

ГОТОВИМ В АЭРОГРИЛЕ

Сборник лучших рецептов



хлеб*соль®
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

ГОТОВИМ В АЭРОГРИЛЕ

Сборник лучших рецептов



хлеб*соль®
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
РЕЦЕПТЫ	8
• ЯЙЦА КОКОТ.....	8
• ГРАНОЛА С ОРЕХАМИ, МЕДОМ И ЯБЛОЧНЫМИ ЧИПСАМИ.....	10
• ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С АПЕЛЬСИНОВОЙ ЦЕДРОЙ.....	12
• РАССЫПЧАТЫЕ СКОНЫ К ЗАВТРАКУ.....	14
• МАКАРОНЫ С СЫРОМ ПО-АЛЬПИЙСКИ.....	16
• САЛАТ С ЗАПЕЧЕННОЙ ТЫКВОЙ И СЫРОМ С ГОЛУБОЙ ПЛЕСЕНЬЮ.....	18
• ХАЛУМИ В ПИТЕ С ОВОЩАМИ.....	20
• БРУСКЕТТЫ С ЗАПЕЧЕННЫМ ПЕРЦЕМ И ПОМИДОРАМИ ЧЕРРИ.....	22
• ГРУЗИНСКОЕ РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ.....	24
• БАБАГАНУШ.....	26
• БАКЛАЖАНЫ В АЗИАТСКОМ СТИЛЕ.....	28
• ЗАПЕЧЕННЫЙ КАМАМБЕР С ОВОЩАМИ ГРИЛЬ И ГРИССИНИ.....	30
• СТЕЙК ПО-АРГЕНТИНСКИ С СОУСОМ ЧИМИЧУРРИ.....	32
• РОСТБИФ С ОВОЩАМИ ГРИЛЬ.....	34
• МЕДАЛЬОНЫ ИЗ СВИНИНЫ В ЯГОДНОМ СОУСЕ.....	36
• БЫСТРЫЙ ПИРОГ С МЯСОМ.....	38
• ШВЕДСКИЕ ФРИКАДЕЛЬКИ С ЯГОДНЫМ СОУСОМ.....	40
• МУСАКА.....	42
• МИНИ-ШНИЦЕЛИ В КУКУРУЗНОЙ ОБСЫПКЕ.....	44

- РУЛЕТЫ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ С ВЕТЧИНОЙ И ТИМЬЯНОМ 46
- ПАЙ С КУРИЦЕЙ И ГРИБАМИ В ГОРШОЧКЕ 48
- КУРИНЫЕ КРЫЛЫШКИ В МЕДОВОЙ ГЛАЗУРИ 50
- ШАШЛЫЧКИ В СОУСЕ ТЕРИЯКИ 52
- КАЛЬМАРЫ И КРЕВЕТКИ ГРИЛЬ НА ШПАЖКАХ 54
- ЗАПЕКАНКА С ТРЕСКОЙ И КАРТОФЕЛЕМ..... 56
- КАРТОФЕЛЬ «ХАССЕЛЬБЕК» 58
- ГРАТЕН ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ И БРОККОЛИ 60

ТАБЛИЦА КАЛОРИЙНОСТИ.....62

ВВЕДЕНИЕ

Аэрогриль — современный компактный прибор для приготовления множества прекрасных блюд, особенно он актуален там, где требуется румяная корочка. Он способен с легкостью заменить духовку и фритюрницу. Одно из главных его достоинств — скорость приготовления. Практически все в нем готовится в два раза быстрее!



К тому же разогревается гриль очень быстро, всего за 3–5 минут. И для румяной корочки не нужно много масла. А это значит, что блюда, приготовленные в нем, очень полезны. И не только хрустящий картофель и румяная курочка! Яйца, запеканки, пироги, пирожки, хлеб, печенье, разнообразные заготовки, супы и даже торты! Когда нужно приготовить небольшое количество, аэрогриль позволяет обойтись без духовки — не нужно долго ждать, пока он разогреется, да и испечется все намного быстрее. Благодаря большому диапазону температур спектр блюд, которые можно приготовить в аэрогриле, становится еще шире.