

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

NINJA®
Foodi
FlexBasket™

AIR FRYER

with 11-qt MegaZone™

**QUICK
START
GUIDE**

**+ COOKING CHARTS
+ 15 IRRESISTIBLE RECIPES**

Using your Ninja® Foodi® FlexBasket™ Air Fryer

7 COOKING PROGRAMS

AIR FRY (friture à l'air)

Best for fresh foods like chicken wings and your favourite frozen snacks.

ROAST (rôtir)

Best for roasting vegetables and meats.

BAKE (cuisson au four)

Best for making cakes and other baked desserts.

Best for reviving leftovers.

DEHYDRATE (déshydrater)

Best for making veggie/fruit crisps and jerky.

PROOF (lever la pâte)

Create an environment for dough to rest and rise.

KEEP WARM (garder au chaud)

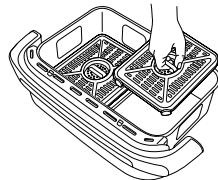
Use to maintain warm ingredients at a food-safe temperature.

TIPS AND TRICKS

CRISPER PLATES

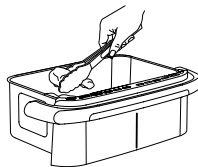
The crisper plates promote overall browning. Ensure the crisper plates are inserted in the bottom of the basket before food is added unless recipe states that the crisper plates are not required.

NOTE: Carefully install crisper trays to ensure they are inserted correctly.



TOSS

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



PROOF

Remove divider from basket, add 2 tablespoons water, then install both crisper plates. Place a piece of parchment slightly larger than dough on the center of plates. Spray surface of dough with cooking spray, then place on top of parchment. Insert basket in unit. Select MEGAZONE, select PROOF, set temperature to 90-105°F, and set time to 2 hours. Proof until dough has doubled in size.

TIP: Type of dough will impact length of proof, so start checking dough after 1 hour and adjust time and temperature as needed.

Using the MegaZone™

TRANSFORM FROM MEGAZONE TO DUALZONE™

Cook in 1 large basket or divide into 2 independent cooking zones.



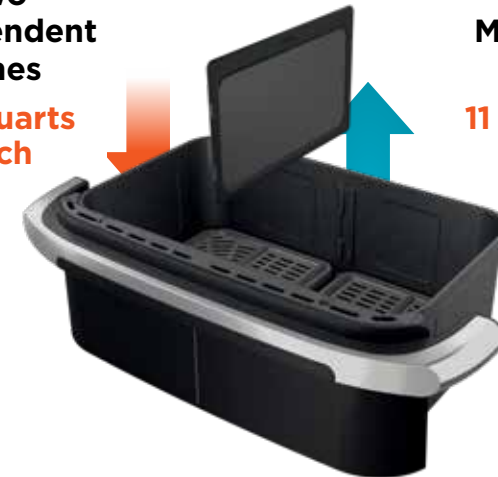
VERSATILE MEGAZONE

Two independent zones

5.5 quarts each

One MegaZone

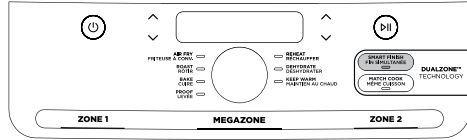
11 quarts total



Using DualZone™ Technology

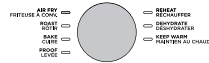
Smart Finish™

To cook 2 foods using 2 different functions, temps, or cook times: program each zone and use SMART FINISH to have both zones finish simultaneously.



STEP 1: Program Zone 1

- Place food in baskets.
- The unit defaults to Zone 1.
- Turn the dial to select a cooking function (e.g., AIR FRY).



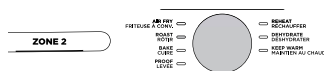
STEP 2: Set Time & Temperature

- Use the TEMP arrows to set the temperature.
- Use the TIME arrows to set the time.



STEP 3: Program Zone 2


- Select Zone 2 by pressing 2.
- Turn the dial to select a cooking function (e.g., ROAST), and repeat Step 2.



STEP 4: Begin Cooking

- Select SMART FINISH.
- Press the START/PAUSE button to begin cooking.
- The zone with the shorter cook time will display HOLD.

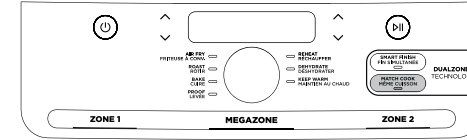


NOTE: To ensure a synchronized cook time completion, press the dial to . Refer to page 6 for further instructions.

Using DualZone™ Technology

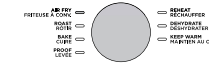
Match Cook™

To cook similar foods in both zones: set Zone 1 and use MATCH COOK to transfer those settings to Zone 2.



STEP 1: Program Zone 1

- Place food in baskets.
- The unit defaults to Zone 1.
- Turn the dial to select a cooking function (e.g., AIR FRY).



STEP 2: Set Time & Temperature

- Use the TEMP arrows to set the temperature.
- Use the TIME arrows to set the time.



STEP 3: Begin Cooking

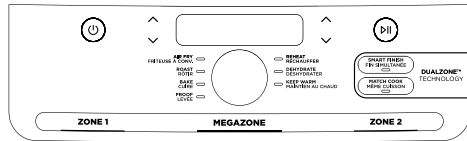
- Press MATCH COOK.
- Press the  button to begin cooking.



NOTE: To pause a zone or cancel time in a zone, refer to page 6 for further instructions.

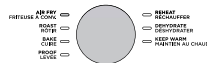
Using Two Zones without Match Cook or Smart Finish™

To shorten cook time, you may choose to not use Match Cook or Smart Finish. That means each zone will finish at different times according to their settings. Check food frequently to avoid overcooking.



STEP 1: Program Zone 1

- Place food in baskets.
- The unit defaults to Zone 1.
- Turn the dial to select a cooking function (e.g., AIR FRY).



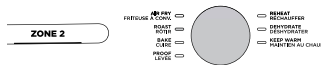
STEP 2: Set Time & Temperature

- Use the TEMP arrows to set the temperature.
- Use the TIME arrows to set the time.



STEP 3: Program Zone 2

- Repeat Steps 1 and 2 for Zone 2.



STEP 4: Begin Cooking

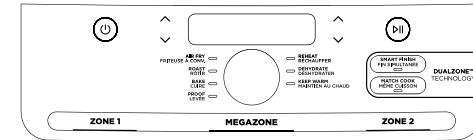
- Press the ►|| button to begin cooking.
- Check food frequently to avoid overcooking.



NOTE: For best results, start checking food for doneness before cook time ends. Stop cooking at any time if the desired level of crispiness has been achieved, but make sure any raw proteins have reached a food-safe temperature.

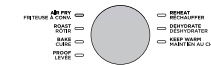
Using a Single Zone

When only cooking a single food in a single zone, use it like a traditional air fryer.



STEP 1: Program Zone 1

- Place food in basket.
- The unit defaults to Zone 1.
- Turn the dial to select a cooking function (e.g., AIR FRY).



NOTE: If you would like to cook in Zone 2 only, first select Zone 2, then select a function.

STEP 2: Set Time & Temperature

- Use the TEMP arrows to set the temperature.
- Use the TIME arrows to set the time.



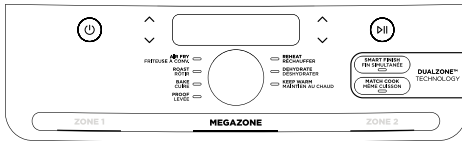
STEP 3: Begin Cooking

- Press the ►|| button to begin cooking.



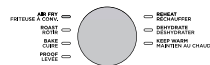
Using the MegaZone™

To cook a large batch of a single food, remove the partition and use the entire cooking space like a traditional air fryer.



STEP 1: Select MEGAZONE

- Remove the divider from the basket.
- Place food in basket.
- Turn the dial to select a cooking function (e.g., AIR FRY).



STEP 2: Set Time & Temperature

- Use the TEMP arrows to set the temperature.
- Use the TIME arrows to set the time.



STEP 3: Begin Cooking

- Press the ▶|| button to begin cooking.

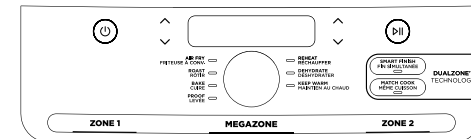


Pausing and Ending Cook Times

Pausing Time in a Single Zone (While Both Zones Are Running)

STEP 1: Pausing a Single Zone

- Select the zone you want to pause (e.g., Zone 1).
- Press the START/PAUSE button to begin cooking.



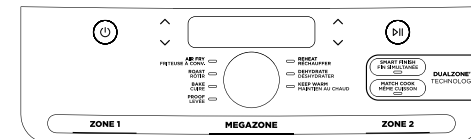
NOTE: In SMART FINISH mode, we recommend pressing the START/PAUSE button to pause both zones. Pausing only one zone will impact a synchronized finish time.

STEP 2: Resume Cooking

- To resume cooking, press the ▶|| button.

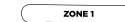


Ending the Cook Time in One Zone (While Using Both Zones and MegaZone™)



STEP 1: Select Zone

- Select the zone you want to stop cooking in (e.g., Zone 1).



STEP 2: Adjust Time

- Press the down TIME arrow to bring time down to 0.



STEP 3: Resume Cooking

- After 3 seconds, END will appear on the display.
- Cooking will continue in the other zone.

READY TO START COOKING?

Get started with delicious, chef-tested recipes and helpful cooking charts.

FLIP TO FIND:

Single Zone & MegaZone™
Technology Cooking Charts 10

Smart Finish™ Recipe Charts 16

15 Irresistible Recipes 18

Air Fry Cooking Chart

NOTE: If the food you're looking for doesn't appear below, find a similar food and decrease cook time by 25%. For frozen foods, decrease the cook time on the packaging by 25%. Check food often, cooking longer if necessary.

TIP: If cooking smaller amounts of food, use the recommended temperature, but reduce the time. For best results, check food periodically and shake or toss it often until it reaches the desired doneness.

*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 result.

INGREDIENT	AMOUNT PER SINGLE ZONE	AMOUNT FOR MEGAZONE™	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME SINGLE ZONE	COOK TIME DUALZONE™ & MEGAZONE™
VEGETABLES							
Asparagus	1 bunch	2 bunches	Whole, stems trimmed	2 tsp	390°F	8-12 mins	20-25 mins
Beets	6-7 small	10-12 small beets	Whole	None	390°F	30-35 mins	60-65 mins
Bell peppers (for roasting)	4 peppers	8 peppers	Whole	None	390°F	20-25 mins	30-35 mins
Broccoli	2 head	4 heads	Cut in 1-inch florets	1 Tbsp	390°F	10-15 mins	20-25 mins
Brussels sprouts	2 lbs	4 lbs	Cut in half, stem removed	1 Tbsp	400°F	15-20 mins	30-35 mins
Butternut squash	1 1/2 lbs	3 lbs	Cut in 1/2-inch pieces	1 Tbsp	390°F	20-25 mins	35-40 mins
Carrots	1 lb	2 lbs	Peeled, cut in 1/2-inch pieces	1 Tbsp	390°F	15-20 mins	45-50 mins
Cauliflower	2 heads	4 heads	Cut in 1-inch florets	2 Tbsp	390°F	15-20 mins	25-30 mins
Corn on the cob	4 ears	8 ears	Husks removed	1 Tbsp	390°F	20-25 mins	35-40 mins
Green beans	2 bags (12 oz)	4 bags (12 oz)	Trimmed	1 Tbsp	390°F	15-20 mins	30-35 mins
Kale (for chips)	5 cups, packed	7 cups, packed	Torn in pieces, stems removed	None	300°F	10-15 mins	20-25 mins
Mushrooms	1 lb	2 lbs	Rinsed, cut in quarters	1 Tbsp	390°F	10-13 mins	15-20 mins
Potatoes, russet	2 lbs	4 lbs	Cut in 1-inch wedges	1 Tbsp	400°F	25-30 mins	40-45 mins
	2 lbs	4 lbs	Hand-cut fries*, thin	1/2-3 Tbsp, canola	400°F	25-30 mins	35-40 mins
	2 lbs	4 lbs	Hand-cut fries*, thick	1/2-3 Tbsp, canola	400°F	25-30 mins	40-45 mins
	4 whole (6-8 oz)	8 whole (6-8 oz)	Pierced with fork 3 times	None	400°F	40-45 mins	50-65 mins
Potatoes, sweet	2 lbs	4 lbs	Cut in 1-inch chunks	1 Tbsp	400°F	20-25 mins	40-50 mins
	4 whole (6-8 oz)	8 whole (6-8 oz)	Pierced with fork 3 times	None	400°F	40-45 mins	60-65 mins
Zucchini	2 lbs	4 lbs	Cut in quarters lengthwise, then cut in 1-inch pieces	1 Tbsp	390°F	15-18 mins	25-28 mins
POULTRY							
Chicken breasts	2 breasts (3/4-1 1/2 lbs each)	6 breasts (3/4-1 1/2 lbs each)	Bone in	Brushed with oil	390°F	25-30 mins	35-40 mins
	4 breasts (1/2-3/4 lb each)	8 breasts (1/2-3/4 lb each)	Boneless	Brushed with oil	390°F	22-24 mins	30-35 mins
Chicken thighs	6 thighs (6-10 oz each)	12 thighs (6-10 oz each)	Bone in	Brushed with oil	390°F	30-35 mins	45-50 mins
	4 thighs (4-8 oz each)	8 thighs (4-8 oz each)	Boneless	Brushed with oil	390°F	30-35 mins	40-45 mins
Chicken wings	3 lbs	6 lbs	Drumettes & flats	1 Tbsp	390°F	30-35 mins	60-65 mins
FISH & SEAFOOD							
Crab cakes	2 cakes (6-8 oz each)	6 cakes (6-8 oz each)	None	Brushed with oil	390°F	12-12 mins	20-25 mins
Lobster tails	2 tails (3-4 oz each)	6 tails (3-4 oz each)	Whole	None	390°F	5-8 mins	10-12 mins
Salmon fillets	3 fillets (4 oz each)	6 fillets (4 oz each)	None	Brushed with oil	400°F	7-12 mins	15-20 mins
Shrimp	2 lbs	4 lbs	Whole, peeled, tails on	1 Tbsp	390°F	10-13 mins	13-16 mins

Air Fry Cooking Chart, continued

NOTE: Reference these charts to prepare large family meals or crowd-pleasing appetizers for entertaining. Once you get the hang of capacities and cook times, mix and match foods to dazzle your family and friends.

