20 CHEF-CREATED RECIPES

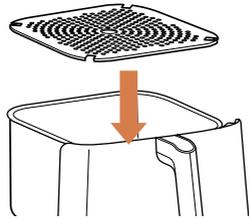


Air Fry 101



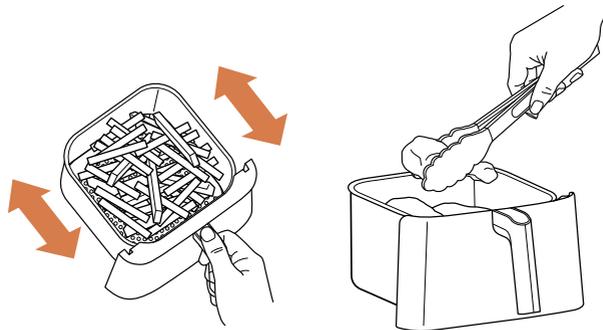
Preheat

For best cooking and crisping results, always preheat your Ninja Air Fryer Pro for 3 minutes.



Crisper Plate

The crisper plate promotes overall browning. We recommend using it every time you air fry.



Shake or Toss

For best results, frequently shake your food or toss it with silicone-tipped tongs to get it as crispy as you'd like.

Using your air fryer functions

Pull crispy meals out of thin air.

Super-heated air rapidly circulates around your food for an even, crispy finish every time.

Preheat Recommendation:

Preheat for 3 minutes before adding ingredients. Select desired function and temperature, set time to 3 minutes, and press to begin.

FUNCTION	ACCESSORY REQUIRED	TEMP	TIME
Air Fry Best for fresh foods such as hand-cut fries and chicken wings	 Crisper Plate	 Adjust temp as needed.	 Set time and press to begin.
Roast Best for roasted vegetables and meats		 Adjust temp as needed.	 Set time and press to begin.
Reheat Best for reviving leftovers	 Crisper Plate	 Adjust temp as needed.	 Set time and press to begin.
Dehydrate Best for making veggies/fruit chips or jerky	 Crisper Plate	 Adjust temp as needed.	 Set time and press to begin.

Note: When setting time, the digital display shows HH:MM.

For inspiring recipes and cooking charts, visit ninjakitchen.ca.

Air Fry Tips & Tricks



Shake, Shake, Shake

Check food and shake basket frequently for even browning. Remove food when it reaches your desired level of brownness.



Converting Oven Recipes

Convert oven recipes by using the Roast function and reducing the cook temperature by 25°F. Check food frequently to avoid overcooking.



Freestyling Recipes

If you are cooking less food than the recipe calls for, remember to reduce the cook time. If you're cooking a bit more, increase the cook time. Check food frequently.



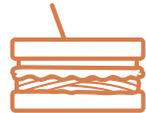
Air Frying Fresh Ingredients

For best results with fresh vegetables, use at least 1 tablespoon of oil. Add a little more to achieve that perfect level of crispiness.



Don't Overcrowd

Evenly arrange and space ingredients out to ensure consistent browning.



Securing Your Food

Keep light foods from being blown around by the fan by securing them with toothpicks.



More Even Browning

Use an oil spritzer to evenly coat ingredients for more even browning.



Slicing

Use a mandoline slicer to get consistent, thin fruit and vegetable slices. Fruits and veggies should be sliced as thinly as possible without falling apart.



Preventing Oxidation

Fruits like apples and pears quickly oxidize when cut. To delay oxidation, soak them in water and lemon juice for 5 minutes.



Dry Before You Dehydrate

Pat fruits and vegetables as dry as possible before placing them in the basket.



Don't Overlap

Lay ingredients flat and close together to optimize space, but don't overlap or stack pieces.



Trim the Fat

Before dehydrating meat or poultry, make sure to trim off all fat, as it does not dry out and could turn rancid.



Pasteurizing Jerky

Before dehydrating meats and fish, use the Roast function at 330°F for 1 minute to fully pasteurize them.



How Long to Dehydrate?

Most fruits and veggies take 6-8 hours, while jerky takes 5-7 hours. The longer you dehydrate ingredients, the crispier they will get.



Storage

To maximize longevity, store dehydrated foods at room temperature in an airtight container up to 2 weeks.

Air Fry Cooking Chart

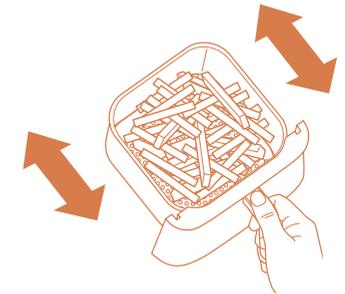
INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME
VEGETABLES					
Asparagus	1 bunch	Whole, stems trimmed	2 tsp	390°F	10-15 mins
Beets	6 small or 4 large (about 2 lbs)	Whole	None	390°F	45-60 mins
Bell peppers (for roasting)	4 peppers	Whole	None	400°F	15-20 mins
Broccoli	1 head	Cut in 1-inch florets	1 Tbsp	390°F	10-15 mins
Brussels sprouts	1 lb	Cut in half, stem removed	1 Tbsp	390°F	20-25 mins
Butternut squash	1-1 1/2 lbs	Cut in 1-2-inch pieces	1 Tbsp	390°F	20-25 mins
Carrots	1 lb	Peeled, cut in 1/2-inch pieces	1 Tbsp	390°F	15-20 mins
Cauliflower	1 head	Cut in 1-inch florets	2 Tbsp	390°F	10-15 mins
Corn on the cob	4 ears	Whole ears, husks removed	1 Tbsp	390°F	10-15 mins
Green beans	1 bag (12 oz)	Trimmed	1 Tbsp	390°F	10-15 mins
Kale (for chips)	6 cups, packed	Torn in pieces, stems removed	None	300°F	5-10 mins
Mushrooms	8 oz	Rinsed, cut in quarters	1 Tbsp	390°F	5-10 mins
Potatoes, russet	1 1/2 lbs	Cut in 1-inch wedges	1 Tbsp	390°F	15-20 mins
	1 lb	Hand-cut fries*, thin	1/2-3 Tbsp, canola	390°F	20-25 mins
	1 lb	Hand-cut fries*, thick	1/2-3 Tbsp, canola	390°F	20-25 mins
	4 whole (6-8 oz)	Pierced with fork 3 times	None	390°F	35-40 mins
Potatoes, sweet	1 1/2 lbs	Cut in 1-inch chunks	1 Tbsp	390°F	20-25 mins
	4 whole (6-8 oz)	Pierced with fork 3 times	None	390°F	35-40 mins
Zucchini	1 lb	Cut in quarters lengthwise, then cut in 1-inch pieces	1 Tbsp	390°F	15-20 mins
POULTRY					
Chicken breasts	4 breasts (3/4-1 1/2 lbs each)	Bone in	Brushed with oil	375°F	25-35 mins
	4 breasts (1/2-3/4 lb each)	Boneless	Brushed with oil	375°F	20-25 mins
Chicken thighs	4 thighs (6-10 oz each)	Bone in	Brushed with oil	390°F	20-30 mins
	4 thighs (4-8 oz each)	Boneless	Brushed with oil	390°F	15-20 mins
Chicken wings	2 lbs	Drumettes & flats	1 Tbsp	390°F	20-30 mins
FISH & SEAFOOD					
Crab cakes	4 cakes (6-8 oz each)	None	Brushed with oil	350°F	10-15 mins
Lobster tails	4 tails (3-4 oz each)	Whole	None	375°F	5-10 mins
Salmon fillets	4 fillets (4 oz each)	None	Brushed with oil	390°F	10-15 mins
Shrimp	16 large	Whole, peeled, tails on	1 Tbsp	390°F	5-10 mins

*After cutting potatoes, allow raw fries to soak in cold water for at least 30 minutes to remove unnecessary starch. Pat fries dry. The drier the fries, the better the results.

For best results, shake or toss often.

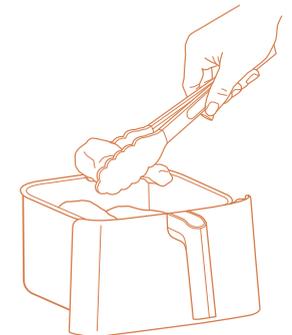
We recommend frequently checking your food and shaking or tossing it to ensure desired results.

Use these cook times as a guide, adjusting to your preference.



Shake your food

OR



Toss with silicone-tipped tongs

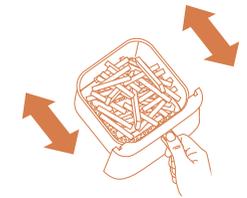
Air Fry Cooking Chart, continued

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME
BEEF					
Burgers	4 quarter-pound patties, 80% lean	1 inch thick	None	375°F	10-15 mins
Steaks	2 steaks (8 oz each)	Whole	None	390°F	10-20 mins
PORK & LAMB					
Bacon	4 strips, cut in half	None	None	350°F	10-15 mins
Pork chops	2 thick-cut, bone-in chops (10-12 ounces each)	Bone in	Brushed with oil	375°F	15-25 mins
	4 boneless chops (8 ounces each)	Boneless	Brushed with oil	375°F	10-15 mins
Pork tenderloins	2 tenderloins (1-1 1/2 lbs each)	Whole	Brushed with oil	375°F	25-35 mins
Sausages	6 sausages	Whole	None	390°F	10-15 mins
FROZEN FOODS					
Chicken cutlets	5 cutlets	None	None	390°F	15-20 mins
Chicken nuggets	2 box (12 oz)	None	None	390°F	10-15 mins
Fish fillets	1 box (6 fillets)	None	None	390°F	10-15 mins
Fish sticks	18 fish sticks (11 ounces)	None	None	390°F	10-15 mins
French fries	1 lb	None	None	350°F	20-25 mins
French fries	2 lbs	None	None	360°F	25-30 mins
Mozzarella sticks	1 box (11 oz)	None	None	375°F	10-15 mins
Pot stickers	1 bag (24 oz, 20 count)	None	None	390°F	10-15 mins
Pizza rolls	1 bag (20 oz, 40 count)	None	None	390°F	10-15 mins
Popcorn shrimp	1 box (14-16 ounces)	None	None	390°F	10-15 mins
Frozen sweet potato fries	1 lb (20 oz)	None	None	375°F	20-22 mins
Tater tots	1 lb	None	None	360°F	15-20 mins

For best results, shake or toss often.

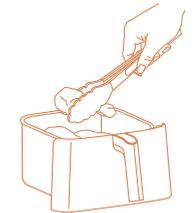
We recommend frequently checking your food and shaking or tossing it to ensure desired results.

Use these cook times as a guide, adjusting to your preference.



