

ZALOGAJI I PRILOZI

Empanade od govedine
Falafeli
Hrskavi škampi s curryjem
Samose s povrćem
Pizze

GLAVNA JELA

Goveđi kebabi s teriyaki umakom
Gurmanski goveđi burger
Goveđe kofte s korijanderom
Proletne rollice s piletinom

Pohani pileći medaljoni
Pileća krilca
Nedjeljna pečena piletina
Janjeći kotleti s limunom
Njujorški hot dog

Fileti lososa s masalom i curryjem
Domaća riba i pomfrit
Domaći čips od paprike
Prženi pomfrit od batata

DESERTI

Muffini s komadićima čokolade
Čokoladni soufflé

SLIKOVNI VODIČ



BROJ OSOBA



BROJ PORCIJA



VRIJEME PRIPREME



VRIJEME ODMARANJA



VRIJEME MARINIRANJA



VRIJEME KUHANJA

EMPANADE OD GOVEDINE

ZALOGAJI I PRILOZI



15 min



18 min



SASTOJCI

- 2 role prhkog tijesta
- 200 g mljevene govedine
- 3 mlada luka
- 1 žlica paprike
- 1 žumanjak
- 1 žlica maslinovog ulja
- Sol, Papar

RECEPT

- 1** | Mladi luk sitno narežite. Meso s maslinovim uljem pržite u posudi 8 minuta. Začinite solju i paprom i dodajte mladi luk i papriku. Ostavite da se ohladi.
- 2** | Odmotajte tijesto, narežite 8 krugova promjera otprilike 9 cm, napunite ih ohlađenim mljevenim mesom i preklopite. Umutite žumanjaks jednom žlicom vode. Rabite za premazivanje rubova i zatvaranje empanada tako što ćete ih uštipnuti prstima, a zatim premažite gornju površinu.
- 3** | Stavite 8 empanada u košaru Easy Fry i 10 minuta pecite na 180 °C. Ponovite s drugim dijelom.

SAVJETI

Nadjev za empanade od govedine možete začiniti kuminom, origanom ili mljevenim češnjakom. Zašto u punjenje ne biste dodali rajčicu ili slatki kukuruz za još bolji okus?

FALAFELI

18

15
min20
min**SASTOJCI**

- 500 g kuhanog slanuka
- 50 g glatkog brašna
- 1 sitno nasjeckani bijeli luk
- 2 žlice nasjeckanog peršina
- 2 žlice nasjeckanog korijandera
- 1 žličica kumina
- 1 režanj češnjaka
- 1 žlica tahinija (pasta od sezama)
- Malo ulja, za kuhanje (po želji)
- Sol, papar

RECEPT

- 1** | U multipraktiku izmiješajte slanutak, ocijeđeni luk, češnjak, peršin, korijander, kumin, sol, papar, pastu od sezama (tahini) i brašno tako da dobijete grubu pastu. Ako je smjesa previše tekuća, dodajte malo brašna. Ako je previše suha, dodajte malo tekućine.
- 2** | Oblikujte 18 falafela i lagano ih pritisnite.
- 3** | Stavite ih u košaru Easy Fry, dodajte malo maslinovog ulja (po želji) i 20 minuta pecite u načinu PIZZA. Falafeli se u košaru mogu složiti u slojevima. Okrenite ih na pola vremena.

SAVJETI Falafele poslužite u vrućem pitta kruhu sa svježom mentom, jogurtom i kriškama rajčice.



