

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



NINJA[®] Foodi[™]

XL PRO AIR OVEN

15 mouthwatering
recipes plus charts for
unlimited possibilities



Your guide to cooking like a Foodi

Welcome to the Ninja® Foodi™ XL Pro Air Oven recipe book. From here, you're just a few pages away from recipes, tips and tricks, and helpful hints that will give you the confidence to be creative in the kitchen without having to use numerous appliances.

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)

Recipe List

Kickstarter Recipes	10
Maple Rosemary Chicken with Fall Squash	10
Cilantro Lime Chicken Wings	12
Breakfast	14
Cereal French Toast	14
Breakfast Hash	15
Sides & Apps	16
Herb & Parmesan Focaccia	16
Cheesy Hot Fries	18
Sweet Potato Casserole	20
Maple-Roasted Root Vegetables	21
Hasselback Loaded Potatoes	22
Lunch & Dinner	24
Cajun Prime Rib Roast with Baby Yellow Potatoes	24
Bacon Teriyaki Meatloaf & Sweet Potatoes	26
Braised Beef Casserole	27
Baked Cod & Broccoli	28
Mustard-Marinaded Pork & Vegetables	29
Dessert	30
Red Velvet Cookies	30
Cooking Charts	32
Air Fry Chart	32
Dehydrate Chart	34

BREAKFAST HASH

15



16



21

CAJUN PRIME RIB ROAST WITH BABY YELLOW POTATOES

24

BAKED COD & BROCCOLI

28



30

All foods are not heated equally

Depending on which function you choose to make your next dish, the Ninja® Foodi™ XL Pro Air Oven will activate the appropriate number of heating elements and distribute the right of amount of airflow to deliver delicious, perfectly cooked results.

True Surround Convection™

KEY

- Maximum fan speed
- High fan speed
- Medium fan speed
- Low fan speed
- Rear convection heat source

NOTE: The power of higher fan speeds allows for faster cook times and crispier results.

REAR HEAT SOURCE

WHOLE ROAST



Rotisserie-style results in less time

See page 6 for detailed guidelines.

AIR ROAST



Crispy on the outside, juicy on the inside

See page 8 for detailed guidelines.

AIR FRY



Fast, extra-crispy results with little to no oil

See page 32-34 for detailed guidelines.

PIZZA



Cooks fresh or frozen pizzas to crispy perfection

BAKE



Overall even cooking with light browning

DEHYDRATE



Removes moisture to make jerky and dried fruit

TOP & BOTTOM HEAT SOURCES

BROIL



Top-down heat for a crispy finish

TOAST



Even heat from top and bottom

REHEAT



High heat from top and bottom for quick results

BAGEL



Lower heat from top than bottom for the perfect bagel

We designed this oven to help you get meals on the table faster.

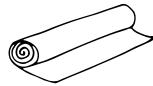
IT'S IMPORTANT TO CHECK ON YOUR FOOD THROUGHOUT THE COOKING PROCESS.

Times and temperatures of recipes may need to be adjusted based on the size of proteins, amount of ingredients (scaled up or down), and marinades used.

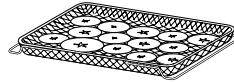
Tips & Tricks



For sheet pan meals, cut ingredients to the same size.



For easy cleanup, line the sheet pan with parchment paper or aluminum foil.



Place ingredients in 1 layer for dehydrating.



When using the air fry basket, spray it with nonstick cooking spray to minimize sticking.



The unit preheats quickly, so prep all ingredients before preheating.



When cooking on two levels, press the 2 LEVEL button on the display to illuminate the optimal rack positions to use.

How to minimize smoke



Cook large, fatty proteins at or below 375°F and clean accessories and inside of unit regularly.



Use Roast Tray on Sheet Pan when cooking on convection functions (such as Whole Roast, Air Roast, and Air Fry), or with greasy foods like: whole chicken, chicken wings, bacon, marinated meats, or oiled vegetables.



For marinades containing sugar, honey, or other sweeteners, brush onto proteins halfway through broiling to avoid burning.

Always use recommended oils

For less smoke, use oils with a high smoke point—like canola, avocado, vegetable, or grapeseed oil—instead of olive oil. If you choose to cook ingredients at a higher temperature than recommended, it may result in more smoke and food having a burnt, acrid flavor.

Leveling Up

Multiple rack positions give you the ability to cook family-sized meals on two levels. For guidance on where to place your food, refer to the digital display rack guide.

Cook two 12-inch frozen pizzas

Select PIZZA function
Press 2 LEVEL button
Use Levels 1 and 3

Roast a whole chicken and vegetables

Select WHOLE ROAST function
Press 2 LEVEL button
Use Levels 1 and 4

Air fry chicken fingers and French fries

Select AIR FRY function
Press 2 LEVEL button
Use Levels 2 and 4



NOTE: Refer to the included Owner's Guide and Quick Start Guide for more detailed information on how to best utilize the rack levels.

Cooking a whole roast & vegetables

Using the Whole Roast function is perfect for **cooking large, whole proteins and vegetables**. With the guidelines below, you're on your way to creating your own masterpieces in the Foodi™ XL Pro Air Oven.

Pick a protein

Marinate the meat

Set time, temp, and function

Add protein and start cooking

Pick a veggie

Add veggie

TIME & TEMP BASED ON PROTEIN
USE WHOLE ROAST FUNCTION

2 kg
Whole Chicken, trussed

Rosemary Lemon Marinade
60 ml lemon juice
3 tablespoons chopped fresh rosemary (or 3 teaspoons crushed dry rosemary)
3 chopped garlic cloves
1 tablespoon black pepper
2 tablespoons canola oil
Kosher salt to taste

Mexican Spice Blend
2 tablespoon paprika
2 tablespoons chili powder
1 tablespoon ground cumin
2 teaspoons onion powder
2 teaspoons garlic powder
2 teaspoons black pepper
1 teaspoon cayenne pepper (optional)
Kosher salt to taste

Whole Chicken
375°F
45-55 minutes

Insert wire rack on rack Level 1

Press START/STOP to begin preheating

Nest roast tray on sheet pan and place protein on top

After preheated, place all contents on wire rack on Level 1.

1 kg
Brussels Sprouts

Cut in uniform pieces

Toss with 2 Tbsp canola oil

Season with salt and pepper as desired

With 15 minutes remaining, add veggies to air fry basket and insert on Level 4.

2 kg
Beef Roast

BBQ Spice Rub
60 g Brown sugar
2 tablespoons smoked paprika
2 tablespoons mustard powder
1 tablespoon onion powder
1 tablespoon garlic powder
2 teaspoons cayenne pepper
2 teaspoons black pepper
Kosher salt to taste

Maple Garlic Marinade
80 ml cup maple syrup
3 minced garlic cloves
3 tablespoons soy sauce
2 tablespoons Dijon mustard
1 tablespoon black pepper

Beef Roast
380°F
60 minutes

1 kg
Asparagus

1.5 kg
Pork Tenderloin

Pork Tenderloin
400°F
35 minutes

1 kg
Green beans

2 kg
Pork Shoulder

Pork Shoulder
325°F
1 hour 30 minutes

1 kg
Broccoli Florets

Mains & sides that finish at the same time

Pick a protein

USE SUGGESTED MARINADES.
PLACE IN ROAST TRAY NESTED
IN SHEET PAN.

2 Pork Tenderloins (450 g chacun)	10 Sausage Links (100 g chacune)	6 Chicken Thighs boneless, skinless (170-220 g chacune)	6 Salmon Filets skin on (170-220 g chacun)
2-3 Tbsp adobo seasoning	No marinade needed	Brushed with 55 g barbecue sauce	Brushed with 55 g teriyaki sauce

Choose one option:

Choose one option:

Pick a veggie

TOSS WITH 1 TBSP OIL
+ SALT & PEPPER TO TASTE.
PLACE IN AIR FRY BASKET.

1 kg summer squash, cut in quarters lengthwise, then cut in 2.5 cm pieces	680 g green beans, trimmed
1 kg broccoli, cut in 2.5 cm florets	2 bunches asparagus, trimmed
	1 kg broccoli, cut in 2.5 cm florets

Set time, temp, and function

USE AIR ROAST FUNCTION

375°F/25-30 mins	400°F/25-30 mins
------------------	------------------

After preheated, place protein on roast tray nested in sheet pan on wire rack on **1**.
Slide air fry basket with vegetables into rails of **3**.

Using the Air Roast function is perfect for **cooking smaller cuts of proteins and delicate vegetables**. With the guidelines below, you're on your way to creating air-roasted meals in the Foodi™ XL Pro Air Oven.

4 NY Strip Steaks (340-400 g chacun)	6 Chicken Drumsticks	4 Chicken Breasts (220-280 g chacune)
2-3 Tbsp Montreal steak seasoning	Brushed with 55 g sweet chili sauce	Brushed with 55 g honey mustard

Choose one option:

Choose one option:

Choose one option:

1 kg mushrooms, sliced, rinsed, cut in quarters	1 kg carrots, peeled, cut in half lengthwise then chopped in 2.5 cm pieces	1 kg cauliflower, cut in 2.5 cm florets
1 kg Brussels sprouts, cut in half lengthwise	1 kg butternut squash, cut in 2.5 cm pieces	1 kg Brussels sprouts, cut in half lengthwise
	1 kg cauliflower, cut in 2.5 cm florets	

400°F/28-32 mins	390°F/32-35 mins	400°F/35-40 mins
------------------	------------------	------------------

After preheated, place protein on roast tray nested in sheet pan on wire rack on **1**.
Slide air fry basket with vegetables into rails of **3**.

Kickstarter Recipe

Maple Rosemary Chicken with Fall Squash

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVELS 1 & 4 | WIRE RACK, SHEET PAN, ROAST TRAY, AIR FRY BASKET

PREP: 20 MINUTES | **MARINATE:** 30 MINUTES-8 HOURS | **WHOLE ROAST:** 55 MINUTES | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 tablespoons fresh rosemary, minced	2 teaspoons ground black pepper
5 cloves garlic, peeled, minced	3 tablespoons canola oil
70 ml cup lemon juice	1 fresh uncooked whole chicken (225 g), patted dry
55 ml maple syrup	2 medium butternut squash, peeled, diced in 2 cm pieces, seeds removed
2 tablespoons honey	
2 tablespoons kosher salt	

DIRECTIONS



To make the marinade, combine rosemary, garlic, lemon juice, maple syrup, honey, salt, pepper, and canola oil and mix well.



Coat chicken with half the marinade, either in a walled baking dish or a large resealable plastic bag. Marinate in the refrigerator at least 30 minutes and up to 8 hours.



When marinating is complete, nest the Ninja® Roast Tray in the Ninja Sheet Pan, then place chicken on the tray. For best results, allow chicken to sit at room temperature up to 1 hour before cooking.



Toss squash with remaining marinade, then arrange evenly in the air fry basket.



Install the wire rack on Level 1. Select **WHOLE ROAST**, select **2 LEVEL**, set temperature to **375°F**, and set time to **55 minutes**. Press **START/STOP** to begin preheating.



When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 1 and slide basket into the rails on Level 4. Close oven door to begin cooking.



After 55 minutes, check chicken for doneness. Cooking is complete when chicken's internal temperature reaches at least **165°F** on an instant-read thermometer.



For best results, allow chicken to rest for 5 minutes before serving with the squash.

TIP If desired, swap in halved brussels sprouts and baby red potatoes for squash.

Kickstarter Recipe

Cilantro Lime Chicken Wings

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVELS 2 & 4 | WIRE RACK, SHEET PAN, ROAST TRAY, AIR FRY BASKET

PREP: 15 MINUTES | **MARINATE:** 30 MINUTES-24 HOURS | **AIR FRY:** 40 MINUTES | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 50 g fresh cilantro leaves, chopped | 2 teaspoons ground ginger |
| 115 ml cup lime juice | 2 teaspoons kosher salt |
| 3 tablespoons canola oil | 1 teaspoon ground black pepper |
| 2 teaspoons chili powder | 180 g fresh uncooked chicken wings, drumettes and wings separated |
| 2 teaspoons ground cumin | |

DIRECTIONS



To make marinade, combine cilantro, lime juice, oil, chili powder, cumin, ginger, salt and pepper in a bowl. Whisk well to combine.



Coat wings in marinade using one or two large resealable plastic bags. Marinate for at least 30 minutes and up to 24 hours.