TIP: If cooking smaller amounts of food, use the recommended temperature, but reduce the time. For best results, check food periodically and shake or toss it often until it reaches the desired doneness.

INGREDIENT	AMOUNT PER SINGLE ZONE	AMOUNT FOR MEGAZONE™	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME SINGLE ZONE	COOK TIME DUALZONE™ & MEGAZONE™
BEEF							
Burgers	2 quarter-pound patties, 80% lean	6 quarter-pound patties, 80% lean	1/2-inch thick	Brushed with oil	390°F	10–15 mins	20–25 mins
Steaks	2 steaks (8 oz each)	4 steaks (8 oz each)	Whole	Brushed with oil	390°F	10–15 mins	20–25 mins
PORK							
Bacon	1/2 pound bacon cut in half	1 lb bacon cut in half	None	None	350°F	10–15 mins	20–25 mins
Pork chops	2 thick-cut, bone-in chops (10–12 oz each)	4 thick-cut, bone-in chops (10–12 oz each)	Bone in	Brushed with oil	390°F	30–35 mins	40–45 mins
	4 boneless chops (8 oz each)	8 boneless chops (8 oz each)	Boneless	Brushed with oil	390°F	25–30 mins	40–45 mins
Pork tenderloins	1 lb	3 lbs	None	Brushed with oil	375°F	15–20 mins	35–40 mins
Sausages	5 sausages		None	None	390°F	10–15 mins	15–20 mins
FROZEN FOODS							
Chicken cutlets	3 cutlets	7 cutlets	None	None	400°F	18–21 mins	23–28 mins
Chicken nuggets	2 boxes (12 oz)	4 boxes (12oz ea.)	None	None	390°F	15–20 mins	30–35 mins
Fish fillets	1 box (6 fillets)	2 boxes (12 fillets)	None	None	390°F	10–15 mins	20–25 mins
Fish sticks	36 fish sticks (22 oz)	72 fish sticks (44 oz)	None	None	390°F	15–20 mins	25–30 mins
French fries	1 lb	2 lbs	None	None	400°F	15–20 mins	25–30 mins
French fries	2 lbs	4 lbs	None	None	400°F	30–40 mins	65–70 mins
Mozzarella sticks	2 lbs (35–40 ea.)	4 lbs (60–65 ea.)	None	None	375°F	8–10 mins	12–16 mins
Pot stickers	2 bags (10.5 oz)	4 bags (10.5oz ea.)	None	1 Tbsp	390°F	12–14 mins	16–18 mins
Pizza rolls	2 bags (20 oz, 40 count)	2 bags (20 oz, 40 count)	None	None	390°F	15–20 mins	25–30 mins
Popcorn shrimp	2 boxes (14–16 oz each)	4 boxes (14–16oz ea.)	None	None	390°F	15–20 mins	20–25 mins
Sweet potato fries	2 lbs	4 lbs	None	None	390°F	25–30 mins	60–65 mins
Tater tots	2 lbs	4 lbs	None	None	375°F	15–20 mins	45–50 mins
Onion Rings	1 lb	2 lbs	None	None	375°F	13–16 mins	18–22 mins

Roast Chart

INGREDIENT	AMOUNT PER SINGLE ZONE	AMOUNT FOR MEGAZONE™	PREPARATION	TOSS IN OIL	TEMP	COOK TIME SINGLE ZONE	COOK TIME DUALZONE™ & MEGAZONE™
FRESH MEAT							
Side of salmon		2-3 lbs	Brushed with oil	None	375°F		25-30 mins
Beef tenderloin roast		2-3 lbs	Brushed with oil	None	375°F		50-55 mins
Pork loins		2 Pork loins (2 lbs ea.)	Brushed with oil	None	375°F		45-50 mins
Whole chicken		2 Whole chickens (4-5 lbs lbs ea.)	Brushed with oil	None	375°F		70-80 mins

Dehydrate Chart

INGREDIENTS	PREPARATION	TEMP	COOK TIMES
FRUITS & VEGETABLES			
TIMES ARE THE SAME FOR SINGLE ZONE, DUALZONE & MEGAZONE			
Apples	Cored, 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	150°F	5-7 hours
Chicken jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight	150°F	5-7 hours
Turkey jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight	150°F	5-7 hours
Salmon jerky	Cut in 1/4-inch slices, marinated overnight	150°F	3-5 hours

Using FlexBasket™ Technology: Smart Finish™

SMART FINISH eliminates the need for back-to-back cooking. Now you can cook two different foods with two different cook times, and watch as they finish at the same time. Simply program each zone, and let the **SMART FINISH** feature do the rest.

NOTE: For all recipes in this chart, season with salt and pepper as desired.

CHOOSE ANY TWO	ADD ONE RECIPE PER ZONE	SET BOTH ZONES AND USE SMART FINISH		
RECIPE	AMOUNT	MIX OR COMBINE THESE INGREDIENTS	FUNCTION	TEMP/TIME
Crab Cakes	4 crab cakes	Brush with melted butter	Air Fry	390°F 20 minutes
Balsamic Roasted Tomatoes	2 pints cherry tomatoes	1/2 cup balsamic vinegar 1 Tbsp canola oil	Roast	390°F 15 minutes
Maple Sage Pork Chops	3-4 boneless pork chops (4 oz each)	1 Tbsp canola oil 1 Tbsp maple syrup	Roast	390°F 35-40 minutes
Cajun Russet Potatoes	6 medium potatoes, diced	2 Tbsp canola oil 2 Tbsp Cajun seasoning	Air Fry	400°F 45-50 minutes
Classic Meatloaf	1 lb meatloaf mix (beef, pork, veal)	1/4 cup ketchup, 1/4 cup yellow mustard, 1 egg, 1/2 cup panko bread crumbs, 1/4 cup Parmesan cheese	Air Fry	330°F 35 minutes
Green Beans with Almonds	24 oz green beans, ends trimmed	2 Tbsp canola oil 1/2 cup sliced almonds	Air Fry	390°F 25-30 minutes
Miso Glazed Salmon	4 salmon fillets (6 oz each)	2 Tbsp miso paste, 1 teaspoon canola oil Rub onto salmon	Air Fry	390°F 18 minutes
Honey Hazelnut Brussels Sprouts	2 lbs Brussels sprouts, cut in half	2 Tbsp canola oil, 1/4 cup honey, 1/2 cup chopped hazelnuts	Air Fry	390°F 30-35 minutes
Buffalo Chicken Thighs	4 boneless skin-on chicken thighs (4-5 oz each)	1 cup buffalo sauce, toss with chicken	Air Fry	400°F 27 minutes
Plant Based "Meat" Burger	1 lb plant-based ground "meat" (4 4-oz patties)	1 Tbsp minced garlic, 1 Tbsp minced onion	Air Fry	375°F 20 minutes
Mediterranean Cauliflower	1 head cauliflower, cut in 1/2-inch florets	1/2 cup tahini, 2 Tbsp canola oil	Air Fry	390°F 35 minutes
French Fries	2 lbs French fries	Season as desired	Air Fry	400°F 50-55 minutes

NOTE: For your own best results, start checking food for doneness 2 minutes before cook time ends. Stop cooking at any time if the desired level of crispiness has been achieved, but make sure any raw proteins have reached a food-safe temperature.

LEMON BLUEBERRY GERMAN PANCAKE

PREP: 10 MINUTES | **PREHEAT:** 10 MINUTES | **COOK:** 25 MINUTES
MAKES: 12 SERVINGS

INGREDIENTS

2 tablespoons unsalted butter, softened
3 large eggs
½ cup whole milk
½ cup all-purpose flour
3 tablespoons granulated sugar
1 tablespoon lemon juice
1 tablespoon lemon zest
Pinch kosher salt
Powder sugar, for serving
½ cup blueberries, for serving

DIRECTIONS

- 1 Remove the divider from the basket and insert both crisper plates. Grease an 11" x 7" baking dish with butter, then place in the basket. Insert basket in unit.
- 2 Select MEGAZONE, select BAKE, set temperature to 375°F, and set time to 25 minutes. Press ►|| to begin preheating (preheating will take 10 minutes).
- 3 While the unit is preheating, in a large bowl, combine eggs, milk, flour, sugar, lemon juice, lemon zest, and salt until smooth.
- 4 When the timer reaches 15 minutes, press ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and pour batter into the baking dish. Reinsert basket and press ►|| to begin baking.
- 5 When baking is complete, carefully remove baking dish and allow to cool for 5 minutes. Sprinkle with powder sugar, top with blueberries, and serve.

SWEET POTATO SAUSAGE HASH

PREP: 20 MINUTES | **COOK:** 50 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 pounds sweet potatoes, peeled, diced in ½-inch pieces
¼ cup minced garlic
1 small yellow onion, peeled, diced
2 teaspoons kosher salt
1 teaspoon ground black pepper
3 tablespoons canola oil
½ cup water
2 pounds uncooked mild ground breakfast sausage
½ teaspoon ground cinnamon
1 tablespoon dried sage
1 ¼ teaspoons chili powder

TO SERVE

8 large eggs, poached or fried
Fresh parsley, chopped
Hot sauce

DIRECTIONS

- 1 Insert the divider in the basket, and insert a crisper plate in Zone 1 only.
- 2 In a medium bowl, toss sweet potatoes with garlic, onion, pepper, salt, pepper, and oil. Add ½ cup water to Zone 1, then add the sweet potatoes. Spread the sausage in an even layer in Zone 2. Insert basket in unit.
- 3 Select Zone 1, select AIRFRY, set temperature to 400°F, and set time to 50 minutes. Select Zone 2, select ROAST, set temperature to 350°F, and set time to 30 minutes. Select SMART FINISH. Press START/PAUSE to begin cooking.
- 4 Every 10 minutes, press ►|| to pause cooking, and use silicone-tipped tongs to toss the potatoes and break up the sausage. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 5 When cooking is complete, add potatoes to the sausage along with cinnamon, sage, and chili powder, and mix until evenly combined. Serve hash with poached or fried eggs, chopped parsley, and hot sauce, if desired.

MEATLOAF WITH MAPLE-GLAZED CARROTS

PREP: 20 MINUTES | **COOK:** 38 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 ½ pounds 80/20 ground beef
2 large eggs
¾ cup panko bread crumbs
¾ cup shredded Parmesan cheese
¾ cup ketchup, divided
Kosher salt, as desired
Ground black pepper, as desired
2 pounds baby carrots
½ cup pure maple syrup

DIRECTIONS

- 1 Insert the divider and both crisper plates in the basket.
- 2 In a large bowl, add ground beef, eggs, bread crumbs, Parmesan cheese, ½ cup ketchup, salt, and pepper and mix until evenly combined. Form the mixture into an 8" x 5" loaf and place in Zone 1.
- 3 In medium bowl, add carrots, maple syrup, salt, and pepper and toss until evenly coated. Let sit for 5 minutes. Place the carrot mixture in Zone 2. Insert basket in unit.
- 4 Select Zone 1, select ROAST, set temperature to 330°F, and set time to 35 minutes. Select Zone 2, select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 38 minutes. Select SMART FINISH. Press the ►|| to begin cooking.
- 5 Monitor the carrots and toss them frequently for even cooking.
- 6 When the timer reaches 15 minutes, press ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and top meatloaf with remaining ketchup. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 7 When cooking is complete, serve meatloaf with glazed carrots.

