

Comment préparer un plat sur une plaque à pâtisserie

À l'aide de la fonction Air Roast (rôtir à l'air), des ingrédients frais et des directives ci-dessous, créez vos propres chefs-d'œuvre dans le four friteuse à air numérique Foodi™.

1. Choisissez une protéine

4 cuisses de poulet crues avec os (170 à 227 g chacune)

6 filets de saumon non cuits, d'une épaisseur de 2,5 cm (170 g chacun)

0,45 kg de crevettes non cuites (fraîches ou congelées, décongelées)

4 poitrines de poulet sans peau, sans os et non cuites, coupées en morceaux de 2,5 cm

0,45 kg de bavette non cuite, coupée en tranches d'une épaisseur de 1,25 cm

2. Choisissez un légume ou de l'amidon

2 bottes d'asperges, coupées en morceaux de 2,5 cm, dont les extrémités sont parées

3 poivrons, coupés en morceaux de 2,5 cm

2 têtes de brocoli moyennes, coupées en fleurons de 2,5 cm

4 tasses de choux de Bruxelles, coupés en deux, dont les extrémités sont parées

4 tasses de courges musquées, coupées en morceaux de 5 cm

4 tasses de carottes, coupé en morceaux de 5 cm

3 tasses de pommes de terre Russet, coupées en morceaux de 2,5 cm

3. Assaisonner/mariner

Barbecue

Teriyaki

Hoisin

Mélange d'épices cajun

Mélange mexicain

Marinade au romarin et au citron

Huile d'olive

Votre mélange d'épices ou votre marinade préférés

4. Mélanger



Mélanger les ingrédients avec des assaisonnements ou de la marinade, puis les étendre uniformément en 1 couche sur la plaque à pâtisserie.



5. Cuire

Faites rôtir à l'air à 400 °F (200 °C) pendant 10 à 20 minutes pour les fruits de mer et de 20 à 30 minutes pour la volaille et la viande rouge, ou jusqu'à ce que les protéines atteignent la température interne sécuritaire des aliments et que vous obteniez le niveau de croustillance souhaité :

Poulet : 165 °F (74 °C)
Poisson : 145 °F (63 °C)
Viande rouge : 160 °F (71 °C)

NINJA Foodi FOUR FRITEUSE À AIR NUMÉRIQUE

Commençons la cuisson croustillante!

Contenu de la boîte



Guide d'inspiration de plus de 15 recettes



Guide de l'utilisateur

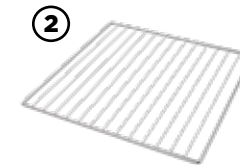
Libérez votre comptoir
Rabattez pour ranger et nettoyer



Four friteuse à air numérique Foodi
2 hauteurs d'étage pour une cuisson et une cuisson croustillante parfaites



1 Ramasse-miettes
Doit toujours rester sous les éléments inférieurs.
Laver à la main seulement.



2 Grille
Garder installé sur les étages inférieurs.
Laver à la main seulement.



3 Plaque à pâtisserie
Placer sur la grille.
Lavage à la main recommandé.



4 Panier de la friteuse à air
Le glisser dans les étages supérieurs lors des fritures à l'air ou de l'assèchement.
Lavage à la main recommandé.



5 Grille de cuisson
Placer à l'intérieur de la plaque à pâtisserie pour Air Roast (rôtir à l'air) et Air Broil (griller à l'air chaud).
Lavage à la main recommandé.



Découvrez le panneau de commande

Pour obtenir les instructions complètes, veuillez consulter le guide de l'utilisateur.