HRSKAVI ŠKAMPI S CURRYJEM

ZALOGAJI I PRILOZI



SASTOJCI

250 g očišćenih kozica
2 jaja
6 žlice pšeničnog brašna
6 žlice kukuruznog brašna

2 žlice curryja u prahu
1 kvapka oleja na varenie (voliteľné)
Sol

RECEPT

- 1** Stavite brašno, curry u prahu i velik prstohvat soli i papra u vrećicu za zamrzavanje, ulijte kukuruzno brašno u drugu plitku posudu i istucite jaja u trećoj plitkoj posudi.
- 2** Stavite škampe u vrećicu, dobro je zatvorite i jako protresite tako da škampi budu potpuno prekriveni. Izvadite škampe iz vrećice, jedan po jedan ih umočite u tučeno jaje, a zatim rolanjem prekritite kukuruznim brašnom. Poškropite uljem (po želji).
- 3** Škampe 6 minuta pecite u košari Easy Fry u načinu ŠKAMPI. Pažljivo okrenite škampe i kuhajte još 4 minute.

SAMOSE S POVRĆEM

ZALOGAJI I PRILOZI



15
min



14
min

SASTOJCI

6 listova tijesta za savijače*
10 g maslinovog ulja
200 g feta sira
400 g kuhane cvjetače
200 g kuhanog graška

1 žličica curryja u prahu
1 štipka olivovog oleja na varenie (vo-
litelíné)
Sol, papar

* Listovi za savijače možda neće biti dostupni u svim zemljama.

RECEPT

- 1** U posudi napravite grubi pire od **3** | Stavite 6 samosa u košaru Easy Fry, cvjetače i curryja u prahu. Dodajte poškropite maslinovim uljem i pecite 14 minuta u načinu ŠKAMPI. Kada prvi grašak i izmrvljenu fetu. Dobro dio samosa bude pečen, izvadite ih i promiješajte.
- 2** Listove za savijače narežite u 2 trake. Premažite listove za savijače maslinovim uljem. Stavite jednu žlicu punjenja na svaku traku i preklopite je da dobijete trokut. Od svake trake tijesta napravite 6 samosa.

SAVJETI

Prvu seriju samosa možete podgrijati tako da ih stavite u košaru i kuhate još nekoliko minuta.



PIZZE

ZALOGAJI I PRILOZI



5 min



7 min



SASTOJCI

2 engleska peciva
4 žlica umaka od rajčice
4 kriške mozzarella

4 crne masline bez koštica
Sol

RECEPT

- 1 | Prepolovite peciva i tostirajte ih 3 minute u košari Easy Fry na načinu PIZZA.
- 2 | Razmažite jednu veliku žlicu umaka od rajčice preko svakog peciva. Narežite kriške mozzarelle na tanke trakice. Stavite ih na svaki muffin pa dodajte narezane masline.
- 3 | Pizze stavite u košaru vašeg uređaja Easy Fry & Grill 4 minute na načinu PIZZA.

SAVJETI Ovo je zabavan recept koji mogu pripremiti i djeca, ali bi trebala biti pod nadzorom odrasle osobe kako bi se spriječio rizik od opekline.

GOVEDI KEBABI S TERIYAKI UMAKOM

GLAVNA JELA

12



10
min



60
min



6
min



SASTOJCI

- 12 kriški govedeg carpaccia*
- 200 g Comté sira
- 2 žlice meda
- 3 žlica umaka od soje
- Papar

* nije dostupno u svim državama. Možete zatražiti mesara ili sami odrezati govedji file na veoma tanke kriške.

RECEPT

- 1** Narežite sir na 36 kockica. Nabodite ih na 12 ražnjica. Omotajte svaki kebab komadom govedine.
- 2** U posudi pripremite marinadu tako da pomiješate umak od soje i med. Upotrijebite je za podlijevanje kebaba. Marinirajte u hladnjaku na 1 sat.
- 3** Stavite 12 kebaba u krug u košaru Easy Fry i pecite 6 minuta na 180 °C. Začinite paprom i odmah poslužite.

SAVJETI

Poslužite kebabe uz malu posudu slatkog umaka od soje.
Comté sir je francuski sir dostupan u velikim supermarketima i delikatesnim trgovinama.