WHOLE ROASTED CHICKEN WITH HERBED POTATOES

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 75 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 whole chicken (5 pounds)
Kosher salt, as desired
Ground black pepper, as desired
Poultry seasoning, as desired, optional
3 pounds red bliss potatoes, cut in 2-inch pieces
3 cups baby carrots
2 tablespoons canola oil
1 ½ tablespoons dry herbs (tarragon, rosemary, or Herbs de Provence)

DIRECTIONS

- 1 Remove the divider and insert both crisper plates in the basket.
- 2 Season chicken on all sides with salt, pepper, and poultry seasoning. Place the chicken breast-side up in the center of the crisper plates.
- 3 In a medium bowl, toss potatoes and carrots with salt, pepper, oil, and dry herbs of choice. Place potatoes and carrots around the chicken.
- 4 Select MEGAZONE, select ROAST, set temperature to 320°F, and set time to 1 hour 20 minutes. Press ►|| to begin cooking.
- 5 When the timer reaches 20 minutes, press ►|| to pause cooking, and use silicone-tipped tongs to toss the potatoes and carrots. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 6 When cooking is complete, allow chicken to rest for 5 minutes before carving, then serve with potatoes and carrots.

SPICY TOFU WITH ROASTED GREEN BEANS

PREP: 15 MINUTES | **MARINATE:** 10 MINUTES | **COOK:** 25 MINUTES
MAKES: 8 SERVINGS

INGREDIENTS

½ cup soy sauce
½ cup plus 2 tablespoons olive oil, divided
½ cup honey
½ cup sesame oil
½ cup rice vinegar
6 cloves garlic, peeled, minced
2 tablespoons crushed red pepper
2-inch piece fresh ginger, peeled, minced
Kosher salt, as desired
Ground black pepper, as desired
2 packages (12 ounces each) extra-firm tofu, patted dry, cut in ½-inch cubes
1 ½ pounds green beans, trimmed

DIRECTIONS

- 1** In a medium bowl, prepare the marinade. Whisk together soy sauce, ¼ cup plus 1 tablespoon olive oil, honey, sesame oil, rice vinegar, garlic, crushed red pepper, ginger, salt, and pepper. Add tofu and toss until evenly coated. Let marinate for at least 10 minutes.
- 2** In separate medium bowl, toss green beans with remaining olive oil, salt, and pepper.
- 3** Insert the divider and both crisper plates in the basket. Place tofu in Zone 1 (reserving any leftover marinade), and place green beans in Zone 2. Insert basket in unit.
- 4** Select Zone 1, select AIR FRY, set temperature to 350°F, and set time to 25 minutes. Select Zone 2, select ROAST, set temperature to 350°F, and set time to 22 minutes. Select SMART FINISH. Press ►|| to begin cooking.
- 5** When the timer reaches 10 minutes, press START/PAUSE to pause cooking, remove basket from unit, and use silicone-tipped tongs to toss tofu and green beans. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 6** When cooking is complete, transfer vegetables to a bowl, top with crispy tofu, and drizzle with any remaining marinade.

SPICY ITALIAN SAUSAGE & VEGGIE SUBS

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 30 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

1 medium yellow onion, peeled, thinly sliced
1 red bell pepper, thinly sliced, seeds removed
2 green bell peppers, thinly sliced, seeds removed
8 ounces Baby Bella mushrooms, sliced
2 tablespoons canola oil
1 teaspoon kosher salt
½ teaspoon ground black pepper
8 spicy Italian sausage links
8 sub rolls

DIRECTIONS

- 1** Insert the divider and both crisper plates in the basket.
- 2** In a medium bowl, season onion, bell peppers, and mushrooms with oil, salt, and black pepper. Place mixture in Zone 1.
- 3** Place sausages in Zone 2. Insert basket in unit.
- 4** Select Zone 1, select AIRFRY, set temperature to 390°F, and set time to 30 minutes. Select Zone 2, select AIRFRY, set temperature to 390°F, and set time to 20 minutes. Select SMART FINISH. Press ►|| to begin cooking.
- 5** When Zone 1 timer reaches 10 minutes, select ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and toss vegetables. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 6** When cooking is complete, remove basket from unit. Divide the vegetables between the buns, top with sausages, and serve.

TORTELLINI ALFREDO BAKE WITH ROASTED GARLIC BROCCOLI

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 45 MINUTES | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 heads broccoli, cut in ½-inch florets (approx. 6 cups)
2 tablespoons olive oil
6 garlic cloves, peeled, minced
1 ½ teaspoons kosher salt, divided
2 jars (15 ounces each) alfredo sauce
¼ cup water
1 teaspoon ground black pepper
7 ounces shredded mozzarella, divided
2 pounds frozen cheese tortellini
¾ cup panko bread crumbs
3 sprigs fresh basil, torn

DIRECTIONS

- 1 Insert the divider and crisper plate in the Zone 1 basket only.
- 2 In a medium bowl, toss broccoli with oil, garlic, and ¾ teaspoon salt. Place broccoli in Zone 1.
- 3 In a separate medium bowl, whisk together alfredo sauce, water, ¾ teaspoon salt, pepper, and half the mozzarella cheese. Place the tortellini and prepared sauce in Zone 2 and mix until evenly combined. Top with remaining mozzarella and bread crumbs.
- 4 Select Zone 1, select ROAST, set temperature to 400°F, and set time to 25 minutes. Select Zone 2, select BAKE, set temperature to 350°F, and set time to 45 minutes. Select SMART FINISH. Press ►|| to begin cooking.
- 5 When the timer reaches 10 minutes, press ►|| to pause cooking, and use silicone-tipped tongs to toss the broccoli. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 6 When cooking is complete, tortellini should be al dente. Gently transfer to a serving dish, keeping most of the cheese and bread crumbs on top. Garnish with torn basil leaves and serve with broccoli.

EGGPLANT PARMESAN & GARLIC BREAD

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 22 MINUTES | **MAKES:** 2-3 SERVINGS

INGREDIENTS

1 cup all-purpose flour
1 tablespoon kosher salt, divided
2 teaspoons ground black pepper, divided
3 large eggs
1 cup panko bread crumbs
1 small eggplant, peeled, cut in 4 slices (about ½ inch each)
4 tablespoons unsalted butter, softened
2 teaspoons minced garlic
1 teaspoon garlic powder
½ loaf Italian bread, sliced in half
½ cup marinara sauce
4 slices mozzarella cheese

DIRECTIONS

- 1 Insert the divider and both crisper plates in the basket.
- 2 Prepare a dredging station. Combine flour, 1 teaspoon salt, and 1 teaspoon pepper in a shallow dish. In a small bowl, whisk together eggs. In a separate shallow dish, mix bread crumbs, 1 teaspoon salt, and 1 teaspoon pepper.
- 3 One at a time, dredge the eggplant in the following order: flour, egg, bread crumbs. Place the coated eggplant in Zone 1.
- 4 In a small bowl, combine butter, minced garlic, garlic powder, and 1 teaspoon salt. Spread garlic butter on each bread half, then place bread butter side up in Zone 2. Insert basket in unit.
- 5 Select ZONE 1, select AIR FRY, set temperature to 390°F and time to 22 minutes. Select Zone 2, select AIR FRY, set temperature to 350°F and time to 10 minutes. Press SMART FINISH. Press to begin cooking.
- 6 When the timer reaches 7 minutes, press ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and top each eggplant slice with 2 tablespoons marinara sauce and 1 slice mozzarella. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking until cheese is melted.
- 7 When cooking is complete, cut garlic bread in strips and serve with eggplant.

ROASTED SALMON WITH PARMESAN ASPARAGUS

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 22 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

3 tablespoons light brown sugar
2 tablespoons Montreal Seasoning
4 frozen salmon fillets, skin on (6 ounces each)
3 tablespoons canola oil, divided
2 pounds asparagus, ends trimmed
Kosher salt, as desired
Ground black pepper, as desired
¼ cup shredded Parmesan cheese, divided

DIRECTIONS

- 1 Insert the divider and both crisper trays in the basket.
- 2 In a small bowl, combine brown sugar and Montreal seasoning. Evenly coat each salmon fillet on all sides with 1 teaspoon oil and the prepared seasoning, then place fillets skin side down in Zone 1.
- 3 In a large bowl, toss asparagus with remaining oil, salt, and pepper, then place in Zone 2. Insert basket in unit.
- 4 Select Zone 1, select ROAST, set temperature to 375°F, and set time to 22 minutes. Select Zone 2, select Air Fry, set temperature to 390°F, and set time to 19 minutes. Select SMARTFINISH. Press ►|| to begin cooking.
- 5 When Zone 2 timer reaches 7 minutes, press ►|| to pause cooking. Remove basket from unit and toss asparagus. Reinsert basket. Press ►|| to resume cooking.
- 6 When Zone 2 timer reaches 2 minutes, press ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and sprinkle half the Parmesan cheese over asparagus. Toss basket lightly, then reinsert it and press ►|| to resume cooking.
- 7 When cooking is complete, transfer salmon and asparagus to a serving plate. Sprinkle remaining Parmesan cheese over asparagus and serve.

BONELESS BARBECUE PORK CHOPS WITH SQUASH & GREEN BEAN MEDLEY

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 60 MINUTES | **MAKES:** 4-8 SERVINGS

INGREDIENTS

4 frozen boneless pork chops, 2 inches thick (5 ounces each)
½ cup barbecue sauce
1 pound green beans, trimmed, cut in half
2 pounds butternut squash, cut in ½-inch cubes
2 ½ tablespoons olive oil
1 tablespoon plus 2 teaspoons kosher salt, divided
1 ½ teaspoon ground black pepper

DIRECTIONS

- 1 Insert the divider and both crisper plates in the basket.
- 2 Season each pork chop with 1 teaspoon salt, then evenly cover one side with barbecue sauce.
- 3 In a medium bowl, toss green beans, squash, oil, 1 teaspoon salt, and pepper.
- 4 Place the pork chops in Zone 1 and the vegetables in Zone 2. Insert basket in unit.
- 5 Select Zone 1, select AIRFRY, set temperature to 400°F, and set time to 35 minutes. Select Zone 2, select AIRFRY, set temperature to 400°F, and set timer to 1 hour. Select SMART FINISH. Press ►|| to begin cooking.
- 6 Cooking is complete when the internal temperature of the pork chops reads 145°F on an instant-read thermometer. Allow pork to rest for 5 minutes, then serve with vegetables.

CRESCENT ROLL-UPS WITH TURKEY, SWISS CHEESE & MUSTARD

PREP: 15 MINUTES | **COOK:** 25 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

1 tube (8 ounces) refrigerated crescent roll dough
3 tablespoons Dijon mustard, plus more if desired
8 slices deli turkey
8 slices Swiss cheese
1 tablespoon sesame seeds, optional

DIRECTIONS

- 1 Unroll the crescent dough and split into 8 triangles. Evenly spread 1 teaspoon mustard on each triangle, then top with 1 slice of turkey and 1 slice of cheese. Starting at the wide end, roll the dough and pinch the ends to seal.
- 2 Remove the divider and both crisper plates from the basket. Place crescent rolls in the basket. Brush the tops with remaining mustard, then sprinkle with sesame seeds. Insert basket in unit.
- 3 Select MEGAZONE, select BAKE, set temperature to 325°F, and set time to 30 minutes. Press ►|| to begin cooking.
- 4 When timer reaches 5 minutes, select ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and flip roll-ups so the bottom sides are facing up. Reinsert basket and select ►|| to resume cooking.
- 5 When cooking is complete, remove roll-ups from basket and serve with more mustard or other desired condiments.

HONEY GARLIC MEATBALLS

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 35 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

3 pounds frozen prepared Italian meatballs (½ ounce each)
8 cloves garlic, peeled, minced
½ cup honey
⅓ cup ketchup
2 tablespoons soy sauce

DIRECTIONS

- 1 Remove the divider from the basket and insert both crisper plates. Place the meatballs in the basket. Insert basket in unit.
- 2 Select MEGAZONE, select AIR FRY, set temperature to 400°F, and set time to 35 minutes. Press ►|| to begin cooking.
- 3 In a medium bowl, combine all remaining ingredients.
- 4 When the timer reaches 15 minutes, press ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and shake meatballs. Reinsert basket and press ►|| to resume cooking.
- 5 When the timer reaches 5 minutes, press ►|| to pause cooking, transfer meatballs to the medium bowl, and toss to evenly coat in the sauce. Return meatballs to the basket and insert basket in unit. Press ►|| to resume cooking.
- 6 When cooking is complete, transfer meatballs to a serving bowl and enjoy warm.

