

RECETARIO FREIDORA DE AIRE

NVR-6560 FA



**COCINA +
SALUDABLE**

80% menos
de grasa

GUARNICIONES

págs. 2-7

APERITIVOS

págs. 8-16

ENTRANTES

págs. 17-22

NIÑOS Y POSTRES

págs. 23-27

nevir



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

Gajos crujientes de Patata

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 100 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

4 patatas medianas

1 taza de agua

3 cucharadas de aceite vegetal

1 cucharadita de pimentón

¼ de cucharadita de pimienta

¼ de cucharadita de sal

1. Limpie frotando intensamente la piel de las patatas bajo el chorro del agua. Hierva las patatas en agua con sal durante 40 minutos o hasta que estén tiernas (compruebe pinchando con un tenedor). Enfriar completamente (aproximadamente 30 minutos) en el refrigerador.
2. En un recipiente mezcle el aceite, el pimentón, sal y pimienta negra. Cortar las patatas refrescadas en gajos y unte suavemente con la mezcla de aceite y especias.
3. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Añada la mitad de la papas gajo a la cesta de cocción, colocando la piel hacia abajo, y teniendo cuidado de no amontonar. Cocinar cada lote de 13-15 minutos o hasta que estén doradas.



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

Patatas Fritas

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 60 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

2 patatas peladas

1 cucharada de aceite de oliva.

1. Pelar las patatas y cortarlas en tiras. Remojar las patatas en agua durante al menos 30 minutos, luego escurrir bien y séquelas con papel de cocina.
2. Precaliente la freidora aire a 165°C. Coloque las patatas en una fuente grande con el aceite, cubriendo ligeramente las patatas. Agregar las patatas a la cesta de cocción y cocinar durante 5 minutos, hasta que queden crujientes. Sacar de la cesta y dejar enfriar sobre una rejilla.
3. Aumentar la temperatura de la freidora de aire a 200°C e introducir las patatas precocinadas nuevamente dentro de la canasta, cocinar otros 10-15 minutos o hasta que estén bien doradas. Patatas cortadas gruesas se demoran más en cocinar, mientras patatas cortadas más finas se cocinarán más rápido.



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

Croquetas de Patata

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 45 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

PARA EL RELLENO

2 papas medianas, peladas y partidas en cubos

1 yema de huevo

½ taza de queso parmesano rallado

2 cucharadas de harina

2 cucharadas de cebollino picado muy fino

1 pizca de sal

1 pizca de pimienta

1 pizca de nuez moscada molida

PARA EL EMPANADO

2 cucharadas de aceite vegetal

1 taza de harina común

2 huevos batidos

½ taza pan rallado

1. Hervir los cubos de patata en agua con sal durante 15 minutos. Escurrir y desmenuzar finamente en un recipiente grande con un machacador o prensador. Enfríe completamente. Mezclar con la yema de huevo, el queso, la harina y el cebollino. Condimentar con sal, pimienta y nuez moscada. Dar forma de bolas a la masa de relleno con el tamaño de pelotas de golf y apartar.
2. Precaliente la freidora de aire a 200° C. Mezclar el aceite y el pan rallado y remover hasta obtener una mezcla compacta y suelta. Pase cada bola de patata por la harina, luego el huevo y luego el pan rallado; moldeando y presionando para darles la forma deseada y asegurarse de que el rebozado se adhiere completamente. Coloque la mitad de las croquetas en la cesta de cocción, cocine cada lote de 7-8 minutos o hasta que estén doradas.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Patatas Gratinadas

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 25 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

3 patatas medianas peladas

¼ de taza de leche

¼ de taza nata

1 cucharadita pimienta negra

½ cucharadita de nuez moscada molida

¼ de taza de Gruyere o queso semicurado rallado

1. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Cortar las patatas en láminas delgadas. En un tazón, mezcle la leche y la crema y sazone al gusto con sal, pimienta y nuez moscada. Untar los trozos de patata con la mezcla de leche.

