



# Russell Hobbs

A BRITISH ICON SINCE 1952

## Книга с рецепти за еър фрайър SatisFry





## Ние разбираме живота.

Започваме с това, което е важно за вас.

Всяко гениално творение на Russell Hobbs е тук, за да ви помогне да сте верни на себе си. Така е, защото сме вдъхновени от нещата, които са важни за вас. Храна, готова навреме, експериментирани с нови рецепти.

Знаем кое е важно, особено когато животът е забързан и, нека си признаем, далеч от съвършен.

Ето защо нашите идеи са супер британски и готови да влязат в живота ви.

Надяваме се да харесате нашите внимателно подбрани рецепти, които са разработени от нашия вътрешен експерт готвач специално за вашия еър фрайър Russell Hobbs.

Каквато и храна да ви се яде, намерете вкусна рецепта тук и я пробвайте – ще се справите!

# Съдържание

## 4 Предястия/гарнитур

- 4 Пържени сладки картофи
- 5 Моцарелени пръчици
- 5 Пържени картофи
- 6 Средиземноморски зеленчуци
- 7 Пълнени чушки

## 8 Стартери

- 8 Пръчици от патладжан
- 9 Мини пици „Маргарита“
- 9 Кроасан с шунка и сирене
- 10 Пълнени гъби

## 11 Риб

- 11 Миди с картофи
- 12 Риб треска с чери домати и зеленчуци
- 13 Пикантна грилована съомга или тофу
- 13 Риб с пържени картофи (фиш енд чипс)

## 14 Месо

- 14 Печено пиле
- 15 Лесно панирано пиле с чесън
- 16 Пиле с мътеница
- 17 Гриловани пилешки бутчета
- 17 Телешка яхния с картофи
- 18 Пилешки филета с чесново-майонезен сос
- 19 Печено агнешко бутче
- 20 Стек

## 21 Вегетариански

- 21 Къри с нахут и спанак
- 22 Чили от различни видове боб със заквасена сметана и авокадо
- 22 Гриловани стекове от карфиол
- 23 Зеленчукова яхния

## 24 Десерти

- 24 Чийзкейк
- 25 Индивидуални морковени кексчета
- 25 Морковен кейк
- 26 Шоколадово брауни
- 27 Крем карамел
- 29 Канелени рулца

# Предястия/ гарнитур



## Съставки:

- 500 г сладки картофи – нарязани
- 2 с. л. зехтин
- ¼ ч. л. люспи чили
- Сол на вкус

## Пържени сладки картофи

*Всички еър фрайъри*

*Порции: 2-4*

*Функция: Пържене на въздух*

*Време за подготовка: 5-10 минути*

*Време за готвене: 15-20 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Поставете картофите в голяма купа, добавете зехтина, чилито и солта, след това разбъркайте добре.
2. След това прехвърлете картофите в съда за готвене и изберете настройката за пържене на въздух на вашия еър фрайър Russell Hobbs Satisfry.
3. Гответе 15-20 минути, като от време на време разбърквате картофите, докато станат хрупкави.

## Съставки:

· 500 г блокче моцарела за пица, нарязано на равни по големина пръчици

· 2 с. л. обикновено брашно

· 1 ч. л. сол

· 2 големи яйца от свободни кокошки - леко разбити

· 80 гр. панко галета

### За готвенето:

· Спрей с мазнина за готвене

# Моцарелени пръчици

## Всички еър фрайъри

Порции: 2-4

Функция: Пържене на въздух

Време за подготовка: 5-10 минути

Време за готвене: 5-8 минути

## Начин на приготвяне:

1. За да панирате пръчиците моцарела, първо сложете в 3 отделни купи или тавички брашното (смесено със солта), яйцата, както и галетата.
2. После сложете пръчиците моцарела в брашното, след това в яйцето, и накрая в галетата. На всеки етап проверявайте дали моцарелените пръчици са добре покрити.
3. За да сготвите моцарелените пръчици, напръскайте ги с мазнина за готвене и изберете функцията за пържене на въздух на вашия еър фрайър. Поставете моцарелените пръчици в съда за готвене и гответе за 2-3 минути. Обърнете моцарелените пръчици и гответе за още 2-3 минути.
4. Поставете моцарелените пръчици в чиния и сервирайте с вкусен доматиен сос за топене!

## Съставки:

· 500 г картофи - нарязани

· 2 с. л. зехтин

· Сол на вкус

# Пържени картофи

## Всички еър фрайъри

Порции: 2-4

Функция: Пържене на въздух

Време за подготовка: 5-10 минути

Време за готвене: 15-20 минути

## Начин на приготвяне:

1. Поставете картофите в голяма купа за смесване, добавете зехтина и солта, след това разбъркайте добре.
2. След това прехвърлете картофите в съда за готвене и изберете настройката за пържене на въздух на вашия еър фрайър Russell Hobbs Satisfry.
3. Гответе 15-20 минути, като от време на време разбърквате картофите, докато станат прекрасни и хрупкави.





### Съставки:

- 1 тиквичка
- 1 червена чушка
- 1 жълта чушка
- 1 глава червен лук
- 2 с. л. зехтин
- Сол и пипер на вкус

## Средиземноморски зеленчуци

*Всички еър фрайъри*

*Порции: 2-4*

*Функция: Пържене на въздух*

*Време за подготовка: 5-10 минути*

*Време за готвене: 20 минути*

### Начин на приготвяне:

1. Първо нарежете зеленчуците на около 1 см. кубчета и смесете в голяма купа. Добавете зехтина, подправките и разбъркайте добре.
2. Поставете зеленчуците в съда за готвене и изберете настройката за пържене на въздух на вашия еър фрайър Russell Hobbs. Гответе 15-20 минути, като разбърквате от време на време.