Divide wings between the air fry basket and Ninja® Roast Tray nested in the Ninja Sheet Pan, making sure wings are not crowding each other.



Install the wire rack on Level 2. Select AIR FRY, select 2 LEVEL, set temperature to 390°F, and set time to 40 minutes. Select START/STOP to begin preheating.



When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 2. Slide the basket into the rails of Level 4. Close oven door to begin cooking.



Check wings at 40 minutes. If increased crisping is desired, add an additional 10 minutes. When cooking is complete, allow wings to cool slightly before serving.

TIP Don't like cilantro? Swap for parsley in Step 1 when making the marinade.

CEREAL FRENCH TOAST

INTERMEDIATE RECIPE ●●○ | RACK LEVELS 2 & 4 | WIRE RACK, SHEET PAN, AIR FRY BASKET

PREP: 15 MINUTES | **AIR FRY:** 20 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 cans (380 ml chacune) sweetened coconut milk
3 eggs
1/2 teaspoon cinnamon
400 g sugar-coated flake cereal
8 slices brioche bread
Cooking spray
Maple syrup, for serving

DIRECTIONS

- 1 In a medium bowl, whisk together coconut milk, eggs, and cinnamon.
- 2 Place cereal in a plastic bag, and, using your hands, crush until it is thoroughly broken down. Transfer cereal to a shallow bowl.
- 3 Working one at a time, place a slice of brioche bread into the coconut milk mixture, coating both sides. Next, dredge bread in cereal on both sides.
- 4 Select AIR FRY, select 2 LEVEL, set temperature to 425°F, and set time to 20 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 5 Coat the air fry basket with cooking spray. Place prepared bread slices in a single layer in the basket and on the Ninja® Sheet Pan.
- 6 When the unit has preheated, slide basket into the rails of Level 4 and place pan on the wire rack on Level 2. Close oven door to begin cooking.
- 7 When cooking is complete, remove basket and pan from oven. Serve French toast immediately with maple syrup. This took me 2 more rounds to complete cooking the full recipe. Second round took 15 minutes, third round only 10 minutes.

TIP Don't like coconut? Use your favorite dairy or non dairy milk instead.

BREAKFAST HASH

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVEL 3 | WIRE RACK, SHEET PAN

PREP: 20 MINUTES | **BAKE:** 30 MINUTES | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

800 g russet potatoes, peeled, cut in 12 mm pieces
400 g precooked kielbasa, cut in 10 mm pieces
2 small yellow onion, peeled, cut in 10 mm pieces
225 g mixed frozen vegetables (carrots, green beans, corn)
1 stick (115 g) unsalted butter, melted
2 teaspoons paprika
2 teaspoons kosher salt

DIRECTIONS

- 1 Place potatoes, kielbasa, onion, and frozen vegetables in a large bowl. Add melted butter, paprika and salt. Toss ingredients to coat.
- 2 Place ingredients on Ninja® Sheet Pan, spreading out evenly.
- 3 Install the wire rack on Level 3. Select BAKE, set temperature to 375°F, and set time to 30 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 4 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 5 When cooking is complete, remove pan from oven and cool for 5 minutes before serving.





HERB & PARMESAN FOCCACIA

ADVANCED RECIPE ●●● | RACK LEVEL 3 | WIRE RACK, SHEET PAN

PREP: 1 HOUR 30 MINUTES | **RISE:** 60 MINUTES | **BAKE:** 15 MINUTES | **MAKES:** 6 SERVINGS

INGREDIENTS

3 teaspoons dry active yeast
2 teaspoons sugar
3 tablespoons kosher salt
500 ml warm water
750 g all-purpose flour, divided
450 g grated Parmesan cheese, divided
4 tablespoons ground cornmeal, divided
2 teaspoons fresh thyme leaves, chopped
2 teaspoons fresh oregano leaves, chopped
55 ml extra virgin olive oil, plus 2 tablespoons

DIRECTIONS

- 1 Place yeast, sugar, salt, and warm water in the bowl of an electric stand mixer fitted with a dough hook. Whisk mixture together, then allow yeast to bloom for 15 minutes.
- 2 In a separate mixing bowl, combine 625 g flour, 90 g of Parmesan cheese, 2 tablespoons cornmeal, thyme, and oregano. Once yeast has fully bloomed, set mixer to low and slowly incorporate flour mixture. Allow hook to knead dough for about 3 minutes until a slightly sticky dough ball forms.
- 3 Once dough forms, transfer it to a floured surface and knead by hand until it is smooth and not sticky. Add 2 tablespoons olive oil to a large mixing bowl and place dough in bowl. Rotate dough ball to cover it in oil. Wrap bowl in plastic wrap or drape with a kitchen towel. Allow dough to rise for 1 hour.
- 4 After an hour, transfer dough to a lightly floured surface and use a rolling pin to roll it out into a 30 x 28 cm rectangle.
- 5 Sprinkle remaining cornmeal on pan. Mold dough into pan, pressing down with your fingertips. Brush top with 50 g olive oil.
- 6 Install the wire rack on Level 3. Select BAKE, set temperature to 400°F, and set time to 15 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 7 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 8 When cooking is complete, remove pan from oven and allow bread to cool before serving.

TIP Once the focaccia has cooled, it makes a delicious sandwich bread. You can also play with different flavors on the bread itself. Try incorporating fresh chopped rosemary into the dough or topping the dough with thinly sliced tomato before baking.

CHEESY HOT FRIES

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVEL 3 | AIR FRY BASKET

PREP: 10 MINUTES | AIR FRY: 28 MINUTES | MAKES: 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

2 teaspoons cayenne pepper
2 teaspoons paprika
2 teaspoons garlic powder
2 teaspoons kosher salt
1 teaspoon chili powder
1 teaspoon onion powder
450 g (1/2 bag) frozen French fries
230 g medium chile con queso dip
115 g cooked bacon, crumbled
1 bunch scallions, greens only, thinly sliced
60 g pickled jalapeño peppers (optional)

DIRECTIONS

- 1 In a medium sized mixing bowl, combine cayenne pepper, paprika, garlic powder, salt, chili powder, and onion powder. Stir well to combine; set aside.
- 2 Evenly arrange frozen fries in the air fry basket.
- 3 Select AIR FRY, set temperature to 390°F, and set time to 28 minutes. Select START/STOP to begin preheating.
- 4 When the unit has preheated, slide basket into rails of Level 3. Close oven to begin cooking.
- 5 While fries are cooking, place queso dip in a microwave-safe bowl and heat in microwave according to directions.
- 6 When cooking is complete, transfer fries to a large mixing bowl and toss with spicy seasoning (use half for milder spice). Transfer to serving dish.
- 7 Top fries with warm queso dip, crumbled bacon, sliced scallions, and pickled jalapeño peppers, if using. Serve immediately.

TIP This recipe works great with any frozen French fries. Try it with tater tots, crinkle cut fries, or even sweet potato fries.



SWEET POTATO CASSEROLE

INTERMEDIATE RECIPE ●●○ | RACK LEVEL 3 | WIRE RACK, NINJA® CASSEROLE DISH*

PREP: 20 MINUTES | **AIR ROAST:** 45 MINUTES | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

SWEET POTATOES

3 large eggs, beaten
100 g granulated sugar
245 g whole milk
1/2 stick 110 g butter, melted
55 ml maple syrup
3 tablespoons all-purpose flour
1/4 teaspoon ground nutmeg
1/4 teaspoon ground ginger
1 teaspoon ground cinnamon
1/2 teaspoon ground cayenne pepper
1 teaspoon kosher salt
300 g grated uncooked sweet potatoes
(about 3 medium potatoes)

STREUSEL

1/2 stick 110 g butter, softened
115 g brown sugar
115 g all-purpose flour
1 teaspoon kosher salt
1/2 teaspoon ground cinnamon
1/2 teaspoon ground ginger
1/4 teaspoon ground nutmeg

DIRECTIONS

- 1 Combine eggs, sugar, milk, butter, maple syrup, flour, and spices in a large bowl. Fold grated sweet potatoes into the mixture.
- 2 Grease the Ninja Casserole Dish* (or an 30 cm x 18 cm casserole dish). Pour mixture into the dish.
- 3 Install the wire rack on Level 3. Select AIR ROAST, set temperature to 350°F, and set time to 45 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 4 When the unit has preheated, place casserole dish on wire rack on Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 5 Combine streusel ingredients until most of the butter is incorporated.
- 6 After 20 minutes, open oven door to pause cooking and remove casserole dish from oven. Sprinkle streusel mixture over the top of the casserole.
- 7 Return casserole dish to the wire rack on Level 3, then close oven door to resume cooking for the remaining 25 minutes.
- 8 When cooking is complete, allow to cool for 10 minutes before serving.

MAPLE-ROASTED ROOT VEGETABLES

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVEL 3 | WIRE RACK, SHEET PAN

PREP: 20 MINUTES | **AIR ROAST:** 45 MINUTES | **MAKES:** 6 SERVINGS

INGREDIENTS

2 large sweet potatoes, peeled,
cut in 5 cm pieces
2 parsnips, peeled, cut in 5 cm pieces
3 golden beets, peeled, cut in 5 cm pieces
3 carrots, peeled, cut in 5 cm pieces
95 ml maple syrup
55 ml olive oil
3 tablespoons unsalted butter,
cut in 2 cm cubes
2 tablespoons fresh thyme leaves, chopped
1 tablespoon ground ginger
2 tablespoons kosher salt

DIRECTIONS

- 1 Place all ingredients in a large mixing bowl and toss to combine. Arrange on the Ninja® Sheet Pan in a single layer.
- 2 Install the wire rack on Level 3. Select AIR ROAST, set temperature to 425°F, and set time to 45 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 3 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 4 Check vegetables periodically. Cooking is complete when they are fork-tender and the sugars have begun to caramelize. Serve immediately.



TIP Red beets, while they may transfer some color to the other vegetables, work equally well in this dish if you cannot find golden beets.

*The Ninja Casserole Dish is sold separately on ninjaaccessories.com.

HASSELBACK LOADED POTATOES

INTERMEDIATE RECIPE ●●○ | RACK LEVELS 1 & 3 | WIRE RACK, SHEET PAN, AIR FRY BASKET

PREP: 15 MINUTES | AIR ROAST: 60 MINUTES | MAKES: 10 SERVINGS

INGREDIENTS

10 medium russet potatoes
(about 280 g each), rinsed
2 sticks (225 g) unsalted butter, melted, divided
3 teaspoons garlic, minced
2 teaspoons paprika
3 tablespoons fresh flat-leaf parsley, chopped
3 tablespoons kosher salt
450 g sharp cheddar cheese, sliced very thin
1 bunch fresh chives, sliced
225 g cooked bacon, crumbled
225 g sour cream

DIRECTIONS

- 1 Install the wire rack on Level 1. Select AIR ROAST, 2 LEVEL, set temperature to 425°F, and set time to 60 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 2 Place 2 wooden spoons along the long sides of each potato. Working one potato at a time, use a large chef knife to slice potatoes crosswise into 5 mm slices, stopping once the knife reaches the spoons.
- 3 In a small bowl, whisk together melted butter, garlic, paprika, parsley and salt.
- 4 Reserve 3 tablespoons of the butter mixture and set aside. Using a brush, gently spread butter mixture over potatoes, being careful not to split them open. Place 5 potatoes on the Ninja® Sheet Pan and 5 in the air fry basket.
- 5 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 1 and slide basket into the rails of Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 6 After 55 minutes, remove pan and basket. Insert slices of cheese into every other slit in each potato. Then brush potatoes with remaining butter mixture.
- 7 Return pan to wire rack on Level 1 and slide basket into rails of Level 3 and close oven door to resume cooking for the remaining 5 minutes.
- 8 When cooking is complete, top each potato with sour cream, chives, and crumbled bacon. Serve immediately.