AIR FRYER DONUTS & DONUT HOLES

PREP: 10 MINUTES | **COOK:** 10 MINUTES | **MAKES:** 4-8 SERVINGS

INGREDIENTS

1 can refrigerated flaky buttermilk biscuits

¼ cup (½ stick) unsalted butter, melted

1 cup granulated sugar

1 ½ tablespoons ground cinnamon

DIRECTIONS

- 1 Remove the divider from the basket and insert both crisper plates.
- 2 Remove the biscuits from the can, separate them, and place them on a cutting board. Use a 1-inch round biscuit cutter (or similarly sized bottle cap) to cut a hole in the center of each biscuit. Place all donuts in the basket, evenly spaced out. Insert basket in unit.
- 3 Select MEGAZONE, select AIR FRY, set temperature to 360°F, and set time to 10 minutes. Press ►|| to begin cooking.
- 4 Place the melted butter in a small shallow bowl. In a separate small shallow bowl, combine the sugar and cinnamon.
- 5 When cooking is complete, remove donuts from basket and, one at a time, dip each side into the melted butter, then the cinnamon sugar.
- 6 Repeat steps 3 through 5 (reducing the cook time to 5 minutes) with the donut holes.

RASPBERRY WHITE CHOCOLATE BLONDIES

PREP: 10 MINUTES | **PREHEAT:** 10 MINUTES | **COOK:** 50 MINUTES
MAKES: 12 SERVINGS

INGREDIENTS

½ cup (1 stick) salted butter, melted

1 cup light brown sugar

2 large eggs

1 ½ teaspoons vanilla extract

1 cup all-purpose flour

½ teaspoon kosher salt

½ teaspoon baking powder

1 cup fresh or frozen raspberries

½ cup white chocolate chips

Nonstick cooking spray

DIRECTIONS

- 1 In large bowl, combine butter, sugar, eggs, and vanilla until smooth. Stir in flour, salt, and baking powder until combined. Fold in raspberries and white chocolate chips. Set batter aside.
- 2 Remove the divider from the basket and insert both crisper plates. Grease an 11" x 7" baking dish with cooking spray, then place in the basket. Insert basket in unit.
- 3 Select MEGAZONE, select BAKE, set temperature to 300°F, and set time to 50 minutes. Press ►|| to begin preheating (preheating will take 10 minutes).
- 4 When the timer reaches 40 minutes, press ►|| to pause cooking, remove basket from unit, and pour batter into the baking dish. Reinsert basket and press ►|| to begin baking.
- 5 When baking is complete, carefully remove baking dish and allow to cool before cutting into 12 pieces.

AIR-FRIED CHOCOLATE CREME COOKIES

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

INGREDIENTS

- 2 tubes (16 ounces each) refrigerated biscuit dough
- 16 chocolate creme sandwich cookies
- ½ cup powdered sugar
- 2 tablespoons whole milk
- 1 teaspoon vanilla extract

DIRECTIONS

- 1** Remove biscuits from the can, separate into 16 biscuits, and use your fingers or a rolling pin to flatten until ¼ inch thick.
- 2** Place a cookie in the center of each biscuit, then wrap the dough up over the cookie and seal closed.
- 3** Remove the divider from the basket and insert both crisper plates. Place all cookies in the basket, evenly spaced out. Insert basket in unit.
- 4** Select MEGAZONE, select AIR FRY, set temperature to 350°F, and set time to 8 minutes. Press ▶|| to begin cooking.
- 5** To prepare the glaze, in a small bowl whisk together the remaining ingredients.
- 6** When cooking is complete, remove cookies and allow to cool for 2 to 3 minutes before drizzling with the prepared glaze.

NINJA
Foodi
FlexBasket™

AIR FRYER

with 11-qt MegaZone™

**Looking for more recipe inspiration,
tips, and tricks?**

Join us and thousands of Foodi® friends
on the Official Ninja Foodi Family™ Community.
[Facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily](https://www.facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily)

    @NinjaKitchen

 [youtube.com/EPNinjaKitchen](https://www.youtube.com/EPNinjaKitchen)

For questions or to register your product,
visit us online at [ninjakitchen.ca](https://www.ninjakitchen.ca)

AD600CCO_QSG_E_F_MP_Mv8

FOODI and NINJA are registered trademarks of SharkNinja Operating LLC.
DUALZONE, FLEXBASKET, MEGAZONE, NINJA FOODI FAMILY, and SMART FINISH are trademarks of SharkNinja Operating, LLC.
© 2023 Shark Ninja Operating LLC.

Veillez lire le guide de l'utilisateur de Ninja® ci-joint avant d'utiliser votre appareil.

NINJA®
Foodi
Panier FlexBasket™

FRITEUSE À AIR

dotée d'une MegaZone™
de 11 pintes (4 L)

**GUIDE DE
DÉMARRAGE
RAPIDE**

**+ TABLEAUX DE CUISSON
+ 15 RECETTES IRRÉSISTIBLES**

Utilisation de votre friteuse à air Ninja® Foodi® FlexBasket™

7 PROGRAMMES DE CUISSON

AIR FRY (friture à l'air)

Idéal pour cuisiner les aliments frais comme les ailes de poulet et vos collations surgelées préférées.

ROAST (rôtir)

Idéal pour rôtir les légumes et les viandes.

BAKE (cuisson au four)

Idéal pour cuisiner des gâteaux et tout autre dessert cuit au four.

REHEAT (réchauffer)

Idéal pour faire réchauffer les restes.

DEHYDRATE (déshydrater)

Idéal pour cuisiner des croustilles de légumes ou de fruits et des jerky.

PROOF (lever la pâte)

Créez un environnement où la pâte se repose et lève.

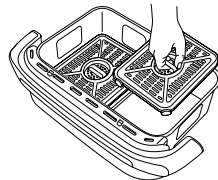
KEEP WARM (garder au chaud)

Utilisez cette fonction pour garder les ingrédients chauds à une température permettant d'assurer la salubrité alimentaire.

CONSEILS ET ASTUCES

PLAQUES POUR CUISSON CROUSTILLANTE

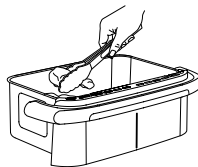
Les plaques pour cuisson croustillante permettent de dorer les aliments uniformément. Assurez-vous de les déposer au fond du panier avant d'ajouter les aliments, sauf si la recette indique qu'elles ne sont pas requises.



REMARQUE : Assurez-vous que les plaques pour cuisson croustillante sont insérées correctement.

REMUEZ

Pour obtenir les meilleurs résultats, remuez fréquemment vos aliments avec un ustensile ou des pinces munies d'embouts en silicone afin qu'ils aient une texture croustillante à souhait.



LEVÉE

Retirez le séparateur du panier, ajoutez 2 c. à soupe (30 ml) d'eau, puis installez les deux plaques pour cuisson croustillante. Déposez un morceau de papier parchemin légèrement plus large que la pâte au centre des plaques. Vaporisez la surface de la pâte d'enduit à cuisson antiadhésif, puis déposez-la sur le papier parchemin. Insérez le panier dans l'appareil. Sélectionnez MEGAZONE et la fonction de cuisson PROOF (levée), puis réglez la température entre 90 et 150° F (32 et 65° C) et le temps de cuisson à 2 heures. Faites lever la pâte jusqu'à ce que sa taille ait doublé.

CONSEIL : Le type de pâte a une incidence sur la durée de la levée; vérifiez la pâte après 1 heure et réglez le temps et la température en conséquence, au besoin.

Utilisation de la MegaZone™

PASSEZ DE LA MEGAZONE À LA DUALZONE™

Faites cuire vos aliments dans un grand panier ou dans deux zones de cuisson indépendantes.



MEGAZONE POLYVALENTE

Deux zones
de cuisson
indépendantes

5,5 pintes
chacune

Une
MegaZone

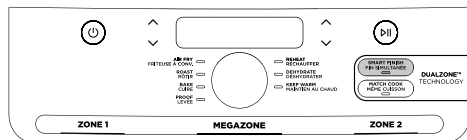
11 pintes au total



Utilisation de la technologie Dualzone™

Smart Finish™

Pour cuire deux aliments différents avec des fonctions de cuisson, des températures ou des temps de cuisson différents : programmez chaque zone et activez la fonction SMART FINISH (fin simultanée) pour que les cuissons se terminent en même temps.



ÉTAPE 1 : Programmez la zone 1

- Déposez les aliments dans les paniers.
- L'appareil utilise la Zone 1 par défaut.
- Tournez le cadran pour sélectionner une fonction de cuisson (p. ex., AIR FRY [friture à l'air]).



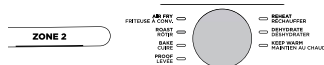
ÉTAPE 2 : Réglez le temps et la température de cuisson

- Utilisez les flèches TEMP pour régler la température.
- Utilisez les flèches TIME pour régler le temps de cuisson.



ÉTAPE 3 : Programmez la zone 2

- Sélectionnez Zone 2 en appuyant sur la touche 2.
- Tournez le cadran pour sélectionner une fonction de cuisson (p. ex., ROAST [rôtir]) et répétez l'étape 2.



ÉTAPE 4 : Lancez le cycle de cuisson

- Sélectionnez la fonction SMART FINISH (fin simultanée).
- Appuyez sur le bouton START/PAUSE pour lancer le cycle de cuisson.
- Le message HOLD s'affichera sur l'écran de la zone dont le temps de cuisson est le plus court.

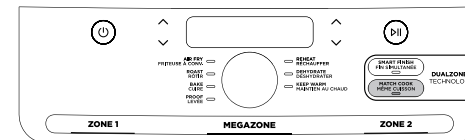


REMARQUE : Pour vous assurer que les temps de cuisson sont synchronisés, appuyez sur le cadran pour ►. Reportez-vous à la page 6 pour obtenir des directives supplémentaires.

Utilisation de la technologie Dualzone™

Match Cook (même mode de cuisson)

Pour cuire des aliments similaires dans les deux zones : réglez la Zone 1 et activez la fonction MATCH COOK (même mode de cuisson) pour appliquer ces réglages à la Zone 2.



ÉTAPE 1 : Programmez la zone 1

- Déposez les aliments dans les paniers.
- L'appareil utilise la Zone 1 par défaut.
- Tournez le cadran pour sélectionner une fonction de cuisson (p. ex., AIR FRY [friture à l'air]).



ÉTAPE 2 : Réglez le temps et la température de cuisson

- Utilisez les flèches TEMP pour régler la température.
- Utilisez les flèches TIME pour régler le temps de cuisson.



ÉTAPE 3 : Lancez le cycle de cuisson

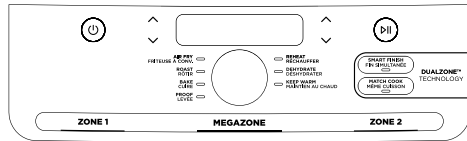
- Appuyez sur la touche MATCH COOK.
- Appuyez sur le bouton ► pour lancer le cycle de cuisson.



REMARQUE : Pour interrompre le cycle de cuisson d'une zone ou pour l'annuler, reportez-vous à la page 6 pour obtenir des directives supplémentaires.

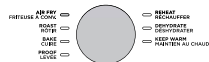
Utilisation de deux zones sans la fonction Match Cook™ ou Smart Finish™

Pour réduire le temps de cuisson, n'utilisez pas la fonction de cuisson Match Cook™ ou Smart Finish™. Ainsi, la cuisson des aliments de chaque zone se terminera à différents moments, selon les réglages. Vérifiez fréquemment les aliments pour éviter toute cuisson excessive.



ÉTAPE 1 : Programmez la zone 1

- Déposez les aliments dans les paniers.
- L'appareil utilise la Zone 1 par défaut.
- Tournez le cadran pour sélectionner une fonction de cuisson (p. ex., AIR FRY [friture à l'air]).



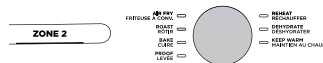
ÉTAPE 2 : Réglez le temps et la température de cuisson

- Utilisez les flèches TEMP pour régler la température.
- Utilisez les flèches TIME pour régler le temps de cuisson.



ÉTAPE 3 : Programmez la zone 2

- Répétez les étapes 1 et 2 pour la Zone 2.



ÉTAPE 4 : Lancez le cycle de cuisson

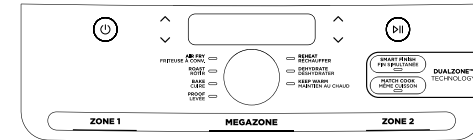
- Appuyez sur le bouton ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- Vérifiez fréquemment les aliments pour éviter toute cuisson excessive.



