





АЭРОГРИЛЬ ВЫПЕЧКА

НА ЛЮБОЙ ВКУС



хлеб*соль®

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

Москва

УДК 641.55
ББК 36.997
А99

Автор-составитель *Наталья Петрова*

Фото *Наталья Петрова*

Автор обложки *Ю. Мартыщенко*

А99 **Аэрогриль.** Выпечка на любой вкус / автор-составитель Наталья Петрова. — Москва : Эксмо, 2026. — 96 с. : цв. ил. — (Гаджеты на кухне. Легкие и вкусные рецепты).

ISBN 978-5-04-246393-8

Книга «Аэрогриль. Выпечка на любой вкус» – это коллекция авторских проверенных рецептов для домашней выпечки: от простых вариантов на каждый день до эффектных угощений к празднику. Пошаговые инструкции, наглядные иллюстрации и полезные советы помогут выбрать режим, время и температуру, чтобы каждая порция получалась именно такой, как задумано – ароматной, воздушной и без лишних хлопот.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-246393-8

© Петрова Н., текст, фото, 2026
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление.....	7
Типы аэрогрилей и некоторые особенности	9
Посуда и полезные мелочи.....	10
Виды теста и важные моменты при работе с ними	11

НЕСЛАДКАЯ ВЫПЕЧКА..... 22

Овсяные булочки	24
Турецкая лепешка с кунжутом	27
Ирландский содовый хлеб	28
Быстрые расстегаи с форелью и рисом	31
Галета с кабачками и томатами	32
Пирог с фетой и шпинатом	35
Детройтская пицца	36
Киш с весенними овощами	39
Хачапури	40
Карельские пирожки с картошкой	43
Мафины с лососем	44
Закрытый слоеный пирог	47
Мясной рулет	48
Кекс с кукурузной мукой	51
Плетенка с песто	52

СЛАДКАЯ ВЫПЕЧКА..... 54

Квадратики с ягодами и персиками.....	57
Крамбл с ягодами	58
Банановый хлеб	61
Тарталетки с творожным сыром и клубникой	62
Брауни с черносливом	65
Гата	66
Галета с фруктами и ягодами	69
Лава-кейк	70
Обожженный чизкейк	73
Бискотти с орехами и курагой	74
Печенье с финиками	77
Хрустящее овсяное печенье	78
Хлебный пудинг	81
Мафины с ягодами	82
Штрудель с яблоками	85
Бисквитный торт на белках с ягодами	86
Донатy с джемом	89
Безглютеновая шарлотка	90

ВСТУПЛЕНИЕ

Аэрогрили завоевали весь мир. Они стремительно набирают популярность благодаря своей возможности быстро приготовить здоровую и вкусную пищу с хрустящей корочкой с минимальным количеством масла или без него. Они заменяют духовку, фритюрницу и тостер, позволяя готовить блюда буквально одним нажатием кнопки. Они экономичны по сравнению с духовкой: быстро разогреваются за счет мощного обдува и меньшего размера камеры, многие блюда готовятся быстрее, занимают минимум пространства на кухне. Да и стоимость аэрогрилей значительно меньше стоимости духовых шкафов.

Многие используют аэрогриль для повседневных блюд — хрустящая курица, золотистый картофель как в лучшем быстро — ради этих блюд обычно затевается покупка. На самом же деле возможности аэрогриля намного шире: в них можно приготовить не только закуски и основные горячие блюда, но и десерты — от самых простых кексов и печеня до изысканных тортов. Да, безусловно, и у аэрогриля есть свои ограничения, прежде всего связанные с компактностью. Как правило, лучше всего получается выпечка в малых формах. Некоторые десерты

сложно приготовить из-за особенностей режима выпекания: мощный обдув может мешать приготовить такие десерты, где обдув противопоказан, например из заварного теста, меренгу. Впрочем, отдельные виды аэрогрилей могут справиться и с такими «капризными» кондитерскими изделиями. Кексы, маффины, печенье, запеканки, шарлотки, закрытые и открытые пироги с начинками, а также бисквиты и хлеб — со всем этим аэрогриль отлично справится. Главное — соблюдать технологию рецепта и правильный температурный режим.

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВЫПЕЧКИ В АЭРОГРИЛЕ

- **Всегда помните, что вместимость даже в большом аэрогриле ограничена:** не пытайтесь испечь крупный пирог и не загружайте слишком большую порцию печеня за раз (иначе изделие может не пропечься или деформироваться).
- **Верх может пригорать:** при выборе слишком высокой температуры или при наличии невысокой корзины мощный обдув может пересушить верх выпечки до того, как пропечется середина.
- **Необходимо быть осторожным при выпекании насыпных пирогов с сухой песочной или ореховой крошкой:** она может «разлететься» от сильного потока воздуха. В некоторых случаях можно воспользоваться второй решеткой, чтобы исключить разлетание некоторых легких продуктов (миндальных хлопьев или крупной песочной крошки).
- **Отсутствие нижнего нагрева у некоторых типов аэрогрилей:** для выпечки, где требуется прогрев снизу, результат может быть хуже, чем в обычной духовке.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ УСПЕШНОЙ ВЫПЕЧКИ В АЭРОГРИЛЕ