## Съставки:

### За оризовата пълнка:

- 1 сл. олио
- 1 глава лук – накълцана на ситно
- 2 скилидки чесън – смлени
- 1 червена чили чушка – нарязана на ситно
- 1 чл. подправка креолски микс
- 1 чл. доматиено пюре
- 300 г дългозърнест ориз
- 800 мл зеленчуков бульон
- Сол и пипер на вкус

### За чушките:

- 4 цели калифорнийски чушки, червени и жълти
- 2 с. л. зехтин
- сол и пипер
- 200 г моцарелено блокче – нарязана на 4 равни резена или настъргана
- ¼ - ½ връзка пресен магданоз – наситнен

## Пълнени чушки

*Еър & Грил мултикукър SatisFry*

*Порции: 4*

*Функция: Запечатване и печене на тестени изделия*

*Време за подготовка:*

*10-15 минути*

*Време за готвене: Предвидете 45 минути*

## Начин на приготвяне:

1. За да сготвите пълнката с ориз, изберете функцията запечатване на вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs SatisFry. Добавете олиото и загрейте за 1 минута. След това добавете лука, чесъна и чили чушката, задушете за 4-5 минути, докато омекнат и станат златисто кафяви.
2. След това добавете и разбъркайте доматиеното пюре и подправката креолски микс и гответе още 1-2 минути. Добавете ориза, след което изсипете бульона и оставете да заври. Гответе около 20 минути, до готовност на ориза. Извадете от съда за готвене и внимателно го избършете.
3. Междувременно, отрежете дръжката на всяка чушка. Отстранете семките. Внимателно подрежете връхчетата, така че да стоят изправени, като внимавате пълнката да не изпадне.
4. След като оризът се сготви, напълнете всяка чушка с оризовата смес и поставете капачето отгоре. Полейте със зехтина и подправките.
5. За да сготвите пълнените чушки, изберете функцията за печене на тестени изделия и поставете пълнените чушки в съда за готвене. Гответе 8-10 минути, след което поставете моцарелата отгоре и гответе още 3-5 минути, докато придобият златисто кафяв цвят и чушките омекнат. Поръсете с наситнен магданоз и сервирайте.
6. Сервирайте и се насладете!

# Стартери



## Съставки:

- 1 голям патладжан
- 100 г панко галета
- 25 г настърган пармезан
- ½ ч.л. чесън на прах
- ½ ч.л. смлян черен пипер
- 2 яйца
- зехтин
- 1 ч.л. сол

## Пръчици от патладжан

*Еър & Грил мултикукър SatisFry*

*Порции: 4*

*Функция: Пържено на въздух*

*Време за подготовка: 20 минути*

*Време за готвене: 14 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Нарезете патладжана на пръчици около 8 см x 1 см. Подсушете ги добре с попивача хартия или кърпа.
2. В купа смесете панко галетата, пармезана, чесъна и черния пипер. В друга купа разбийте яйцата с щипка сол.
3. Потопете пръчиците патладжан в яйцето и след това в панко сместа. Оставете за 5 минути.
4. Отворете еър fryйра и поставете пръчиците в кошницата, като се уверите, че не се докосват. Полейте пръчиците с малко зехтин. Затворете кошницата, изберете програмата за пържено на въздух и задайте температурата на 185 градуса и време 14 минути. Завъртете пръчиците по средата на цикъла на готвене за равномерно покафеняване.
5. След като приключите, извадете патладжана от кошничката и сервирайте горещ с любимия ви сос.

## Топ съвети:

1. Можете да промените или добавите любимите си подправки по желание!
2. Накиснете патладжана във вода, сол и мляко, за да премахнете горчивината.



## Съставки:

- 12 свежи блата за пица (9 см диаметър)
- 100 г доматиен сос
- 200 г сирене моцарела
- 18 изпечени чери домати
- Черен пипер
- Сол
- Пресен босилек

## Мини пици „Маргарита“

*Еър & Грил мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Пържене на въздух*

*Време за подготовка: 10 минути*

*Време за готвене: 7 минути*

### Начин на приготвяне:

1. Намажете доматиения сос върху блатовете за пица, като оставите сантиметър ръбче без сос. Отгоре поръсете със сиренето моцарела и запечените домати. Подправете на вкус със сол и черен пипер.
2. Отворете капака и напръскайте дъното на съда с малко зехтин. Поставете блатовете по такъв начин, че да има достатъчно място за горещия въздух да ги обгърне напълно. Ще трябва да направите това на няколко партиди.
3. Изберете функцията за пържене на въздух, задайте температура 180 градуса и време 7 минути.
4. Сервирайте горещи с няколко листа пресен босилек отгоре.

### Топ съвети:

1. Вариантите за добавки на пица са безкрайни! Добавете тези, които ви харесват най-много.
2. Ако не можете да намерите малки блатове, можете да си купите голям и да го изрежете до необходимия диаметър с помощта на ринг или формичка.

## Съставки:

- 2 големи кроасана
- 2-4 резена шунка
- 2-4 резена швейцарско сирене

## Кроасан с шунка и сирене

*Всички еър фрайъри*

*Порции: 2*

*Функция: Пържене на въздух*

*Време за подготовка: 5 минути*

*Време за готвене: 3-5 минути*

### Начин на приготвяне:

1. Първо нарежете кроасаните наполовина дължина.
2. След това разделете резените шунка и сирене между 2-та кроасана.
3. Поставете кроасаните в съда за готвене и изберете настройката за пържене на въздух на вашия еър фрайър Russell Hobbs Satisfry. Гответе 2-4 минути, докато сиренето се разтопи. Вкусно начало на деня!