GURMANSKI GOVEDI BURGER

GLAVNA JELA



5 min



11 min

SASTOJCI

900 g mljevene govedine
6 žemlje za hamburgere
2 rajčice
6 listova salate

1 režanj češnjaka
3 žlice umaka od soje
2 žlice maslinovog ulja

RECEPT

- 1** Pomiješajte govedinu, zgnječeni češnjak, umak od soje i maslinovo ulje. Začinite. Rukama oblikujte 6 burgera.
- 2** Stavite ih u košaru Easy Fry i pecite 8 minuta u načinu ODREZAK, ovisno o razini zapečenosti koju želite postići.
- 3** Izvadite burgere iz košare Easy Fry i držite ih na toplom. Stavite šest peciva za hamburgere u košaricu, malo ih po potrebi pritisnite te ih pecite 2 – 3 minute pri 180 °C. Odmah sastavite hamburgere, ukrasite ih listovima salate i rajčicama i poslužite.



Pripremite umak tako da pomiješate: 1 žlicu senfa, 2 žlice ljutog senfa, 1 žumanjak i 1 žlicu ulja prije nego što dodate 1 žlicu vrhnja.



GOVEĐE KOFTE S KORIJANDEROM

GLAVNA JELA



SASTOJCI

550 g mljevene govedine
2 žlice narezanih ljutika
2 žlice narezanog korijandera
1 žlica mješavine začina ras el hanout

1 žličica kumina
1 žlica maslinovog ulja
Sol, papar

RECEPT

- 1** U tavi brzo ispržite ljutiku uz malo **3** | Stavite pljeskavice u košaru, malo ih pritisnite i pecite 7 – 8 minuta na 180 °C. Pljeskavice se u košaru mogu složiti jedna na drugu.
- 2** Pomiješajte mljevenu govedinu, začine, korijander i kuhanu ljutiku. Začinite solju i paprom. Oblikujte 18 jednakih ovalnih pljeskavica, od kojih svaka ima otprilike 30 g.

SAVJETI

Kofte poslužite s umakom od mente: pomiješajte dva pakiranja grčkog prirodnog jogurta (svaki po 150 g), 1 žlicu svježe narezane mente, malo maslinovog ulja i malo soka limuna.



PROLJETNE ROLICE S PILETINOM

GLAVNA JELA



30 min



26 min

SASTOJCI

12 omota proljetne rollice
2 pilećih prsa
200 g miješanog prženog povrća
4 šampinjona

50 g rižinih rezanaca
1 režanj češnjaka
1 žlica ulja
Sol, papar

RECEPT

- 1 | Rehidrirajte rižine rezance u skladu s uputama na pakiranju. Pažljivo ih iscijedite rukama. Grubo ih narežite škarama i ostavite da se ohlade.
- 2 | U maloj tavi 6 minuta pirjajte piletinu narezanu na kockice zajedno s povrćem za wok i fino nasjeckanim gljivama. Ocijedite. Pomiješajte s rižinim rezancima, piletinom i zgnječnim češnjakom.
- 3 | Papir za proljetne rollice namažite u vodi kako biste ga rehidrirali, a zatim ga stavite na čistu krpu. Stavite jednu žlicu ispušne na sredinu donjeg dijela lista za rollice, preklopite rubove, zarolajte proljetnu rollicu i prstima je zatvorite. Nastavite sve dok ne dobijete ukupno 12 proljetnih rollica. Stavite 6 proljetnih rollica u košaricu uređaja Easy Fry, a ostalih 6 rollica stavite u hladnjak ispod lagano navlažene krpe.
- 4 | Proljetne rollice poškropite uljem (po želji) i pecite 20 minuta u načinu ŠKAMPI tako da ih na pola vremena okrenete. Pobrinite se za to da ostanu tople dok kuhate preostalih 6 proljetnih rollica.



Poslužite s mentom, salatom i umakom od soje.