Shake your food

OR



Toss with silicone-tipped tongs

Dehydrate Chart

INGREDIENTS	PREPARATION	TEMP	DEHYDRATE TIME
FRUITS & VEGETABLES			
Apples	Core removed, cut in 1/8-inch slices, rinsed in lemon water, patted dry	135°F	7-8 hours
Asparagus	Cut in 1-inch pieces, blanched	135°F	6-8 hours
Bananas	Peeled, cut in 3/8-inch slices	135°F	8-10 hours
Beets	Peeled, cut in 1/8-inch slices	135°F	6-8 hours
Eggplant	Peeled, cut in 1/4-inch slices, blanched	135°F	6-8 hours
Fresh herbs	Rinsed, patted dry, stems removed	135°F	4 hours
Ginger root	Cut in 3/8-inch slices	135°F	6 hours
Mangoes	Peeled, cut in 3/8-inch slices, pit removed	135°F	6-8 hours
Mushrooms	Cleaned with soft brush (do not wash)	135°F	6-8 hours
Pineapple	Peeled, cored, cut in 3/8-1/2-inch slices	135°F	6-8 hours
Strawberries	Cut in half or in 1/2-inch slices	135°F	6-8 hours
Tomatoes	Cut in 3/8-inch slices or grated; steam if planning to rehydrate	135°F	6-8 hours
MEAT, POULTRY, FISH			
Beef jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight (refer to Beef Jerky recipe, page 19)	150°F	5-7 hours
Chicken jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight (refer to Beef Jerky recipe, page 19)	150°F	5-7 hours
Turkey jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight (refer to Beef Jerky recipe, page 19)	150°F	5-7 hours
Salmon jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight (refer to Beef Jerky recipe, page 19)	150°F	3-5 hours

Frozen French Fries

COOK: 20-25 MINUTES | **MAKES:** 5-6 SERVINGS

INGREDIENTS

1 pound frozen French fries

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in basket and insert basket in unit. Preheat the unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 350°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 2 After 3 minutes, add fries to basket; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 350°F, and set time to 23 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 3 After 10 minutes, remove basket from unit and shake fries or toss them with silicone-tipped tongs. Reinsert basket to resume cooking for 10 more minutes. Check for desired crispiness, cooking for an additional 3 minutes if needed. When cooking is complete, serve with your favorite dipping sauce.

TIP: For crispier fries, shake or toss with silicone-tipped tongs 2 separate times during cooking.

Hand-Cut Fries

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 20-24 MINUTES | **MAKES:** 5-6 SERVINGS

INGREDIENTS

1 pound russet or Idaho potatoes, cut in thin 2-inch strips
 1/2-3 tablespoons canola oil

DIRECTIONS

- 1 Soak cut potatoes in cold water for 30 minutes to remove excess starch. Drain well, then pat with a paper towel until very dry.
- 2 Place all ingredients into a large mixing bowl; toss to combine. Use at least 1/2 tablespoon oil. For crispier results, use up to 3 tablespoons oil.
- 3 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 390°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 4 After 3 minutes, place fries on the crisper plate; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 30 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 5 After 10 minutes, simply remove the basket from the unit and shake fries or toss them with silicone-tipped tongs. Reinsert the basket to resume cooking.
- 6 Check fries after 20 minutes. For crispier fries, continue cooking for up to 25 minutes.
- 7 When cooking is complete, serve immediately with your favorite dipping sauce.



TIP: Shaking the fries is key for getting them crisp and golden brown, so shake or toss with silicone-tipped tongs frequently.

Jalapeño Poppers

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 15 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

1/2 block (4 ounces) cream cheese, softened
 1/2 bag (4 ounces) shredded cheddar cheese
 1 tablespoon kosher salt
 8 jalapeño peppers, cut in half lengthwise, stems left on, seeds and membranes removed
 8 strips uncooked bacon

DIRECTIONS

- 1 In a small mixing bowl, mix together the cream cheese, cheddar, and salt.
- 2 Using a small teaspoon or coffee spoon, fill each jalapeño half with the cheese mixture, making sure not to overfill.
- 3 Place 2 pepper halves together, then wrap each pepper with 1 piece of bacon. Repeat with remaining peppers.
- 4 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Then preheat the unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 360°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 After 3 minutes, place peppers on crisper plate; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 360°F, and set time to 15 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 6 After 7 minutes, remove basket from unit and rotate peppers to ensure the bacon crisps on all sides. Reinsert basket to resume cooking.
- 7 Cooking is complete when bacon is crisp and peppers are beginning to shrivel. Remove peppers and allow to cool for 10 minutes, then serve warm.

Brussels Sprouts & Bacon

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 18-20 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS

INGREDIENTS

1 pound Brussels sprouts, cut in half
 5 strips uncooked bacon, cut in 1/8-inch pieces
 2 teaspoons garlic powder
 2 teaspoons black pepper
 4 teaspoons kosher salt
 1 tablespoon olive oil

DIRECTIONS

- 1 Place all ingredients into a large mixing bowl; toss to combine.
- 2 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 390°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 3 After 3 minutes, place Brussels sprouts mixture on the crisper plate; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 20 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 4 Halfway through cooking, remove basket from unit and toss Brussels sprouts. Reinsert basket and to resume cooking.
- 5 Begin checking Brussels sprouts for crispiness after 18 minutes and continue cooking for up to an additional 2 minutes if desired. When cooking is complete, serve immediately.



Crispy Potatoes with Spicy Mayo

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 25 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS

INGREDIENTS

1 pound baby potatoes, cut in quarters
 2 tablespoons extra virgin olive oil
 3 teaspoons hot paprika, divided
 1 tablespoon plus 1 teaspoon smoked paprika, divided
 1 tablespoon plus 1 teaspoon garlic powder, divided
 4 teaspoons kosher salt, divided
 1/2 cup mayonnaise
 2 tablespoons sundried tomato paste
 2 tablespoons sherry or white wine vinegar
 1/2 cup fresh parsley, finely chopped, for garnish

DIRECTIONS

- 1 In a large mixing bowl, toss the potatoes in olive oil, 2 teaspoons hot paprika, 1 tablespoon smoked paprika, 1 tablespoon garlic powder, and 2 teaspoons salt.
- 2 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 360°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 3 After 3 minutes, place seasoned potatoes on crisper plate; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 360°F, and set time to 25 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 4 Halfway through cooking, remove basket from unit and toss potatoes. Reinsert basket to resume cooking.
- 5 While potatoes are cooking, mix together mayonnaise, tomato paste, vinegar, and remaining seasonings in a small bowl.
- 6 When cooking is complete, garnish potatoes with parsley and serve with spicy mayo.

Fried Pickles

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 10 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS

INGREDIENTS

20 dill pickle slices
 1/4 cup all-purpose flour
 1/8 teaspoon baking powder
 3 tablespoons beer or seltzer water
 1/8 teaspoon kosher salt
 2 tablespoons water, plus more if needed
 2 tablespoons cornstarch
 1 1/2 cups panko bread crumbs
 1 teaspoon paprika
 1 teaspoon garlic powder
 1/4 teaspoon cayenne pepper
 1/4 cup canola oil, divided

DIRECTIONS

- 1 Pat the pickle slices dry and place them on a dry plate in the freezer.
- 2 In a mixing bowl, stir together flour, baking powder, beer or seltzer water, salt, and 2 tablespoons water. Batter should be the consistency of cake batter. If batter is too thick, add more water, 1 teaspoon at a time.
- 3 Place cornstarch in a shallow bowl. Combine bread crumbs, paprika, garlic powder, and cayenne pepper in a separate shallow bowl.
- 4 Remove pickles from freezer. Dredge each one in cornstarch. Tap off excess, then coat in batter. Then coat evenly with bread crumbs.
- 5 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 360°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 6 After 3 minutes, place breaded pickles on crisper plate. Spray or gently brush generously with canola oil. Insert basket in unit.
- 7 Select AIR FRY, set temperature to 360°F, and set time to 10 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 8 Halfway through cooking, remove basket from unit and flip pickles and spray or gently brush the other side. Reinsert basket to resume cooking.
- 9 When cooking is complete, serve immediately with your favorite dipping sauce.



Zucchini Sticks with Marinara Sauce

PREP: 25 MINUTES | **FREEZE:** 30-45 MINUTES
COOK: 20 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 large zucchini, cut in sticks
 1/4 inch thick and 3 inches long
 2 teaspoons kosher salt
 1 1/2 cups all-purpose flour
 2 eggs, beaten
 2 cups seasoned bread crumbs
 1/4 cup grated Parmesan cheese
 1 tablespoon garlic powder
 2 teaspoons onion powder
 1/2 cup marinara sauce,
 for serving

DIRECTIONS

- 1 Place zucchini sticks on a plate and sprinkle with salt. Allow to sit at room temperature for 15 minutes to remove excess water. Pat dry.
- 2 Place flour in a shallow bowl. Place eggs in another shallow bowl. Combine bread crumbs, Parmesan cheese, garlic powder, and onion powder into a third bowl or plate, stirring to combine.
- 3 Working in small batches, toss zucchini sticks in flour. Tap off excess, then coat in egg. Then toss with bread crumbs, coating evenly. Set breaded zucchini sticks on a dry plate.
- 4 Cover plate with plastic wrap and freeze for 30 to 45 minutes, or until the breading has hardened.
- 5 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 360°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 6 After 3 minutes, place zucchini sticks on crisper plate. Select AIR FRY, set temperature to 360°F, and set time to 20 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 7 Halfway through cooking, remove basket from unit and toss zucchini sticks. Reinsert basket to resume cooking.
- 8 Cooking is complete when the sticks are evenly browned on all sides. Add more time if necessary. Serve immediately with marinara sauce.



Beef Jerky

PREP: 15 MINUTES | **MARINATE:** 8 HOURS | **COOK:** 5-8 HOURS
MAKES: 3 CUPS (6 OUNCES) DRIED JERKY

INGREDIENTS

1/4 cup soy sauce
 2 tablespoons
 Worcestershire sauce
 2 tablespoons dark brown sugar
 1 teaspoon ground black pepper
 1 teaspoon garlic powder
 1 teaspoon onion powder
 1 teaspoon paprika
 2 teaspoons kosher salt
 1 pound uncooked beef eye
 of round, cut in 1/4-inch slices

DIRECTIONS

- 1 Whisk together all ingredients, except beef. Place mixture into large resealable plastic bag.
- 2 Add beef to bag and rub to coat. Marinate in refrigerator for 8 hours or overnight.
- 3 Strain meat; discard excess marinade.
- 4 Remove the crisper plate from the basket. Lay half the sliced meat flat on the bottom of the basket in one layer. Place the crisper plate on top of the meat. Place remaining meat on the crisper plate.
- 5 Insert basket in unit. Select DEHYDRATE, set temperature to 150°F, and set time to 7 hours. Select $\frac{1}{11}$ to begin. Check after 5 hours, then cook until desired texture is reached.
- 6 When cooking is complete, remove jerky and store in an airtight container.