## Съставки:

- 8 големи гъби
- 1 глава лук
- 1 чл. джинджифил
- ½ чл. куркума
- 80 г пържен домат
- 100 г бейби спанак
- 50 г сирене фета
- Кедрови ядки
- Зехтин
- Сол

## Пълнени гъби

*Еър & Грил мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Печене и грил*

*Време за подготовка: 20 минути*

*Време за готвене: 17 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Почистете добре гъбите и отстранете дръжките. Оставете ги настрана.
2. Отворете капака и поставете грил плочата в съда. Изберете функцията за грил, задайте температура 180 градуса и време 12 минути. Изчакайте предварителното загряване да приключи, отворете капака и поставете гъбите върху скарата.
3. Запържете лука в тиган и добавете нарязаните шапки на гъбите, настъргания джинджифил, куркумата и пържените домати. Подправете с малко сол.
4. Когато гъбите са готови, извадете ги от грила и ги напълнете със сместа. Отгоре поръсете с малко натрошено сирене фета.
5. Изберете функцията за грил, задайте температура 200 градуса и време 5 минути. Изчакайте предварителното загряване да приключи, отворете капака и поставете гъбите обратно върху скарата.
6. Сложете олио в тиган и задушете нарязания на ситно чесьн заедно със спанака и кедровите ядки.
7. Сервирайте спанака с пълнените гъби отгоре и малко зехтин

### *Топ съвети:*

1. Използвайте големи гъби, така че да можете лесно да ги напълните.
2. Никога не солете гъбите преди готвене, тъй като те ще пуснат повече вода.
3. Избягвайте да ги миете с вода, почиствайте ги с четка или влажна кърпа. Друг вариант е да ги обелите.
4. Можете да напълните гъбите с всяка вкусва комбинация, която желаете!

# Риба



## Съставки:

- 600 г миди
- 2 картофа
- 100 мл вода
- Дафинов лист
- Зехтин
- Лимон
- Сол

## Миди с картофи

*SatisFry Air & Grill Multicooker* еър & грил мултикукър

Порции: 4

Функция: Пържене на въздух

Време за подготовка: 20 минути

Време за готвене: 23 минути

## Начин на приготвяне:

1. Почистете добре мидите и ги извадете всякакви водорасли от тях.
2. Отворете капака и добавете водата, дафиновия лист и мидите в съда. Изберете функцията за пържене на въздух и задайте температура 200 градуса и време 8 минути.
3. Извадете и оставете настрана мидите, когато готвенето приключи, като проверите дали са се отворили напълно.
4. Почистете и подсушете контейнера.
5. Обелете и нарежете картофите на 1 см дебели пръчици. Поставете ги в купа с подсолена вода, за да отстраните част от нишестето и ги подсушете добре.
6. Отворете капака и напръскайте малко мазнина в съда. Поставете картофите разпределени, така че топлината да достигне всички по равно и изберете функция пържене на въздух при температура 200 градуса и време 15 минути
7. Поднесете мидите с малко лимонов сок и изпържените картофи със сол.

## Топ съвети:

1. Миди, които са се отворили преди готвенето трябва да бъдат изхвърлени. Също така изхвърлете всички миди, които не са се отворили след готвене.
2. Опитайте да замените водата с вино.
3. Овкусете мидите, като добавите вашите любими съставки: ароматни билки, цитруси или плодове.



## Съставки:

- 2 порции риба треска по 150-200 г
- 1 кутийка чери домати
- 2 порции кълнове от броколи
- 6-8 пресни картофа, нарязани на полумесеци
- 5 сл. зехтин
- Сол и пипер на вкус

## Риба треска с чери домати и зеленчуци

*Еър & Грил мултикукър SatisFry*

*Функция: Пържене на въздух с грил плоча*

*Порции: 2*

*Време за подготовка: 5-10 минути*

*Време за готвене: Предвидете 15 минути*

*За сервиране: босилково песто, картопки уеджис*

## Начин на приготвяне:

1. Първо вземете 1 сл. зехтин и намажете треската с него, след това подправете, и оставете рибата настрана.
2. След това вземете 2 сл. зехтин и поръсете броколите и чери домите, подправете и оставете настрана.
3. Накрая смесете в купа 2 сл. зехтин с нарязаните картофи и подправете.
4. За да сготвите, поставете грил плочата във вашия Еър & Грил мултикукър SatisFry Air и изберете функцията за пържене на въздух, след което поставете резените картофи върху грил плочата и гответе за 6 минути.
5. След това сложете и треската върху грил плочата и гответе още 4 минути.
6. Накрая добавете и броколите и чери домите върху грил плочата и гответе още 3-4 минути.
7. Сервирайте вашата треска, картофи и зеленчуци поръсени с малко песто от босилек.

## Съставки:

- 2 порции риба съомга по 200-250 г

### или

- 300 г тофу, нарязано

### За маринатата:

- 3 чл. паста от червено чили
- 2 скилидки чесън, смлени
- 1 лайм, кора и сок
- 1 чл. паста от джинджифил
- 2 с. л. зехтин
- 2 с.л. сусамово олио
- сол и пипер

### За гарнитурата:

- 2 порции кълнове от броколи
- 3 с.л. сусам
- 2 сладки картофа, нарязани на полумесеци
- 2 с. л. зехтин
- сол и кайенски пипер

## Съставки:

- 2 порции бяла риба по 140-160 г
- 40 г. обикновено брашно
- ½ ч.л. сол
- 1-2 яйца от свободни кокошки - леко разбити
- 50 г панко галета
- 4-5 картофа, обелени и нарязани на дебели пръчици

### За готвенето:

- 2 с.л. олио маслиново/растително/рапично
- Спрей с мазнина против залепване

# Пикантна грилована съомга или тофу

## Еър & Грил мултикукър Satisfry

*Функция: Пържене на въздух с грил плоча*  
*Порции: 2*

*Време за подготовка: 5-10 минути*  
*Време за готвене: Предвидете 30 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Започнете, като направите марината, като комбинирате всички съставки за марината в купа и разбъркате добре.
2. След това намажете половината марината върху съомгата или тофуто и оставете да се маринуват поне 20 минути. Другата половина от маринатата оставете настрана за сервиране.
3. Разбъркайте броколите със сусамовото олио и сусамовите семена.
4. В отделна купа разбъркайте резенчетата сладки картофи със зехтин, сол и кайенски пипер.
5. За да готвите, сложете грил плочата в съда за готвене на вашия Еър & Грил мултикукър Satisfry и изберете функцията за пържене на въздух.
6. След като уредът е предварително загрят, добавете резенчетата сладки картофи и гответе 8 минути.
7. След това сложете и съомгата или тофу върху грил плочата и гответе още 4 минути.
8. Накрая добавете броколите и гответе още 4 минути.
9. Сервирайте и полейте с останалата чили марината като дресинг.