POHANI PILEĆI MEDALJONI

GLAVNA JELA



10
min



12
min



(za svaki dio)



SASTOJCI

6 komada pilećih prsa
120 g krušnih mrvica
70 g brašna

3 jaja
Sol, papar
1 kap ulja, za kuhanje (po želji) Sol

RECEPT

- 1** Narežite piletinu na komadiće jednakih veličina. Stavite brašno, sol i papar u vrećicu za zamrzivač, izlijte krušne mrvice na veliki tanjur i istucite jaja u plitkoj posudi.
- 2** Stavite komade piletine u vrećicu, dobro je zatvorite i jako protresite. Izvadite piletinu iz vrećice, jedan po jedan komadić umočite u tučeno jaje, a zatim rolanjem prekrijte krušnim mrvicama. Stavite polovicu medaljona u košaricu uređaja Easy Fry. Poškropite uljem (po želji).
- 3** Pileće medaljone pecite 12 minuta u načinu PILETINA, ovisno o veličini. Ponovite sve dok ne ispečete sve pileće medaljone.

SAVJETI

Napravite vlastiti kečap tako da na vatri zagrijete 3 rajčice, 1 luk, 1 žličicu koncentrirane paste od rajčica, 1 narezani režanj češnjaka, 4 žličice balzamičnog octa, 1 žličicu tekućeg meda i sol i papar.

PILEĆA KRILCA



20
min



12
sati



17
min



GLAVNA JELA

SASTOJCI

1,2 kg pilećih krilaca
1 žlica kečapa
1 žlica senfa
1 žlica paprike

1 žlica slatkog umaka od soje
1 žlica maslinovog ulja
Sol, papar

RECEPT

- 1** | Prepolovite pileća krilca tako da ih odvojite kod zglobova.
- 2** | Stavite sve sastojke u veliku zdjelu i dodajte pileća krilca. Dobro promiješajte sve dok krilca ne budu temeljito prekrivena. Pokrijte prijanjajućom folijom i pustite da se mariniraju 12 sati.
- 3** | Stavite pileća krilca u košaru (mogu se preklapati) i 12 minuta ih pecite u načinu PILETINA. Promiješajte i okrenite pileća krilca te ih kuhajte još 5 minuta. Odmah poslužite s krumpirićima i salatom od cherry rajčica.

SAVJETI

Marinadu možete promijeniti ovisno o raspoloženju: pokušajte dodati umak za roštilj, začine, chilli ili češnjak.



NEDJELJNA PEČENA PILETINA

GLAVNA JELA

4-6

5 min

45 min



SASTOJCI

1 x 1,2 kg piletine
5 režnjeva češnjaka

1 žlica maslinovog ulja
Sol

RECEPT

1 | Dlanom lagano zgnječite režnjeve češnjaka. Utrljajte 1 žlicu maslinovog ulja u pile i ugurajte režnjeve češnjaka uz batke. Dobro začinite.

2 | Stavite pile u košaru Easy Fry i pecite ga 45 minuta u načinu PILETINA. Poslužite odmah.

SAVJETI

Točno vrijeme pripreme pileta ovisit će o njegovoj težini. Da biste provjerili je li pile pečeno, probodite najdeblji dio noge vrhom noža: sok koji izađe treba biti proziran.

JANJEĆI KOTLETI S LIMUNOM

GLAVNA JELA



4 h



35 min

SASTOJCI

12 malenih janjećih kotleta
1 limun
4 režnja češnjaka

1 žlica maslinovog ulja
Sol, papar

RECEPT

- 1** | Naribajte koranicu limuna. Ogulite češnjak i zgnječite ga u mužaru. Dodajte koranicu limuna i 2 žlice maslinovog ulja.
- 2** | Preljite mješavinu preko janjećih kotleta, dobro ih promiješajte, začinite solju i paprom te prekritite prijanjajućom folijom i pustite da se mariniraju 4 sata.
- 3** | Stavite 6 kotleta u košaru Easy Fry i pecite 10 minuta na 180 °C tako da okrenete na pola pečenja. Ponovite s preostalih 6 kotleta. Poslužite odmah.

SAVJETI

U marinadu možete dodati svježe začine kao što su timijan, poljski timijan i origano.