- Предварительно разогревайте аэрогриль перед выпечкой, если в рецепте не сказано иное.
- Используйте алюминиевые или тонкие металлические формы, силиконовые формы. При выпекании в керамической или стеклянной посуде рекомендуется увеличить общее время выпекания и снизить температуру нагрева, так как они разогреваются дольше. Будьте готовы к тому, что в стеклянной посуде низ может остаться сыроватым.
- При приготовлении блюд по рецептам духовки всегда устанавливайте чуть меньшую температуру, примерно на 10–20 °С ниже, чем в рецепте для духовки.
- Постоянно контролируйте процесс, особенно в конце – из-за обдува и быстрого приготовления изделие легко пересушить.
- Для высокого пирога накройте фольгой верх после появления корочки, чтобы не подгорел. При этом фольга должна быть тщательно закреплена, чтобы исключить попадание на нагревательный элемент.
- Бумагу для выпечки никогда не используйте при разогреве техники, только вместе с заготовкой. Следите за тем, чтобы бумага не торчала и не находилась близко к нагревательному элементу. Если изделие мелкое или все время перемещается по корзине, бумагу необходимо прижать дополнительной решеткой (в некоторых аэрогрилях предусмотрено несколько уровней решеток).

ЕСЛИ ВЫ НИКОГДА НЕ ПРОБОВАЛИ ВЫПЕКАТЬ В АЭРОГРИЛЕ, САМОЕ ВРЕМЯ НАЧАТЬ! В КНИГЕ ВЫ НАЙДЕТЕ ПОПУЛЯРНЫЕ РЕЦЕПТЫ, КОТОРЫЕ ПРИДУТСЯ ПО ВКУСУ ВСЕЙ СЕМЬЕ!

ТИПЫ АЭРОГРИЛЕЙ И НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ

В разных аэрогрилях процесс выпечки происходит немного по-разному, поэтому время и температурный режим могут несколько отличаться. Это зависит от типа аэрогриля, его мощности, размеров и количества нагревательных элементов. Поэтому указанные в рецептах книги температура и время выпечки достаточно условны — в каждом случае может потребоваться небольшая коррекция. Делайте заметки на полях, чтобы не забыть, какие изменения вы вносили в процессе приготовления.

АЭРОГРИЛИ БЫВАЮТ:

- с выдвижными корзинами и откидной дверцей (как в духовке);
- с вертикальной или горизонтальной загрузкой;
- со стеклянной или металлической чашей;
- с двумя нагревательными элементами (нижний и верхний тэн) или одним (тэн только сверху);
- с круглыми, квадратными или удлиненными корзинами.

Ассортимент достаточно разнообразен, поэтому рецепты в книге рассчитаны на средние аэрогрили с корзиной объемом 7–8 л и размером решетки 20–22 см. Если у вас аэрогриль меньшего размера, необходимо уменьшить объем ингредиентов (тесто и начинку) на 20–30%.

В аэрогрилях с одним верхним тэном и особенно со стеклянными чашами низ может хуже пропекаться, в некоторых рецептах может по-

требоваться переворачивание изделия. Если перевернуть невозможно, нужно уменьшить температуру и выпекать чуть дольше, или накрыть изделие фольгой, чтобы верх не сгорел. Другим возможным решением будет выпекание в посуде, которая хорошо держит тепло с предварительным разогревом, — например в алюминиевых формах для пирогов и пиццы, чугунных формах.

ПОСУДА И ПОЛЕЗНЫЕ МЕЛОЧИ

Любая посуда, пригодная для использования в духовке, подойдет и для аэрогриля, но она должна подходить по размеру и обеспечивать хорошую циркуляцию воздуха. Силиконовые формы, алюминиевые, керамические, стеклянные, одноразовые алюминиевые или бумажные формы также можно использовать в аэрогриле.

Силиконовые формы — самый распространенный и удобный вариант: обеспечивают легкое извлечение изделия, не требуя смазки, но дают более плотную выпечку и не всегда равномерно золотистую корочку; требуют аккуратности при работе, так как сделаны из мягкого материала; не требуют разогрева, однако в силиконе выпечка может отличаться по текстуре от той, что выпекалась в металлических или керамических формах.

Алюминиевые формы быстро нагреваются, обеспечивая пышную выпечку с золотистой корочкой, некоторые формы требуют смазки и сложнее в очистке. Самый практичный вариант — металлические формы с антипригарным покрытием, если же его нет, форму необходимо

выстелить пекарской (пергаментной) бумагой. Также можно использовать одноразовые алюминиевые формы.

Пекарская (пергаментная) бумага. Обращайте внимание на температурный режим, выбирайте силиконизированную бумагу — такая бумага не прилипнет к выпечке и обеспечит высокую безопасность при выпекании.

Фольга может использоваться в некоторых случаях, но очень важно хорошо ее закрепить, чтобы она не соприкасалась с нагревательным элементом.

Щипцы для захвата — те, чтобы извлекать простерилизованные банки, — для аэрогриля тоже очень удобны, особенно в тех случаях, когда емкость маленькая.