# Риба с пържени картофи (Фиш енд чипс)

## Всички еър фрайъри

*Функция: Пържене на въздух*  
*Порции: 2*

*Време за подготовка: 5-10 минути*  
*Време за готвене: 10-15 минути*

## Начин на приготвяне:

1. За да панирате рибата, поставете брашното (със сол), разбитото яйце и галетата в 3 отделни купи.
2. Оваляйте рибата в брашното, след това в яйцето и накрая в галетата. Уверете се, че на всеки етап парчето риба е напълно покрито, преди да го оставите настрана.
3. След това смесете картофите с олиото и подправките.
4. Изберете настройката за пържене на въздух на вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs Satisfry. Разпределете картофите равномерно в съда за готвене и гответе за 6-8 минути, като обръщате няколко пъти по време на готвене.
5. После добавете рибата и гответе още 6-8 минути до готовност.
6. Сервирайте с намачан грах и резен лимон.
1. Сгответе цялото ястие наведнъж с Еър & Грил Мултикукър Satisfry
2. Гответе рибата и картофите на отделни партии с нашия голям (5 л.) еър фрайър Satisfry/ малкия (1.8л) еър фрайър Satisfry

### Топ съвети:



# Месо



## Съставки:

- 1-2 кг цяло пиле
- 1-2 сл. зехтин
- 1 чл. сухи подправки

## Печено пиле

*Еър & Грил мултикукър Satisfry ИЛИ голям (5л). еър фрайър Satisfry*

*Функция: Печене*

*Порции: 2-4*

*Време за подготовка: 5-10 минути*

*Време за готвене: 40-50 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Поръсете пилето с олиото и овкусете с подправките и сол и черен пипер.
2. Поставете пилето във вашия Еър & грил мултикукър Satisfry и изберете функцията за печене. Печете 40-50 минути до готовност.
3. Ако използвате големия 5 л. еър фрайър Satisfry, поставете пилето с гърдите надолу и първо гответе 20 минути. След това обърнете пилето гответе още 20-30 минути до готовност.
4. Сервирайте с любимите си сезонни зеленчуци и картофи. Или пък разнообразете и сервирайте пилето си с паста айоли!

## Топ съвет:

За сухите подправки, които обичаме да използваме; мащерка, градински чай, розмарин, риган, чесън или дори креолски микс, червен пипер или пушен червен пипер – всички са чудесни!



## Съставки:

- 2 средно големи пилешки гърди
- 3-4 сл. олио – зехтин, растително или рапично

### **За панировката:**

- 80-100 г панко галета
- 2 цели яйца
- 50 -70 г. обикновено брашно, подправено

### **За чесновото масло:**

- 200-250 г меко, несолено масло
- 3-4 скилидки чесън, смлени
- ½ връзка магданоз
- сол и пипер

### **За гарнитурата**

- 4-5 пресни картофа, нарязани на кръгчета
- 2 порции зелени зеленчуци – зелен фасул и броколи

## Лесно панирано пиле с чесън

*Еър & Грил мултикукър Satisfry*

*Порции: 2*

*Функция: Запечатване и грил*

*Време за подготовка: 15-20 минути*

*Време за готвене: 25 минути*

## Начин на приготвяне:

1. За чесновото масло комбинирайте всички съставки в купа и разбъркайте добре.
2. Поставете чесновото масло в кош за еднократна употреба и оставете настрана.
3. За пилето първо разрежете пилешките гърди през средата и ги разтворете като пеперуда, след това ги поставете върху дъската за рязане.
4. Покрийте с лист хартия за печене и леко начукайте с чук за месо или дървена точилка, докато пилешките гърди станат с еднаква дебелина навсякъде и придобият правоъгълна форма.
5. Подправете пилешките гърди и отрежете края на поша. Шприцовайте чесновото масло на приблизително 1 см височина в средата на пилешките гърди по най-дългата част, като се уверите, че сте оставили поне 2 см от всеки край.
6. Сгънете навътре двата края и навийте страните върху чесновото масло, за да запечатате маслото вътре. Периодично ги риберете в хладилник за поне 20 минути.
7. Сега добавете панировката от галета. Започнете процеса, като в отделни купи или тави сложите овкусеното брашно, разбитите яйца и панко галетата.
8. Извадете пилето от хладилника. Първо овалвайте пилето в брашното, като се уверите, че сте покрили пилето навсякъде. След това повторете този процес с разбитата яйчена смес и накрая с панко галетата.
9. Сега за готвенето. Първо изберете функцията за запечатване на вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs Satisfry, добавете олиото и затворете капака. След 1-2 минути запечете пилето от всички страни. След като се запече равномерно, извадете пилето от съда за готвене.
10. Внимателно избършете маслото от съда за готвене и добавете грил плочата. Изберете функцията грил и затворете капака.
11. В отделна купа разбъркайте картофите със зехтин и подправете. Повторете тази стъпка със зелените зеленчуци в отделна купа.
12. След като грилът е предварително загрят, добавете картофите и гответе 6 минути.
13. Второ, добавете пилето и гответе още 6 минути.
14. Накрая добавете зеленчуците и гответе още 4 минути.
15. Сервирайте и се насладете!