NJUJORŠKI HOT DOG

GLAVNA JELA



10 min



8 min



SASTOJCI

- 6 peciva za hot dog
- 6 kobasice za hot dog
- 6 kisela krastavca
- 2 bijela luka
- 12 cherry rajčica
- 6 kriške Cheddar sira
- 1 žlica ulja

RECEPT

- 1 | Uronite kobasice u posudu s kipućom vodom na 5 minuta. U međuvremenu usitnite luk i kuhajte ga u maloj posudi s jednom žlicom maslinovog ulja.
- 2 | Narežite krastavce na kockice, a rajčicu na ploške. Prezrite peciva za hot dog na pola, dodajte rajčice i u svako pecivo stavite kobasicu. Prekrijte kriškama cheddara. Stavite 3 hot doga u košaru Easy Fry i 3 minute pecite u načinu PIZZA.
- 3 | Dodajte krastavce i luk te odmah poslužite. Ispecite preostala 3 složena hot doga.

SAVJETI

Zabavite se slikanjem uz kečap i senf u američkom stilu!



FILETI LOSOSA S MASALOM I CURRYJEM

GLAVNA JELA



SASTOJCI

- 6 fileta lososa
- 1 sitno nasjeckani luk
- 2 zgnječena češnja češnjaka
- 1 vrlo zrela rajčica, narezana na kockice
- 1½ žlice sitno naribanog svježeg đumbira
- 1½ žlice koncentriranog pirea od rajčice
- 250 ml kokosovog mlijeka
- listovi svježe mente, za ukras
- Aluminijski papir
- 2½ žlice garam masale (ili curry) prah

RECEPT

- 1** | Prižite luk u posudi sve dok ne postane proziran. Dodajte češnjak i narezanu rajčicu te kuhajte još nekoliko minuta prije nego što dodate garam masalu, đumbir i koncentriranu pastu od rajčica. Dobro promiješajte.
- 2** | Dodajte kokosovo mlijeko i kuhajte na laganoj vatri 2 minute. Provjerite je li sve dobro začinjeno.
- 3** | Stavite filete lososa na 6 velikih listova papira za pečenje. Preljite umak preko fileta. Preklopite listove papira u paketiće i složite ih u slojevima u košarici uređaja Easy Fry. Kuhajte u načinu RIBA 20 minuta. Ukrasite nasjeckanim listićima mente i poslužite.



DOMAĆI „FISH & CHIPS“

GLAVNA JELA



10
min



12
min



(za svaki dio)



SASTOJCI

6 fileta bakalara
7 žlica brašna
7 žlica krušnih mrvica
3 jaja

50 g maslaca
1 svežanj estragona
1 staklenka majoneze (75 g)
Sol, papar

RECEPT

- 1** Posušite komade ribe kuhinjskim papirom. Začinite solju i paprom. Umutite jaja u plitkoj posudi.
- 2** Uvaljajte 2 riblja fileta u brašno, zatim ih umočite u jaje te prekrijte krušnim mrvicama. Stavite ih u košaricu uređaja Easy Fry. Dodajte dvije žličice maslaca i kuhajte u načinu RIBA 12 minuta. Ponovite s ostalim komadima ribe.
- 3** Nasjeckajte začinsko bilje škarama, pomiješajte s majonezom i poslužite uz ribu.

SAVJETI

Ovaj je recept odličan s bilo kojom vrstom svježije bijele ribe, uključujući oslić, crni bakalar i koljvak.

DOMAĆI ČIPS OD PAPIRIKE

GLAVNA JELA



15 min



30 min



35 min



SASTOJCI

800 g krumpira
3 žlice paprike

3 žlice ulja
Sol

RECEPT

- 1** Operite i ogulite krumpir. Narežite na **3** | Ocijedite krumpir kako bi višak marinade ostao u zdjeli, stavite ih u košaru EASY FRY i 35 minuta pecite na načinu **KRUMPIRIĆI** na temperaturi od 180 °C. Krumpiriće svakih 10 minuta dobro promiješajte. Vrijeme pečenja ćete možda morati smanjiti ili produžiti za 5 minuta ovisno o veličini čipsa i vrsti krumpira.
- 2** Stavite krumpir u posudu i pomiješajte s maslinovim uljem, 1 žlicom sitne soli i paprikom. Prekrijte i ostavite marinirati 30 minuta.