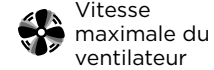
- 1 Pour mettre l'appareil en marche, appuyez sur le bouton **POWER (MISE EN MARCHÉ)**.
 - 2 Pour sélectionner une fonction de cuisson, tournez le cadran **START/PAUSE (DÉMARRER/PAUSE)**.
 - 3 Pour sélectionner le temps de cuisson ou le nombre de tranches, appuyez sur le bouton **SLICE/TRANCHE** et utilisez le cadran pour régler.
 - 4 Pour sélectionner la température ou le niveau de brunissement, appuyez le bouton **DARKNESS/BRUNISSEMENT** et utilisez le cadran pour régler.
 - 5 Pour commencer la cuisson, appuyez le bouton **START/PAUSE (DÉMARRER/PAUSE)**. Pendant la cuisson, tournez le cadran pour augmenter plus de temps, ou appuyez sur le bouton pour mettre le temps en pause.
 - 6 Appuyez sur le bouton **LIGHT (ÉCLAIRAGE)** pour allumer ou éteindre l'éclairage intérieur pendant la cuisson. Le voyant s'allume automatiquement 30 secondes avant la fin du temps de cuisson.
- A** Affichage de l'heure et de la température
B La fonction **SLICE (TRANCHE)** et **DARKNESS (BRUNISSEMENT)** s'allume ici lorsque la fonction **TOAST (RÔTIR)** ou **BAGEL** est sélectionnée.
C La fonction **PRE (PRÉCHAUFFAGE)** est en mode pulsation lorsque le four est préchauffé.
D Le message **HOT (CHAUD)** apparaît lorsque l'appareil est chaud.
E Le message **FLIP (RABATTE)** s'affiche lorsque l'appareil est prêt à être retourné pour le rangement.

Technologie de réglage numérique du croustillant

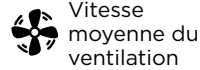
Température, source de chaleur et circulation d'air contrôlées avec précision pour une polyvalence absolue et un rendement de cuisson optimal.

PRÉCHAUFFER

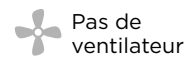
L'appareil préchauffe rapidement, alors apprêtez tous les ingrédients avant de préchauffer le four. La minuterie commencera le compte à rebours immédiatement après le préchauffage de l'appareil. Pour ajouter du temps, il suffit de tourner le cadran.



Vitesse maximale du ventilateur

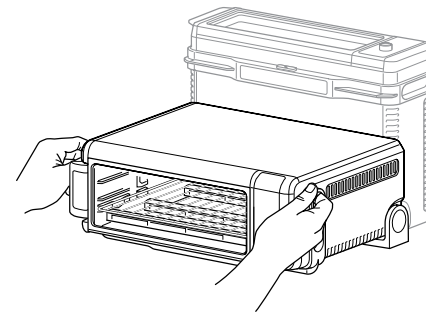


Vitesse moyenne du ventilation

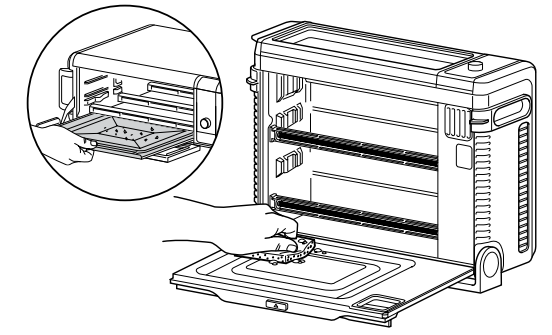


Pas de ventilateur

LÉGENDE



Retournez-la et rangez-la afin d'économiser de l'espace sur votre comptoir.



Le ramasse-miettes amovible et le panneau arrière à charnière vous permettent d'accéder facilement à l'intérieur pour un nettoyage en profondeur.

FONCTION

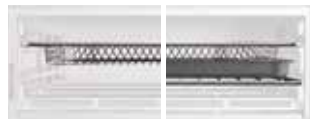
Friteuse à air



+ Chaleur élevée du haut et du bas

Des résultats rapides et très croustillants, avec peu ou pas d'huile.