## Съставки:

- Прибл. 700 г парчета пиле с кожа и кост – горни и долни бутчета и гърди
  - 300 г мътеница
  - сол и пипер
- За маринатата:**

- 100 г обикновено брашно, подправено с 1чл.сол
- 50 г панко галета
- 1½ чл. сол
- 1 чл. чили на прах

### За готвенето:

- 2 с. л. зехтин
- Спрей с мазнина против залепване

## Пиле с мътеница

### Всички еър фрайъри

Порции: 2-4

Функция: пържене с въздух

Време за подготовка: 5-10 минути

Плюс 8 часа / една нощ в хладилник

Време за готвене: 15-20 минути

### Начин на приготвяне:

1. Първо, в купа смесете парчетата пиле с мътеницата и сол и черен пипер, за да подправите. Покрийте пилето със стреч фолио и оставете в хладилник за поне 8 часа. Най-добре за през нощта!
2. След престоя в хладилника, е време да панирате пилето. Смесете брашното, панко галетата, солта и чилито на прах в купа.
3. След това добавете пилето в купата с панировката и оваляйте добре, като се уверите, че пилето е покрито напълно.
4. Сложете пилето в чиния и го напръскайте с мазнина.
5. Изберете настройката за пържене на въздух на вашия еър фрайър Russell Hobbs SatisFry и добавете 2 супени лъжици зехтин в съда. Добавете олиото и загрейте за 2 минути. Добавете пилето към еър фрайъра\* и гответе за 8 минути. Обърнете пилето гответе още 6- 10 минути или до готовност\*\*.

\*За еър фрайъра SatisFry 1,8л. препоръчваме да гответе по 2-3 парчета наведнъж. За големия 5 л. SatisFry, бихме препоръчали 4-5 парчета наведнъж. Ако използвате Еър & Грил мултикукъра SatisFry, би трябвало всички парчета да се съберат. Количествата зависят от големината на парчетата пиле.

\*\*Съвет: Добър индикатор дали пилето е готово е дали сокът е прозрачен. Пробийте го с нож или шиш в най-дебелата част и проверете цвета на сока, ако тече бистър, значи е готово.

## Съставки:

- 10 пилешки долни бутчета
- 2 с. л. зехтин
- ½ чл. лют червен пипер на люспи
- кората на 1 лимон
- Сол и пипер на вкус

## Гриловани пилешки бутчета

### Всички еър фрайъри

Порции: 2-4

Функция: Грил

Време за подготовка: 5-10 минути

Време за готвене: 15-20 минути

### Начин на приготвяне:

1. Поставете пилешките бутчета в голяма купа. Добавете останалите продукти и разбъркайте добре.
2. Време е за готвене! Изберете функцията грил на вашия еър фрайър.
3. След като загрее, поставете пилешките бутчета във еър фрайъра. Гответе за 8-10 минути, след това обърнете пилето и продължете за още 8-10 минути.



## Съставки:

- 500 г телешко, нарязано на кубчета
- 1 глава лук
- 1 зрял червен домати
- 4 скилидки чесън
- 1 пръчка канела
- 1 дафинов лист
- Черен пипер на зърна
- Карамфил
- 1 малка чаша червено вино
- 2 средноголеми картофа
- 25 г печени бадеми
- Смяно индийско орехче
- Зехтин
- Сол
- Млян черен пипер
- Вода

## Телешка яхния с картофи

*Еър & Грил Мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Пържене на въздух и бавно готвене*

*Време за подготовка: 20 минути*

*Време за готвене: 6 часа 50 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Отворете капака и напръскайте дъното на съда със зехтин. Сложете месото вътре и активирайте функцията за пържене при температура 230 градуса и време за готвене 12 минути.
2. Запържете го, като го обърнете веднъж по средата на готвенето. Извадете от тигана, подправете със сол и черен пипер и оставете настрана.
3. Напръскайте с още малко олио и добавете лука и домата, нарязани на осмини, и скилидките чесън с люспите, леко смачкани. Изберете функцията за пържене, задайте температура 230 градуса и време 8 минути. Разбъркайте на всеки 4 минути с шпатула.
4. Отворете капака и сложете отново месото, както и червеното вино, зърната черен пипер, карамфил на вкус, дафинов лист и пръчка канела. Покрийте с вода, затворете капака и включете функцията за бавно готвене на ниска температура за 4 часа.
5. Обелете картофите и ги нарежете, като ги намачкате, за да си пуснат нишестето. Добавете ги в съда и продължете да готвите на ниска температура още 2 часа.
6. Накълцайте печените бадеми и смесете с индийското орехче на прах. Добавете към яхнията и гответе още 30 минути на същата функция.

## Топ съвети:

1. Можете да пригответе яхнията с телешки бульон вместо с вода.
2. Ако яхнията е твърде течна, я сгъстете с малко царевично нишесте.
3. Добавете малко куркума или шафран към яхнията за цвят.
4. Използвайте функцията за поддържане на температурата, за да пригответе яхнията предварително и да е готова, когато сте готови за яденето. Ястието е по-вкусно, когато е отлежало.



### Съставки:

- 500 г пилешки гърди – нарязани в равномерни филенца
  - 30 г обикновено брашно
  - 1 ч. л. сол
  - 2 яйца от свободни кокошки
  - леко разбити
  - 70 г панко галета
- За чесновата майонеза:**
- 4 сл. майонеза
  - 1-2 скилидки чесън – смлени
  - 10-12 листа магданоз – нарязани
  - 1 лимон, кора и сок
  - Сол и пипер на вкус

## Пилешки филета, чесново-майонезен сос

### *Всички еър фрайъри*

*Порции: 2*

*Функция: Пържене на въздух*

*Време за подготовка: 5-10 минути*

*Време за готвене: 8-12 минути*

### Начин на приготвяне:

1. За чесновата майонеза комбинирайте всички съставки, разбъркайте добре и след това оставете настрана, докато е готова за употреба.
2. За пилешките филенца, първо сложете в 3 отделни купи или тавички брашното (смесено със солта), яйцата и галетата.
3. После сложете пилешките филенца в брашното, след това в яйцето, и накрая в галетата. На всеки етап проверявайте дали пилешките филенца са добре покрити!
4. За да пригответе пилешките филенца, напръскайте ги с олио. Изберете настройката за пържене на въздух на вашия еър фрайър Russell Hobbs Satisfry. Поставете пилешките филенца в съда за готвене и гответе 4-5 минути. Завъртете и гответе още 2-3 минути.
5. Оставете готовите пилешки филенца в чиния и сервирайте с чесновата майонеза.
6. Вкусно!