2. Colocar las rodajas de patatas en un recipiente de horno de 15 cm tipo Quiché y vierta el resto de la mezcla de crema en el recipiente encima de las patatas. Distribuya el queso sobre las patatas. Coloque la bandeja de Quiché en la cesta de cocción e introduzca la cesta en la freidora de aire. Ajuste el temporizador a 15 minutos y cocinar hasta que se dore bien.



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

Chips de Patata estilo Rosemary

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 70 MIN.

RACIONES: 2

INGREDIENTES:

2 patatas medianas cortadas en láminas muy finas.

1 cucharada de aceite de oliva

1 cucharadita de Romero, picada

1 pizca de sal.

1. Frote las patatas bajo el chorro de agua para limpiarlas bien. Cortar las patatas en virutas finas directamente en un recipiente lleno de agua. Remojar las papas durante 30 minutos, cambiando el agua varias veces. Escurrir bien y séquelo completamente con papel de cocina.
2. Precaliente la freidora aire a 165°C. En un tazón, mezcle las papas con el aceite de oliva. Colocarlos en la cesta de cocción y cocinar durante 30 minutos o hasta que estén doradas, sacudiendo con frecuencia para asegurar que las patatas se cocinan uniformemente. Cuando termine y aún calientes, mezcle en un tazón grande con Romero y sal.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEDIR

Langostinos con Bacon

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

450 gr. de langostinos tigre, pelados y desvenados

400 gr. de bacon en lonchas finas a temperatura ambiente.

1. Envuelva cada langostino con una loncha de Bacon, a partir de la cabeza y terminando en la cola. Dejar los langostinos envueltos en la nevera durante 20 minutos.
2. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Ponga los langostinos repartidos en dos mitades en la cesta de cocción. Cocinar cada lote de 5 a 7 minutos. Escurrir sobre papel absorbente antes de servir.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Croquetas de queso y bacon

TIEMPO PREPARACIÓN: 50 MIN.

RACIONES: 6

INGREDIENTES:

Para el Relleno:

450 gr. de queso Cheddar fuerte.

450 gr. de bacon en lonchas muy finas a temperatura ambiente.

Para el Empanado:

2 cucharadas de aceite de oliva

1 taza de harina común

2 huevos batidos

½ taza de pan rallado sazonado

1. Corte el bloque de queso cheddar en 6 porciones de igual tamaño aproximadamente. Tome dos lonchas de bacon y envuelva cada pieza de queso cheddar, cubriendo completamente el queso. Recorte el exceso de grasa. Introduzca las bolas de queso y bacón en el congelador durante 5 minutos para que cojan firmeza. No congelar.
2. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Mezclar el aceite y el pan rallado y revuelva hasta lograr una pasta consistente. Pase cada bloque de queso cheddar por harina, el huevo y y luego el pan rallado. Apriete cada croqueta para asegurar que se adhiere el rebozado. Coloque las croquetas en la cesta y cocinar durante 7-8 minutos o hasta que estén doradas.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEUR

Rollitos de Primavera fritos

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 25 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

Para el relleno:

150 gr. de pechuga de pollo cocida desmenuzada.

1 tallo de apio, cortado en rodajas finas

1 zanahoria mediana, cortada en rodajas finas

½ taza de champiñones, cortados en rodajas finas

½ cucharadita de jengibre, finamente picado

1 cucharadita de azúcar

1 cucharadita de sazónador de pollo en polvo.

Para las envolturas del rollito de primavera:

1 huevo batido

1 cucharadita de maicena

8 envoltorios de rollito de primavera

½ cucharadita de aceite vegetal.