CAJUN PRIME RIB ROAST WITH BABY YELLOW POTATOES

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVELS 1 & 4 | WIRE RACK, SHEET PAN, ROAST TRAY, AIR FRY BASKET

PREP: 20 MINUTES | **WHOLE ROAST:** 1 HOUR 25 MINUTES | **MAKES:** 6-8 SERVINGS

INGREDIENTS

- 3 tablespoons Cajun seasoning
- 3 tablespoons brown sugar
- 3 tablespoons kosher salt, divided
- 1 tablespoon ground black pepper
- 1 uncooked boneless prime rib roast (2 kg), fat trimmed
- 1.5 kg baby yellow potatoes, cut in half
- 1 tablespoon onion powder
- 1 tablespoon garlic powder
- 3 sprigs fresh thyme
- 2 tablespoons canola oil

DIRECTIONS

- 1** In a mixing bowl combine Cajun seasoning, brown sugar, 2 tablespoons salt, and pepper. Stir well to combine. Pat prime rib dry with paper towels. Rub mixture all over beef, coating evenly.
- 2** In a separate mixing bowl, toss potatoes with remaining 1 tablespoon salt, onion powder, garlic powder, thyme, and oil. Spread potatoes out evenly in air fry basket.
- 3** Nest the Ninja® Roast Tray in the Ninja Sheet Pan, then place roast on tray.
- 4** Install the wire rack on Level 1. Select **WHOLE ROAST**, select **2 LEVEL**, set temperature to 450°F, and set time to 25 minutes. Press **START/STOP** to begin preheating.
- 5** When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 1 and slide basket into the rails of Level 4. Close oven door to begin cooking.
- 6** After 25 minutes, select **WHOLE ROAST**, set temperature to 250°F, and set time to 1 hour. Press **START/STOP** to begin cooking.
- 7** When cooking is complete, remove roast and potatoes from oven. Loosely cover roast with a large piece of aluminum foil and let rest for 15 minutes before slicing and serving with potatoes.

TIP This recipe is written for a medium rare center (130°F-135°F). If you prefer a medium center, add 10 minutes to the cook time at step 6.

BACON TERIYAKI MEATLOAF & SWEET POTATOES

ADVANCED RECIPE ●●● | RACK LEVELS 1 & 4 | WIRE RACK, SHEET PAN, ROAST TRAY, AIR FRY BASKET

PREP: 20 MINUTES | **WHOLE ROAST:** 50 MINUTES | **MAKES:** 8 SERVINGS

INGREDIENTS

1.5 kg uncooked ground beef
1 medium bell pepper, diced
1 small onion, peeled, diced
125 g pineapple, chopped
250 g panko bread crumbs
13-15 slices cooked bacon, chopped (about 125 g)
2 tablespoons kosher salt, divided
3 teaspoons ground black pepper, divided
225 ml store-bought teriyaki sauce
3 eggs
3 medium sweet potatoes, cut in 2.5 cm pieces
2 tablespoons canola oil

DIRECTIONS

- 1 In a large bowl, mix together ground beef, bell peppers, onions, pineapple, bread crumbs, chopped bacon, 1 tablespoon salt, 1 teaspoon ground black pepper, teriyaki sauce, and eggs.
- 2 Nest the Ninja® Roast Tray in the Ninja Sheet Pan, then shape the mixture into a loaf and place on tray. Place meatloaf on tray in refrigerator.
- 3 In a medium bowl, toss sweet potatoes with canola oil and remaining salt and pepper. Place sweet potatoes in a single layer in the air fry basket.
- 4 Install the wire rack on Level 1. Select **WHOLE ROAST**, select **2 LEVEL**, set temperature to 425°F, and set time to 50 minutes. Press **START/STOP** to begin preheating.
- 5 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 1 and slide basket into the rails of Level 4. Close oven door to begin cooking.
- 6 When cooking is complete, remove pan and basket from oven. Let meatloaf rest for 10 minutes before serving.

BRAISED BEEF CASSEROLE

BEGINNER RECIPE ●○○ | RACK LEVEL 3 | WIRE RACK, NINJA® CASSEROLE DISH*

PREP: 15 MINUTES | **BAKE:** 55 MINUTES | **MAKES:** 6 SERVINGS

INGREDIENTS

115 g cream cheese, softened
180 g arborio rice
340 g button mushrooms, cut in quarters
225 g frozen peas
1 tablespoon onion powder
1 tablespoon garlic powder
1 tablespoon kosher salt
2 teaspoons ground black pepper
450 g uncooked shaved steak
240 ml beef stock
115 ml soy sauce
1 stick (110 g) unsalted butter
170 g sour cream

DIRECTIONS

- 1 Smear cream cheese on bottom of the Ninja Casserole Dish (or a 23 x 23 cm casserole dish). In a mixing bowl, combine rice, mushrooms, peas, onion powder, garlic powder, salt, pepper, steak and place on top of cream cheese.
- 2 Install the wire rack on Level 3. Select **BAKE**, set temperature to 400°F, and set time to 55 minutes. Press **START/STOP** to begin preheating.
- 3 Pour the beef stock and soy sauce over the rice and steak mixture.
- 4 When the unit has preheated, place the casserole dish on wire rack on Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 5 Cooking is complete when rice is tender. Remove casserole dish from oven, then stir in butter and sour cream. Let dish cool slightly before serving.

BAKED COD & BROCCOLI

INTERMEDIATE RECIPE ●●○ | RACK LEVELS 1 & 3 | WIRE RACK, SHEET PAN, AIR FRY BASKET

PREP: 10 MINUTES | **AIR ROAST:** 30 MINUTES | **MAKES:** 4 SERVINGS

INGREDIENTS

1 kg uncooked fresh cod loins, sliced into 4 equal portions
1 tablespoon kosher salt, divided
2 sleeves butter crackers, crushed
1 stick (225 g) unsalted butter, melted
Juice of 1 lemon
1 kg broccoli florets
2 tablespoons canola oil
1 red onion, peeled, diced
2 tablespoons everything bagel spice
55 g dried cranberries

DIRECTIONS

- 1 Pat cod dry with paper towels. Coat the Ninja® Sheet Pan with cooking spray and place cod on it. Season with half of the salt.
- 2 In a medium bowl, mix crushed crackers, melted butter, and lemon juice until thoroughly combined. Top each piece of cod with a layer of the cracker mixture.
- 3 In a separate bowl, combine broccoli, canola oil, onion, everything bagel spice, and remaining salt. Arrange broccoli in a single layer in the air fry basket.
- 4 Install the wire rack on Level 1. Select AIR ROAST, select 2 LEVEL, set temperature to 375°F, and set time to 30 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 5 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 1 and slide basket into the rails of Level 3. Close oven door to begin cooking.
- 6 Cooking is complete when cod is opaque and flaky and broccoli is slightly browned. Top broccoli with cranberries and let cod cool for 5 minutes before serving.

TIP Want added flavor? Toss broccoli with two tablespoons curry powder, 2 tablespoons canola oil, and 2 teaspoons kosher salt.

MUSTARD-MARINATED PORK & VEGETABLES

INTERMEDIATE RECIPE ●●○ | RACK LEVELS 1 & 4 | WIRE RACK, SHEET PAN, ROAST TRAY, AIR FRY BASKET

PREP: 15 MINUTES | **MARINATE:** 30 MINUTES-8 HOURS | **WHOLE ROAST:** 35-40 MINUTES | **MAKES:** 2-3 SERVINGS

INGREDIENTS

250 g Dijon mustard
Juice of 2 lemons (approximately 2 tablespoons)
3 cloves garlic, peeled, minced
5 g fresh parsley (approximately half bunch), chopped
2 tablespoons kosher salt, divided
2 teaspoons ground black pepper, divided
1.5 to 2 kg uncooked boneless pork loin
2 russet potatoes, cut in 2.5 mm cubes
450 g Brussels sprouts, cut in half, stems removed
4 medium carrots, peeled, cut in 5 cm pieces
4 medium parsnips, peeled, cut in 5 cm pieces
1 tablespoon dried oregano
1 tablespoon canola oil

DIRECTIONS

- 1 In a medium bowl, combine yogurt, lemon juice, garlic, parsley, 1 tablespoon salt, and 1 teaspoon pepper, mixing well.
- 2 Rub pork loin liberally and evenly with the marinade. Place pork in a large resealable plastic bag or a walled baking dish, then cover with any remaining marinade. Seal bag or cover baking dish with plastic wrap and allow to marinate in the refrigerator at least 30 minutes and up to 8 hours.
- 3 Nest the Ninja Roast Tray® in the Ninja Sheet Pan. When marinating is complete, remove the pork from the bag or baking dish and place it on the tray. For best results, let it sit at room temperature for 30 minutes to 1 hour before cooking.
- 4 Toss all remaining ingredients in a mixing bowl, mixing well to evenly distribute the oregano and oil. Evenly arrange mixture in the air fry basket.
- 5 Install the wire rack on Level 1. Select WHOLE ROAST, select 2 LEVEL, set temperature to 400°F, and set time to 40 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 6 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 1 and slide basket into the rails on Level 4.
- 7 After 35 minutes, check pork for doneness. Remove pork from oven when internal temperature reaches at least 140°F on an instant-read thermometer. Continue cooking vegetables for an additional 5 minutes while pork rests.
- 8 When cooking is complete, remove basket from oven. Slice pork and serve with vegetables.

TIP Double the marinade ingredients and reserve half the marinade before step 2 to serve with the pork and vegetables as a dipping sauce.



RED VELVET COOKIES

INTERMEDIATE RECIPE ●●○ | RACK LEVEL 3 | WIRE RACK, SHEET PAN

PREP: 15 MINUTES | **BAKE:** 20 MINUTES | **MAKES:** 18 COOKIES

INGREDIENTS

415 g all-purpose flour
2 tablespoons unsweetened cocoa powder
1 teaspoon baking soda
¼ teaspoon kosher salt
110 g butter, softened
150 g brown sugar
150 g granulated sugar
1 egg
1 tablespoon cream cheese
1 tablespoon milk
2 teaspoons vanilla extract
1 tablespoon red food coloring
170 g white chocolate chips

DIRECTIONS

- 1 Combine flour, cocoa powder, baking soda, and salt. Set aside.
- 2 In a large bowl, cream butter, brown sugar, and granulated sugar until smooth using a hand mixer on medium speed. Add egg, cream cheese, milk, vanilla, and food coloring. Blend until combined.
- 3 Slowly add dry ingredients, blending until combined. Then fold in white chocolate chips.
- 4 Using 2 tablespoons of dough for each cookie, arrange about 9 cookies on the Ninja® Sheet Pan.
- 5 Install the wire rack on Level 3. Select BAKE, set temperature to 350°F, and set time to 20 minutes. Press START/STOP to begin preheating.
- 6 When the unit has preheated, place pan on wire rack on Level 3. Close oven door to begin cooking. Cook for 9 to 10 minutes.
- 7 Repeat steps 4 and 6 with remaining dough.

TIP Don't want to make the whole batch? Freeze the dough in individual balls and bake to order.

Air Fry Cooking Chart

NOTE When cooking foods on one level, cut ingredient amount by 50% for best results.



INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL	TEMP	ONE-LEVEL COOK TIME	TWO-LEVEL COOK TIME
FROZEN FOOD						
Chicken nuggets	Up to 2 kg	None	None	400°F	15-20 mins	30-35 mins
Fish fillets (breaded)	Up to 20 fillets	None	None	400°F	10-15 mins	20-25 mins
Fish sticks	Up to 1 kg	None	None	375°F	11-15 mins	23-28 mins
French fries	Up to 2 kg	None	None	390°F	19-22 mins	38-40 mins
Mozzarella sticks	Up to 2 kg	None	None	375°F	8-10 mins	15-18 mins
Pizza Rolls	Up to 1.5 kg (2 boxes)	None	None	375°F	9-12 mins	18-25 mins
Popcorn shrimp	Up to 1 kg	None	None	390°F	8-11 mins	15-17 mins
Tater tots	Up to 2 kg	None	None	360°F (180°C)	15-18 mins	25-28 mins
MEAT, POULTRY, FISH						
Chicken drumsticks	12 drumsticks	Pat dry, season as desired	Toss with 2 Tbsp oil	400°F	22-27 mins	45-50 mins
Chicken thighs	8 thighs (225 to 285 g each)	Pat dry season as desired	Toss with 2 Tbsp oil	375°F	25-28 mins	45-48 mins
Chicken wings	Up to 2 kg	Pat dry	1 Tbsp	390°F	18-22 mins	35-40 mins
Crab cakes	10-12 cakes (170 g each)	None	Brush with 1 Tbsp oil	400°F	12-17 mins	23-38 mins
Salmon fillets	8-10 fillets (170 to 225 g each)	None	Brush with 2 Tbsp oil	400°F	13-18 mins	25-28 mins
Sausage	Up to 20 sausages, whole	None	None	390°F	8-10 mins	8-10 mins
VEGETABLES						
Asparagus	4 bunches	Trim stems	2 Tbsp	400°F	13-15 mins	23-25 mins
Beets	1.5 kg	Peel, cut in 1 cm cubes	2 Tbsp	400°F	18-23 mins	35-40 mins
Bell peppers (for roasting)	8 peppers	Cut in quarters, remove seeds	2 Tbsp	400°F	15-20 mins	30-35 mins
Broccoli	Up to 1.5 kg	Cut in 2.5 to 5 cm florets	2 Tbsp	375°F	13-17 mins	26-30 mins
Brussels sprouts	Up to 2 kg	Cut in half, remove stems	1 Tbsp	425°F	13-17 mins	26-30 mins
Cauliflower	Up to 1.5 kg	Cut in 2.5 to 5 cm florets	2 Tbsp	375°F	12-18 mins	24-30 mins
Green beans	680 g	Trim	2 Tbsp	425°F	13-18 mins	25-28 mins
Hand-cut Fries	Up to 2 kg	Soak, pat dry	2 Tbsp	375°F	22-28 mins	38-42 mins

2-level air fry times are based on using 2 air fry baskets. You can air fry on 2 levels using an air fry basket and sheet pan with roast tray, but cook times and air fry quality may vary.