### Съставки:

- 1-1½ кг агнешко бутче
- 2 с. л. зехтин
- 2-4 стръка розмарин
- 3-4 скилидки чесън - смлени
- сол и пипер

## Печено агнешко бутче

*Еър & Грил Мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Печене*

*Време за подготовка: 5 минути*

*Време за готвене: 40-60 минути.  
Плюс 15-20 минути време за  
отлежаване.*

### Начин на приготвяне:

1. Първо изберете настройката за печене на вашият Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs Satisfry.
2. Докато уредът загрева, с нож пробийте агнешкото месо на няколко места. В тези дупки натъпчете стръчетата розмарин и смления чесън.
3. Полейте със зехтина и подправете.
4. Когато вашият еър фрайър е загреял, поставете агнешкото месо в съда за готвене и гответе 40-60 минути до готовност по ваш вкус.
5. След като се сготви, оставете да отлежи 5-8 минути преди сервиране.



### Съставки:

- 2 стека от контрафиле по 250 г
- Зехтин
- Сол и пипер на вкус

## Стек

*Всички еър фрайъри*

*Порции: 2*

*Функция: Грил*

*Време за подготовка: 2-3 минути*

*Време за готвене: В зависимост от предпочитанията за сготвеност, между 4-8 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Първо, изберете функцията грил на вашия еър фрайър Russell Hobbs.
2. Докато вашият еър фрайър се загрева, намажете стековете със зехтин и подправете.
3. За да сгответе, поставете стековете върху грил плочата и печете за желаното от вас време за готвене.

# Вегетариански



## Съставки:

- 2 сл. зеленчуково олио
- 2 глави бял лук – нарязани на ситно
- 2 скилидки чесън – смлени
- 2 чл. пюре от джинджирил
- 1 люта червена чушка – с махнати семена и нарязана на ситно
- 20 г доматино пюре
- 1 чл. смлян кимион
- 1 чл. смлян кориандър
- 1 чл. куркума
- 1½ чл. кърми на прах
- 2 консерви нахут по 400 г – отцеден
- 3 консерви по 400 г нарязани домати
- 350 мл зеленчуков бульон
- пакет 200–250 г бейби спанак
- ½ лимон – изцеден
- сол и пипер на вкус

## Кърми с нахут и спанак

*Еър & Грил Мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Запечатване и бавно готвене*

*Време за подготовка:*

*5-10 минути*

*Време за готвене: 2 часа*

## Начин на приготвяне:

1. Първо изберете функцията за запечатване на вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs Satisfry и го оставете да се подгрее предварително.
2. Добавете олиото към съда за готвене, след това лука и гответе 4-5 минути. Уверете се, че капакът е затворен между всяко разбъркване!
3. След това добавете чесъна, джинджирила и лютата чушка. Гответе още 3-4 минути докато омекнат и станат светлокафяви. Добавете доматино пюре, кимиона, кориандъра, куркумата и кърмито на прах. Подправете и гответе още 1-2 минути.
4. Добавете доматино пюре, нахута и зеленчуковия бульон и оставете да заври.
5. Изберете най-високата настройка за бавно готвене и гответе 90 минути.
6. Накрая добавете спанака, разбъркайте и завършете с лимоновия сок. Вкусно!

## *Топ съвет*

Ако е възможно, направете тази рецепта предходния ден или на сутринта и я претоплете, тъй като вкусовете се засилват във времето.

## Съставки:

- 2 сл. зеленчуково олио
- 2 средни глави лук, нарязан на кубчета
- 2 скилидки чесън, нарязан на ситно
- 2 червени люти чушки, нарязани на ситно
- 3 кутии боб от 400 г (Това може да е всякакъв вид боб – ние обичаме да използваме комбинация от червен едър боб, бял боб, боб "черно око" и маслен боб)
- 3 кутии нарязани домати от 400 г
- 1½ чл. чили на прах
- ½ чл. риган
- 1 чл. кориандър на прах
- 1 чл. кимион на прах
- 50 г доматено пюре
- 500 г зеленчуков бульон
- Сол и пипер на вкус

## Съставки:

- 2 стека от карфиол
- 2 сл. зехтин
- Сол и пипер на вкус

# Чили от различни видове боб със заквасена сметана и авокадо

## Еър & Грил Мултикукър Satisfry

*Функция: Запечатване и бавно готвене*

*Порции: 6-8*

*Време за подготовка: 5-10 минути*

*Време за готвене: 4 часа на*

*висока степен ИЛИ 8 часа на ниска степен*

*За сервиране: заквасена сметана, намачкано авокадо, кориандър*

## Начин на приготвяне:

1. Първо изберете функцията за запечатване на вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs, добавете олиото и затворете капака. След 1-2 минути добавете нарязания лук и гответе за 2-3 минути, като разбърквате на редовни интервали, докато омекне и стане светлокафяв.
2. После добавете чесъна и чили чушката и гответе още 1-2 минути.
3. След това добавете чилито на прах, смления кориандър, смления кимион и ригана.
4. Отменете функцията за запечатване и добавете останалите съставки.
5. Изберете съответната функция за бавно готвене: Висока степен за 4 часа време за готвене или Ниска степен за 8 часа време за готвене.
6. Сервирайте върху пухкав ориз или печен картоф. Отгоре сложете лъжица заквасена сметана, намачкано авокадо и малко кориандър и хапвайте.

# Гриловани стекове от карфиол

## Еър & Грил Мултикукър Satisfry

*Порции: 2*

*Функция: Грил*

*Време за подготовка: 5 минути*

*Време за готвене: 15-20 минути*

## Начин на приготвяне:

1. Първо изберете настройката грил на вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs SatisFry.
2. Докато еър фрайърът се загрява предварително, намажете стековете от карфиол със зехтин и подправете.
3. Поставете стековете върху грил плочата и гответе 7-9 минути от едната страна, преди да обърнете и да повторите от другата.
4. Сервирайте и се насладете!