REMARQUE : Pour obtenir les meilleurs résultats, commencez à vérifier la cuisson des aliments avant la fin du temps de cuisson. Si la texture de vos aliments est croustillante à souhait, arrêtez la cuisson, mais assurez-vous que toutes les protéines crues ont atteint une température sécuritaire.

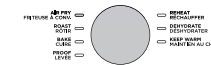
Utilisation d'une seule zone

Lorsque vous ne faites cuire qu'un seul aliment dans une seule zone, utilisez l'appareil comme une friteuse à air traditionnelle.



ÉTAPE 1 : Programmez la zone 1

- Déposez les aliments dans le panier.
- L'appareil utilise la Zone 1 par défaut.
- Tournez le cadran pour sélectionner une fonction de cuisson (p. ex., AIR FRY [friture à l'air]).



REMARQUE : Si vous ne voulez utiliser que la zone 2, sélectionnez d'abord cette zone, puis une fonction.

ÉTAPE 2 : Réglez le temps et la température de cuisson

- Utilisez les flèches TEMP pour régler la température.
- Utilisez les flèches TIME pour régler le temps de cuisson.



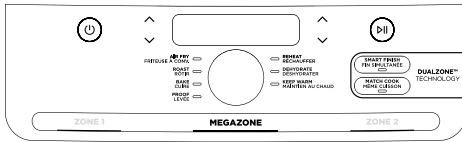
ÉTAPE 3 : Lancez le cycle de cuisson

- Appuyez sur le bouton ►|| pour lancer le cycle de cuisson.



Utilisation de la MegaZone™

Pour faire cuire une grande quantité d'un seul aliment, retirez le séparateur et utilisez tout l'espace de cuisson, comme une friteuse à air traditionnelle.



ÉTAPE 1 : Sélectionnez la fonction MEGAZONE

- Retirez le séparateur du panier.
- Déposez les aliments dans le panier.
- Tournez le cadran pour sélectionner une fonction de cuisson (p. ex., AIR FRY [friture à l'air]).



ÉTAPE 2 : Réglez le temps et la température de cuisson

- Utilisez les flèches TEMP pour régler la température.
- Utilisez les flèches TIME pour régler le temps de cuisson.



ÉTAPE 3 : Lancez le cycle de cuisson

- Appuyez sur le bouton ▶|| pour lancer le cycle de cuisson.

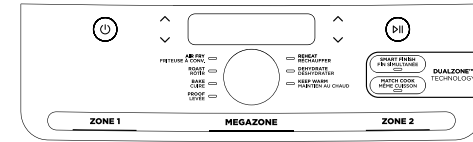


Interrompre et mettre fin au cycle de cuisson

Interrompre la cuisson dans une seule zone (quand les deux zones sont utilisées)

ÉTAPE 1 : Interrompre le cycle de cuisson d'une seule zone

- Sélectionnez la zone que vous voulez mettre en pause (p. ex., Zone 1).
- Appuyez sur le bouton START/PAUSE pour lancer le cycle de cuisson.



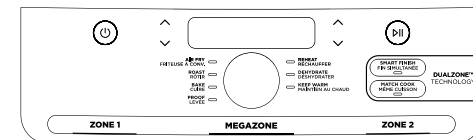
REMARQUE : Lorsque vous utilisez la technologie SMART FINISH (fin simultanée), nous vous recommandons d'appuyer sur le bouton START/PAUSE pour interrompre le cycle de cuisson des deux zones. La mise en pause d'une seule zone aura une incidence sur la synchronisation des temps de cuisson.

ÉTAPE 2 : Poursuivez la cuisson

- Pour poursuivre la cuisson, appuyez sur le bouton ▶||.

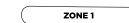


Mettre fin au cycle de cuisson dans une seule zone (lorsque les deux zones sont utilisées avec la fonction MegaZone™)



ÉTAPE 1 : Sélectionnez une zone

- Sélectionnez la zone dans laquelle vous voulez interrompre la cuisson (p. ex., zone 1).



ÉTAPE 2 : Réglez le temps de cuisson

- Appuyez sur la flèche TIME orientée vers le bas pour régler le temps à 0.



ÉTAPE 3 : Poursuivez la cuisson

- Après 3 secondes, le message END s'affichera à l'écran.
- La cuisson de l'autre zone se poursuit.

ÊTES-VOUS PRÊT À CUISINER?

Familiarisez-vous avec votre appareil en cuisinant de délicieuses recettes éprouvées par des chefs et en vous reportant aux tableaux de cuisson pratiques.

RETOURNEZ POUR CONSULTER :

Les tableaux de cuisson pour l'utilisation d'une seule zone et de la technologie MegaZone™ 10

TABLEAUX DES RECETTES CUISINÉES AVEC LA FONCTION SMART FINISH™ 16

15 recettes irrésistibles 18

Tableau de cuisson pour la friture à l'air

REMARQUE : Si les aliments que vous cuisinez ne figurent pas ci-dessous, trouvez un aliment similaire et réduisez le temps de cuisson de 25 %. Pour les aliments surgelés, réduisez le temps de cuisson inscrit sur l'emballage de 25 %. Vérifiez les aliments régulièrement et faites-les cuire plus longtemps, si nécessaire.

CONSEIL : Si vous cuisinez de plus petites quantités d'aliments, utilisez la température recommandée, mais réduisez le temps de cuisson. Pour obtenir les meilleurs résultats, vérifiez la cuisson des aliments et secouez-les ou mélangez-les régulièrement, jusqu'à ce qu'ils atteignent le degré de cuisson désiré.

*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.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ POUR LA FONCTION SINGLE ZONE	QUANTITÉ POUR LA MEGAZONE™	PRÉPARATION	ENROBER D'HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON D'UNE SEULE ZONE	TEMPS DE CUISSON DES FONCTIONS DUALZONE™ ET MEGAZONE™
LÉGUMES							
Asperges	1 botte	2 bottes	Entières, tiges coupées	2 c. à thé (10 ml)	390° F (200° C)	De 8 à 12 min	De 20 à 25 min
Betteraves	6 ou 7, petites	De 10 à 12, petites	Entières	Aucun	390° F (200° C)	De 30 à 35 min	De 60 à 65 min
Poivrons (à rôtir)	4 poivrons	8 poivrons	Entiers	Aucun	390° F (200° C)	De 20 à 25 min	De 30 à 35 min
Brocoli	2 couronnes	4 couronnes	En fleurons de 1 po (2,5 cm)	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 10 à 15 min	De 20 à 25 min
Choux de Bruxelles	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Coupés en deux, sans la tige	1 c. à soupe (15 ml)	400° F (204° C)	De 15 à 20 min	De 30 à 35 min
Courge musquée	1 ½ lb (680 g)	3 lb (1,4 kg)	En morceaux de ½ po (1,25 cm)	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 20 à 25 min	De 35 à 40 min
Carottes	1 lb (454 g)	2 lb (900 g)	Pelées, en morceaux de ½ po (1,25 cm)	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 45 à 50 min
Chou-fleur	2 couronnes	4 couronnes	En fleurons de 1 po (2,5 cm)	2 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 25 à 30 min
Épis de maïs	4 épis	8 épis	Sans les glumes	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 20 à 25 min	De 35 à 40 min
Haricots verts	2 sacs (12 oz/340 g)	14 sacs (12 oz/340 g)	Parés	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 30 à 35 min
Chou frisé (pour croustilles)	5 tasses (1,25 L), tassées	7 tasses (1,75 L), tassées	En morceaux, sans la tige	Aucun	300° F (150° C)	De 10 à 15 min	De 20 à 25 min
Champignons	1 lb (454 g)	2 lb (900 g)	Rincés, en quartiers	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 10 à 13 min	De 15 à 20 min
Pommes de terre, Russet	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	En quartiers de 1 po (2,5 cm)	1 c. à soupe (15 ml)	400° F (204° C)	De 25 à 30 min	De 40 à 45 min
	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Frites coupées à la main*, minces	De ½ à 3 c. à soupe (de 7,5 à 45 ml) d'huile de canola	400° F (204° C)	De 25 à 30 min	De 35 à 40 min
	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Frites coupées à la main*, épaisses	De ½ à 3 c. à soupe (de 7,5 à 45 ml) d'huile de canola	400° F (204° C)	De 25 à 30 min	De 40 à 45 min
	4, entières (de 6 à 8 oz [170 à 225 g])	8, entières (de 6 à 8 oz [170 à 225 g])	Percées avec une fourchette à trois reprises	Aucun	400° F (204° C)	De 40 à 45 min	De 50 à 65 min
Patates douces	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	En morceaux de 1 po (2,5 cm)	1 c. à soupe (15 ml)	400° F (204° C)	De 20 à 25 min	De 40 à 50 min
	4, entières (de 6 à 8 oz [170 à 225 g])	8, entières (de 6 à 8 oz [170 à 225 g])	Percées avec une fourchette à trois reprises	Aucun	400° F (204° C)	De 40 à 45 min	De 60 à 65 min
Courgettes	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Coupées en quatre sur la longueur, puis en morceaux de 1 po (2,5 cm)	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 15 à 18 min	De 25 à 28 min
VOLAILLE							
Poirtrines de poulet	3 poitrines (de ¾ à 1 ½ lb [de 340 à 680 g] chacune)	6 poitrines (de ¾ à 1 ½ lb [de 340 à 680 g] chacune)	Avec os	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 25 à 30 min	De 35 à 40 min
	4 poitrines (de ½ à ¾ lb [de 230 à 340 g] chacune)	8 poitrines (de ½ à ¾ lb [de 230 à 340 g] chacune)	Désossées	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 22 à 24 min	De 30 à 35 min
Cuisses de poulet	6 cuisses (de 6 à 10 oz [170 à 285 g] chacune)	12 cuisses (de 6 à 10 oz [170 à 285 g] chacune)	Avec os	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 30 à 35 min	De 45 à 50 min
	4 cuisses (de 4 à 8 oz [de 115 à 225 g] chacune)	8 cuisses (de 4 à 8 oz [de 115 à 225 g] chacune)	Désossées	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 30 à 35 min	De 40 à 45 min
Ailes de poulet	3 lb (1,4 kg)	6 lb (2,7 kg)	Pilons et ailes	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 30 à 35 min	De 60 à 65 min

Tableau de cuisson pour la fonction Air Fry (friture à l'air) (suite)

REMARQUE : Reportez-vous à ces tableaux pour préparer de grands repas familiaux ou des hors-d'œuvre qui plairont à tous. Une fois que vous êtes familier avec les capacités et les temps de cuisson, mélangez les types d'aliments pour en mettre plein la vue à votre famille et à vos amis.

CONSEIL : Si vous cuisinez de plus petites quantités d'aliments, utilisez la température recommandée, mais réduisez le temps de cuisson. Pour obtenir les meilleurs résultats, vérifiez la cuisson des aliments et secouez-les ou mélangez-les régulièrement, jusqu'à ce qu'ils atteignent le degré de cuisson désiré.