French Toast Bread Pudding

PREP: 10 MINUTES | **CHILL:** 30 MINUTES-8 HOURS
COOK: 40 MINUTES | **MAKES:** 4-6 SERVINGS

INGREDIENTS

4 eggs
 ¾ cup heavy cream
 1 tablespoon sugar
 2 teaspoons orange liqueur
 1 teaspoon kosher salt
 ¼ teaspoon ground cloves
 9 precooked pecan sticky
 or cinnamon buns
 (2 ¼ ounces each),
 cut in quarters
 ½ cup dried cherries

DIRECTIONS

- 1 In a large mixing bowl, whisk together eggs, heavy cream, and sugar until smooth. Add orange liqueur, salt, and ground cloves and whisk to incorporate.
- 2 Add sticky buns and cherries to the egg mixture and liberally coat. Cover the bowl and refrigerate for 30 minutes to 8 hours.
- 3 Remove the crisper plate from the basket and insert basket in unit. Preheat the unit by selecting ROAST, setting the temperature to 400°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 4 After 3 minutes, remove the basket and spray liberally with cooking spray. Pour the bread mixture directly into the bottom of the basket. Pat the mixture down evenly using a spatula, then reinsert basket.
- 5 Select ROAST, set temperature to 325°F, and set time to 45 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 6 After 20 minutes, remove basket from unit and cover the surface of bread pudding with aluminum foil to allow the eggs to fully set without burning the tops. Reinsert basket to resume cooking.
- 7 Check every 5 minutes. Cooking is complete when a toothpick fully inserted comes out clean and the internal temperature reaches 160°F. Remove basket and let bread pudding cool for 10 minutes before serving.

Bacon & Pepper Breakfast Hash

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 35-40 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

½ package (8 ounces) uncooked
 bacon, cut in ¼-inch pieces
 1 small yellow onion,
 peeled, diced
 1 red bell pepper, diced
 2 russet potatoes, peeled, diced
 1 teaspoon paprika
 1 teaspoon black pepper,
 plus more for seasoning
 1 teaspoon celery or garlic salt
 1 teaspoon kosher salt,
 plus more for seasoning
 4 eggs

DIRECTIONS

- 1 Remove the crisper plate from the basket and insert basket in unit. Preheat the unit by selecting ROAST, setting the temperature to 350°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin.
- 2 After 3 minutes, add bacon to the basket. Select ROAST, set temperature to 350°F, and set time to 45 minutes. Select $\frac{1}{4}$ to begin. Cook for 5 minutes, or until bacon is crispy, stirring occasionally.
- 3 Add the onion, pepper, potatoes, and spices to the basket. Stir to incorporate, then insert basket in unit.
- 4 Cook for 45 minutes, stirring occasionally, until potatoes are cooked through and golden brown.
- 5 Once vegetables are cooked, remove basket from unit and crack four eggs onto the surface of the hash. Season with additional salt and pepper, to taste. Reinsert basket to resume cooking.
- 6 Cook for 3 to 5 minutes, or until egg whites are set, adding more time if needed. Serve immediately.

Breakfast Pockets

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 39 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

2 sheets puff pastry (one 17.25 ounce box), room temperature
 1 package (6 ounces) ground breakfast sausage, crumbled
 2 eggs, lightly beaten
 1 teaspoon kosher salt
 1/2 teaspoon ground black pepper
 1 cup shredded cheddar cheese
 2 tablespoons canola oil

DIRECTIONS

- 1 Cut each puff pastry sheet into 6 equal-sized rectangles; set aside.
- 2 Remove crisper plate from basket. Place crumbled sausage in basket. Insert basket in unit.
- 3 Select ROAST, set temperature to 375°F, and set time to 15 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin. Check sausage every 2 or 3 minutes, breaking apart larger pieces with a wooden spoon.
- 4 After 10 minutes, remove basket from unit and pour eggs into basket. Stir to evenly incorporate with the sausage. Reinsert basket to resume cooking. Allow eggs to cook for about 5 minutes, checking frequently, until they have the consistency of scrambled eggs. Then transfer sausage and egg mixture to a plate to cool slightly. Season with salt and pepper.
- 5 Divide sausage and egg mixture evenly between 3 rectangles of puff pastry. Top each with 1/4 cup shredded cheese. Place another piece of puff pastry on top of each, crimping pastry sheets together with a fork. Brush each assembled pocket gently with canola oil.
- 6 Insert crisper plate in basket and place one pocket on the crisper plate. Insert basket in unit. Select AIR FRY, set temperature to 400°F, and set time to 6 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 7 Cooking is complete when pastry has risen and the top is golden brown.
- 8 Repeat steps 6 and 7 with remaining pockets.

Spice-Rubbed Chicken Breasts with Chimichurri

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 35 MINUTES | **MAKES:** 2 SERVINGS

INGREDIENTS

2 teaspoons kosher salt
 1 tablespoon ground paprika
 1 tablespoon chili powder
 1 tablespoon ground fennel
 1 teaspoon fresh cracked black pepper
 1 teaspoon onion powder
 1 teaspoon garlic powder
 1 teaspoon ground cumin
 2 uncooked bone-in, skin-on chicken breasts (3/4–1 1/4 pounds each)
 1 tablespoon canola oil

CHIMICHURRI

1/4 cup olive oil
 1/2 bunch fresh cilantro
 1/2 bunch fresh parsley
 1 shallot, peeled, cut in quarters
 4 cloves garlic, peeled
 Zest and juice of 1 lemon
 1 teaspoon kosher salt

DIRECTIONS

- 1 In a small mixing bowl, stir together all dried spices.
- 2 Pat the chicken breasts dry. Coat with canola oil, then season them liberally on all sides with spice mixture.
- 3 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat the unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 300°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 4 After 3 minutes, add chicken to the basket. Select AIR FRY, set temperature to 300°F, and set time to 35 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 While chicken is cooking, combine the chimichurri ingredients in a food processor and process until finely minced, being careful not to over-process.
- 6 Cooking is complete when internal temperature reaches 165°F. Add more time if necessary. Remove basket and let chicken cool for 5 minutes, then serve with a generous amount of chimichurri.



Lemon & Herb Panko Crusted Cod

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 12 MINUTES | **MAKES:** 2 SERVINGS

INGREDIENTS

2 uncooked cod fillets
(6 ounces each)
3 teaspoons kosher salt, divided
 $\frac{3}{4}$ cup panko bread crumbs
2 tablespoons butter, melted
 $\frac{1}{4}$ cup fresh parsley, minced
Zest and juice of 1 lemon

DIRECTIONS

- 1 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat the unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 360°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 2 While unit is preheating, season each cod fillet on all sides with 1 teaspoon salt.
- 3 In a mixing bowl, stir together bread crumbs, butter, parsley, lemon zest and juice, and remaining 1 teaspoon salt. Mix thoroughly so the bread crumbs are coated with lemon and butter.
- 4 Generously pack the top of each cod fillet with seasoned breading.
- 5 After 3 minutes, place the fillets, breaded side up, in the basket. Insert basket in unit.
- 6 Select AIR FRY, set temperature to 360°F, and set time to 15 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 7 Cook for 12 to 15 minutes. Cooking is complete when the top is evenly browned and internal temperature reaches 145°F. Remove fillets and serve immediately.

Pork Loin with Vegetables

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 40 MINUTES | **MAKES:** 2 SERVINGS

INGREDIENTS

1 medium zucchini, cut in 1-inch pieces
1 medium yellow squash, cut in 1-inch pieces
1 red onion, peeled, cut in eighths
3 teaspoons kosher salt, divided
3 teaspoons ground black pepper, divided
2 teaspoons fresh oregano, chopped
1 tablespoon olive oil
1 uncooked pork loin roast (24 ounces)

DIRECTIONS

- 1 In a large mixing bowl, toss zucchini, squash, and onion (making sure to separate the onion layers) with 1 teaspoon salt, 1 teaspoon pepper, oregano, and olive oil. Season the pork loin on all sides with the remaining salt and pepper.
- 2 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat the unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 325°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 3 After 3 minutes, place vegetables on the crisper plate. Lay the pork, fat-side down, on top of the vegetables.
- 4 Select AIR FRY, set temperature to 325°F, and set time to 40 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 After 20 minutes, remove basket from unit and flip pork loin. Stir vegetables. Reinsert basket to resume cooking.
- 6 Cooking is complete when internal temperature reaches 145°F. Remove basket and let the pork cool for 5 to 10 minutes before serving.

French Bread Pizza

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 8 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 (12-inch) baguette, cut in half lengthwise, then cut in half across to make 4 pizza crusts
 1/2 cup pizza or marinara sauce
 1 cup shredded mozzarella cheese, divided

TOPPINGS

12 pieces sliced pepperoni or sausage
 1/2 green bell pepper, thinly sliced
 2 button mushrooms, thinly sliced
 Black olives

GARNISHES

Grated Parmesan cheese
 Dried oregano
 Crushed red pepper

DIRECTIONS

- 1 Coat each piece of bread with 2 tablespoons pizza sauce, allowing bread to absorb sauce.
- 2 Cover each piece of bread with 2 tablespoons cheese. Add desired toppings, then cover with the remaining cheese.
- 3 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 400°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 4 After 3 minutes, place 2 pizzas on crisper plate; insert basket in unit. Select AIR FRY, set temperature to 400°F, and set time to 4 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 Check pizza frequently to avoid burning the cheese. Remove when melted and browned. Repeat step 4 with remaining pizzas.
- 6 Serve pizzas warm with desired garnishes.

Loaded Baked Potatoes

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 38 MINUTES | **MAKES:** 2-4 SERVINGS

INGREDIENTS

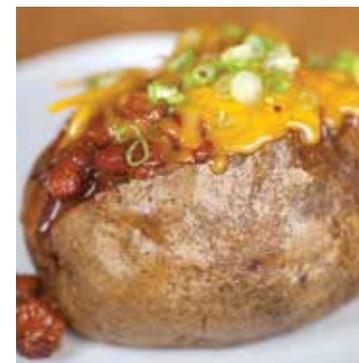
2 russet potatoes
 1/2 cup shredded cheddar cheese
 1/2 can (7.5 ounces) chili without beans
 2 teaspoons kosher salt

FOR SERVING

2 tablespoons cooked bacon bits
 2 tablespoons sour cream
 Fresh scallions, thinly sliced

DIRECTIONS

- 1 Pierce each potato 4 times with a fork.
- 2 Insert crisper plate in basket and place potatoes on crisper plate; insert basket in unit. Select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 35 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 3 After 35 minutes, remove potatoes from crisper plate. Slice them in half and spoon chili and cheese into each one. Return potatoes to crisper plate.
- 4 Select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 When cooking is complete, remove potatoes from crisper plate and top each with bacon bits, sour cream, and sliced scallions.



Beef & Broccoli

PREP: 10 MINUTES | **MARINATE:** 30 MINUTES
COOK: 15 MINUTES | **MAKES:** 2-4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 jar (12 ounces) teriyaki sauce, divided
 1 tablespoon garlic powder
 1/4 cup soy sauce
 1 teaspoon crushed red pepper (optional)
 1 pound uncooked sirloin steak, thinly sliced
 1 head broccoli, cut in 1-inch florets
 1 tablespoon canola oil
 1 teaspoon kosher salt
 1 teaspoon pepper
 Cooked rice, for serving

DIRECTIONS

- 1 In a large resealable plastic bag, mix together 3/4 cup teriyaki sauce, garlic powder, soy sauce, crushed red pepper, and beef. Let marinate in the refrigerator for at least 30 minutes, or up to 24 hours.
- 2 In a large mixing bowl, toss the broccoli with canola oil, salt, and pepper.
- 3 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 375°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 4 After 3 minutes, place broccoli on the crisper plate; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 375°F, and set time to 15 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 After 5 minutes, remove basket from unit and move broccoli to one side of the crisper plate. Place beef on the other side. Reinsert basket to resume cooking.
- 6 Cook beef and broccoli for remaining 10 minutes, stirring once halfway through.
- 7 Cooking is complete when the beef is browned and cooked through. Add more time if needed. serve immediately with remaining teriyaki sauce and rice.