### Съставки:

- 2 картофа
- 2 моркова
- 2 репи
- 1 пащърнак
- 1 червено цвекло
- 1 сладък картоф
- 200 г грах
- 1 буркан връхчета от бели аспержи
- Кълнове
- Зехтин
- Едра сол
- Вода

## Зеленчукова яхния

*Еър & Грил Мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Бавно готвене*

*Време за подготовка: 15 минути*

*Време за готвене: 4 часа*

### Начин на приготвяне:

1. Обелете и нарежете всички зеленчуци на кубчета с приблизителни размери 2 см, с изключение на аспержите.
2. Отворете капака и поставете картофите, морковите, репите, пащърнака, червеното цвекло и сладкия картоф в съда. Покрийте с вода, добавете малко сол и изберете функцията за бавно готвене на висока температура, с време от 3 часа.
3. Когато времето изтече, добавете граха и гответе още 1 час на същата настройка.
4. Сервирайте яхнията в чинии, сипете отгоре малко от водата от готвенето, добавете аспержите и гарнирайте с кълнове. Поръсете с малко зехтин и едра сол.

### Топ съвети:

1. Възползвайте се максимално от сезонните зеленчуци, за да разнообразявате яхнията.
2. Запазете обелките и изрязванията, за да направите зеленчуков бульон.
3. Добавете някакъв протеин с малко иберийска шунка или яйца.



# Десерти



## Съставки:

- 250 г сирене маскарпоне
- 250 г крем сирене
- 100 г захар
- 1 чл. царевично нишесте
- 2 яйца
- пудра захар за декорация
- 1 опаковка малини

## Чийзкейк

*Еър & Грил Мултикукър Satisfry*

*Порции: 4*

*Функция: Печене на тестени изделия*

*Време за подготовка: 15 минути*

*Време за готвене: 40 минути*

*Оборудване: форма*

## Начин на приготвяне:

1. Смесете всички съставки в купа с помощта на бъркалка.
2. Сипете сместа във форма с диаметър 15 см и пригладете повърхността с шпатула.
3. Отворете капака и поставете формата в съда. Включете функцията за печене на тестени изделия с температура от 180 градуса и време за печене от 40 минути.
4. Оставете кейка да изстине във формата. Отстранете от формата, поръсете с пудра захар и декорирайте с малини.

## Топ съвети:

1. Може да използвате всякакво прясно крем сирене.
2. Опитайте да добавите малко синьо сирене към кейка за специален вкус.

## Съставки:

- 115 г зеленчуково олио
- 1 яйце
- 1 жълтък
- ½ портокал – сок и кора
- 100 г обикновено брашно
- 1½ сода бикарбонат
- 125 г златиста ситна захар
- ¼ ч.л. сол
- ¾ ч.л. джинджирил на прах
- 1½ ч.л. канела на прах
- 150 г настърган морков
- 25 г стафиди

## Съставки:

- 230 г зеленчуково олио
- 3 големи яйца от свободни кокошки
- 1 портокал – сок и кора
- 200 г обикновено брашно
- 3 г сода бикарбонат
- 250 г златиста ситна захар
- ½ ч.л. сол
- 1 ч.л. джинджирил на прах
- 2 ч.л. канела на прах
- 300 г настърган морков
- 60 г стафиди

## За готвенето:

- Хартия за печене

# Индивидуални морковени кекчета

## Малък 1.8 л. еър фрайър Satisfry

Порции: Приблизително 12

Функция: Печене на тестени изделия

Време за подготовка: 5-10 минути

Време за готвене: 12-15 минути

Оборудване: Формички за мини кекчета

## Начин на приготвяне:

1. Първо пресейте брашното, содата бикарбонат, солта, захарта, джинджирила и канелата в купа.
2. В отделна купа разбъркайте заедно олиото, яйцето, жълтъка и портокала. Смесете сухата смес и мократа смес заедно.
3. Накрая добавете моркова и стафидите към сместа за кекса.
4. Поставете формичките за кекчетата в съда за готвене на вашия еър фрайър.
5. Поставете сместа за кекчетата във пош за еднократна употреба и след това завържете отворения край. Отрежете заострения край на поша, като се уверите, че държите заострения край нагоре, преди да отрежете.
6. Поставете равно количество от сместа за кекса във формичките.
7. Сега да готвим! Изберете режима за печене на тестени изделия на вашия малък (1.8л.) еър фрайър Satisfry и гответе за 15 минути, докато станат еластични на допир.

## Морковен кейк

### Еър & Грил Мултикукър Satisfry

Порции: Приблизително 12

Функция: Печене на тестени изделия

Време за подготовка: 5-10 минути

Време за готвене: 15-20 минути

Оборудване: 23см форма за кекс

## Начин на приготвяне:

1. Първо застелете формата си за торта с хартия за печене.
2. След това пресейте брашното, содата, захарта, солта, джинджирила и канелата в купа.
3. В отделна купа разбийте заедно олиото, яйцата и портокала. Комбинирайте сухата смес и мократа смес.
4. Накрая добавете морковите и стафидите в сместа за кекс.
5. Загрейте предварително вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs Satisfry с функцията за печене на тестени изделия.
6. Междувременно внимателно изсипете кексовата смес в предварително подготвената форма за кекс.
7. След като вашият уред загрее, внимателно поставете тортата в съда за готвене. Печете 15-20 минути до готовност и се насладете!