SAVJETI

Dodajte žlicu crvene curry paste za ukusnu razliku.

PRŽENI POMFRIT OD BATATA

GLAVNA JELA



15 min



40 min



SASTOJCI

800 g batata
3 žlice suncokretovo ulje
1 bjelanjak

1 žlica kurkume
Sol, papar

RECEPT

- 1** | Ogulite i operite batat. Narežite ga na štapiće širine 1 cm.
- 2** | Pomiješajte bjelanjak, ulje i kurkumu u velikoj zdjeli te začinite paprom. Dodajte batat i dobro promiješajte sve dok ne bude dobro pokriven. Prenesite batat u košaru EASY FRY s pomoću rupičaste žlice da bi višak bjelanjaka ostao u posudi.
- 3** | Stavite batat u košaru EASY FRY i pecite ga 20 minuta u načinu KRUMPIRIĆI tako da temperaturu smanjite na 170 °C. Krumpiriće svakih 10 minuta dobro promiješajte. Nakon toga kuhajte ih još 15 minuta pri 200 °C. Dobro začinite solju i paprom.

SAVJETI

Poslužite s umakom od jogurta u koji ste stavili malo curryja u prahu.

MUFFINI S KOMADIĆIMA ČOKOLADE

DESERTI

8



20
min



30
min



(za svaki dio)

SASTOJCI

- 250 g brašna
- 1 vrećica praška za pecivo
- 50 g meki maslac
- 75 g šećer u prahu
- 100 g komadića čokolade
- 2 jaja
- 250 ml punomasnog mlijeka

RECEPT

- 1 | Prosijte brašno i prašak za pecivo u **3** | Izlijte smjesu u 8 kalupa ili papirnatih zdjelu. Dodajte omekšali maslac i miješajte dok ne dobijete teksturu grubog pijeska.
- 2 | Dodajte šećer i komadiće čokolade. Umutite mlijeko i jaja. Tu mješavinu izlijte u posudu i lagano promiješajte tek toliko da bi se brašno umiješalo.

SAVJETI

Provjerite jesu li muffini gotovi tako da ih probodete vrhom noža te ih po potrebi pecite još 5 minuta.



ČOKOLADNI SOUFFLÉ

DESERTI



SASTOJCI

100 g tamne čokolade (70% krutine kaka), nasjeckanog	30 g šećer u prahu
3 jaja (1 žumanjak + 3 bjelanjka)	1 žličica kukuruznog brašna
100 ml punomasnog mlijeka	25 g maslaca
	Sol

RECEPT

- 1** Izlomite čokoladu na komadiće i **3** Umotite 3 bjelanjka u snijeg, zajedno s otopite je u posudi otpornoj na toplinu pristohvatom soli. Kada snijeg počne biti iznad posude s proključalom vodom ili u mikrovalnoj pećnici.
- 2** Odvojite žumanjak od bjelanjka. Umotite jedan žumanjak s kukuruznim brašnom. Zagrijte mlijeko u posudi dok ne bude toplo, a zatim ga skinite s vatre, dodajte smjesu od žumanjka i kukuruznog brašna, promiješajte i vratite na vatru na još nekoliko minuta da se stisne. Dodajte čokoladu i promiješajte. Ostavite da se ohladi.
- 3** Namastite maslacem 4 kalupa otporna na toplinu, posipajte šećerom i izlijte mješavinu tako da ispuni 2/3 kalupa. Stavite kalupe u košaru Easy Fry i pecite 12 minuta u načinu DESERTI. Poslužite odmah.
- 4** Stavite kalupe u košaru Easy Fry i pecite 12 minuta u načinu DESERTI. Poslužite odmah.