Homemade Fish Sticks

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 12 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

4 frozen tilapia fillets (4 ounces each)
 1 cup all-purpose flour
 2 large eggs, beaten
 1 1/2 cups seasoned bread crumbs
 1 tablespoon kosher salt

FOR SERVING

1 lemon, cut in wedges
 Tartar sauce
 Ketchup

DIRECTIONS

- 1 Remove tilapia from freezer. Allow to sit at room temperature for 10 minutes, then cut each fillet into 4 equal sized pieces.
- 2 Place flour in a shallow bowl. Add eggs to another bowl. Combine bread crumbs and salt in a third bowl.
- 3 Working in small batches, dredge tilapia in flour. Tap off excess, then coat in egg. Then coat evenly with bread crumbs.
- 4 Insert crisper plate in basket. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 390°F, and setting the time to 3 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 5 After 3 minutes, place 8 fish sticks on crisper plate; insert basket in unit.
- 6 Select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 12 minutes. Select $\frac{1}{11}$ to begin.
- 7 Halfway through cooking, remove basket from unit and flip fish sticks. Reinsert basket to resume cooking.
- 8 Cooking is complete when fish sticks are browned on all sides and cooked to 145°F. Remove fish sticks from crisping plate. Squeeze lemon wedges over them and serve immediately with tartar sauce or ketchup.
- 9 Repeat steps 4 through 8 with remaining fish sticks. They can also be placed in a resealable plastic bag and frozen for cooking later.

Fudge Brownies

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 1 HOUR | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

1/2 cup all-purpose flour
 1/4 cup unsweetened cocoa powder
 3/4 teaspoon kosher salt
 2 large eggs
 1 tablespoon water
 1/2 cup granulated sugar
 1/2 cup packed dark brown sugar
 1 tablespoon vanilla extract
 1/2 bag (6 ounces) semisweet chocolate chips, melted
 1 1/2 sticks (3/4 cup) unsalted butter, cut in pieces, melted

DIRECTIONS

- 1 In a medium bowl, whisk together flour, cocoa powder, and salt.
- 2 In a separate large bowl, whisk together eggs, water, sugars, and vanilla until smooth.
- 3 In a separate bowl, stir together melted chocolate and butter until evenly combined, then whisk into the egg mixture. Slowly add dry ingredients to the mixture, stirring just until incorporated.
- 4 Spray a 7-inch round baking pan with cooking spray and add batter to the pan.
- 5 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 300°F, and setting the time to 3 minutes. Select  to begin.
- 6 After 3 minutes, place baking pan on crisper plate; reinsert basket. Select AIR FRY, set temperature to 300°F, and set time to 1 hour. Select  to begin.
- 7 Begin checking brownies after 45 minutes. Cooking is complete when a wooden toothpick inserted in center comes out clean. Allow brownies to cool to room temperature before removing them from the pan.



Baked Apples

PREP: 5 MINUTES | **COOK:** 45 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

2 apples (Fuji, Gala, or other baking apples), cut in half, core removed, skin left on
 Juice of 1 lemon
 4 teaspoons light brown sugar
 1 teaspoon ground cinnamon
 1/2 stick (1/4 cup) butter, cut in 16 pieces
 8 teaspoons granulated sugar

TOPPINGS

Vanilla ice cream
 Caramel syrup
 Chopped peanuts
 Crushed vanilla wafers
 Crumbled graham crackers

DIRECTIONS

- 1 Pierce each apple half with a fork 6 times.
- 2 Insert crisper plate in basket and basket in unit. Preheat unit by selecting AIR FRY, setting the temperature to 325°F, and setting the time to 3 minutes. Select  to begin.
- 3 Place aluminum foil into the basket, over crisper plate. Place apple halves onto foil, cut-side up. Sprinkle with lemon juice, brown sugar, and cinnamon, and top each apple half with 4 pieces of butter.
- 4 Select AIR FRY, set temperature to 325°F, and set time to 45 minutes. Press  to begin.
- 5 After 25 minutes, remove basket from unit and sprinkle granulated sugar on top of the apples. Reinsert basket to resume cooking for another 20 minutes, or until centers of apples are softened.
- 6 When cooking is complete, serve apples with your favorite toppings.

NINJA® AIR FRYER PRO 4-IN-1

For questions or to register your product,
visit us online at ninjakitchen.ca

NINJA is a registered trademark of SharkNinja Operating LLC.
©2024 SharkNinja Operating LLC.

AF141C_IG_QSG_20Recipe_E_F_MP_Mv3



NINJA® FRITEUSE À AIR CHAUD

PRO 4-EN-1



Guide de démarrage rapide

CONSEILS ET ASTUCES
TABLEAUX DE CUISSON
20 RECETTES CRÉÉES
PAR DES CHEFS

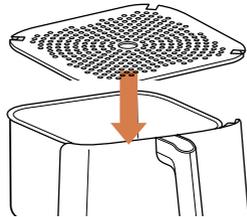


L'ABC de la friture à air chaud



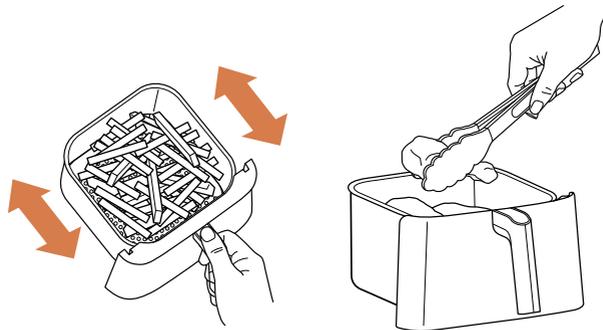
Préchauffer

Pour obtenir les meilleurs résultats de cuisson et une texture plus croustillante, préchauffez toujours votre friteuse à air chaud Ninja Pro pendant 3 minutes.



Utilisez la plaque pour cuisson croustillante

La plaque pour cuisson croustillante permet de dorer uniformément les aliments. Nous vous recommandons de l'utiliser chaque fois que vous faites frire des aliments à l'air chaud.



Secouez ou remuez

Pour obtenir les meilleurs résultats, secouez fréquemment vos aliments ou remuez-les avec des pinces munies d'embout en silicone pour qu'ils soient aussi croustillants que désiré.

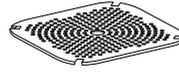
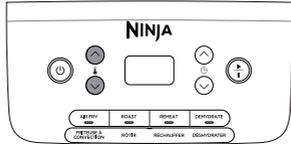
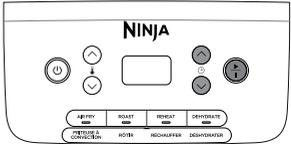
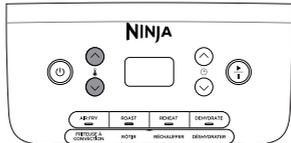
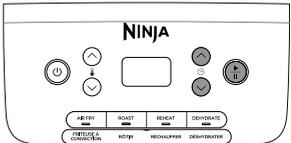
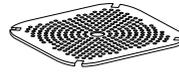
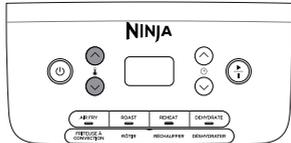
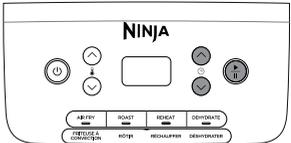
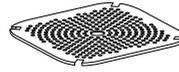
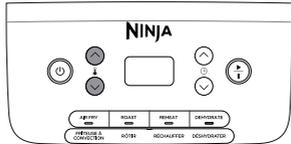
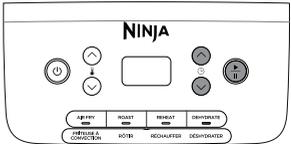
Utilisation des fonctions de votre friteuse à air chaud

Cuisinez des plats croustillants uniquement avec de l'air.

L'air très chaud circule rapidement autour de vos aliments pour leur conférer une texture croustillante uniforme à tout coup.

Recommandations de préchauffage :

Préchauffez l'appareil pendant 3 minutes avant d'y ajouter des ingrédients. Sélectionnez la fonction et la température désirées, réglez le temps de cuisson à 3 minutes, puis appuyez sur $\frac{1}{1}$.

FNCTION	ACCESSOIRE REQUIS	TEMPÉRATURE	DURÉE
Air Fry Friteuse à convection Idéale pour les aliments frais comme les frites coupées à la main et les ailes de poulet.	 Plaque pour cuisson croustillante	 Ajustez la température au besoin.	 Réglez le temps de cuisson et appuyez sur $\frac{1}{1}$ pour lancer la cuisson.
Roast (Rôtir) Idéale pour rôtir des légumes et des viandes.		 Ajustez la température au besoin.	 Réglez le temps de cuisson et appuyez sur $\frac{1}{1}$ pour lancer la cuisson.
Reheat (Réchauffer) Idéale pour faire réchauffer les restes.	 Plaque pour cuisson croustillante	 Ajustez la température au besoin.	 Réglez le temps de cuisson et appuyez sur $\frac{1}{1}$ pour lancer la cuisson.
Dehydrate (Déshydrater) Idéale pour préparer des croustilles de légumes ou de fruits ou de la viande séchée.	 Plaque pour cuisson croustillante	 Ajustez la température au besoin.	 Réglez le temps de cuisson et appuyez sur $\frac{1}{1}$ pour lancer la cuisson.

Remarque : Au moment de régler l'heure, HH:MM s'affiche sur l'écran numérique.

Pour consulter des recettes inspirantes et des tableaux de cuisson, visitez ninjakitchen.ca/fr

Conseils et astuces pour frire à l'air chaud



Secouer, secouer, secouer

Vérifiez les aliments et secouez fréquemment le panier pour qu'ils dorent uniformément. Retirez les aliments lorsqu'ils sont dorés à souhait.



Adaptation des recettes

Si vous préparez moins d'aliments que la recette ne l'exige, n'oubliez pas de réduire le temps de cuisson. Si vous en préparez un peu plus, augmentez le temps de cuisson. Vérifiez fréquemment les aliments.



Ne pas remplir le panier excessivement

Disposez et espacez uniformément les aliments pour qu'ils dorent uniformément.



Brunissage plus homogène

Utilisez un pulvérisateur d'huile pour enrober les ingrédients uniformément et les dorer davantage.



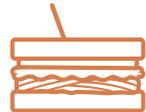
Conversion des recettes au four

Convertissez les recettes cuites au four en utilisant la fonction Roast (Rôtir) et en réduisant la température de 25°F. Vérifiez fréquemment les aliments pour éviter une cuisson excessive.