### Съставки:

- 125 г несолено масло
- 125 г тъмен шоколад
- 2 големи яйца от свободни кокошки
- 150 г златиста ситна захар
- 50 г обикновено брашно
- 30 г какао на прах
- ½ ч.л. сол
- 100 г черен шоколад на капки
- 100 г капки бял шоколад

### За готвенето:

- Хартия устойчива на мазнина

## Шоколадово брауни

*Еър & Грил мултикукър SatisFry*

*Порции: 4-6*

*Функция: Печене на тестени изделия*

*Време за подготовка: 10-15 минути*

*Време за готвене: 15-25 минути*

### Начин на приготвяне:

1. Първо пресейте брашното, какаото и солта в купа и оставете настрана.
2. След това или в купа над гореща вода, или в микровълнова фурна, разтопете маслото и шоколада и разбъркайте.
3. Междувременно в купа сложете яйцата и захарта, разбийте, докато сместа започне да става бяла и пухкава. Това трябва да отнеме приблизително 5-6 минути.
4. При непрекъснато бъркане изсипете разтопения шоколад в яйчената смес и след това бавно добавете с обръщане сухата смес в мократа смес.
5. Накрая добавете шоколадовите капки и разбъркайте добре.
6. Сега за готвенето. Предварително загрейте вашия Еър & Грил мултикукър Russell Hobbs SatisFry на функцията за печене на тестени изделия и постелете тава за печене с хартия, устойчива на мазнина.
7. Изсипете сместа равномерно в застланата тава и гответе 15-25 минути.



## Съставки:

- 300 мл пълномаслено мляко
- 50 г кафява захар
- 3 яйца
- Карамел
- Лимонова кора
- 4 стъклени буркана

## Крем карамел

*Еър & Грил мултикукър Satisfry*

*Порции: 4-6*

*Функция: Печене на тестени изделия*

*Време за подготовка: 20 минути*

*Време за готвене: 30-35 минути, 6 часа за стягане*

## Начин на приготвяне:

1. Намажете леко дъната на предварително стерилизираните буркани с малко карамел.
2. Сложете млякото в тенджерата с лимоновата кора, оставете да заври, изключете загреването, покрийте и оставете да си пусне аромата.
3. Разтворете захарта в топлото, прецедено мляко и добавете яйцата. Разбийте добре до получаване на гладка смес.
4. Изсипете сместа върху карамела до около половината или  $\frac{3}{4}$  от обема на бурканите.
5. Поставете бурканите в съда и затворете капака. Включете функцията за пържене на въздух с температура 120 градуса и време 20 минути.
6. Извадете бурканите, като внимавате да не се изгорите и ги оставете да изстинат. Дръжте в хладилника поне 6 часа, за да стегнат.
7. Внимателно обърнете крема върху чиния или ягте директно от буркана.

## Топ съвети:

1. Ако искате по-богат крем карамел, сменете част от млякото с 35% сметана.
2. Важно е всички съставки да са на стайна температура, за да се получат перфектни кремове.
3. Заменете 100 мл мляко с ликьор за ароматизиране.
4. Сварете млякото с подправки, за да придадете специален вкус на крема, защо не пробвате ванилия, кардамон или ананас?







## Съставки:

### За тестото:

- 200 мл мляко
- 100 г масло
- 2 големи яйца
- 1½ чл. сол
- 50 г златиста ситна захар
- 500 г обикновено брашно,

### пресято

- 1½ чл. мая

### За пълнката:

- 50 г масло, разтопено
- 30 г захар мусковадо
- 1½ чл. канела на прах
- 30 г ситна захар
- 80 г светлокафява мека захар

### За глазурата:

- 20 г крема сирене
- 2 сл. вода
- 120 г пудра захар, пресята

# Канелени ролца

## Всички еър фрайъри SatisFry

Функция: Печене на тестени изделия

Порции: приблизително 12

Време за подготовка: Предвидете 2 часа

Време за готвене: 13-15 минути на партида

## Начин на приготвяне:

1. За тестото добавете брашното, солта и захарта или в голяма купа, или в купа на кухненски миксер, в зависимост от това дали използвате електрически миксер или го правите на ръка.
2. Комбинирайте млякото и маслото, след което загрейте сместа в микровълнова фурна или в тиган, докато стане хладка. След това добавете маята в сместа от млякото и маслото, а накрая разбийте яйцата в сместа.
3. В отделна купа смесете сухите съставки за тестото.
4. След това изсипете мократа смес в сухата смес и разбъркайте, докато се оформи тесто. а) Ако използвате електрически миксер, месете тестената смес за припл. 5-10 минути. След това извадете тестото върху леко набрашнена повърхност, месете още минута на ръка и оформете топка. б) Ако правите това на ръка, изсипете тестената смес направо върху леко набрашнена работна повърхност и месете за 5-10 минути.
5. Прехвърлете тестото в леко намазена купа и покрийте. Оставете да престои на топло за 1-2 часа докато удвои обема си.
6. Междувременно смесете захарта мусковадо, ситната захар, светлокафявата захар и канелата.
7. В отделна купа разтопете 50 г масло.
8. Когато тестото удвои обема си, изсипете го върху работен плот и разточете във форма на правоъгълник с припл. ¼ до 1 см дебелина, като най-дългата страна е успоредна на ръба на вашата работна повърхност.
9. Време е да направите вашите канелени рулца. Първо намажете равномерно разточеното тесто с маслото. След това поръсете комбинираните сухи съставки за пълнката равномерно върху тестото.
10. Навийте тестото по дължина до получаване на цилиндрична форма.
11. След това с помощта на остър нож нарежете рулото на 12 парчета с еднакъв размер. Поставете 3-те парчета хартия за печене върху работната си повърхност и поставете 4 от канелените рулца върху всяко парче хартия. Покрийте и оставете рулцата за 20-30 минути, за да втасат леко.
12. Междувременно, за да направите глазурата, разбийте крема сиренето и водата в купа. Постепенно разбийте пудрата захар, докато цялата захар се разтвори.
13. Време е за готвене. Изберете настройката за печене на тестени изделия на вашия еър фрайър Russell Hobbs SatisFry, като настроите температурата на 185 градуса с 15 минути за печене. Оставете вашия уред да загрее предварително.
14. След като чуете звуковия сигнал за готовност на предварителното загряване, внимателно сложете едно от парчетата хартия за печене в еър фрайъра и ги оставете да се пекат за 15-минутния цикъл на печене. Повторете тази стъпка с останалите канелени рулца.
15. Накрая, за да сервирате, намажете всяко рулце обилно с глазурата и я оставете да стегне. Вкусно!

### Топ съвет:

Използвайте 3 квадрата хартия за печене, припл. 20 см x 20 см