INGRÉDIENT	QUANTITÉ POUR LA FONCTION SINGLE ZONE	QUANTITÉ POUR LA MEGAZONE™	PRÉPARATION	ENROBER D'HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON D'UNE SEULE ZONE	TEMPS DE CUISSON DES FONCTIONS DUALZONE™ ET MEGAZONE™
POISSON ET FRUITS DE MER							
Croquettes de crabe	2 croquettes (de 6 à 8 oz [de 170 à 225 g] chacune)	6 croquettes (de 6 à 8 oz [de 170 à 225 g] chacune)	Aucun	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 12 à 12 min	De 20 à 25 min
Queues de homard	2 queues (de 3 ou 4 oz [de 85 à 115 g] chacune)	6 queues (de 3 ou 4 oz [de 85 à 115 g] chacune)	Entières	Aucun	390° F (200° C)	De 5 à 8 min	De 10 à 12 min
Filets de saumon	3 filets (4 oz [115 g] chacun)	6 filets (4 oz [115 g] chacun)	Aucun	Badigeonnés d'huile	400° F (204° C)	De 7 à 12 min	De 15 à 20 min
Crevettes	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Entières, décortiquées, avec la queue	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 10 à 13 min	De 13 à 16 min
BŒUF							
Hamburgers	2 galettes de 1/4 lb (115 g), maigres à 80 %	6 galettes de 1/4 lb (115 g), maigres à 80 %	1/2 po (1,25 cm) d'épaisseur	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 10 à 15 min	De 20 à 25 min
Biftecks	2 biftecks (8 oz [225 g] chacun)	4 biftecks (8 oz [225 g] chacun)	Entiers	Badigeonnés d'huile	390° F (200° C)	De 10 à 15 min	De 20 à 25 min
PORC							
Bacon	1/2 lb (225 g) de tranches de bacon, coupées en deux	1 lb (454 g) de tranches de bacon, coupées en deux	Aucun	Aucun	350° F (200° C)	De 10 à 15 min	De 20 à 25 min
Côtelettes de porc	2 côtelettes épaisses avec os (de 10 à 12 oz [285 à 340 g] chacune)	4 côtelettes épaisses avec os (de 10 à 12 oz [285 à 340 g] chacune)	Avec os	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 30 à 35 min	De 40 à 45 min
	4 côtelettes désossées (8 oz [225 g] chacune)	8 côtelettes désossées (8 oz [225 g] chacune)	Désossées	Badigeonnées d'huile	390° F (200° C)	De 25 à 30 min	De 40 à 45 min
Filets de porc	1 lb (454 g)	3 lb (1,4 kg)	Aucun	Badigeonnés d'huile	375° F (190° C)	De 15 à 20 min	De 35 à 40 min
Saucisses	5 saucisses		Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 10 à 15 min	De 15 à 20 min
ALIMENTS SURGELÉS							
Escalopes de poulet	3 escalopes	7 escalopes	Aucun	Aucun	400° F (204° C)	De 18 à 21 min	De 23 à 28 min
Croquettes de poulet	2 boîtes (12 oz [340 g] chacune)	4 boîtes (12 oz [340 g] chacune)	Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 30 à 35 min
Filets de poisson	1 boîte (6 filets)	2 boîtes (12 filets)	Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 10 à 15 min	De 20 à 25 min
Bâtonnets de poisson	36 bâtonnets (22 oz [625 g])	72 bâtonnets (44 oz [1,25 kg])	Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 25 à 30 min
Frites	1 lb (454 g)	2 lb (900 g)	Aucun	Aucun	400° F (204° C)	De 15 à 20 min	De 25 à 30 min
Frites	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Aucun	Aucun	400° F (204° C)	De 30 à 40 min	De 65 à 70 min
Bâtonnets de mozzarella	2 lb (de 35 à 40 unités)	4 lb (de 60 à 65 unités)	Aucun	Aucun	375° F (190° C)	De 8 à 10 min	De 12 à 16 min
Quenelles	2 sacs (10,5 oz [300 g])	4 sacs (10,5 oz [300 g])	Aucun	1 c. à soupe (15 ml)	390° F (200° C)	De 12 à 14 min	De 16 à 18 min
Roulés de pizza	2 sacs (20 oz [570 g])/40 unités)	2 sacs (20 oz [570 g])/40 unités)	Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 25 à 30 min
Crevettes popcorn	2 boîtes (de 14 à 16 oz [de 400 à 455 g] chacune)	4 boîtes (de 14 à 16 oz [de 400 à 455 g] chacune)	Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 15 à 20 min	De 20 à 25 min
Frites de patate douce	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Aucun	Aucun	390° F (200° C)	De 25 à 30 min	De 60 à 65 min
Bouchées de pommes de terre	2 lb (900 g)	4 lb (1,8 kg)	Aucun	Aucun	375° F (190° C)	De 15 à 20 min	De 45 à 50 min
Rondelles d'oignon	1 lb (454 g)	2 lb (900 g)	Aucun	Aucun	375° F (190° C)	De 13 à 16 min	De 18 à 22 min

Tableau pour la fonction Roast (rôtir)

INGRÉDIENT	QUANTITÉ POUR LA FONCTION SINGLE ZONE	QUANTITÉ POUR LA MEGAZONE™	PRÉPARATION	ENROBER D'HUILE	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON D'UNE SEULE ZONE	TEMPS DE CUISSON DES FONCTIONS DUALZONE™ ET MEGAZONE™
VIANDE FRAÎCHE							
Filets de saumon		De 2 à 3 lb (de 0,9 à 1,4 kg)	Badigeonnés d'huile	Aucun	375° F (190° C)		De 25 à 30 min
Rôti de filet de bœuf		De 2 à 3 lb (de 0,9 à 1,4 kg)	Badigeonnés d'huile	Aucun	375° F (190° C)		De 50 à 55 min
Rôtis de porc		2 rôtis de porc (2 lb [900 g] chacun)	Badigeonnés d'huile	Aucun	375° F (190° C)		De 45 à 50 min
Poulet entier		2 poulets entiers (de 4 à 5 lb [de 1,8 à 2,2 kg] chacun)	Badigeonnés d'huile	Aucun	375° F (190° C)		De 70 à 80 min

Tableau de déshydratation

INGRÉDIENTS	PRÉPARATION	TEMPÉRATURE	TEMPS DE CUISSON
FRUITS ET LÉGUMES			
LES TEMPS SONT LES MÊMES POUR LES FONCTIONS SINGLE ZONE, DUALZONE ET MEGAZONE			
Pommes	Évidées, en tranches de ¼ po (0,3 mm), rincées dans de l'eau citronnée, épongées	135° F (57° C)	De 7 à 8 heures
Asperges	En morceaux de 1 po (2,5 cm), blanchis	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Bananes	Pelées, en tranches de ¾ po (10 mm)	135° F (57° C)	De 8 à 10 heures
Betteraves	Pelées, en tranches de ¼ po (3 mm)	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Aubergine	Pelée, en tranches de ¼ po (6 mm), blanchies	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Herbes fraîches	Rincées, épongées, sans les tiges	135° F (57° C)	4 heures
Racine de gingembre	En tranches de ¾ po (10 mm)	135° F (57° C)	6 heures
Mangues	Pelées, en tranches de ¾ po (1 cm), sans le noyau	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Champignons	Nettoyés avec une brosse douce (sans les laver)	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Ananas	Pelé, sans le cœur, en tranches de ¾ à ½ po (1 à 1,25 cm)	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Fraises	Coupées en deux ou en tranches de 1/2 po (1,25 cm)	135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
Tomates	En tranches de ¾ po (10 mm) ou râpées; les cuire à la vapeur si une réhydratation est prévue	1135° F (57° C)	De 6 à 8 heures
VIANDE, VOLAILLE, POISSON			
Jerky de bœuf	En tranches de ¼ po (0,6 cm), marinées toute la nuit	150° F (65° C)	De 5 à 7 heures
Jerky de poulet	En tranches de ¼ po (0,6 cm), marinées toute la nuit	150° F (65° C)	De 5 à 7 heures
Jerky de dinde	En tranches de ¼ po (0,6 cm), marinées toute la nuit	150° F (65° C)	De 5 à 7 heures
Jerky de saumon	En tranches de ¼ po (0,6 cm), marinées toute la nuit	150° F (65° C)	De 3 à 5 heures

Utilisation de la technologie FlexBasket™ : Smart Finish™

La fonction **SMART FINISH (fin simultanée)** élimine le besoin de faire cuire les aliments un après l'autre. Vous pouvez maintenant cuire deux aliments différents ayant un temps de cuisson différent, et leur cuisson se terminera en même temps. Il suffit de programmer chaque zone et de laisser la fonction **SMART FINISH (fin simultanée)** faire le reste.

REMARQUE : Assaisonnez toutes les recettes de ce tableau de sel et de poivre, au goût.

RÉGLEZ LES DEUX ZONES ET UTILISEZ LA FONCTION SMART FINISH (FIN SIMULTANÉE)

RECETTE	QUANTITÉ	MÉLANGER OU COMBINER CES INGRÉDIENTS	FONCTION	TEMPÉRATURE/TEMPS DE CUISSON
Croquettes de crabe	4 croquettes de crabe	Badigeonnées de beurre fondu	Air Fry (friture à l'air)	390° F (200° C) 20 minutes
Tomates rôties au vinaigre balsamique	2 pintes (1 L) de tomates cerises	1/2 tasse (125 ml) de vinaigre balsamique 1 c. à soupe (15 ml) d'huile de canola	Roast (rôtir)	390° F (200° C) 15 minutes
Côtelettes de porc à l'érable et à la sauge	3 ou 4 côtelettes de porc désossées (4 oz [115 g] chacune)	1 c. à soupe (15 ml) d'huile de canola 1 c. à soupe (15 ml) de sirop d'érable	Roast (rôtir)	390° F (200° C) de 35 à 40 minutes
Pommes de terre Russet à la Cajun	6 pommes de terre moyennes, en dés	2 c. à soupe (30 ml) d'huile de canola 2 c. à soupe (30 ml) d'assaisonnement à la Cajun	Air Fry (friture à l'air)	400° F (204° C) de 45 à 50 minutes
Pain de viande classique	1 lb (454 g) de mélange de viandes pour pain de viande (bœuf, porc, veau)	1/4 tasse (65 ml) de ketchup, 1/4 tasse (65 ml) de moutarde, 1 œuf, 1/2 tasse (125 ml) de chapelure panko, 1/4 tasse (65 ml) de fromage parmesan	Air Fry (friture à l'air)	330° F (165° C) 35 minutes
Haricots verts aux amandes	24 oz (680 g) de haricots verts, extrémités coupées	2 c. à soupe (30 ml) d'huile de canola 1/2 tasse (125 ml) d'amandes tranchées	Air Fry (friture à l'air)	390° F (200° C) de 25 à 30 minutes
Saumon glacé au miso	4 filets de saumon (6 oz [170 g] chacun)	2 c. à soupe (30 ml) de pâte de miso, 1 c. à thé (5 ml) d'huile de canola Badigeonnez le saumon	Air Fry (friture à l'air)	390° F (200° C) 18 minutes
Choux de Bruxelles au miel et aux noisettes	2 lb (900 g) de choux de Bruxelles, coupés en deux	2 c. à soupe (30 ml) d'huile de canola, 1/4 tasse (65 ml) de miel, 1/2 tasse (125 ml) de noisettes hachées	Air Fry (friture à l'air)	390° F (200° C) de 30 à 35 minutes
Cuisses de poulet Buffalo	4 cuisses de poulet désossées avec la peau (de 4 ou 5 oz [115 à 140 g] chacune)	1 tasse (250 ml) de sauce Buffalo, enrobez le poulet	Air Fry (friture à l'air)	400° F (204° C) 27 minutes
Hamburger végétarien	1 lb (454 g) de « viande » hachée à base de plantes (4 galettes de 4 oz [110 g])	1 c. à soupe (15 ml) d'ail émincé, 1 c. à soupe (15 ml) d'oignon émincé	Air Fry (friture à l'air)	375° F (190° C) 20 minutes
Chou-fleur méditerranéen	1 couronne de chou-fleur, en fleurons de 1/2 po (1,25 cm)	1/2 tasse (125 ml) de tahini, 2 c. à soupe (30 ml) d'huile de canola	Air Fry (friture à l'air)	390° F (200° C) 35 minutes
Frites	2 lb (900 g) de frites	Assaisonnées au goût	Air Fry (friture à l'air)	400° F (204° C) de 50 à 55 minutes

REMARQUE : Pour obtenir les meilleurs résultats, vérifiez la cuisson des aliments 2 minutes avant la fin du temps de cuisson. Si la texture de vos aliments est croustillante à souhait, arrêtez la cuisson, mais assurez-vous que toutes les protéines crues ont atteint une température sécuritaire.

CRÊPE ALLEMANDE AU CITRON ET AUX BLEUETS

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 10 MINUTES | **CUISSON** : 25 MINUTES
PORTIONS : 12 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 c. à soupe (30 ml) de
beurre non salé, ramolli
3 gros œufs
½ tasse (125 ml) de lait entier
½ tasse (125 ml) de farine
tout usage
3 c. à soupe (45 ml) de sucre
1 c. à soupe (15 ml) de jus
de citron
1 c. à soupe (15 ml) de zeste
de citron
Une pincée de sel casher
Sucre en poudre, pour le service
½ tasse (125 ml) de bleuets, pour
le service

PRÉPARATION

- 1 Retirez le séparateur du panier et insérez les deux plaques pour cuisson croustillante. Vaporisez un plat de cuisson de 11 x 7 po (28 x 18 cm) d'enduit à cuisson antiadhésif, puis déposez-le dans le panier. Insérez le panier dans l'appareil.
- 2 Sélectionnez MEGAZONE et la fonction de cuisson BAKE (cuisson au four), puis réglez la température à 375° F (190° C) et le temps de cuisson à 25 minutes. Appuyez sur ►|| pour préchauffer l'appareil (cela prendra environ 10 minutes).
- 3 Pendant que l'appareil préchauffe, dans un grand bol, mélangez les œufs, le lait, la farine, le sucre, le jus de citron, le zeste de citron et le sel jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
- 4 Lorsque la minuterie atteint 15 minutes, appuyez sur ►|| pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et versez la pâte dans le plat de cuisson. Remettez le panier en place et appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Une fois la cuisson terminée, retirez soigneusement le plat de cuisson du four et laissez refroidir pendant 5 minutes. Saupoudrez la crêpe allemande de sucre en poudre, garnissez-la de bleuets et servez-la.