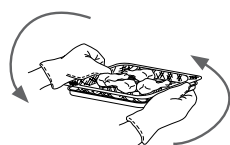
Frites (congelées ou coupées à la main)
Ailes de poulet ou croquettes
Aliments panés



Panier à friture à air avec ou sans plaque à pâtisserie*



Vaporiser le panier avec un aérosol de cuisson pour éviter qu'il ne colle.



Faites tourner le panier à friture à 180° ou retournez les ingrédients à mi-cuisson.

IDÉAL POUR

ACCESSOIRES

MEILLEURES PRATIQUES

Air Roast (rôtir à l'air)



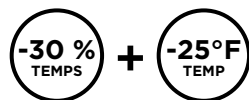
+ Chaleur uniforme du haut et du bas

Extérieur croustillant, intérieur juteux.

Repas sur la plaque à pâtisserie
Protéines entières
Légumes



Grille de cuisson dans la plaque



Les aliments cuisent plus rapidement à en utilisant la fonction **Air Roast (rôtir à l'air)**, donc pour les recettes traditionnelles au four, le temps de cuisson est réduit de 30 % et la température est de 25 °F (-4 °C).



Pour les repas sur plaque, coupez les ingrédients à la même taille.

Air Broil (griller à l'air chaud)



+ Chaleur élevée du haut

Chaleur vers le bas pour un fini croustillant.

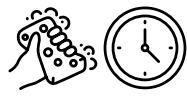
Steaks
Poissons
Nachos
Finition de la casserole



Grille de cuisson dans la plaque



Pour les marinades contenant du sucre, du miel ou d'autres édulcorants, badigeonnez les protéines à mi-cuisson pour éviter de les brûler.



Pour un nettoyage en profondeur, laissez les accessoires tremper dans de l'eau chaude savonneuse pendant la nuit et frottez-les avec une brosse ou une éponge non abrasive.

Bake (cuire)



+ Chaleur élevée et uniforme du haut et du bas

Cuisson uniforme et légère.

Gâteaux
Biscuits
Pizza surgelée



Plaque sur une grille



Espaced les ingrédients, comme des cuillerées de pâte à biscuits, de façon égale sur la plaque. Pour obtenir de meilleurs résultats avec des pâtisseries telles que des biscuits, tapissez la plaque à pâtisserie Ninja® de papier parchemin.

Toast (rôtir)



+ Chaleur uniforme du haut et du bas

Brunissement rapide et uniforme des deux côtés.

Pain
Muffins anglais
Gaufres surgelées



Grille



Sélectionnez le nombre exact de tranches de pain.

Bagel



+ Chaleur légèrement plus faible en haut qu'en bas

Brunissement rapide et uniforme des deux côtés.

Bagel
Pains artisanaux



Grille



Placez les bagels sur la grille, côté coupé vers le haut.



Sélectionnez le nombre exact de tranches de bagel.

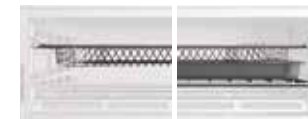
Dehydrate (déshydrater)



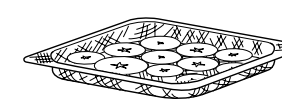
+ Chaleur basse

Élimine l'humidité pour faire du jerky et des fruits séchés.

Jerky
Fruits séchés



Panier à friture à air avec ou sans plaque à pâtisserie*



Disposez les ingrédients en 1 couche.

Maintenir au chaud



+ Chaleur basse

Garde les aliments au chaud jusqu'à 2 heures



Grille avec ou sans plaque



Utilisez toujours des plaques ou des contenants allant au four.

Réchauffer



+ Chaleur légèrement plus élevée en haut qu'en bas

Idéal pour les restes, la pizza



Grille avec ou sans plaque



Utilisez toujours des plaques ou des contenants allant au four.

*Placez les ingrédients dans le panier de la friteuse à air. Si les ingrédients sont gras, huileux ou marinés, placez d'abord la plaque sous le panier.