For best results, we recommend purchasing a second air fry basket at ninjaaccessories.com.



When air frying on 2 levels, slide basket into rails of Level 4 and place pan with roast tray on Level 2

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

Air Fry Cooking Chart – Continued

NOTE When cooking foods on one level, cut ingredient amount by 50% for best results.

INGREDIENT	AMOUNT	PREPARATION	OIL	TEMP	ONE-LEVEL COOK TIME	TWO-LEVEL COOK TIME
VEGETABLES						
Kale (for chips)	230 g	Tear into pieces, remove stems	None	325°F	8–11 mins	15–18 mins
Mushrooms	1 kg	Rinse, slice thinly	2 Tbsp	400°F	23–28 mins	25–30 mins
Potatoes, russet	1.5 kg	Cut in 2.5cm wedges	2 Tbsp	390°F	23–28 mins	45–50 mins
Potatoes, russet	1 kg	Hand-cut fries, soak 20 mins in cold water, then pat dry	3 Tbsp	390°F	18–23 mins	35–40 mins
Potatoes, sweet	1 kg	Hand-cut fries, soak 20 mins in cold water, then pat dry	3 Tbsp	390°F	15–20 mins	30–35 mins
Zucchini	1 kg	Cut in quarters lengthwise, then cut in 1-inch pieces	1 Tbsp	390°F	10–14 mins	20–24 mins

2-level air fry times are based on using 2 air fry baskets. You can air fry on 2 levels using an air fry basket and sheet pan with roast tray, but cook times and air fry quality may vary.

For best results, we recommend purchasing a second air fry basket at ninjaaccessories.com.

Dehydrate Chart

INGREDIENTS	PREPARATION	TEMP	DEHYDRATE TIME
FRUITS & VEGETABLES			
Apples	Cut in 5 mm slices, remove core, rinse in lemon water, pat dry	135°F	5–6 hrs
Asparagus	Cut in 2.5 cm pieces, blanch	135°F	5–6 hrs
Bananas	Peel, cut in 1 cm slices	135°F	7–8 hrs
Beets	Peel, cut in 5 mm slices	135°F	5–6 hrs
Fresh herbs	Rinse, pat dry, remove stems	135°F	4 hrs
Ginger root	Peel, cut in 1 cm slices	135°F	5–6 hrs
Mangoes	Peel, cut in 1 cm slices, remove pit	135°F	5–6 hrs
Mushrooms	Cleaned with soft brush (do not wash)	135°F	5–6 hrs
Pineapple	Peel, cut in 1 cm slices, remove core	135°F	4–5 hrs
Strawberries	Cut in half or in 1 cm slices	135°F	4–5 hrs
Tomatoes	Cut in 1 cm slices or grate	135°F	5–6 hrs
MEAT, POULTRY, FISH			
Beef jerky	Cut in 5 mm slices, remove all fat, marinate 8–24 hours	155°F	5–6 hrs
Chicken jerky	Cut in 5 mm slices, remove all fat, marinate 8–24 hours	155°F	5–6 hrs
Salmon jerky	Cut in 5 mm slices, marinate overnight	155°F	5–6 hrs
Turkey jerky	Cut in 5 mm slices, remove all fat, marinate 8–24 hours	155°F	5–6 hrs



When air frying on 2 levels, slide basket into rails of Level 4 and place pan with roast tray on Level 2

NINJA[®] Foodi[™]

XL PRO AIR OVEN

**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)

DT201C_IG_15Recipe_E_F_MP_Mv5

NINJA is a registered trademark of SharkNinja Operating LLC.
FOODI, NINJA FOODI FAMILY, and TRUE SURROUND CONVECTION are trademarks of SharkNinja Operating LLC.
© 2020 SharkNinja Operating LLC.

ninjakitchen.com/recipes



NINJA[®] Foodi[™]

FOUR XL PRO AIR

15 délicieuses recettes
et des tableaux pour
des possibilités illimitées



Votre guide pour cuisiner comme un Foodi

Bienvenue dans le livre de recettes du four

Pro Air XL Ninja® Foodi™.

Vous vous apprêtez à découvrir une multitude de recettes, d'astuces et de conseils pratiques qui vous permettront d'acquérir la confiance nécessaire pour être créatif dans votre cuisine sans avoir à utiliser de nombreux appareils.

Vous recherchez de l'inspiration pour des recettes, des conseils et des astuces?

Joignez-vous à des milliers d'amis Foodi

dans la communauté officielle de la Ninja Foodi Family™

[Facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily](https://www.facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily)



@NinjaKitchen



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

Liste des recettes

Recettes de départ	50
Poulet au romarin et à l'érable avec courge d'automne	50
Ailes de poulet à la coriandre et à la lime	52
Déjeuner	54
Pain doré aux céréales	54
Hachis déjeuner	55
Accompagnements et entrées	56
Foccacia aux herbes et au parmesan	56
Frites épicées au fromage	58
Casserole de patates douces	60
Légumes racines rôtis à l'érable	61
Pommes de terre Hasselback garnies	62
Dîner et souper	64
Rôti de côtes de choix cajun avec pommes de terre jaunes miniatures	64
Pain de viande teriyaki au bacon avec patates douces	66
Casserole de bœuf braisé	67
Morue cuite au four et brocoli	68
Porc mariné à la moutarde et légumes	69
Dessert	70
Biscuits Red Velvet	70
Tableaux de cuisson	72
Tableau de friture à convection	72
Tableau de déshydratation	74

HACHIS DÉJEUNER

55



56



61

RÔTI DE CÔTES DE CHOIX CAJUN AVEC POMMES DE TERRE JAUNES MINIATURES

64

MORUE CUITE AU FOUR ET BROCOLI

68



70

Tous les aliments ne sont pas chauffés de façon égale

Selon la fonction que vous choisissez pour cuisiner votre prochain plat, le four XL Pro Air Ninja® Foodi™ activera le nombre approprié d'éléments chauffants et distribuera la quantité adéquate d'air pour produire des résultats délicieux et parfaitement cuits.

WHOLE ROAST (rôti entier)



Des résultats de style rôtisserie en peu de temps

Consultez la page 6 pour des directives détaillées.

AIR ROAST (rôtir par convection)



Croustillant à l'extérieur, juteux à l'intérieur

Consultez la page 8 pour des directives détaillées.

AIR FRY (friteuse à convection)



Des résultats rapides extra croustillants avec peu ou pas d'huile

Consultez les pages 32 à 34 pour des directives détaillées.

BROIL (griller)



Chaleur de haut en bas pour un fini croustillant

TOAST (rôtie)



Chaleur uniforme venant du haut et du bas

REHEAT (réchauffer)



Chaleur élevée venant du haut et du bas pour obtenir des résultats rapides

Fonction True Surround Convection™

LÉGENDE



Vitesse maximale du ventilateur



Haute vitesse du ventilateur



Vitesse de ventilation moyenne



Faible vitesse du ventilateur



Source de chaleur par convection arrière

REMARQUE : la puissance obtenue grâce à des vitesses plus élevées du ventilateur permet une cuisson plus rapide et des résultats plus croustillants.

PIZZA (pizza)



Cuit des pizzas fraîches ou congelées à une perfection croustillante

BAKE (cuire)



Cuisson générale uniforme avec brunissement léger

DEHYDRATE (déshydrater)



Retire l'humidité pour faire du charqui et des fruits séchés

BAGEL (bagel)



Moins de chaleur venant du haut que du bas pour le bagel parfait

Nous avons conçu ce four afin que vos repas arrivent sur la table plus rapidement.

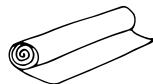
IL EST IMPORTANT DE VÉRIFIER VOTRE NOURRITURE TOUT AU LONG DU PROCESSUS DE CUISSON.

Les durées et les températures des recettes pourraient devoir être ajustées en fonction de la taille des aliments protéinés, de la quantité d'ingrédients (plus ou moins que la norme) et des marinades utilisées.

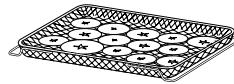
Conseils et astuces



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



Pour un nettoyage facile, couvrez la plaque à pâtisserie avec du papier d'aluminium ou du papier parchemin.



Disposez les ingrédients en une seule couche pour la déshydratation.



Lorsque vous utilisez le panier de la friteuse à convection, vaporisez-le d'un enduit à cuisson antiadhésif pour éviter que les aliments ne collent.



L'appareil préchauffe rapidement, alors préparez tous les ingrédients avant de commencer le préchauffage.



Lorsque vous cuisinez sur deux niveaux, appuyez sur le bouton 2 LEVEL (2 niveaux) de l'écran pour éclairer les positions optimales de la grille à utiliser.

Comment minimiser la fumée



Cuisez les grands aliments protéinés gras à une température égale ou inférieure à 375 °F (190 °C) et nettoyez régulièrement les accessoires et l'intérieur de l'unité.



Plateau à rôtir
Plaque à pâtisserie
Grille

Utilisez un plateau à rôtir sur la plaque à pâtisserie pour cuisiner en employant les fonctions de convection (comme WHOLE ROAST [rôti entier], AIR ROAST [rôtir par convection] et AIR FRY [friteuse à convection]) ou avec des aliments gras comme : poulet entier, ailes de poulet, bacon, viandes marinées ou légumes à l'huile.



Pour les marinades qui contiennent du sucre, du miel ou d'autres édulcorants, badigeonnez sur les aliments grillés pour éviter que les aliments ne brûlent.

Utilisez toujours les huiles recommandées

Pour obtenir moins de fumée, utilisez des huiles dont le point de fumée est élevé, p. ex. l'huile de canola, d'avocat, végétale ou de pépins de raisin, au lieu de l'huile d'olive. Si vous choisissez de cuire les ingrédients à une température plus élevée que celle qui est recommandée, il se peut qu'il y ait plus de fumée et que les aliments aient une saveur âcre de brûlé.

Passez aux niveaux suivants

Plusieurs positions de grille vous permettent de cuisiner des repas de taille familiale à deux niveaux. Pour savoir où placer votre nourriture, consultez le guide des grilles sur écran numérique.

Faites cuire deux pizzas congelées de 30 cm

Sélectionnez la fonction PIZZA (pizza).

Appuyez sur le bouton 2 LEVEL (2 niveaux).

Utilisez les niveaux 1 et 3

Rôtissez un poulet entier et des légumes

Sélectionnez la fonction WHOLE ROAST (rôti entier)

Appuyez sur le bouton 2 LEVEL (2 niveaux).

Utilisez les niveaux 1 et 4

Faites frire des doigts de poulet et des frites avec la friteuse à convection

Sélectionnez la fonction AIR FRY (friteuse à convection).

Appuyez sur le bouton 2 LEVEL (2 niveaux).

Utilisez les niveaux 2 et 4

REMARQUE : consultez le Guide de l'utilisateur et le Guide de démarrage rapide inclus pour obtenir des renseignements plus détaillés sur la meilleure façon d'utiliser les niveaux de grille.