HACHIS DE PATATES DOUCES ET DE SAUCISSES

PRÉP. : 20 MINUTES | **CUISSON** : 50 MINUTES | **PORTIONS** : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 lb (900 g) de patates douces,
pelées, coupées en dés de ½ po
(1,25 cm)
¼ tasse (65 ml) d'ail haché
1 petit oignon jaune, pelé, en dés
2 c. à thé (10 ml) de sel casher
1 c. à thé (5 ml) de poivre
noir moulu
3 c. à soupe (45 ml) d'huile
de canola
½ tasse (125 ml) d'eau
2 lb (900 g) de chair à saucisse
à déjeuner
½ c. à thé (2,5 ml) de cannelle
en poudre
1 c. à soupe (15 ml) de sauge
séchée
1 ¼ c. à thé (7,5 ml) de poudre
de chili

POUR SERVIR

8 gros œufs, pochés ou frits
Persil frais, haché
Sauce piquante

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur dans le panier et insérez une plaque pour cuisson croustillante dans la zone 1 seulement.
- 2 Dans un bol moyen, mélangez les patates douces avec l'ail, l'oignon, le poivre, le sel et l'huile de canola. Versez ½ tasse (125 ml) d'eau dans la zone 1, puis ajoutez les patates douces. Répartissez la chair à saucisse en une couche uniforme dans la zone 2. Insérez le panier dans l'appareil.
- 3 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 400 °F (204° C) et le temps de cuisson à 50 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson ROAST (rôtir), puis réglez la température à 350° F (175° C) et le temps de cuisson à 30 minutes. Sélectionnez SMART FINISH. Appuyez sur le bouton START/PAUSE pour lancer le cycle de cuisson.
- 4 Toutes les 10 minutes, appuyez sur ►|| pour interrompre le cycle de cuisson et utilisez les pinces munies d'embouts en silicone pour mélanger les pommes de terre et briser la saucisse. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 5 Une fois la cuisson terminée, mélangez les pommes de terre avec la chair de saucisse, la cannelle, la sauge et la poudre de chili. Servez le hachis avec les œufs pochés ou frits, et garnissez-le de persil et de sauce piquante, si désiré.

PAIN DE VIANDE AUX CAROTTES GLACÉES À L'ÉRABLE

PRÉP. : 20 MINUTES | **CUISSON** : 38 MINUTES | **PORTIONS** : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 ½ lb (680 g) de bœuf haché 80/20
2 gros œufs
¾ tasse (190 ml) de chapelure panko
¾ tasse (190 ml) de fromage parmesan râpé
¾ tasse (190 ml) de ketchup, divisé
Sel casher, au goût
Poivre noir moulu, au goût
2 lb (900 g) de carottes miniatures
½ tasse (125 ml) de sirop d'érable

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier.
- 2 Dans un grand bol, mélangez le bœuf haché, les œufs, la chapelure, le parmesan, ½ tasse (125 ml) de ketchup, le sel et le poivre. Formez un pain de 8 x 5 po (20 x 13 cm) et déposez-le dans la Zone 1.
- 3 Dans un bol moyen, mélangez les carottes, le sirop d'érable, le sel et le poivre. Laissez-les reposer pendant 5 minutes. Déposez le mélange de carottes dans la Zone 2. Insérez le panier dans l'appareil.
- 4 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson ROAST (rôtir), puis réglez la température à 330° F (165° C) et le temps de cuisson à 35 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 390° F (200° C) et le temps de cuisson à 38 minutes. Sélectionnez SMART FINISH (FIN SIMULTANÉE). Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Surveillez les carottes et mélangez-les fréquemment pour veiller à ce que leur cuisson soit uniforme.
- 6 Lorsque la minuterie atteint 15 minutes, appuyez sur ►|| pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et versez le reste du ketchup sur le pain de viande. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 7 Une fois la cuisson terminée, servez le pain de viande avec les carottes.

POULET ENTIER RÔTI ACCOMPAGNÉ DE POMMES DE TERRE AUX HERBES

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 75 MINUTES | **PORTIONS** : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 poulet entier (5 lb [2,2 kg])
Sel casher, au goût
Poivre noir moulu, au goût
Assaisonnement pour volaille, si désiré (facultatif)
3 lb (1,4 kg) de patates rouges, en morceaux de 2 po (5 cm)
3 tasses (750 ml) de carottes miniatures
2 c. à soupe (30 ml) d'huile de canola
1 ½ c. à soupe (22,5 ml) herbes sèches (estragon, romarin ou herbes de Provence)

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier.
- 2 Assaisonnez le poulet de sel, de poivre et d'assaisonnement pour volaille. Déposez le poulet au centre des plaques, la poitrine orientée vers le haut.
- 3 Dans un bol moyen, mélangez les pommes de terre et les carottes avec le sel, le poivre, l'huile et les herbes sèches de votre choix. Déposez les légumes autour du poulet.
- 4 Sélectionnez MEGAZONE et la fonction de cuisson ROAST (rôtir), puis réglez la température à 320° F (160° C) et le temps de cuisson à 1 heure 20 minutes. Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Lorsque la minuterie atteint 20 minutes, appuyez sur ►|| pour interrompre le cycle de cuisson et utilisez les pinces munies d'embouts en silicone pour mélanger les pommes de terre et les carottes. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 6 Une fois la cuisson terminée, laissez le poulet reposer pendant 5 minutes avant de le découper, puis servez-le avec les pommes de terre et les carottes.

TOFU ÉPICÉ ACCOMPAGNÉ DE HARICOTS VERTS RÔTIS

PRÉP. : 15 MINUTES | **MARINADE** : 10 MINUTES | **CUISSON** : 25 MINUTES
PORTIONS : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

½ tasse (125 ml) de sauce soya
½ tasse (125 ml) plus 2 c. à soupe (30 ml) d'eau, divisées
½ tasse (125 ml) de miel
½ tasse (125 ml) d'huile de sésame
½ tasse (125 ml) de vinaigre de riz
6 gousses d'ail, pelées, émincées
2 c. à soupe (30 ml) de piment rouge broyé
Un morceau de gingembre frais de 2 po (5 cm), pelé, émincé
Sel casher, au goût
Poivre noir moulu, au goût
2 blocs de 12 oz (340 g) de tofu extraferme, égoutté, épongé, en cubes de ½ po (2,5 cm)
1 ½ lb (680 g) de haricots verts, parés

PRÉPARATION

- 1 Dans un bol moyen, préparez la marinade. Utilisez un fouet pour mélanger la sauce soya, ¼ tasse (65 ml) plus 1 c. à soupe (15 ml) d'huile d'olive, le miel, l'huile de sésame, le vinaigre de riz, l'ail, le piment rouge broyé, le gingembre, le sel et le poivre. Ajoutez les cubes de tofu et mélangez afin de bien les enrober. Laissez-les mariner pendant au moins 10 minutes.
- 2 Dans un autre bol moyen, mélangez les haricots verts avec le reste de l'huile d'olive, le sel et le poivre.
- 3 Insérez le séparateur et les deux plaques à cuisson croustillante dans le panier. Déposez le tofu dans la Zone 1 (réservez toute marinade excédentaire) et déposez les haricots verts dans la Zone 2. Insérez le panier dans l'appareil.
- 4 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 175° C (350° F) et le temps de cuisson à 25 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson ROAST (rôtir), puis réglez la température à 350° F (175° C) et le temps de cuisson à 22 minutes. Sélectionnez SMART FINISH (FIN SIMULTANÉE). Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 lorsque la minuterie atteint 10 minutes, appuyez sur START/PAUSE pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et utilisez des pinces munies d'embouts en silicone pour mélanger le tofu et les haricots verts. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 6 Une fois la cuisson terminée, transférez les haricots dans un bol, garnissez-les de tofu croustillant et arrosez le tout avec le reste de la marinade.

SOUS-MARINS À LA SAUCISSE ITALIENNE ÉPICÉE ET AUX LÉGUMES

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 30 MINUTES | **PORTIONS** : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 moyen oignon jaune, pelé, tranché finement
1 poivron rouge, tranché finement, épépiné
2 poivrons verts, tranchés finement, épépinés
8 oz (225 g) de champignons mini Bella, tranchés
2 c. à soupe (30 ml) d'huile de canola
1 c. à thé (5 ml) de sel casher
½ c. à thé (2,5 ml) de poivre noir moulu
8 saucisses italiennes piquantes
8 pains à sous-marin

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier.
- 2 Dans un bol moyen, mélangez l'oignon, les poivrons, les champignons, l'huile de canola, le sel et le poivre. Déposez ce mélange dans la Zone 1.
- 3 Déposez les saucisses dans la Zone 2. Insérez le panier dans l'appareil.
- 4 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 390° F (200° C) et le temps de cuisson à 30 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 390° F (200° C) et le temps de cuisson à 20 minutes. Sélectionnez SMART FINISH (fin simultanée). Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Lorsque la minuterie de la Zone 1 atteint 10 minutes, sélectionnez ►|| pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et remuez les légumes. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 6 Une fois la cuisson terminée, retirez le panier de l'appareil. Répartissez les légumes dans les pains, garnissez-les d'une saucisse et servez les sous-marins.

TORTELLINI ALFREDO ACCOMPAGNÉS DE BROCOLI À L'AIL RÔTI

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 45 MINUTES | **PORTIONS** : DE 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 couronnes de brocoli,
en fleurons de ½ po (2,5 cm)
(environ 6 tasses)

2 c. à soupe (30 ml) d'huile
d'olive

6 gousses d'ail, pelées, hachées

1 ½ c. à thé (7,5 ml) de
sel casher

2 pots (15 oz [450 ml] chacun)
de sauce Alfredo

¼ tasse (60 ml) d'eau

1 c. à thé (5 ml) de poivre
noir moulu

7 oz (200 g) de mozzarella
râpé, divisé

2 lb (900 g) de tortellini au
fromage surgelés

¾ tasse (190 ml) de
chapelure panko

3 feuilles de basilic frais,
déchiquetées

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et une plaque pour cuisson croustillante dans la Zone 1.
- 2 Dans un bol moyen, mélangez le brocoli avec l'huile, l'ail et ¼ c. à thé (3,75 ml) de sel. Déposez le brocoli dans la Zone 1.
- 3 Dans un autre bol moyen, utilisez un fouet pour mélanger la sauce Alfredo, l'eau, ¾ c. à thé (3,75 ml) de sel, le poivre et la moitié du fromage mozzarella. Déposez les tortellinis et la sauce préparée dans la Zone 2 et mélangez-les bien. Garnissez le mélange du reste de mozzarella et de chapelure.
- 4 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson ROAST (rôtir), puis réglez la température à 400°F (204°C) et le temps de cuisson à 25 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson BAKE (cuisson au four), puis réglez la température à 350° F (175° C) et le temps de cuisson à 45 minutes. Sélectionnez SMART FINISH (FIN SIMULTANÉE). Appuyez sur ►II pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Lorsque la minuterie atteint 10 minutes, appuyez sur ►II pour interrompre le cycle de cuisson et utilisez les pinces munies d'embouts en silicone pour mélanger le brocoli. Remettez le panier en place et appuyez sur ►II pour poursuivre la cuisson.
- 6 Une fois la cuisson est terminée, les tortellinis devraient être al dente. Transférez-les délicatement dans un plat de service en gardant la plupart de la chapelure et du fromage sur le dessus. Garnissez-les de feuilles de basilic déchirées et servez-les avec le brocoli.

AUBERGINE AU PARMESAN ACCOMPAGNÉE DE PAIN À L'AIL

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 22 MINUTES | **PORTIONS** : 2 OU 3 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 tasse (250 ml) de farine
tout usage

1 c. à thé (5 ml) de sel casher,
divisé

2 c. à thé (10 ml) de poivre
noir moulu, divisées

3 gros œufs

1 tasse (250 ml) de
chapelure panko

1 petite aubergine, pelée,
en 4 tranches d'environ ½ po
(1,25 cm) chacune

4 c. à soupe (60 ml) de beurre
non salé, ramolli

2 c. à thé (10 ml) d'ail émincé

1 c. à thé (5 ml) de poudre d'ail

½ d'une miche de pain italien,
coupée en deux

½ tasse (125 ml) de
sauce marinara

4 tranches de fromage
mozzarella

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier.
- 2 Préparez une station de panure. Dans une assiette peu profonde, mélangez la farine, 1 c. à thé (5 ml) de sel et 1 c. à thé (5 ml) de poivre. Dans un petit bol, fouettez les œufs. Dans une autre assiette peu profonde, mélangez la chapelure, 1 c. à thé (5 ml) de sel et 1 c. à thé (5 ml) de poivre.
- 3 Panez chaque tranche d'aubergine comme suit : mélange de farine, œufs, chapelure. Déposez-les ensuite dans la Zone 1.
- 4 Dans un petit bol, mélangez le beurre, l'ail, la poudre d'ail et 1 c. à thé (5 ml) de sel. Beurrez chaque demi-miche de pain de beurre d'ail, puis déposez-les dans la Zone 2, le côté beurré orienté vers le haut. Insérez le panier dans l'appareil.
- 5 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 390° F (200° C) et le temps de cuisson à 22 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 350° F (175° C) et le temps de cuisson à 10 minutes. Appuyez sur SMART FINISH. Lancez le cycle de cuisson.
- 6 Lorsque la minuterie atteint 7 minutes, appuyez sur ►II pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et garnissez chaque tranche d'aubergine de 2 c. à soupe (30 ml) de sauce marinara et d'une tranche de mozzarella. Remettez le panier dans l'appareil et appuyez sur ►II pour poursuivre la cuisson jusqu'à ce que le fromage soit fondu.
- 7 Une fois la cuisson terminée, tranchez le pain à l'ail en lanières et servez-les avec les tranches d'aubergine.