Friture d'aliments frais à l'air chaud

Pour obtenir les meilleurs résultats avec des légumes frais, utilisez au moins 1 cuillère à soupe (15 ml) d'huile. Ajoutez-en un peu plus pour obtenir la texture croustillante parfaite.



Fixer les aliments en place

Prévenez que les aliments légers soient soufflés par le ventilateur en les fixant avec des cure-dents.

Conseils et astuces pour déshydrater



Trancher

Utilisez une mandoline pour obtenir des tranches de fruits et légumes fines et régulières. Les fruits et légumes doivent être coupés aussi finement que possible, tout en étant fermes.



Assécher avant de déshydrater

Épongez les fruits et les légumes autant que possible avant de les déposer dans le panier.



Retirer le gras

Avant de déshydrater de la viande ou de la volaille, retirez tous les morceaux de gras, car ils ne séchent pas et pourraient devenir rances.



Combien de temps faut-il déshydrater?

La déshydratation de la plupart des fruits et des légumes prend de 6 à 8 heures, tandis que celle des viandes prend de 5 à 7 heures. Plus vous déshydratez les aliments, plus ils deviennent croustillants.



Prévenir l'oxydation

Les fruits comme les pommes et les poires brunissent rapidement lorsqu'ils sont coupés. Pour retarder l'oxydation, faites-les tremper pendant 5 minutes dans un mélange d'eau et jus de citron.



Ne pas superposer les aliments

Disposez les ingrédients à plat et à proximité les uns des autres pour optimiser l'espace, mais ne les superposez pas.



Pasteuriser la viande séchée

Avant de déshydrater de la viande et du poisson, utilisez la fonction Roast (Rôtir) à 330°F pendant 1 minute pour les pasteuriser complètement.



Ranger

Pour optimiser leur durée de conservation, conservez les aliments déshydratés à température ambiante dans un récipient hermétique pendant jusqu'à deux semaines.

Tableau de cuisson pour la fonction Air Fry (Friteuse à convection)

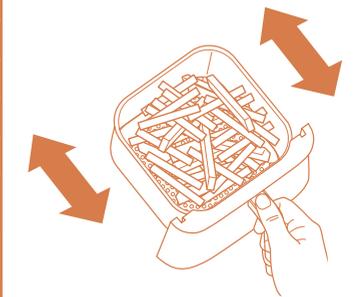
INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON
LÉGUMES					
Asperges	1 botte	Entières, tiges coupées	2 c. à thé	390°F	De 10 à 15 min
Betteraves	6 petites ou 4 grosses (environ 2 lb)	Entières	Aucune	390°F	De 45 à 60 min
Poivrons (à rôtir)	4 poivrons	Entiers	Aucune	400°F	De 15 à 20 min
Brocoli	1 couronne	En fleurons de 1 po	1 c. à soupe	390°F	De 10 à 15 min
Choux de Bruxelles	1 lb	Coupés en deux, sans la tige	1 c. à soupe	390°F	De 20 à 25 min
Courge Butternut	De 1 à 1 ½ lb	En morceaux de 1 à 2 po	1 c. à soupe	390°F	De 20 à 25 min
Carottes	1 lb	Pelées, en morceaux de ½ po	1 c. à soupe	390°F	De 15 à 20 min
Chou-fleur	1 couronne	En fleurons de 1 po	2 c. à soupe	390°F	De 10 à 15 min
Épis de maïs	4 épis	Entiers, sans les glumes	1 c. à soupe	390°F	De 10 à 15 min
Haricots verts	1 sac (12 oz)	Parés	1 c. à soupe	390°F	De 10 à 15 min
Chou frisé (pour croustilles)	6 tasses, tassées	En morceaux, sans la tige	Aucune	300°F	De 5 à 10 min
Champignons	8 oz	Rincés, en quartiers	1 c. à soupe	390°F	De 5 à 10 min
Pommes de terre, Russet	1 1/2 lb	En quartiers de 1 po	1 c. à soupe	390°F	De 15 à 20 min
	1 lb	Frites coupées à la main*, minces	De ½ à 3 c. à soupe d'huile de canola	390°F	De 20 à 25 min
	1 lb	Frites coupées à la main*, épaisses	De ½ à 3 c. à soupe d'huile de canola	390°F	De 20 à 25 min
	4, entières (de 6 à 8 oz)	Percées avec une fourchette à trois reprises	Aucune	390°F	De 35 à 40 min
Patates douces	1 1/2 lb	En morceaux de 1 po	1 c. à soupe	390°F	De 20 à 25 min
	4, entières (de 6 à 8 oz)	Percées avec une fourchette à trois reprises	Aucune	390°F	De 35 à 40 min
Courgettes	1 lb	Coupées en quatre sur la longueur, puis en morceaux de 1 po	1 c. à soupe	390°F	De 15 à 20 min
VOLAILLE					
Poitrines de poulet	4 poitrines (de 3/4 à 1 1/2 lb chacune)	Avec os	Badigeonnées d'huile	375°F	De 25 à 35 min
	4 poitrines (de ½ à ¾ lb chacune)	Désossées	Badigeonnées d'huile	375°F	De 20 à 25 min
Cuisses de poulet	4 cuisses (de 6 à 10 oz chacune)	Avec os	Badigeonnées d'huile	390°F	De 20 à 30 min
	4 cuisses (4 à 8 oz chacune)	Désossées	Badigeonnées d'huile	390°F	De 15 à 20 min
Ailes de poulet	2 lb	Pilons et ailes	1 c. à soupe	390°F	De 20 à 30 min
POISSON ET FRUITS DE MER					
Croquettes de crabe	4 croquettes (6 à 8 oz chacune)	Aucune	Badigeonnées d'huile	350°F	De 10 à 15 min
Queues de homard	4 queues (3 ou 4 oz chacune)	Entières	Aucune	375°F	De 5 à 10 min
Filets de saumon	4 filets (4 oz chacun)	Aucune	Badigeonnés d'huile	390°F	De 10 à 15 min
Crevettes	16 grosses	Entières, décortiquées, avec la queue	1 c. à soupe	390°F	De 5 à 10 min

* Après avoir coupé les pommes de terre, faites tremper les frites crues dans l'eau froide pendant au moins 30 minutes pour retirer l'excédent d'amidon. Ensuite, égouttez-les. Plus les frites sont sèches, meilleurs sont les résultats.

Pour obtenir les meilleurs résultats, secouez ou remuez les aliments fréquemment.

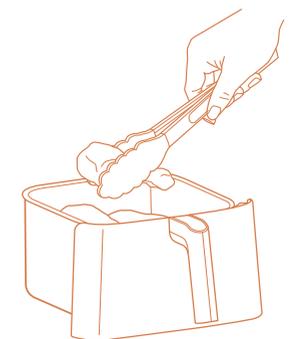
Nous vous recommandons de vérifier régulièrement vos aliments et de les secouer ou de les brasser pour obtenir les résultats souhaités.

Utilisez ces temps de cuisson comme référence et adaptez-les en fonction de vos préférences.



Secouez vos aliments

OU



Remuez-les avec des pinces munies d'embouts en silicone

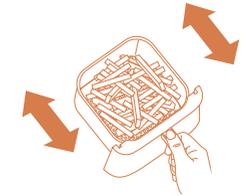
Tableau de cuisson pour la fonction Air Fry (Friteuse à convection) (suite)

INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON
BŒUF					
Hamburgers	4 galettes de 1/4 lb, maigres à 80 %	1 po d'épaisseur	Aucune	375°F	De 10 à 15 min
Biftecks	2 biftecks (8 oz chacun)	Entiers	Aucune	390°F	De 10 à 20 min
PORC ET AGNEAU					
Bacon	4 tranches, coupées en deux	Aucune	Aucune	350°F	De 10 à 15 min
Côtelettes de porc	2 côtelettes épaisses avec os (de 10 à 12 oz chacune)	Avec os	Badigeonnées d'huile	375°F	De 15 à 25 min
	4 côtelettes désossées (8 oz chacune)	Désossées	Badigeonnées d'huile	375°F	De 10 à 15 min
Filets de porc	2 filets (de 1 à 1 ½ lb chacun)	Entiers	Badigeonnés d'huile	375°F	De 25 à 35 min
Saucisses	6 saucisses	Entières	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
ALIMENTS SURGELÉS					
Escalopes de poulet	5 escalopes	Aucune	Aucune	390°F	De 15 à 20 min
Croquettes de poulet	2 boîtes (12 oz)	Aucune	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
Filets de poisson	1 boîte (6 filets)	Aucune	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
Bâtonnets de poisson	18 bâtonnets (11 oz)	Aucune	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
Frites	1 lb	Aucune	Aucune	350°F	De 20 à 25 min
Frites	2 lb	Aucune	Aucune	360°F	De 25 à 30 min
Bâtonnets de mozzarella	1 boîte (11 oz)	Aucune	Aucune	375°F	De 10 à 15 min
Quenelles	1 sac (24 oz, 20 unités)	Aucune	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
Roulés de pizza	1 sac (20 oz, 40 roulés)	Aucune	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
Crevettes popcorn	1 boîte (de 14 à 16 oz)	Aucune	Aucune	390°F	De 10 à 15 min
Frites de patate douce	1 lb (20 oz)	Aucune	Aucune	375°F	De 20 à 22 min
Bouchées de pommes de terre	1 lb	Aucune	Aucune	360°F	De 15 à 20 min

Pour obtenir les meilleurs résultats, secouez ou remuez les aliments fréquemment.

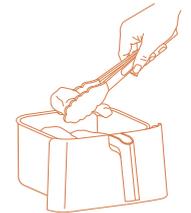
Nous vous recommandons de vérifier régulièrement vos aliments et de les secouer ou de les brasser pour obtenir les résultats souhaités.

Utilisez ces temps de cuisson comme référence et adaptez-les en fonction de vos préférences.