Cuisson d'un rôti entier et de légumes

Utiliser la fonction WHOLE ROAST (rôti entier) est parfait pour **la cuisson de gros aliments protéinés et de légumes entiers**. En suivant les lignes directrices ci-dessous, vous êtes sur la bonne voie pour créer vos propres chefs-d'œuvre dans le four XL Pro Air Foodi.™

Choisissez une source de protéines

2 kg
de poulet entier, ficelé

2 kg
de rôti de bœuf

1,5 kg
de filet de porc

2 kg
d'épaule de porc

Marinez la viande

Marinade citronnée au romarin

60 ml de jus de citron
3 cuillères à soupe hachées
romarin frais
(ou 3 cuillères à thé écrasées
romarin sec)

3 gousses d'ail hachées
1 cuillère à soupe de poivre noir
2 cuillères à soupe d'huile de canola
Sel casher au goût

Assaisonnement BBQ

60 g de cassonade
2 cuillères à soupe de paprika fumée
2 cuillères à soupe de poudre
de moutarde
1 cuillère à soupe de poudre
d'oignon

1 cuillère à soupe de poudre d'ail
2 cuillères à thé de poivre de
Cayenne
2 cuillères à thé de poivre noir
Sel casher au goût

Mélange d'épices mexicaines

2 cuillères à soupe de paprika
2 cuillères à soupe de poudre
de chili

1 cuillère à soupe de cumin moulu
2 cuillères à thé de poudre d'oignon
2 cuillères à thé de poudre d'ail
2 cuillères à thé de poivre noir
1 cuillère à thé de poivre
cayenne (facultatif)
Sel casher au goût

Marinade à l'ail et à l'érable

80 ml de sirop d'érable
3 gousses d'ail émincées
3 cuillère à soupe de sauce soya
2 cuillères à soupe de moutarde
de Dijon

1 cuillère à soupe de poivre noir

Réglez l'heure, la température et la fonction

DURÉE ET TEMPÉRATURE
SELON L'ALIMENT PROTÉINÉ
UTILISEZ LA FONCTION WHOLE
ROAST (RÔTI ENTIER)

Poulet entier
375 °F (190 °C)
45 à 55 minutes

Rôti de bœuf
380 °F (195 °C)
60 minutes

Filet de porc
400 °F (205 °C)
35 minutes

Épaule de porc
325 °F (160 °C)
1 heure 30 minutes

Ajoutez des aliments protéinés et commencez la cuisson

Insérez la grille
au niveau de grille 1

Appuyez sur START/
STOP (marche/arrêt)
pour commencer le
préchauffage

Placez le plateau à
rôtir sur la plaque à
pâtisserie et placez
l'aliment protéiné sur
le dessus

Après avoir
préchauffé le four,
placez tout le
contenu sur le niveau
1 de grille.

Choisissez un légume

1 kg
de choux de
Bruxelles

1 kg
d'asperges

1 kg
de haricots
verts

1 kg
de fleurons de
brocoli

Ajoutez des légumes

Découpez
en des
morceaux
uniformes
Mélangez
avec 2
cuillères à
soupe d'huile
de canola

Assaisonnez
avec du sel
et du poivre,
au besoin

Lorsqu'il ne
reste plus que 15
minutes, ajoutez
des légumes au
panier de la friteuse
à convection et
insérez-les au
niveau 4.

Des plats principaux et des accompagnements qui finissent de cuire en même temps

Choisissez une source de protéines
UTILISEZ LES MARINADES SUGGÉRÉES. PLACEZ-LA DANS LE PLATEAU À RÔTIR NICHÉ DANS LA PLAQUE À PÂTISSERIE.

2 filets de porc (450 g chacun)	10 chapelets de saucisses (100 g chacune)	6 cuisses de poulet désossées, sans peau (170-220 g chacune)	6 filets de saumon avec peau (170-220 g chacun)
2 à 3 cuillères à soupe d'assaisonnement Adobo	Aucune marinade nécessaire	Badigeonné avec 55 g de sauce barbecue	Badigeonné avec 55 g de sauce teriyaki

Choisissez une option :

Choisissez une option :

Choisissez un légume
MÉLANGEZ AVEC 1 CUILLÈRE À SOUPE D'HUILE + SEL ET POIVRE AU GOÛT. PLACEZ DANS LE PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION.

1 kg de courges d'été, coupées en quartiers dans la longueur, puis coupées en pièces de 2,5 cm	680 g de haricots verts parés
1 kg de brocoli coupé en fleurons de 2,5 cm	2 bottes d'asperges
	1 kg de brocoli coupé en fleurons de 2,5 cm

Réglez la durée, la température et la fonction
UTILISEZ LA FONCTION AIR ROAST (rôtir par convection)

375 °F (190 °C)/25-30 min	400 °F (205 °C)/25-30 min
---------------------------	---------------------------

Après le préchauffage, placez la source de protéine sur le plateau à rôtir niché dans la plaque à pâtisserie sur la grille **1**.

Faites glisser le panier de la friteuse à convection contenant les légumes dans le rail **3**.

La fonction AIR ROAST (rôtir par convection) est parfaite pour la **cuisson de petits morceaux d'aliments protéinés et de légumes délicats**. En suivant les directives ci-dessous, vous êtes sur la bonne voie pour créer des repas rôtis par convection dans le four XL Pro Air Foodi.™

4 biftecks de coquille d'ailou style New York (340-400 g chacun)	6 pilons de poulet	4 poitrines de poulet (220-280 g chacune)
2 à 3 c. à table d'assaisonnements à steak de Montréal	Badigeonné avec 55 g de sauce chili sucrée	Badigeonné avec 55 g de moutarde miel

Choisissez une option :

Choisissez une option :

Choisissez une option :

1 kg de champignons tranchés, rincés, coupés en quartiers	1 kg de carottes, pelées, coupées en deux sens dans la longueur, puis coupées en morceaux de 2,5 cm	1 kg de chou-fleur, coupé en fleurons de 2,5 cm
1 kg de chou de Bruxelles coupés en deux dans le sens de la longueur	1 kg de courge musquée, coupée en morceaux de 2,5 cm	1 kg de chou de Bruxelles coupés en deux dans le sens de la longueur
	1 kg de chou-fleur, coupé en morceaux de 2,5 cm	

400 °F (205 °C)/28-32 min	390 °F (200 °C)/32-35 min	400 °F (205 °C)/35-40 min
---------------------------	---------------------------	---------------------------

Après le préchauffage, placez la source de protéine sur le plateau à rôtir niché dans la plaque à pâtisserie sur la grille **1**.

Faites glisser le panier de la friteuse à convection contenant les légumes dans le rail **3**.

Recette de départ

Poulet au romarin à l'érable avec courge d'automne

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAUX DE GRILLE 1 ET 4 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PLATEAU À RÔTIR, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 20 MINUTES | **MARINER** : 30 MINUTES À 8 HEURES | **WHOLE ROAST (RÔTI ENTIER)** : 55 MINUTES | **DONNE** : 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 cuillères à soupe de romarin frais, émincé	2 cuillères à thé de poivre noir
5 gousses d'ail, pelées, émincées	3 cuillères à soupe d'huile de canola
70 ml de jus de citron	1 poulet entier frais non cuit (225 g), séché en tamponnant
55 ml de sirop d'érable	2 courges musquées de taille moyenne, pelées, coupées en dés de 2 cm, graines retirées
2 cuillères à soupe de miel	
2 cuillères à soupe de sel casher	



Pour faire la marinade, combinez le romarin, l'ail, le jus de citron, le sirop d'érable, le miel, le sel, le poivre et l'huile de canola et mélangez bien.



Enrobez le poulet avec la moitié de la marinade, soit dans un plat à cuisson à parois ou un grand sac en plastique refermable. Laissez mariner au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes ou un maximum de 8 heures.



Une fois que la marinade est prête, nichez le plateau à rôti Ninja® dans la plaque à pâtisserie Ninja, puis placez le poulet sur le plateau. Pour de meilleurs résultats, laissez le poulet reposer à la température ambiante jusqu'à 1 heure avant la cuisson.



Mélangez la courge avec la marinade restante, puis disposez uniformément dans le panier de la friteuse à convection.



Installez la grille sur le niveau 1. Sélectionnez **WHOLE ROAST** (rôti entier), sélectionnez **2 LEVEL** (2 niveaux), réglez la température à 375 °F (190 °C) et la durée à 55 minutes. Appuyez sur le bouton **START/STOP** (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.



Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 4. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.



Après 55 minutes, vérifiez le poulet jusqu'à l'obtention de la tendreté désirée. La cuisson est terminée lorsque la température interne du poulet atteint au moins 165 °F (75 °C) sur un thermomètre à lecture instantanée.



Pour des résultats optimaux, laissez le poulet reposer 5 minutes avant de le servir avec la courge.

CONSEIL : si vous le souhaitez, remplacez la courge par des choux de Bruxelles coupés en deux et des pommes de terre miniatures rouges.

Recette de départ

Ailes de poulet à la coriandre et à la lime

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAUX DE GRILLE 2 ET 4 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PLATEAU À RÔTIR, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **MARINER :** 30 MINUTES À 24 HEURES | **AIR FRY (FRITEUSE À CONVECTION):** 40 MINUTES | **DONNE :** 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

50 g de feuilles de coriandre fraîches hachées	2 cuillères à thé de gingembre moulu
115 ml de jus de lime	2 cuillères à thé de sel kasher
3 cuillères à soupe d'huile de canola	1 cuillère à thé de poivre noir
2 cuillères à thé de poudre de chili	180 g d'ailes de poulet fraîches et non cuites, pilons et ailes séparés
2 cuillères à thé de cumin moulu	

INSTRUCTIONS



Pour la marinade, combinez la coriandre, le jus de lime, l'huile, la poudre de chili, la cumin, le gingembre, le sel et le poivre dans un bol. Fouettez bien pour mélanger.



Enrobez les ailes de poulet avec la marinade à l'aide d'un ou de deux grands sacs de plastique refermables. Marinez pendant au moins 30 minutes et jusqu'à 24 heures.



Répartissez les ailes entre le panier de la friteuse à convection et le plateau à rôtir Ninja® niché dans la plaque à pâtisserie Ninja, en veillant à ce que les ailes ne s'encombrent pas les unes sur les autres.



Installez la grille au niveau 2. Sélectionnez AIR FRY (friteuse à convection), sélectionnez 2 LEVEL (2 niveaux), réglez la température à 390 °F (200 °C) et la durée à 40 minutes. Sélectionnez START/STOP (marche/arrêt) pour commencer le préchauffage.



Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille, au niveau 2. Faites glisser le panier dans les rails du niveau 4. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.



Vérifiez les ailes à 40 minutes. Si vous souhaitez un extérieur plus croustillant, ajoutez 10 minutes supplémentaires. Quand la cuisson est terminée, laissez les ailes refroidir légèrement avant de servir.

CONSEIL : vous n'aimez pas la coriandre? Remplacez-la par du persil à l'étape 1 lorsque vous préparez la marinade.

PAIN DORÉ AUX CÉRÉALES

RECETTE DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ●●○ | NIVEAUX DE GRILLE 2 ET 4 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 15 MINUTES | AIR FRY (FRITEUSE À CONVECTION) : 20 MINUTES | DONNE : 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

2 canettes (380 ml chacune) de lait de coco sucré
3 œufs
1/2 cuillère à thé de cannelle
400 g de céréales à flocons enrobés de sucre
8 tranches de pain brioché
Aérosol de cuisson
Sirop d'érable pour servir

INSTRUCTIONS

- 1 Dans un bol moyen, fouettez le lait de coco, les œufs et la cannelle.
- 2 Placez les céréales dans un sac en plastique et, en utilisant vos mains, écrasez jusqu'à ce qu'elles soient complètement émiettées. Transférez les céréales dans un bol peu profond.
- 3 En travaillant avec une tranche à la fois, placez une tranche de pain brioché dans le mélange de lait de coco, enduisant les deux côtés. Ensuite, saupoudrez le pain avec les céréales sur les deux côtés.
- 4 Sélectionnez AIR FRY (friteuse à convection), sélectionnez 2 LEVEL (2 niveaux), réglez la température à 425 °F (220 °C) et la durée à 20 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 5 Enduisez le panier de la friteuse à convection avec une huile de cuisson en aérosol. Placez les tranches de pain préparées en une seule couche dans le panier et sur la plaque à pâtisserie Ninja®.
- 6 Lorsque l'appareil est préchauffé, faites glisser le panier dans les rails du niveau 4 et placez la plaque sur la grille au niveau 2. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 7 Lorsque la cuisson est terminée, retirez le panier et la plaque du four. Servez immédiatement le pain doré avec du sirop d'érable. Il m'a fallu deux autres cycles pour réaliser la recette complète. Le deuxième cycle a pris 15 minutes, et le troisième seulement 10 minutes.