SAUMON GRILLÉ ACCOMPAGNÉ D'ASPERGES AU PARMESAN

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON :** 22 MINUTES | **PORTIONS :** 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

3 c. à soupe (45 ml) de cassonade
2 c. à soupe (30 ml) d'assaisonnement Montréal
4 filets de saumon surgelés, avec la peau (6 oz [170 g] chacun)
3 c. à soupe (45 ml) d'huile de canola, divisée
2 lb (900 g) d'asperges, la tige coupée
Sel casher, au goût
Poivre noir moulu, au goût
¼ tasse (65 ml) de parmesan râpé, divisé

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier.
- 2 Dans un petit bol, mélangez l'assaisonnement et la cassonade. Badigeonnez uniformément tous les côtés des filets de 1 c. à thé (5 ml) du mélange d'assaisonnement, puis déposez-les dans la Zone 1, la peau orientée vers le bas.
- 3 Dans un grand bol, mélangez les asperges avec le reste de l'huile, le sel et le poivre, puis déposez-les dans la Zone 2. Insérez le panier dans l'appareil.
- 4 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson ROAST (rôtir), puis réglez la température à 375° F (190° C) et le temps de cuisson à 22 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 390° F (200°C) et réglez le temps de cuisson à 19 minutes. Sélectionnez SMART FINISH. Appuyez sur ► pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Lorsque la minuterie de la Zone 2 atteint 7 minutes, appuyez sur ► pour interrompre le cycle de cuisson. Retirez le panier de l'appareil et remuez les asperges. Réinsérez le panier dans l'appareil. Appuyez sur ► pour poursuivre la cuisson.
- 6 Lorsque la minuterie de la Zone 2 atteint 2 minutes, appuyez sur ► pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et saupoudrez la moitié du parmesan sur les asperges. Remuez légèrement le panier, réinsérez-le dans l'appareil et appuyez sur ► pour poursuivre la cuisson.
- 7 Une fois la cuisson terminée, transférez le saumon et les asperges dans une assiette de service. Saupoudrez le reste du parmesan sur les asperges et servez votre repas.

CÔTELETTES DE PORC BARBECUE DÉSOSSÉES ACCOMPAGNÉES D'UN MÉLANGE DE COURGE ET DE HARICOTS VERTS

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON :** 60 MINUTES | **PORTIONS :** DE 4 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

4 côtelettes de porc désossées surgelées, de 2 po d'épaisseur (5 oz [145 g] chacune)
½ tasse (125 ml) de sauce barbecue
1 lb (454 g) de haricots verts, parés, coupés en deux
2 lb (900 g) de courge musquée, en cubes de ½ po (1,25 cm)
2 ½ c. à soupe (37,5 ml) d'huile d'olive
1 c. à soupe (15 ml) + 2 c. à thé (10 ml) de sel casher, divisé
1 ½ c. à thé (7,5 ml) de poivre noir moulu

PRÉPARATION

- 1 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier.
- 2 Assaisonnez chaque côtelette de porc de 1 c. à thé (5 ml) de sel, puis badigeonnez uniformément un côté de sauce barbecue.
- 3 Dans un bol moyen, mélangez les haricots, la courge, l'huile, 1 c. à thé (5 ml) de sel et le poivre.
- 4 Déposez les côtelettes dans la Zone 1 et les légumes dans la Zone 2. Insérez le panier dans l'appareil.
- 5 Sélectionnez Zone 1 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 400° F (204° C) et le temps de cuisson à 35 minutes. Sélectionnez Zone 2 et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 400° F (204° C) et le temps de cuisson à 1 heure. Sélectionnez SMART FINISH. Appuyez sur ► pour lancer le cycle de cuisson.
- 6 La cuisson est terminée lorsqu'un thermomètre à lecture instantanée indique que la température interne du porc est d'au moins 145° F (63° C). Laissez le porc reposer pendant 5 minutes, puis servez-le avec les légumes.

CROISSANTS ROULÉS À LA DINDE, AU FROMAGE SUISSE ET À LA MOUTARDE

PRÉP. : 15 MINUTES | **CUISSON** : 25 MINUTES | **PORTIONS** : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 tube (8 oz [230 g]) de pâte à croissant réfrigérée du commerce

3 c. à soupe (45 ml) de moutarde de Dijon (plus si désiré)

8 tranches de charcuterie de dinde

8 tranches de fromage suisse

1 c. à soupe (15 ml) de graines de sésame (facultatif)

PRÉPARATION

- 1 Déroulez la pâte à croissants et divisez-la en 8 triangles. Tartinez uniformément 1 c. à thé (5 ml) de moutarde sur chaque triangle, puis garnissez-les d'une tranche de dinde et d'une tranche de fromage. Roulez la pâte en commençant par la pointe la plus large, et pincez les extrémités pour la sceller.
- 2 Insérez le séparateur et les deux plaques pour cuisson croustillante dans le panier. Déposez les croissants dans le panier. Badigeonnez leur partie supérieure du reste de moutarde, puis saupoudrez-les de graines de sésame. Insérez le panier dans l'appareil.
- 3 Sélectionnez MEGAZONE et la fonction de cuisson BAKE (cuisson au four), puis réglez la température à 325 °F (165° C) et le temps de cuisson à 30 minutes. Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 4 Lorsque la minuterie atteint 5 minutes, sélectionnez ►|| pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et retournez les roulés de sorte que leur face inférieure soit orientée vers le haut. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 5 Une fois la cuisson terminée, retirez les roulés du panier et servez-les avec de la moutarde ou tout autre condiment, au goût.

BOULETTES DE VIANDE AU MIEL ET À L'AIL

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 35 MINUTES | **PORTIONS** : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

3 lb (1,4 kg) de boulettes de viande à l'italienne surgelées du commerce (½ oz [14 g] chacune)

8 gousses d'ail, pelées, émincées

½ tasse (125 ml) de miel

⅓ tasse (85 ml) ml de ketchup

2 c. à soupe (30 ml) de sauce soya

PRÉPARATION

- 1 Retirez le séparateur du panier et insérez les deux plaques pour cuisson croustillante. Déposez les boulettes dans le panier. Insérez le panier dans l'appareil.
- 2 Sélectionnez MEGAZONE et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 400° F (204° C) et le temps de cuisson à 35 minutes. Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 3 Dans un bol moyen, mélangez tous les autres ingrédients.
- 4 Lorsque la minuterie atteint 15 minutes, sélectionnez ►|| pour interrompre le cycle de cuisson, retirez le panier de l'appareil et remuez les boulettes. Remettez le panier en place puis appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 5 Lorsque la minuterie atteint 5 minutes, appuyez sur ►|| pour interrompre le cycle de cuisson, transférez les boulettes dans le bol moyen et mélangez-les pour bien les enrober de sauce. Remettez les boulettes dans le panier et insérez ce dernier dans l'appareil. Appuyez sur ►|| pour poursuivre la cuisson.
- 6 Une fois la cuisson terminée, transférez les boulettes de viande dans un bol de service et dégustez-les.

BEIGNES ET TROUS DE BEIGNE FRITS À L'AIR

PRÉP. : 10 MINUTES | **CUISSON** : 10 MINUTES | **PORTIONS** : DE 4 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 boîte de biscuits feuilletés au babeurre réfrigérés du commerce

¼ tasse (125 ml ou ½ bâton) de beurre non salé, fondu

1 tasse (250 ml) de sucre granulé

1 ½ c. à soupe (22,5 ml) de cannelle en poudre

PRÉPARATION

- 1 Retirez le séparateur du panier et insérez les deux plaques pour cuisson croustillante.
- 2 Retirez les biscuits de la boîte, séparez-les et déposez-les sur une planche à découper. Utilisez un emporte-pièce rond de 1 po (2,5 cm) ou un bouchon de taille similaire pour faire un trou au centre de chaque biscuit. Déposez tous les beignes dans le panier en les espaçant uniformément. Insérez le panier dans l'appareil.
- 3 Sélectionnez MEGAZONE et la fonction de cuisson AIR FRY (friture à l'air), puis réglez la température à 360° F (180° C) et le temps de cuisson à 10 minutes. Appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 4 Versez le beurre fondu dans un petit bol peu profond. Dans un autre petit bol peu profond, mélangez le sucre et la cannelle.
- 5 Une fois la cuisson terminée, retirez les beignes du panier, trempez chacune de leurs faces dans le beurre fondu, puis dans le sucre à la cannelle.
- 6 Répétez les étapes 3 à 5 (en réduisant le temps de cuisson à 5 minutes) pour cuire les trous de beignes.

BLONDIES AU CHOCOLAT BLANC ET AUX FRAMBOISES

PRÉP. : 10 MINUTES | **PRÉCHAUFFAGE** : 10 MINUTES | **CUISSON** : 50 MINUTES
PORTIONS : 12 PORTIONS

INGRÉDIENTS

½ tasse (125 ml ou 1 bâton)

de beurre salé, fondu

1 tasse (250 ml) de cassonade

2 gros œufs

1½ c. à thé (7,5 ml) d'extrait de vanille

1 tasse (250 ml) de farine tout usage

½ c. à thé (2,5 ml) de sel casher

½ c. à thé (2,5 ml) de poudre à pâte

1 tasse (250 ml) de framboises fraîches ou surgelées

½ tasse (125 ml) de pépites de chocolat blanc

Enduit à cuisson antiadhésif

PRÉPARATION

- 1 Dans un grand bol, mélangez le beurre, le sucre, les œufs et la vanille. Ajoutez ensuite la farine, le sel et la poudre à pâte et mélangez jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Incorporez les framboises et le chocolat blanc en pliant la pâte. Réservez la pâte.
- 2 Retirez le séparateur du panier et insérez les deux plaques pour cuisson croustillante. Vaporisez un plat de cuisson de 11 x 7 po (28 x 18 cm) d'enduit à cuisson antiadhésif, puis déposez-le dans le panier. Insérez le panier dans l'appareil.
- 3 Sélectionnez MEGAZONE, et la fonction de cuisson BAKE (cuisson au four), puis réglez la température à 300° F (150° C) et le temps de cuisson à 50 minutes. Appuyez sur ►|| pour préchauffer l'appareil (cela prendra environ 10 minutes).
- 4 Lorsque la minuterie atteint 40 minutes, appuyez sur ►|| interrompre la cuisson, retirez le panier de l'appareil et versez la pâte dans le plat de cuisson. Remettez le panier en place et appuyez sur ►|| pour lancer le cycle de cuisson.
- 5 Une fois la cuisson terminée, retirez soigneusement le plat de cuisson de l'appareil et laissez le blondie refroidir avant de le diviser en 12 portions.

NINJA Foodi Panier FlexBasket™

FRITEUSE À AIR

dotée d'une MegaZone™

de 11 pintes

**Vous cherchez d'autres recettes inspirantes,
des conseils et des trucs?**

Joignez-vous à nous et à la communauté officielle
Ninja Foodi Family™, qui compte des milliers d'amis Foodi®.
[Facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily](https://www.facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily)

    @NinjaKitchen

 [youtube.com/EPNinjaKitchen](https://www.youtube.com/EPNinjaKitchen)

**Pour toute question ou pour enregistrer votre produit,
visitez-nous en ligne à l'adresse [ninjakitchen.ca](https://www.ninjakitchen.ca)**

AD600CCO_QSG_E_F_MP_Mv8

FOODI et NINJA sont des marques de commerce de SharkNinja Operating LLC.
DUALZONE, FLEXBASKET, MEGAZONE, NINJA FOODI FAMILY et SMART FINISH sont des marques
de commerce de SharkNinja Operating LLC.

© 2023 Shark Ninja Operating LLC.