Secouez vos aliments

OU



Remuez-les avec des pinces munies d'embouts en silicone

Tableau pour la fonction Déhydrate (Déshydrater)

INGRÉDIENTS	PRÉPARATION	TEMPÉRATURE	TEMPS DE DÉSHYDRATATION
FRUITS ET LÉGUMES			
Pommes	Évidées, en tranches de ¼ po, rincées dans de l'eau citronnée, épongées	135°F	De 7 à 8 heures
Asperges	En morceaux de 1 po, blanchis	135°F	De 6 à 8 heures
Bananes	Pelées, en tranches de ¾ po	135°F	De 8 à 10 heures
Betteraves	Pelées, en tranches de ½ po	135°F	De 6 à 8 heures
Aubergine	Pelée, en tranches de ¼ po, blanchies	135°F	De 6 à 8 heures
Herbes fraîches	Rincées, épongées, sans les tiges	135°F	4 heures
Racine de gingembre	En tranches de ¾ po	135°F	6 heures
Mangues	Pelées, en tranches de ¾ po, sans le noyau	135°F	De 6 à 8 heures
Champignons	Nettoyés avec une brosse douce (sans eau)	135°F	De 6 à 8 heures
Ananas	Pelé, sans le cœur, en tranches de ¾ à ½ po	135°F	De 6 à 8 heures
Fraises	Coupées en deux ou en tranches de ½ po	135°F	De 6 à 8 heures
Tomates	En tranches de ¾ po ou râpées; les cuire à la vapeur si une réhydratation est prévue	135°F	De 6 à 8 heures
VIANDE, VOLAILLE, POISSON			
Bœuf séché	En tranches de ¼ po, marinées toute la nuit (reportez-vous à la recette de bœuf séché à la page 19)	150°F	De 5 à 7 heures
Poulet séché	En tranches de ¼ po, marinées toute la nuit (reportez-vous à la recette de bœuf séché à la page 19)	150°F	De 5 à 7 heures
Dinde séchée	En tranches de ¼ po, marinées toute la nuit (reportez-vous à la recette de bœuf séché à la page 19)	150°F	De 5 à 7 heures
Saumon	En tranches de ¼ po, marinées toute la nuit (reportez-vous à la recette de bœuf séché à la page 19)	150°F	De 3 à 5 heures

Frites surgelées

CUISSON : 20 À 25 MINUTES | **PORTION :** 5 OU 6

INGRÉDIENTS

1 lb de frites surgelées

PRÉPARATION

- 1 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 350°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 2 Après 3 minutes, déposez les frites dans le panier, puis réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 350°F et le temps de cuisson à 23 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 3 Après 10 minutes, retirez le panier de l'appareil et secouez les frites ou mélangez-les avec une pince munie d'embouts en silicone. Réinsérez le panier dans l'appareil et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes supplémentaires. Vérifiez la texture; ajoutez 3 minutes de cuisson supplémentaire, si nécessaire. Une fois la cuisson terminée, servez les frites avec votre trempette préférée.

CONSEIL : Pour obtenir des frites plus croustillantes, secouez-les ou brassez-les avec une pince munie d'embouts en silicone à deux reprises pendant la cuisson.

Frites coupées à la main

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **CUISSON :** DE 20 À 24 MINUTES | **PORTION :** 5 OU 6

INGRÉDIENTS

1 lb de pommes de terre Russet ou Idaho, coupées en fines lanières de 2 po
De ½ à 3 c. à soupe d'huile de canola

PRÉPARATION

- 1 Faites tremper les frites crues dans de l'eau froide pendant au moins 30 minutes pour retirer l'excédent d'amidon. Égouttez-les bien, puis épongez-les avec un essuie-tout jusqu'à ce qu'elles soient très sèches.
- 2 Déposez tous les ingrédients dans un grand bol et mélangez-les bien. Utilisez au moins ½ c. à soupe d'huile. Pour obtenir une texture plus croustillante, utilisez jusqu'à 3 c. à soupe d'huile.
- 3 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 350°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 4 Après 3 minutes, déposez les frites sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 30 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 5 Après 10 minutes, retirez le panier de l'appareil et secouez les frites ou brassez-les avec une pince munie d'embouts en silicone. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 6 Après 20 minutes, vérifiez la cuisson des frites. Pour obtenir des frites plus croustillantes, poursuivez la cuisson jusqu'à 25 minutes.
- 7 Une fois la cuisson terminée, servez les frites immédiatement avec votre trempette préférée.



CONSEIL : Le fait de secouer les frites pendant la cuisson est essentiel pour les rendre croustillantes et dorées. Alors, secouez-les ou brassez-les fréquemment avec des pinces munies d'embouts en silicone.

Piments jalapeños farcis

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 15 MINUTES | **PORTIONS :** 8

INGRÉDIENTS

½ bloc (4 onces) de fromage à la crème, ramolli
½ sac (4 oz) de fromage cheddar râpé
1 c. à soupe de sel casher
8 piments jalapeños, coupés en deux sur la longueur, avec les tiges, sans les graines et la membrane intérieure
8 tranches de bacon cru

PRÉPARATION

- 1 Dans un petit bol, mélangez le fromage à la crème, le fromage cheddar et le sel.
- 2 Avec une petite cuillère, remplissez chaque demi-piment du mélange de fromage en veillant à ne pas trop le remplir.
- 3 Refermez les piments, puis enveloppez-les d'une tranche de bacon. Faites de même avec les autres piments.
- 4 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 5 Après 3 minutes, déposez les piments sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 153 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 6 Après 7 minutes, retirez le panier de l'appareil et retournez les piments pour que les tranches de bacon soient croustillantes sur tous les côtés. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 7 La cuisson est terminée lorsque le bacon est croustillant et que les piments commencent à flétrir. Retirez les piments, laissez-les refroidir pendant 10 minutes, puis servez-les chauds.

Choux de Bruxelles au bacon

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **CUISSON :** DE 18 À 20 MINUTES | **PORTIONS :** DE 4 À 6

INGRÉDIENTS

1 lb de choux de Bruxelles, coupés en deux
5 tranches de bacon crues, en morceaux de 1/8 po
2 c. à thé de poudre d'ail
2 c. à thé de poivre noir
4 c. à thé de sel casher
1 c. à soupe d'huile d'olive

PRÉPARATION

- 1 Déposez tous les ingrédients dans un grand bol et mélangez-les bien.
- 2 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 3 Après 3 minutes, déposez le mélange de choux de Bruxelles sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 20 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 4 À la mi-cuisson, retirez le panier de l'appareil et secouez les choux de Bruxelles. Réinsérez le panier dans l'appareil et poursuivez la cuisson.
- 5 Après 18 minutes, vérifiez la cuisson des choux de Bruxelles; poursuivez la cuisson pendant jusqu'à 2 minutes de plus, si désiré. Une fois la cuisson terminée, servez-les immédiatement.



Pommes de terre croustillantes avec mayonnaise épicée

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON** : 25 MINUTES | **PORTIONS** : DE 4 À 6

INGRÉDIENTS

1 lb de pommes de terre grelots, coupées en quartiers
2 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge
3 c. à thé de paprika piquant, divisées
1 c. à soupe et 1 c. à thé de paprika fumé, divisées
1 c. à soupe et 1 c. à thé de poudre d'ail, divisées
4 c. à thé de sel casher, divisées
½ tasse de mayonnaise
2 c. à soupe de pâte de tomates séchées
2 c. à soupe de vinaigre de xérès ou de vinaigre de vin blanc
½ tasse de persil frais, haché finement, pour la garniture

PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, mélangez les pommes de terre avec l'huile d'olive, 2 c. à thé de paprika piquant, 1 c. à soupe de paprika fumé, 1 c. à soupe de poudre d'ail et 2 c. à thé de sel.
- 2 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 3 Après 3 minutes, déposez les pommes de terre assaisonnées sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 25 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 4 À la mi-cuisson, retirez le panier de l'appareil et secouez les pommes de terre. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 5 Pendant la cuisson des pommes de terre, mélangez la mayonnaise, la pâte de tomates, le vinaigre et le reste des assaisonnements dans un petit bol.
- 6 Une fois la cuisson terminée, garnissez les pommes de terre de persil et servez-les avec la mayonnaise épicée.

Cornichons frits

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **CUISSON** : 10 MINUTES | **PORTIONS** : DE 4 À 6

INGRÉDIENTS

20 tranches de cornichon à l'aneth
¼ tasse de farine tout usage
½ c. à thé de poudre à pâte
3 c. à soupe de bière ou de soda
½ c. à thé de sel casher
2 c. à soupe d'eau, ou plus, au besoin
2 c. à soupe de fécule de maïs
1 ½ tasse de chapelure panko
1 c. à thé de paprika
1 c. à thé de poudre d'ail
¼ c. à thé de poivre de Cayenne
¼ tasse d'huile de canola, divisée

PRÉPARATION

- 1 Épongez les tranches de cornichons, déposez-les dans une assiette et placez cette dernière au congélateur.
- 2 Dans un bol, mélangez la farine, la poudre à pâte, la bière ou le soda, le sel et 2 c. à soupe d'eau. La pâte doit avoir la consistance d'une préparation à gâteau. Si elle est trop épaisse, ajoutez de l'eau, 1 c. à thé à la fois.
- 3 Déposez la fécule de maïs dans un bol peu profond. Dans un autre bol peu profond, mélangez la chapelure, le paprika, la poudre d'ail et le poivre de Cayenne.
- 4 Sortez les cornichons du congélateur. Enrobez chaque tranche de fécule de maïs. Tapotez-les pour retirer tout excès, puis enrobez-les de la pâte. Ensuite, enrobez-les uniformément de chapelure.
- 5 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 6 Après 3 minutes, déposez les cornichons panés sur la plaque pour cuisson croustillante. Vaporisez-les ou badigeonnez-les généreusement d'huile de canola. Insérez le panier dans l'appareil.
- 7 Sélectionnez la fonction AIR FRY (friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 10 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{4}$ pour lancer la cuisson.
- 8 À la mi-cuisson, retirez le panier de l'appareil, retournez les cornichons, puis vaporisez ou badigeonnez doucement l'autre côté. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 9 Une fois la cuisson terminée, servez-les immédiatement avec votre trempette préférée.



Bâtonnets de courgette avec sauce marinara

PRÉPARATION : 25 MINUTES | **CONGÉLATION :** DE 30 À 45 MINUTES
CUISSON : 20 MINUTES | **PORTIONS :** 8

INGRÉDIENTS

2 grosses courgettes, en bâtonnets d'une épaisseur de ¼ po et d'une longueur de 3 po
2 c. à thé de sel casher
1 ½ tasse de farine tout usage
2 œufs, battus
2 tasses de chapelure assaisonnée
¼ tasse de fromage parmesan râpé
1 c. à soupe de poudre d'ail
2 c. à thé de poudre d'oignon
½ tasse de sauce marinara, pour le service

PRÉPARATION

- 1 Déposez les bâtonnets de courgette dans une assiette et saupoudrez-les de sel. Laissez-les reposer à température ambiante pendant 15 minutes pour retirer l'excédent d'humidité. Épongez-les.
- 2 Déposez la farine dans un bol peu profond. Déposez les œufs dans un autre bol peu profond. Dans un troisième bol ou une assiette, mélangez bien la chapelure, le fromage parmesan, la poudre d'ail et la poudre d'oignon.
- 3 En travaillant une petite quantité à la fois, enrobez les bâtonnets de courgette de farine. Tapotez-les pour éliminer l'excédent, puis enrobez-les de la dorure à l'œuf. Enrobez-les ensuite uniformément du mélange de chapelure. Déposez les bâtonnets de courgette panés dans une assiette.
- 4 Recouvrez-les d'une pellicule plastique et congelez-les pendant 30 à 45 minutes, ou jusqu'à ce que la chapelure ait durci.
- 5 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 6 Après 3 minutes, déposez les bâtonnets de courgette sur la plaque pour cuisson croustillante. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 20 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 7 À la mi-cuisson, retirez le panier de l'appareil et secouez les bâtonnets de courgette. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 8 La cuisson est terminée lorsque les bâtonnets sont dorés uniformément sur tous les côtés. Poursuivez la cuisson, au besoin. Servez-les immédiatement avec la sauce marinara.