CONSEIL : vous n'aimez pas la noix de coco? Utilisez vos produits laitiers ou non laitiers préférés.

HACHIS DÉJEUNER

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAU DE GRILLE 3 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE

PRÉPARATION : 20 MINUTES | CUISSON : 30 MINUTES | DONNE : 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

800 g de pommes de terre roussettes, pelées, coupées en morceaux de 12 mm
400 g de kielbasa précuit, coupé en morceaux de 10 mm
2 petits oignons jaunes, pelés, coupés en morceaux de 10 mm
225 g de légumes congelés (carottes, haricots verts, maïs)
1 bâton (115 g) de beurre non salé, fondu
2 cuillères à thé de paprika
2 cuillères à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS

- 1 Placez les pommes de terre, le kielbasa, l'oignon et les légumes congelés dans un grand bol. Ajoutez le beurre fondu, le paprika et le sel. Mélangez les ingrédients pour bien les enrober.
- 2 Placez les ingrédients sur la plaque Ninja® en les répartissant uniformément.
- 3 Installez la grille au niveau 3. Sélectionnez BAKE (cuire), réglez la température à 375 °F (190 °C) et la durée à 30 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 4 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille, au niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 5 Lorsque la cuisson est terminée, retirez la plaque du four et laissez reposer pendant 5 minutes avant de servir.





FOCCACIA AUX HERBES ET AU PARMESAN

RECETTE DE NIVEAU AVANCÉ ●●● | NIVEAU DE GRILLE 3 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE

PRÉP. : 1 HEURE 30 MINUTES | **LAISSER LEVER** : 60 MINUTES | **BAKE (CUIRE)**: 15 MINUTES | **DONNE** : 6 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 3 cuillères à thé de levure active
- 2 cuillères à thé de sucre
- 3 cuillères à soupe de sel casher
- 500 ml d'eau chaude
- 750 g de farine tout usage, divisée
- 450 g de fromage parmesan râpé, divisé
- 4 cuillères à soupe de farine de maïs haché, divisée
- 2 cuillères à thé de feuilles de thym frais hachées
- 2 cuillères à thé de feuilles d'origan fraîches, hachées
- 55 ml d'huile d'olive extra vierge, plus 2 cuillerées à soupe

CONSEIL : une fois la focaccia refroidie, elle devient un délicieux pain pour sandwich. Vous pouvez également jouer avec différentes saveurs sur le pain lui-même. Essayez d'incorporer du romarin haché frais dans la pâte ou de garnir la pâte de tomates finement tranchées avant de la cuire.

INSTRUCTIONS

- 1 Placez la levure, le sucre, le sel et l'eau chaude dans le bol d'un mélangeur électrique muni d'un crochet pétrisseur. Fouettez le mélange, puis laissez la levure lever pendant 15 minutes.
- 2 Dans un bol à mélanger séparé, mélangez 625 g de farine, 90 g de fromage parmesan, 2 cuillères à soupe de farine de maïs, de thym et d'origan. Une fois que la levure a complètement levé, réglez le mélangeur à une faible vitesse et incorporez lentement le mélange de farine. Laissez le crochet pétrir la pâte pendant environ 3 minutes jusqu'à ce qu'une boule de pâte légèrement collante se forme.
- 3 Une fois que la pâte s'est formée, transférez-la sur une surface farinée et pétrissez-la à la main jusqu'à ce qu'elle soit lisse et non collante. Ajoutez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans un grand saladier et placez la pâte dans le bol. Faites tourner la boule de pâte pour la recouvrir d'huile. Enveloppez le bol d'une pellicule plastique ou recouvrez d'une serviette de cuisine. Laissez la pâte lever pendant 1 heure.
- 4 Après une heure, transférez la pâte sur une surface légèrement farinée et utilisez un rouleau à pâtisserie pour la former en un rectangle de 30 x 28 cm.
- 5 Saupoudrez le restant de la semoule de maïs sur la plaque. Moulez la pâte dans la plaque, en appuyant du bout des doigts. Badigeonnez le dessus avec 50 g d'huile d'olive.
- 6 Installez la grille au niveau 3. Sélectionnez BAKE (cuire), réglez la température à 400 °F (205 °C) et la durée à 15 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 7 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille, au niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 8 Lorsque la cuisson est terminée, retirez la plaque du four et laissez le pain refroidir avant de servir.

FRITES ÉPICÉES AU FROMAGE

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAU DE GRILLE 3 | PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 10 MINUTES | AIR FRY (FRITEUSE À CONVECTION) : 28 MINUTES | DONNE : 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 2 cuillères à thé de poivre de Cayenne
- 2 cuillères à thé de paprika
- 2 cuillères à thé de poudre d'ail
- 2 cuillères à thé de sel kasher
- 1 cuillère à thé de poudre de chili
- 1 cuillère à thé de poudre d'oignon
- 450 g (1/2 sac) de frites congelées
- 230 g de trempette chili con queso
- 115 g de bacon cuit, émietté
- 1 botte d'oignons verts, la partie verte seulement, finement tranchés
- 60 g de piments jalapeño marinés (facultatif)

INSTRUCTIONS

- 1 Dans un saladier de taille moyenne, mélangez le poivre de Cayenne, le paprika, la poudre d'ail, le sel, la poudre de chili et la poudre d'oignon. Bien remuer pour mélanger; puis mettez de côté.
- 2 Disposez uniformément les frites congelées dans le panier de la friteuse à convection.
- 3 Sélectionnez AIR FRY (friteuse à convection), réglez la température à 390 °F (200 °C) et la durée à 28 minutes. Sélectionnez START/STOP (marche/arrêt) pour commencer le préchauffage.
- 4 Une fois l'appareil préchauffé, glissez le panier dans les rails supérieurs du four. Fermez le four pour commencer à cuisiner.
- 5 Pendant que les frites cuisent, placez la trempette queso dans un bol allant au four à micro-ondes et faites chauffer au four à micro-ondes selon les directives.
- 6 Lorsque la cuisson est terminée, transférez les frites dans un grand saladier et mélangez avec un assaisonnement épicé (utilisez la moitié pour un goût moins épicé). Transférez dans un plat de service.
- 7 Garnissez les frites avec la trempette queso chaude, du bacon émietté, des oignons verts tranchés et des piments jalapeño marinés, au goût. Servez immédiatement.

CONSEIL : cette recette est idéale avec tous types de frites congelées. Essayez-la avec des croquettes de pommes de terre, des frites de coupe ondulée ou même des frites de patates douces.



CASSEROLE DE PATATES DOUCES

RECETTE DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ●●○ | NIVEAU DE GRILLE 3 | GRILLE, PLAT ALLANT AU FOUR NINJA**

PRÉPARATION : 20 MINUTES | AIR ROAST (RÔTIR PAR CONVECTION) : 45 MINUTES | DONNE : 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

PATATES DOUCES

- 3 gros œufs, battus
- 100 g de sucre granulé
- 245 ml de lait entier
- 1/2 bâton (110 g) de beurre, fondu
- 55 ml de sirop d'érable
- 3 cuillères à soupe de farine tout usage
- 1/4 cuillère à thé de noix de muscade
- 1/4 cuillère à thé de gingembre moulu
- 1 cuillère à thé de cannelle moulue
- 1/2 cuillère à thé de poivre de Cayenne moulu
- 1 cuillère à thé de sel casher
- 300 g de patates douces non cuites râpées (environ 3 pommes de terre moyennes)

STREUSEL

- 1/2 bâton (110 g) de beurre, adouci
- 115 g de sucre brun
- 115 g de farine tout usage
- 1 cuillère à thé de sel casher
- 1/2 cuillère à thé de cannelle moulue
- 1/2 cuillère à thé de gingembre moulu
- 1/4 cuillère à thé de noix de muscade

INSTRUCTIONS

- Mélangez les œufs, le sucre, le lait, le beurre, le sirop d'érable, la farine et les épices dans un grand bol. Incorporez les patates douces râpées dans le mélange.
- Graissez le plat allant au four Ninja* (ou un plat allant au four de 30 cm x 18 cm). Versez le mélange dans le plat.
- Installez la grille au niveau 3. Sélectionnez AIR ROAST (rôtir par convection), réglez la température à 350 °F (190 °C) et la durée à 45 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- Lorsque l'appareil est préchauffé, placez le plat sur la grille au niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- Mélangez les ingrédients de streusel jusqu'à ce que la majeure partie du beurre soit incorporée.
- Après 20 minutes, ouvrez la porte du four pour mettre la cuisson en pause et retirez le plat du four. Saupoudrez le mélange de streusel sur le dessus du plat.
- Replacez la casserole sur la grille au niveau 3, puis fermez la porte du four pour reprendre la cuisson pendant les 25 minutes restantes.
- Lorsque la cuisson est terminée, laissez refroidir pendant 10 minutes avant de servir.

*Le plat allant au four Ninja est vendu séparément sur ninjaaccessories.com.

LÉGUMES RACINES RÔTIS À L'ÉRABLE

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAU DE GRILLE 3 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE

PRÉPARATION : 20 MINUTES | AIR ROAST (RÔTIR PAR CONVECTION) : 45 MINUTES | DONNE : 6 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 2 grandes patates douces, pelées, coupées en morceaux de 5 cm
- 2 panais, pelés, coupés en morceaux de 5 cm
- 3 betteraves dorées, pelées, coupées en morceaux de 5 cm
- 3 carottes, pelées, coupées en morceaux de 5 cm
- 95 ml de sirop d'érable
- 55 ml d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de beurre non salé, coupé en cubes de 2 cm
- 2 cuillères à soupe de feuilles de thym frais, hachées
- 1 cuillère à soupe de gingembre moulu
- 2 cuillères à soupe de sel casher



INSTRUCTIONS

- Placez tous les ingrédients dans un grand bol à mélanger et touillez pour bien mélanger. Disposez-les sur la plaque à pâtisserie Ninja® en une seule couche.
- Installez la grille au niveau 3. Sélectionnez AIR ROAST (rôtir par convection), réglez la température à 425 °F (220 °C) et la durée à 45 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille, au niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- Vérifiez périodiquement les légumes. La cuisson est terminée lorsqu'ils sont tendres et que les sucres ont commencé à caraméliser. Servez immédiatement.

CONSEIL : les betteraves rouges, bien qu'elles peuvent transférer un peu de couleur sur les autres légumes, s'apprêtent bien avec dans ce plat, si vous ne trouvez pas de betteraves dorées.

POMMES DE TERRE HASSELBACK GARNIES

RECETTE DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ●●○ | NIVEAUX DE GRILLE 1 ET 3 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 15 MINUTES | AIR ROAST (RÔTIR PAR CONVECTION) : 60 MINUTES | DONNE : 10 PORTIONS

INGRÉDIENTS

10 pommes de terre roussettes moyennes (environ 280 g chacune), rincées
2 bâtonnets (225 g) de beurre non salé, fondu, divisé
3 cuillères à thé d'ail émincé
2 cuillères à thé de paprika
3 cuillères à soupe de persil frais à feuilles plates, haché
3 cuillères à soupe de sel casher
450 g de fromage cheddar fort en tranches très fines
1 botte de ciboulettes fraîches tranchées
225 g de bacon cuit, émietté
225 g de crème sure

INSTRUCTIONS

- 1 Installez la grille au niveau 1. Sélectionnez AIR ROAST (rôtir par convection), 2 LEVEL (2 niveaux), réglez la température à 425 °F (220 °C) et la durée à 60 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 2 Placez 2 cuillères en bois le long des côtés longs de chaque pomme de terre. En travaillant une pomme de terre à la fois, utilisez un grand couteau de chef pour trancher les pommes de terre de travers en des tranches de 5 mm, en vous arrêtant lorsque le couteau atteint les cuillères.
- 3 Dans un petit bol, fouettez le beurre fondu, l'ail, le paprika, le persil et le sel.
- 4 Réservez 3 cuillères à soupe de mélange de beurre. À l'aide d'une brosse, étendez délicatement le mélange de beurre sur les pommes de terre, en évitant que les fentes ne les ouvrent complètement. Placez 5 pommes de terre sur la plaque à pâtisserie Ninja® et 5 dans le panier de la friteuse à convection.
- 5 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 6 Après 55 minutes, retirez la plaque et le panier. Insérez les tranches de fromage dans chaque fente ouverte de chaque pomme de terre. Badigeonnez ensuite les pommes de terre avec le mélange de beurre restant.
- 7 Remplacez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 3, puis fermez la porte du four pour reprendre la cuisson pendant les 5 minutes restantes.
- 8 Lorsque la cuisson est terminée, garnissez chaque pomme de terre avec la crème sure, la ciboulette et le bacon émietté. Servez immédiatement.