1. Preparación del relleno. Coloque el pollo en un tazón y mezclar con el apio, la zanahoria y los champiñones. Agregue el jengibre, el azúcar y el sazónador de pollo en polvo, remueva uniformemente.
2. Mezcle el huevo con la maicena hasta lograr una pasta espesa; apartar. Coloque un poco de relleno sobre cada envoltorio de rollito de primavera y enróllelo, sellar los extremos con la mezcla de huevo.
3. Precaliente la freidora de aire a 200° C. Impregnar ligeramente los rollitos de con aceite antes de colocar en la cesta de cocción. Freír en dos lotes, cocinar cada lote durante 3-4 minutos o hasta que estén dorados. Servir con salsa de chile dulce o salsa de soja.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Croquetas de Cangrejo

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MIN.

RACIONES: 6

INGREDIENTES:

Para el relleno:

450 gr. de carne de cangrejo - 2 claras de huevo batidas

1 cucharada de aceite de oliva - ¼ taza de cebolla roja finamente picada

¼ pimiento rojo picado fino - 2 cucharadas de apio, finamente picado

¼ de cucharadita de estragón, finamente picado

¼ de cucharadita de cebolleta, finamente picada

½ cucharadita de perejil, finamente picado

½ cucharadita de pimienta cayena

¼ de taza de mayonesa - ¼ taza crema agria

Para el empanado:

3 huevos batidos

1 taza de harina común.

1 taza de pan rallado Panko (o pan rallado grueso)

1 cucharadita de aceite de oliva. ½ cucharadita de sal

1. En un pequeño wok saltear a fuego medio-alto en aceite de oliva, las cebollas, pimientos y apio. Pochar hasta que las verduras estén transparentes, 4-5 minutos. Retirar del fuego y dejar que se enfríe.
2. En un robot, mezcla el panko, aceite de oliva y sal hasta conseguir una miga fina. Combinar los restantes ingredientes con las verduras en un tazón grande: carne de cangrejo, claras de huevo, mayonesa, crema agria, y especias. Y en tres cuencos distintos preparar la harina, los huevos y la mezcla de panko.
3. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Moldear la mezcla de cangrejo en bolas con tamaño de pelotas de golf, pasar cada uno por harina, huevo y finalmente el panko. Apriete las croquetas para que se adhiera el rebozado. Coloque las croquetas en la canasta, teniendo cuidado de no amontonar demasiadas. Cocinar cada lote 8-10 minutos o hasta que estén dorados.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEDIR

Triángulos de queso Feta

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MIN.

RACIONES: 5

INGREDIENTES:

- 1 yema de huevo
- 150 gr. de queso feta
- 2 cucharadas perejil de hoja plana, finamente picado
- 1 cebolleta, finamente picada
- 5 hojas de pasta filo descongeladas
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Pimienta negra molida al gusto

1. Batir la yema de huevo en un cuenco y mezclar con el queso feta, el perejil y la cebolleta; sazonar con pimienta al gusto. Cortar cada hoja de filo masa en tres franjas. Colocar una cucharadita llena de la mezcla de queso feta en la parte inferior de una tira de masa. Doblar la punta de la masa sobre el relleno para formar un triángulo, doblar la tira en forma de zig-zag hasta que el relleno está envuelto en un triángulo. Repita hasta tener todo el relleno envuelto en la pasta filo.
2. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Con la ayuda de una brocha, moje los triángulos con un poco de aceite y colóque unos pocos en la cesta de cocción.
3. Cocine durante 3 minutos o hasta que estén doradas. Repita el proceso para todos los triángulos de queso feta restantes y servir.



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

SATAY Coreano a la Barbacoa

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

½ kilo de pollo deshuesado sin piel ni grasa.