Bœuf séché

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **MARINADE :** 8 HEURES | **CUISSON :** DE 5 À 8 HEURES
PORTIONS : 3 TASSES (6 OZ) DE CHARQUI SÉCHÉ

INGRÉDIENTS

¼ tasse de sauce soya
2 c. à soupe de sauce Worcestershire
2 c. à soupe de cassonade foncée
1 c. à thé de poivre noir moulu
1 c. à thé de poudre d'ail
1 c. à thé de poudre d'oignon
1 c. à thé de paprika
2 c. à thé de sel casher
1 lb de noix de ronde de bœuf crue, en tranches de ¼ po

PRÉPARATION

- 1 Fouettez tous les ingrédients, à l'exception du bœuf. Transférez le mélange dans un grand sac en plastique refermable.
- 2 Ajoutez le bœuf dans le sac et enrobez-le bien de la marinade. Laissez-le mariner au réfrigérateur pendant 8 heures ou toute la nuit.
- 3 Égouttez la viande; jetez l'excédent de marinade.
- 4 Retirez la plaque pour cuisson croustillante du panier. Disposez la moitié des lanières de viande dans le fond du panier en une seule couche. Déposez la plaque pour cuisson croustillante sur la viande. Déposez le reste de la viande sur la plaque pour cuisson croustillante.
- 5 Insérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction DEHYDRATE (Déshydrater), puis réglez la température à 150°F et le temps de cuisson à 7 heures. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson. Après 5 heures, vérifiez la déshydratation, et poursuivez la cuisson jusqu'à l'obtention de la texture souhaitée.
- 6 Une fois la cuisson terminée, retirez la viande séchée de l'appareil et conservez-la dans un récipient hermétique.



Pouding au pain doré

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **REFROIDISSEMENT :** DE 30 MINUTES À 8 HEURES
CUISSON : 40 MINUTES | **PORTIONS :** DE 4 À 6

INGRÉDIENTS

4 œufs
 ¾ tasse de crème épaisse
 1 c. à soupe de cassonade
 2 c. à thé de liqueur d'orange
 1 c. à thé de sel casher
 ¼ c. à thé de clou de girofle moulu
 9 brioches collantes aux pacanes ou à la cannelle précuites (2 ¼ oz chacune), en quartiers
 ½ tasse de cerises séchées

PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, fouettez les œufs, la crème et le sucre jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Incorporez au fouet la liqueur d'orange, le sel et les clous de girofle moulus.
- 2 Ajoutez les brioches et les cerises au mélange d'œufs et enrobez-les généreusement. Recouvrez le bol et réfrigérez-le de 30 minutes à 8 heures.
- 3 Retirez la plaque pour cuisson croustillante du panier et insérez ce dernier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction ROAST (Rôtir), puis réglez la température à 400°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{II}$ pour lancer la cuisson.
- 4 Après 3 minutes, retirez le panier et vaporisez-le généreusement d'enduit à cuisson antiadhésif. Versez le mélange de pain directement dans le fond du panier. Répartissez-le uniformément à l'aide d'une spatule, puis réinsérez le panier de l'appareil.
- 5 Sélectionnez la fonction ROAST (Rôtir), puis réglez la température à 325°F et le temps de cuisson à 45 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{II}$ pour lancer la cuisson.
- 6 Après 20 minutes, retirez le panier de l'appareil et recouvrez la surface du pouding au pain avec du papier d'aluminium pour permettre aux œufs de cuire sans brûler. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 7 Vérifiez la cuisson toutes les 5 minutes. La cuisson est terminée lorsqu'un cure-dent entièrement inséré dans le pouding en ressort propre et que la température interne atteint 160°F. Retirez le panier et laissez le pouding au pain refroidir pendant 10 minutes avant de le servir.

Mélange de pommes de terre pour déjeuner au bacon et au poivron

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** DE 35 À 40 MINUTES | **PORTION :** 4

INGRÉDIENTS

½ paquet (8 oz) de bacon cru, coupé en morceaux de 1/4 po
 1 petit oignon jaune, pelé, en dés
 1 poivron rouge, en dés
 2 pommes de terre Russet, pelées, en dés
 1 c. à thé de paprika
 1 c. à thé de poivre noir, ou plus, pour assaisonner
 1 c. à thé de sel de céleri ou de sel d'ail
 1 c. à thé de sel de casher, ou plus, pour assaisonner
 4 œufs

PRÉPARATION

- 1 Retirez la plaque pour cuisson croustillante du panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction ROAST (Rôtir), puis réglez la température à 350°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{II}$ pour lancer la cuisson.
- 2 Après 3 minutes, déposez le bacon dans le panier. Sélectionnez la fonction ROAST (Rôtir), puis réglez la température à 350°F et le temps de cuisson à 45 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{II}$ pour lancer la cuisson. Faites cuire le bacon pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit croustillant, en remuant de temps en temps.
- 3 Ajoutez ensuite l'oignon, le poivron, les pommes de terre et les épices dans le panier. Remuez pour les incorporer, puis insérez le panier dans l'appareil.
- 4 Poursuivez la cuisson pendant 45 minutes en remuant occasionnellement jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien cuites et dorées.
- 5 Lorsque les légumes sont cuits, retirez le panier de l'appareil et cassez quatre œufs sur la surface du mélange de pommes de terre pour déjeuner. Assaisonnez de sel et de poivre, au goût Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 6 Poursuivez la cuisson pendant 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce que les blancs d'œufs soient cuits, en poursuivant la cuisson au besoin. Servez-les immédiatement.

Pochettes déjeuner

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 39 MINUTES | **PORTIONS :** 4

INGRÉDIENTS

2 feuilles de pâte feuilletée (une boîte de 17,25 oz), à température ambiante
 1 paquet (6 oz) de saucisse à déjeuner, émiettée
 2 œufs, légèrement battus
 1 c. à thé de sel casher
 ½ c. à thé de poivre noir moulu
 1 tasse de fromage cheddar râpé
 2 c. à soupe d'huile de canola

PRÉPARATION

- 1 Coupez chaque feuille de pâte feuilletée en 6 rectangles de taille égale; mettez-les de côté.
- 2 Retirez la plaque pour cuisson croustillante du panier. Déposez la saucisse émiettée dans le panier. Insérez le panier dans l'appareil.
- 3 Sélectionnez la fonction ROAST (Rôtir), puis réglez la température à 375°F et le temps de cuisson à 15 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour commencer. Vérifiez la cuisson des saucisses toutes les 2 ou 3 minutes, en brisant les plus gros morceaux avec une cuillère en bois.
- 4 Après 10 minutes, retirez le panier de l'appareil et versez-y les œufs. Remuez pour bien les mélanger avec les saucisses. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson. Faites cuire les œufs pendant environ 5 minutes en vérifiant la cuisson fréquemment, jusqu'à ce qu'ils aient la consistance d'œufs brouillés. Transférez ensuite le mélange de saucisses et d'œufs dans une assiette et laissez-le refroidir légèrement. Salez et poivrez.
- 5 Répartissez le mélange de saucisses et d'œufs sur les trois rectangles de pâte feuilletée. Garnissez chacun d'eux de ¼ tasse de fromage râpé. Recouvrez-les d'un autre morceau de pâte feuilletée puis scellez-les avec une fourchette pour former des pochettes. Badigeonnez délicatement chaque pochette d'huile de canola.
- 6 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et déposez une pochette sur celle-ci. Insérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 400°F et le temps de cuisson à 6 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 7 La cuisson est terminée lorsque la pâte a levé et que la face supérieure est dorée.
- 8 Répétez les étapes 6 et 7 avec les autres pochettes.

Poitrines de poulet frottées aux épices avec chimichurri

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 35 MINUTES | **PORTIONS :** 2

INGRÉDIENTS

2 c. à thé de sel casher
 1 c. à soupe de paprika moulu
 1 c. à soupe de poudre de chili
 1 c. à soupe de fenouil moulu
 1 c. à thé de poivre noir fraîchement moulu
 1 c. à thé de poudre d'oignon
 1 c. à thé de poudre d'ail
 1 c. à thé de cumin moulu
 2 poitrines de poulet crues, avec os et avec peau (de ¾ à 1 ¼ lb chacune)
 1 c. à soupe d'huile de canola

CHIMICHURRI

¼ tasse d'huile d'olive
 ½ botte de coriandre fraîche
 ½ botte de persil frais
 1 échalote, pelée, en quartiers
 4 gousses d'ail, pelées
 Zeste et jus d'un citron
 1 c. à thé de sel casher

PRÉPARATION

- 1 Dans un petit bol, mélangez toutes les épices sèches.
- 2 Épongez les poitrines de poulet. Enrobez-les d'huile de canola, puis assaisonnez généreusement sur tous les côtés avec le mélange d'épices.
- 3 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 300°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 4 Après 3 minutes, déposez le poulet dans le panier. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 300°F et le temps de cuisson à 35 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 5 Pendant la cuisson du poulet, mélangez les ingrédients du chimichurri dans un robot culinaire jusqu'à ce qu'ils soient finement hachés, mais pas trop.
- 6 La cuisson est terminée lorsque la température interne atteint 165°F. Poursuivez la cuisson, au besoin. Retirez le panier et laissez le poulet refroidir pendant 5 minutes, puis servez-le avec une généreuse portion de chimichurri.



Morue en croûte de panko au citron et aux fines herbes

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 12 MINUTES | **PORTIONS :** 2

INGRÉDIENTS

2 filets de morue crus (6 oz chacun)
 3 c. à thé de sel casher, divisées
 ¾ tasse de chapelure panko
 2 c. à soupe de beurre, fondu
 ¼ tasse de persil frais, émincé
 Zeste et jus d'un citron

PRÉPARATION

- 1 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 2 Pendant que l'appareil préchauffe, assaisonnez chaque côté des filets de morue avec 1 c. à thé de sel.
- 3 Dans un bol, mélangez la chapelure, le beurre, le persil, le zeste et le jus du citron, et 1 c. à thé de sel. Mélangez bien pour que la chapelure soit imbibée de citron et de beurre.
- 4 Garnissez généreusement le dessus de chaque filet de morue de chapelure assaisonnée.
- 5 Après 3 minutes, déposez les filets dans le panier, le côté pané orienté vers le haut. Insérez le panier dans l'appareil.
- 6 Sélectionnez la fonction AIR FRY (friteuse à convection), puis réglez la température à 360°F et le temps de cuisson à 15 minutes. Sélectionnez  pour commencer.
- 7 Faites cuire les filets de 12 à 15 minutes. La cuisson est terminée lorsqu'ils sont dorés uniformément et que la température interne atteint 145°F. Retirez les filets du panier et servez-les immédiatement.