RÔTI DE CÔTES DE CHOIX CAJUN AVEC POMMES DE TERRE JAUNES MINIATURES

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAUX DE GRILLE 1 ET 4 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PLATEAU À RÔTIR, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 20 MINUTES | **WHOLE ROAST (RÔTI ENTIER)** : 1 HEURE 25 MINUTES | **DONNE** : 6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 3 cuillères à soupe d'assaisonnement cajun
- 3 cuillères à soupe de cassonade
- 3 cuillères à soupe de sel casher, divisé
- 1 cuillère à soupe de poivre noir
- 1 rôti de côtes de choix désossé non cuit (environ 2 kg), sans l'excès de gras
- 1,5 kg de pommes de terre jaunes, coupées en deux
- 1 cuillère à soupe de poudre d'oignon
- 1 cuillère à soupe de poudre d'ail
- 3 tiges de thym frais
- 2 cuillères à soupe d'huile de canola

INSTRUCTIONS

- 1 Dans un bol à mélanger, mélangez l'assaisonnement cajun, le sucre brun, 2 cuillères à soupe de sel et de poivre. Mélangez bien pour combiner. Séchez la côte de choix en la tapotant avec des essuie-tout. Frottez uniformément le mélange sur le bœuf, en prenant soin de tout recouvrir.
- 2 Dans un saladier distinct, mélangez les pommes de terre avec la cuillère à soupe sel restante, la poudre d'oignon, la poudre d'ail, le thym et l'huile. Répartissez uniformément les pommes de terre dans le panier de la friteuse à convection.
- 3 Nichez le plateau à rôtir Ninja® dans la plaque à pâtisserie Ninja, puis placez le rôti sur le plateau.
- 4 Installez la grille au niveau 1. Sélectionnez **WHOLE ROAST** (rôti entier), sélectionnez **2 LEVEL** (2 niveaux), réglez la température à 450 °F (230 °C) et la durée à 25 minutes. Appuyez sur le bouton **START/STOP** (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 5 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 4. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 6 Après 25 minutes, sélectionnez **WHOLE ROAST** (rôti entier), réglez la température à 250 °F (125 °C) et la durée à 1 heure. Appuyez sur le bouton **START/STOP** (marche/arrêt) pour commencer la cuisson.
- 7 Lorsque la cuisson est terminée, retirez le rôti et les pommes de terre du four. Couvrez délicatement le rôti avec une grande feuille d'aluminium et laissez reposer pendant 15 minutes avant de trancher et de servir avec des pommes de terre.

CONSEIL : cette recette est rédigée pour un centre à point-saignant (130 °F-135 °F [55 °C]). Si vous préférez un centre à point, ajoutez 10 minutes au temps de cuisson à l'étape 6.

PAIN DE VIANDE TERIYAKI AU BACON ET PATATES DOUCES

RECETTE DE NIVEAU AVANCÉ ●●● NIVEAUX DE GRILLE 1 ET 4 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PLATEAU À RÔTIR, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 20 MINUTES | **WHOLE ROAST (RÔTI ENTIER) :** 50 MINUTES | **DONNE :** 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1,5 kg de bœuf haché non cuit
1 poivron moyen en dés
1 petit oignon, pelé, coupé en dés
125 g d'ananas haché
250 g de miettes de pain panko
13 à 15 tranches de bacon cuit, haché (environ 125 g)
2 cuillères à soupe de sel casher, divisé
3 cuillères à thé de poivre noir, divisé
225 ml de sauce teriyaki achetée en magasin
3 œufs
3 patates douces moyennes, coupées en morceaux de 2,5 cm
2 cuillères à soupe d'huile de canola

INSTRUCTIONS

- 1 Dans un grand bol, mélangez le bœuf haché, les poivrons, les oignons, l'ananas, les miettes de pain, le bacon haché, 1 cuillère à soupe de sel, 1 cuillère à thé de poivre noir, la sauce teriyaki et les œufs.
- 2 Nichez le plateau à rôti Ninja® dans la plaque à pâtisserie Ninja, puis formez le mélange en une miche et placez-la sur le plateau. Placez le pain de viande sur le plateau et mettez-le au réfrigérateur.
- 3 Dans un bol, mélangez les patates douces avec l'huile de canola et le reste du sel et du poivre. Placez les patates douces en une seule couche dans le panier de la friteuse à convection.
- 4 Installez la grille au niveau 1. Sélectionnez WHOLE ROAST (rôti entier), sélectionnez 2 LEVEL (2 niveaux), réglez la température à 425 °F (220 °C) et la durée à 50 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 5 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 4. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 6 Lorsque la cuisson est terminée, retirez la plaque et le panier du four. Laissez le pain de viande reposer pendant 10 minutes avant de servir.

CASSEROLE DE BŒUF BRAISÉ

RECETTE DE DÉBUTANT ●○○ | NIVEAU DE GRILLE 3 | GRILLE, PLAT ALLANT AU FOUR NINJA**

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 55 MINUTES | **DONNE :** 6 PORTIONS

INGRÉDIENTS

115 g de fromage à la crème, amolli
180 g de riz arborio
340 g de champignons de Paris, coupés en quartiers
225 g de pois congelés
1 cuillère à soupe de poudre d'oignon
1 cuillère à soupe de poudre d'ail
1 cuillère à soupe de sel casher
2 cuillères à thé de poivre noir
450 g de steak tranché fin non cuit
240 ml de bouillon de bœuf
115 ml de sauce soya
1 bâton (110 g) de beurre non salé
170 g de crème sure

INSTRUCTIONS

- 1 Enduisez de fromage à la crème le fond du plat allant au four Ninja (ou un plat allant au four de 23 x 23 cm). Dans un bol à mélanger, mélangez le riz, les champignons, les pois, la poudre d'oignon, la poudre d'ail, le sel, le poivre, le steak et placez sur le dessus du fromage à la crème.
- 2 Installez la grille au niveau 3. Sélectionnez BAKE (cuire), réglez la température à 400 °F (205 °C) et la durée à 55 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 3 Versez le bouillon de bœuf et la sauce soya sur le riz et le mélange de steak.
- 4 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez le plat allant au four sur la grille au niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 5 La cuisson est terminée lorsque le riz est tendre. Retirez le plat du four, puis incorporez le beurre et la crème sure en mélangeant. Laissez refroidir légèrement avant de servir.

MORUE CUITE AU FOUR ET BROCOLI

RECETTE DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ●●○ | NIVEAUX DE GRILLE 1 ET 3 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **AIR ROAST (RÔTIR PAR CONVECTION)** : 30 MINUTES | **DONNE** : 4 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 kg de filets de morue fraîche, non cuits, tranchés en 4 portions égales

1 cuillère à soupe de sel casher, divisé

2 poignées de craquelins au beurre, écrasés

1 bâton (225 g) de beurre non salé, fondu

Jus d'un citron

1 kg de fleurons de brocoli

2 cuillères à soupe d'huile de canola

1 oignon rouge pelé en dés

2 cuillères à soupe d'épices à bagel tout garni

55 g de canneberges séchées

INSTRUCTIONS

- 1 Séchez la morue en la tapotant avec des serviettes en papier. Enduisez la plaque à pâtisserie Ninja® avec un aérosol de cuisson et placez-y la morue. Assaisonnez avec la moitié du sel.
- 2 Dans un bol moyen, mélangez les craquelins écrasés, le beurre fondu et le jus de citron jusqu'à ce qu'ils soient bien mélangés. Garnissez chaque morceau de morue avec une couche de mélange de craquelins.
- 3 Dans un bol séparé, mélangez le brocoli, l'huile de canola, l'oignon, l'épice à bagel tout garni et le sel restant. Disposez le brocoli en une seule couche dans le panier de la friteuse à convection.
- 4 Installez la grille au niveau 1. Sélectionnez AIR ROAST (rôti par convection), sélectionnez 2 LEVEL (2 niveaux), réglez la température à 375 °F (190 °C) et la durée à 30 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 5 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson.
- 6 La cuisson est terminée lorsque la morue est opaque et floconneuse et que le brocoli est légèrement grillé. Garnissez le brocoli de canneberges et laissez refroidir pendant 5 minutes avant de servir.

CONSEIL : vous voulez ajouter de la saveur?

Mélangez le brocoli avec deux cuillères à soupe de poudre de cari, deux cuillères à soupe d'huile de canola et deux cuillères à thé de sel casher.

PORC MARINÉ À LA MOUTARDE ET LÉGUMES

RECETTE DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ●●○ | NIVEAUX DE GRILLE 1 ET 4 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE, PLATEAU À RÔTIR, PANIER DE LA FRITEUSE À CONVECTION

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **MARINER** : 30 MINUTES À 8 HEURES | **WHOLE ROAST (RÔTI ENTIER)** : 35 À 40 MINUTES | **DONNE** : 2 À 3 PORTIONS

INGRÉDIENTS

250 g de moutarde de Dijon

Jus de 2 citrons (environ 2 cuillères à soupe)

3 gousses d'ail, pelées, émincées

5 g de persil frais (environ un demi bouquet), haché

2 cuillères à soupe de sel casher, divisé

2 cuillères à thé de poivre noir, divisé

1,5 à 2 kg de longe de porc désossée non cuite

INSTRUCTIONS

- 1 Dans un bol moyen, combinez le yogourt, le jus de citron, l'ail, le persil, 1 cuillère à soupe de sel et 1 cuillère à thé de poivre, en mélangeant bien.
- 2 Frottez généreusement et uniformément la longe de porc avec la marinade. Placez le porc dans un grand sac en plastique refermable ou un plat à pâtisserie, puis couvrez-le avec toute marinade restante. Scellez le sac ou couvrez le plat à pâtisserie avec une pellicule en plastique et laissez mariner au réfrigérateur au moins 30 minutes et jusqu'à 8 heures.
- 3 Nichez le plateau à rôti Ninja® dans la plaque à pâtisserie Ninja. Lorsque le tout a bien mariné, retirez le porc du sac ou du plat à pâtisserie et placez-le sur le plateau. Pour de meilleurs résultats, laissez reposer à température ambiante entre 30 minutes et 1 heure avant de cuire.
- 4 Combinez tous les ingrédients restants dans un bol à mélanger, en mélangeant bien pour distribuer uniformément l'origan et l'huile. Disposez uniformément le mélange dans le panier de la friteuse à convection.
- 5 Installez la grille au niveau 1. Sélectionnez WHOLE ROAST (rôti entier), sélectionnez 2 LEVEL (2 niveaux), réglez la température à 400 °F (205 °C) et la durée à 40 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 6 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille au niveau 1 et glissez le panier dans les rails du niveau 4.
- 7 Après 35 minutes, vérifiez si le porc est cuit. Retirez le porc du four lorsque la température interne atteint au moins 140 °F (60 °C) sur un thermomètre à lecture instantanée. Continuez à cuire les légumes pendant 5 minutes supplémentaires pendant que le porc repose.
- 8 Lorsque la cuisson est terminée, retirez le panier du four. Tranchez le porc et servez avec des légumes.

CONSEIL : doublez les ingrédients de la marinade et réservez la moitié de la marinade avant l'étape 2 pour servir le porc et les légumes comme trempette.



BISCUITS RED VELVET

RECETTE DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ●●○ | NIVEAU DE GRILLE 3 | GRILLE, PLAQUE À PÂTISSERIE

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 20 MINUTES | **DONNE :** 18 BISCUITS

INGRÉDIENTS

415 g de farine tout usage
2 cuillères à soupe de poudre de cacao non sucrée
1 cuillère à thé de bicarbonate de soude
1/4 cuillère à thé de sel casher
110 g de beurre, adouci
150 g de sucre brun
150 g de sucre granulé
1 œuf
1 cuillère à soupe de fromage à la crème
1 cuillère à soupe de lait
2 cuillères à thé d'extrait de vanille
1 cuillère à soupe de colorant alimentaire rouge
170 g de pépites de chocolat blanc

INSTRUCTIONS

- 1 Combinez la farine, la poudre de cacao, le bicarbonate de soude et le sel. Réservez.
- 2 Dans un grand bol, mélangez le beurre, la cassonade et le sucre granulé jusqu'à ce que le tout soit lisse à l'aide d'un malaxeur à main à vitesse moyenne. Ajoutez les œufs, le fromage à la crème, le lait, la vanille et les colorants alimentaires. Mélangez pour combiner.
- 3 Ajoutez lentement les ingrédients secs et mélangez jusqu'à ce qu'ils soient combinés. Ensuite, incorporez les pépites de chocolat blanc.
- 4 En utilisant 2 cuillères à soupe de pâte pour chaque biscuit, disposez environ 9 biscuits sur la plaque à pâtisserie Ninja®.
- 5 Installez la grille au niveau 3. Sélectionnez BAKE (cuire), réglez la température à 350 °F (180 °C) et la durée à 20 minutes. Appuyez sur le bouton START/STOP (marche/arrêt) pour commencer à préchauffer.
- 6 Lorsque l'appareil est préchauffé, placez la plaque sur la grille, au niveau 3. Fermez la porte du four pour commencer la cuisson. Laissez cuire de 9 à 10 minutes.
- 7 Répétez les étapes 4 à 6 avec la pâte restante.

CONSEIL : vous ne voulez pas cuisiner le lot entier?
Congelez la pâte en boules individuelles et faites cuire lorsqu'on vous en redemande.

Tableau de cuisson de la friteuse à convection

REMARQUE : lorsque vous cuisinez des aliments à un seul niveau, réduisez la quantité d'ingrédients de 50 % pour obtenir de meilleurs résultats.



INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	TEMPÉRATURE	DURÉE DE CUISSON À UN NIVEAU	DURÉE DE CUISSON À DEUX NIVEAUX
ALIMENTS CONGELÉS						
Croquettes de poulet	Jusqu'à 2 kg	Aucun	Aucun	400 °F (205 °C)	15 à 20 min	30 à 35 min
Filets de poisson (panés)	Jusqu'à 20 filets	Aucun	Aucun	400 °F (205 °C)	10 à 15 min	20 à 25 min
Bâtonnets de poisson	Jusqu'à 1 kg	Aucun	Aucun	375 °F (190 °C)	11 à 15 min	23 à 28 min
Frites	Jusqu'à 2 kg	Aucun	Aucun	390 °F (200 °C)	19 à 22 min	38 à 40 min
Bâtonnets de mozzarella	Jusqu'à 2 kg	Aucun	Aucun	375 °F (190 °C)	8 à 10 min	15 à 18 min
Rouleaux de pizza	Jusqu'à 1,5 kg (2 boîtes)	Aucun	Aucun	375 °F (190 °C)	9 à 12 min	18 à 25 min
Crevettes popcorn	Jusqu'à 1 kg	Aucun	Aucun	390 °F (200 °C)	8 à 11 min	15 à 17 min
Croquettes de pommes de terre	Jusqu'à 2 kg	Aucun	Aucun	360 °F (180 °C)	15 à 18 min	25 à 28 min
VIANDE, VOLAILLE, POISSON						
Pilons de poulet	12 pilons	Tamponnez pour sécher, assaisonnez au besoin	Mélangez avec deux c. à thé d'huile	400 °F (205 °C)	22 à 27 min	45 à 50 min
Cuisses de poulet	8 cuisses (225 à 285 g chacune)	Tamponnez pour sécher, assaisonnez au besoin	Mélangez avec deux c. à thé d'huile	375 °F (190 °C)	25 à 28 min	45 à 48 min
Ailes de poulet	Jusqu'à 2 kg	Tamponnez pour sécher	1 c. à soupe	390 °F (200 °C)	18 à 22 min	35 à 40 min
Beignets de crabe	10 à 12 beignets (170 g chacun)	Aucun	Badigeonnez d'une c. à soupe d'huile	400 °F (205 °C)	12 à 17 min	23 à 88 min
Filets de saumon	8 à 10 filets (170 à 225 g chacun)	Aucun	Badigeonnez de deux c. à soupe d'huile	400 °F (205 °C)	13 à 18 min	25 à 28 min
Saucisse	Jusqu'à 20 saucisses, entières	Aucun	Aucun	390 °F (200 °C)	8 à 10 min	8 à 10 min
LÉGUMES						
Asperges	4 bottes	Coupez les tiges	2 c. à soupe	400 °F (205 °C)	13 à 15 min	23 à 25 min
Betteraves	1,5 kg	Pelez et coupez en cubes de 1 cm	2 c. à soupe	400 °F (205 °C)	18 à 23 min	35 à 40 min
Poivrons (à rôtir)	8 poivrons	Coupez en quartiers, enlevez les graines	2 c. à soupe	400 °F (205 °C)	15 à 20 min	30 à 35 min
Brocoli	Jusqu'à 1,5 kg	Coupez-les en fleurons de 2,5 à 5 cm	2 c. à soupe	375 °F (190 °C)	13 à 17 min	26 à 30 min
Choux de Bruxelles	Jusqu'à 2 kg	Coupez en deux et retirez les tiges	1 c. à soupe	425 °F (220 °C)	13 à 17 min	26 à 30 min
Chou-fleur	Jusqu'à 1,5 kg	Coupez-les en fleurons de 2,5 à 5 cm	2 c. à soupe	375 °F (190 °C)	12 à 18 min	24 à 30 min
Haricots verts	680 g	Retirez les tiges	2 c. à soupe	425 °F (220 °C)	13 à 18 min	25 à 28 min
Frites coupées à la main	Jusqu'à 2 kg	Trempez, tamponnez pour sécher	2 c. à soupe	375 °F (190 °C)	22 à 28 min	38 à 42 min

POUR LA MÊME QUANTITÉ D'ALIMENTS

Les durées de friture à deux niveaux sont basées sur l'utilisation de deux paniers de la friteuse à convection. Vous pouvez faire frire sur deux niveaux en utilisant un panier de la friteuse à convection et la plaque à pâtisserie avec le plateau à rôtir, mais les durées de cuisson et la qualité de la friture peuvent varier.

Pour obtenir de meilleurs résultats, nous vous recommandons d'acheter un deuxième panier de la friteuse à convection sur le site ninjaaccessories.com.



Lorsque vous utilisez AIR FRY (friteuse à convection) sur 2 niveaux, faites glisser le panier dans les rails du niveau 4 et placez la plaque avec le plateau à rôtir au niveau 2

REMARQUE : utilisez ces durées de cuisson comme guide en les ajustant selon votre préférence.

Tableau de cuisson de la friteuse à convection, suite

REMARQUE : lorsque vous cuisinez des aliments à un seul niveau, réduisez la quantité d'ingrédients de 50 % pour obtenir de meilleurs résultats.

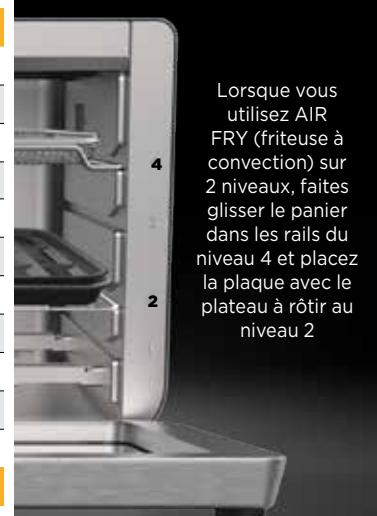
INGRÉDIENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	HUILE	TEMPÉRATURE	DURÉE DE CUISSON À UN NIVEAU	DURÉE DE CUISSON À DEUX NIVEAUX
LÉGUMES			POUR LA MÊME QUANTITÉ D'ALIMENTS			
Chou frisé (pour les croustilles)	230 g	Déchirez en morceau, enlevez les tiges	Aucun	325 °F (160 °C)	8 à 11 min	15 à 18 min
Champignons	1 kg	Rincez et tranchez finement	2 c. à soupe	400 °F (205 °C)	23 à 28 min	25 à 30 min
Pommes de terre, Russet	1,5 kg	Coupées en quartiers de 2,5 cm	2 c. à soupe	390 °F (200 °C)	23 à 28 min	45 à 50 min
Pommes de terre, Russet	1 kg	Coupez les frites à la main, laissez-les tremper pendant 20 minutes dans de l'eau froide, puis faites-les sécher en les tamponnant	3 c. à soupe	390 °F (200 °C)	18 à 23 min	35 à 40 min
Patates douces	1 kg	Coupez les frites à la main, laissez-les tremper pendant 20 minutes dans de l'eau froide, puis faites-les sécher en les tamponnant	3 c. à soupe	390 °F (200 °C)	15 à 20 min	30 à 35 min
Courgettes	1 kg	Coupées en quartier dans le sens de la longueur, puis coupées en morceaux de 2,5 cm	1 c. à soupe	390 °F (200 °C)	10 à 14 min	20 à 24 min

Tableau de déshydratation

INGRÉDIENTS	PRÉPARATION	TEMPÉRATURE	DURÉE POUR LA DÉSHYDRATATION
FRUITS ET LÉGUMES			
Pommes	Coupez en tranches de 5 mm, retirez le cœur, rincez dans de l'eau citronnée et tamponnez pour sécher	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
Asperges	Coupez en morceaux de 2,5 cm, faites blanchir	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
Bananes	Pelez, coupez en tranches de 1 cm d'épaisseur	135 °F (60 °C)	7 à 8 heures
Betteraves	Pelez, coupez en tranches de 5 mm d'épaisseur	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
Fines herbes	Rincées, séchées en tamponnant, tiges retirées	135 °F (60 °C)	4 heures
Racine de gingembre	Pelez, coupez en tranches de 1 cm d'épaisseur	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
Mangues	Pelez, coupez en tranches de 1 cm d'épaisseur, retirez le noyau	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
Champignons	Nettoyez à l'aide d'une brosse douce (ne pas laver)	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
Ananas	Pelez, coupez en tranches de 1 cm d'épaisseur, retirez le noyau	135 °F (60 °C)	4 à 5 heures
Fraises	Coupez en deux ou en tranches de 1 cm d'épaisseur	135 °F (60 °C)	4 à 5 heures
Tomates	Coupez en tranches de 1 cm d'épaisseur ou râpez-les	135 °F (60 °C)	5 à 6 heures
VIANDE, VOLAILLE, POISSON			
Charqui de bœuf	Coupez en tranches de 5 mm, enlevez tout le gras, laissez mariner de 8 à 24 heures	155 °F (70 °C)	5 à 6 heures
Charqui de poulet	Coupez en tranches de 5 mm, enlevez tout le gras, laissez mariner de 8 à 24 heures	155 °F (70 °C)	5 à 6 heures
Charqui de saumon	Coupez en tranches de 5 mm, faites mariner pendant la nuit	155 °F (70 °C)	5 à 6 heures
Charqui de dinde	Coupez en tranches de 5 mm, enlevez tout le gras, laissez mariner de 8 à 24 heures	155 °F (70 °C)	5 à 6 heures

Les durées de friture à deux niveaux sont basées sur l'utilisation de deux paniers de la friteuse à convection. Vous pouvez faire frire sur deux niveaux en utilisant un panier de la friteuse à convection et la plaque à pâtisserie avec le plateau à rôtir, mais les durées de cuisson et la qualité de la friture peuvent varier.

Pour obtenir de meilleurs résultats, nous vous recommandons d'acheter un deuxième panier de la friteuse à convection sur le site ninjaaccessories.com.



Lorsque vous utilisez AIR FRY (friteuse à convection) sur 2 niveaux, faites glisser le panier dans les rails du niveau 4 et placez la plaque avec le plateau à rôtir au niveau 2.

NINJA Foodi

FOUR XL PRO AIR

**Vous recherchez de l'inspiration pour des recettes,
des conseils et des astuces?**

Joignez-vous à des milliers d'amis Foodi
dans la communauté officielle de la Ninja Foodi Family™.
[Facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily](https://www.facebook.com/groups/NinjaFoodiFamily)

    @NinjaKitchen

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

DT201C_IG_15Recipe_E_F_MP_Mv5

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

FOODI, NINJA FOODI FAMILY, et TRUE SURROUND CONVECTION sont des marques de commerce de SharkNinja Operating LLC.
© 2020 SharkNinja Operating LLC.

ninjakitchen.com/recipes