Longe de porc avec des légumes

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 40 MINUTES | **PORTIONS :** 2

INGRÉDIENTS

1 courgette moyenne, en morceaux de 1 po
 1 courge jaune moyenne, en morceaux de 1 po
 1 oignon rouge, pelé, en huit morceaux
 3 c. à thé de sel casher, divisées
 3 c. à thé de poivre noir moulu, divisées
 2 c. à thé d'origan frais, haché
 1 c. à soupe d'huile d'olive
 1 longe de porc crue (24 oz)

PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, mélangez la courgette, la courge, l'oignon (en veillant à séparer les couches d'oignon), 1 c. à thé de sel, 1 c. à thé de poivre, l'origan et l'huile d'olive. Assaisonnez la longe de porc de tous les côtés avec le reste du sel et du poivre.
- 2 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 325°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 3 Après 3 minutes, déposez les légumes sur la plaque pour cuisson croustillante. Déposez le porc sur les légumes, le gras orienté vers le bas.
- 4 Sélectionnez la fonction AIR FRY (friteuse à convection), puis réglez la température à 325°F et le temps de cuisson à 40 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- 5 Après 20 minutes, retirez le panier de l'appareil et retournez la longe de porc. Mélangez les légumes. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- 6 La cuisson est terminée lorsque la température interne atteint 145°F. Retirez le panier et laissez le porc refroidir pendant 5 à 10 minutes avant de servir.

Pain français pizza

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 8 MINUTES | **PORTIONS :** 4

INGRÉDIENTS

1 baguette (12 po), coupée en deux sur la longueur, puis en deux pour obtenir 4 croûtes à pizza
 ½ tasse de sauce à pizza ou de sauce marinara
 1 tasse de mozzarella râpé, divisée

GARNITURES

12 tranches de pepperoni ou de saucisse
 ½ poivron vert, tranché finement
 2 champignons de Paris, tranchés finement
 Olives noires

GARNITURES

Fromage parmesan râpé
 Origan séché
 Piment de cayenne broyé

PRÉPARATION

- 1 Badigeonnez chaque morceau de pain de 2 c. à soupe de sauce à pizza, en laissant le pain l'absorber.
- 2 Garnissez chaque morceau de pain de 2 c. à soupe de fromage. Ajoutez les garnitures désirées, puis garnissez-les du reste du fromage.
- 3 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 400°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 4 Après 3 minutes, déposez deux pizzas sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 400°F et le temps de cuisson à 4 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 5 Surveillez fréquemment la cuisson des pizzas pour que le fromage ne brûle pas. Retirez les pizzas lorsque le fromage est fondu et doré. Répétez l'étape 4 avec le reste des pizzas.
- 6 Servez les pizzas chaudes avec les garnitures désirées.

Pommes de terre au four farcies

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 38 MINUTES | **PORTIONS :** DE 2 À 4

INGRÉDIENTS

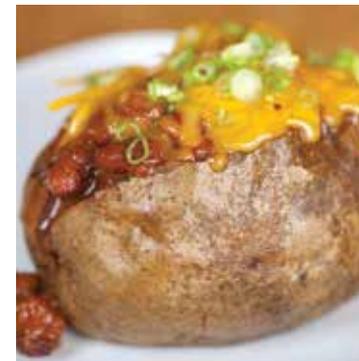
2 pommes de terre Russet
 ½ tasse de fromage cheddar, râpé
 ½ boîte (7,5 oz) de chili sans haricots
 2 c. à thé de sel casher

POUR LE SERVICE

2 c. à soupe de bacon cuit, émietté
 2 c. à soupe de crème sure
 Oignons verts, tranchés finement

PRÉPARATION

- 1 Percez chaque pomme de terre avec une fourchette à quatre reprises.
- 2 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et déposez les pommes de terre sur celle-ci; insérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 35 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 3 Après 35 minutes, retirez les pommes de terre de l'appareil. Coupez-les en deux et garnissez chaque moitié de chili et de fromage. Remettez-les dans l'appareil.
- 4 Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 5 Une fois la cuisson terminée, retirez les pommes de terre de l'appareil et garnissez-les de bacon émietté, de crème sure et d'oignons verts.



Bœuf et brocoli

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **MARINADE :** 30 MINUTES
CUISSON : 15 MINUTES | **PORTIONS :** DE 2 À 4

INGRÉDIENTS

1 pot (12 oz) de sauce teriyaki, divisé
 1 c. à soupe de poudre d'ail
 ¼ tasse de sauce soya
 1 c. à thé de piment de cayenne broyé (facultatif)
 1 lb de bifteck de surlonge cru, tranché finement
 1 couronne de brocoli, en fleurons de 1 po
 1 c. à soupe d'huile de canola
 1 c. à thé de sel casher
 1 c. à thé de poivre noir
 Riz cuit, pour le service

PRÉPARATION

- Dans un grand sac en plastique refermable, mélangez ¾ tasse de sauce teriyaki, la poudre d'ail, la sauce soya, le poivron de cayenne broyé et le bœuf. Laissez le mélange mariner au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes, et jusqu'à 24 heures.
- Dans un grand bol, mélangez le brocoli, l'huile de canola, le sel et le poivre.
- Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), et réglez la température à 375°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- Après 3 minutes, déposez le brocoli sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 375°F et le temps de cuisson à 15 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- Après 5 minutes, retirez le panier de l'appareil et déplacez le brocoli pour libérer la moitié de la plaque. Déposez le bœuf sur l'autre moitié. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- Faites cuire le bœuf et le brocoli pendant 10 minutes, en remuant une fois à la mi-cuisson.
- La cuisson est terminée lorsque le bœuf est bien doré et bien cuit. Poursuivez la cuisson au besoin. Servez le bœuf et le brocoli immédiatement avec le reste de la sauce teriyaki et du riz.



Bâtonnets de poisson maison

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 12 MINUTES | **PORTIONS :** 8

INGRÉDIENTS

4 filets de tilapia surgelés (4 oz chacun)
 1 tasse de farine tout usage
 2 gros œufs, battus
 ½ tasse de chapelure assaisonnée
 1 c. à soupe de sel casher

POUR LE SERVICE

1 citron, en quartiers
 Sauce tartare
 Ketchup

PRÉPARATION

- Sortez les filets de tilapia du congélateur. Laissez-les reposer à température ambiante pendant 10 minutes, puis coupez chacun d'eux en 4 morceaux de taille égale.
- Déposez la farine dans un bol peu profond. Dans un autre bol, ajoutez les œufs. Dans un troisième bol, mélangez la chapelure et le sel.
- En travaillant une petite quantité à la fois, enrobez les morceaux de tilapia de farine. Tapotez-les pour éliminer l'excédent, puis enrobez-les de la dorure à l'œuf. Ensuite, enrobez-les uniformément de chapelure.
- Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- Après 3 minutes, déposez 8 bâtonnets de poisson sur la plaque pour cuisson croustillante, puis insérez le panier dans l'appareil.
- Sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 390°F et le temps de cuisson à 12 minutes. Sélectionnez  pour lancer la cuisson.
- À la mi-cuisson, retirez le panier de l'appareil et retournez les bâtonnets de poisson. Réinsérez le panier dans l'appareil pour poursuivre la cuisson.
- La cuisson est terminée lorsque les bâtonnets de poisson sont dorés de tous les côtés et que leur température interne est de 145°F. Retirez les bâtonnets de poisson de l'appareil. Arrosez-les de jus de citron et servez-les immédiatement avec de la sauce tartare ou du ketchup.
- Répétez les étapes 4 à 8 avec les autres bâtonnets de poisson. Ils peuvent aussi être congelés dans un sac en plastique refermable et cuits plus tard.

Brownies au fudge

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 1 HEURE | **DONNE :** DE 6 À 8

INGRÉDIENTS

½ tasse de farine tout usage
¼ tasse de cacao en poudre non sucré
¾ c. à thé de sel casher
2 gros œufs
1 c. à soupe d'eau
½ tasse de sucre granulé
½ tasse de cassonade foncée tassée
1 c. à soupe d'extrait de vanille
½ paquet (6 oz) de pépites de chocolat mi-sucré, fondues
1 ½ bâtonnet (¾ de tasse) de beurre non salé, en morceaux, fondu

PRÉPARATION

- 1 Dans un bol moyen, fouettez la farine, la poudre de cacao et le sel.
- 2 Dans un autre grand bol, fouettez les œufs, l'eau, le sucre et la vanille jusqu'à obtention d'une consistance lisse.
- 3 Dans un autre bol, mélangez bien le chocolat fondu et le beurre, puis incorporez le mélange d'œufs en fouettant. Ajoutez graduellement les ingrédients secs en remuant juste assez pour les incorporer.
- 4 Vaporisez un moule rond de 7 po d'enduit à cuisson antiadhésif et versez-y la préparation à brownies.
- 5 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 300°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 6 Après 3 minutes, déposez le moule sur la plaque pour cuisson croustillante et réinsérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez la fonction AIR FRY (friteuse à convection), puis réglez la température à 300°F et le temps de cuisson à 1 heure. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 7 Après 45 minutes, vérifiez la cuisson des brownies. La cuisson est terminée lorsqu'un cure-dent en bois inséré au centre en ressort propre. Laissez les brownies refroidir à température ambiante avant de les retirer de la plaque.



Pommes cuites

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 45 MINUTES | **PORTIONS :** 4

INGRÉDIENTS

2 pommes (Fuji, Gala ou autres pommes à cuire), coupées en deux, le cœur retiré, avec la pelure
Jus d'un citron
4 c. à thé de sucre doré
1 c. à thé de cannelle en poudre
½ bâtonnet (¼ tasse) de beurre, en 16 morceaux
8 c. à thé de sucre granulé

GARNITURES

Crème glacée à la vanille
Sirop de caramel
Arachides hachées
Gaufrettes à la vanille écrasées
Biscuits graham émiettés

PRÉPARATION

- 1 Percez chaque moitié de pomme avec une fourchette à six reprises.
- 2 Déposez la plaque pour cuisson croustillante dans le panier et insérez le panier dans l'appareil. Pour préchauffer l'appareil, sélectionnez la fonction AIR FRY (Friteuse à convection), puis réglez la température à 325°F et le temps de cuisson à 3 minutes. Sélectionnez $\frac{1}{11}$ pour lancer la cuisson.
- 3 Placez le papier aluminium dans le panier, sur la plaque pour cuisson croustillante. Déposez les moitiés de pomme sur le papier aluminium, la face coupée orientée vers le haut. Saupoudrez-les de jus de citron, de sucre doré et de cannelle, puis garnissez chacune d'elles de 4 morceaux de beurre.
- 4 Sélectionnez la fonction AIR FRY (friteuse à convection), puis réglez la température à 325°F et le temps de cuisson à 45 minutes. Appuyez sur $\frac{1}{11}$ pour commencer.
- 5 Après 25 minutes, retirez le panier de l'appareil et saupoudrez du sucre granulé sur les pommes. Réinsérez le panier pour poursuivre la cuisson pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que le centre des pommes soit ramolli.
- 6 Une fois la cuisson terminée, servez les pommes avec vos garnitures préférées.

NINJA[®]

FRITEUSE À AIR CHAUD

PRO 4-EN-1

Pour toute question ou pour enregistrer votre produit,
visitez notre site web ninjakitchen.ca/fr

NINJA est une marque de commerce déposée de SharkNinja Operating LLC.
©2024 SharkNinja Operating LLC.

AF141C_IG_QSG_20Recipe_E_F_MP_Mv3