½ taza de salsa de soja baja en sodio

½ taza de jugo de piña

¼ taza aceite de sésamo

4 dientes de ajo, picados

4 cebollitas verdes picadas

1 cucharada de jengibre fresco, rallado

2 cucharaditas de sésamo, tostado

1 pizca de pimienta

1. Prepare los pinchos de pollo. Combine todos los otros ingredientes en un bol grande. Añadir el pollo ensartado en el recipiente, mezcle y refrigere bien tapado durante 2 horas mínimo (hasta 24 horas máximo).
2. Precaliente la freidora de aire a 200° C. Seque lo más posible los pinchos de pollo con papel de cocina. Haga dos lotes de pinchos y cocine cada uno de 5 a 7 minutos.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEDIR

Alitas de pollo JERK

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 45 MIN.

RACIONES: 6

INGREDIENTES:

- 1,5 kg. alitas de pollo
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 6 dientes de ajo, finamente picados
- 1 chile habanero, sin semillas y nervaduras, finamente picado
- 1 cucharada Pimienta de Jamaica
- 1 cucharadita de canela
- 1 cucharadita de pimienta de cayena
- 1 cucharadita de pimienta blanca
- 1 cucharadita de sal
- 2 cucharadas de azúcar morena
- 1 cucharada de tomillo fresco, finamente picado
- 1 cucharada de jengibre fresco, rallado
- 4 cebollinos, finamente picados
- 5 cucharadas de jugo de limón
- ½ taza de vinagre de vino tinto

1. En un bol grande, combine todos los ingredientes, cubriendo el pollo con los condimentos y el adobo. Páselo a una bolsa con cierre de 2 l. y refrigere mínimo 2 horas (máximo 24 horas).
2. Precaliente la freidora aire a 200°C. Saque las alitas de la bolsa y saque todo el líquido. Seque las alitas completamente con una toalla de papel. Coloque la mitad de las alas en la cesta de cocción. Cocinar cada lote durante 14-16 minutos, agitando a media cocción.
3. Servir con salsa de queso azul o salsas al gusto.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Albóndigas marroquíes con yogur a la menta

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

Para las albóndigas:

- 1 kg. carne picada de cordero
- 150 gr. carne de pavo picada
- 1 ½ cucharadas de perejil, finamente picado
- 1 cucharada de menta, finamente picado
- 1 cucharadita de comino molido
- 1 cucharadita de cilantro molido
- 1 cucharadita de pimienta de cayena
- 1 cucharadita de pasta de chile rojo
- 2 dientes de ajo, finamente picado
- ¼ de taza de aceite de oliva
- 1 cucharadita de sal
- 1 clara de huevo

Para el yogur de menta:

- ½ taza de yogur griego desnatado
- ¼ taza de crema agria
- 2 cucharadas de suero de leche
- ¼ de taza de menta, finamente picado
- 1 diente de ajo, finamente picado
- 2 pizcas de sal

1. Precaliente la freidora de aire a 200°C. En un bol grande, combine todos los ingredientes para las albóndigas. De forma a las albóndigas con sus manos en un movimiento circular para suavizarlas, y con un tamaño de unos 3-4 cm. Coloque la mitad de las albóndigas en la cesta de cocción y cocinar cada lote durante 6-8 minutos.
2. Mientras que las albóndigas se cocinan agregar todos los ingredientes para el yogur de menta con un bol mediano y combinar bien. Servir con las albóndigas y decorar con menta fresca y las aceitunas.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEUR

Rollitos de hojaldre con salchicha

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

1 paquete salchichas de cóctel

1 paquete de masa de hojaldre

1. Retire las salchichas de cóctel del paquete y séquelas con toallas de papel. Cortar la masa de hojaldre en tiras rectangulares, aproximadamente 2 x 5 cm. Enrolle las tiras alrededor de las salchichas, dejando los extremos visibles.
2. Déjelas en el congelador durante 5 minutos.
3. Precaliente el la freidora de aire a 160°C. Retire los rollos con salchichas del congelador y coloque la mitad de ellos en la cesta de cocción. Cocine cada lote durante 6-8 minutos o hasta que estén doradas.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NVR

Champiñones rellenos al ajo

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 20 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

12 champiñones

Para el relleno

1 rebanada de pan blanco

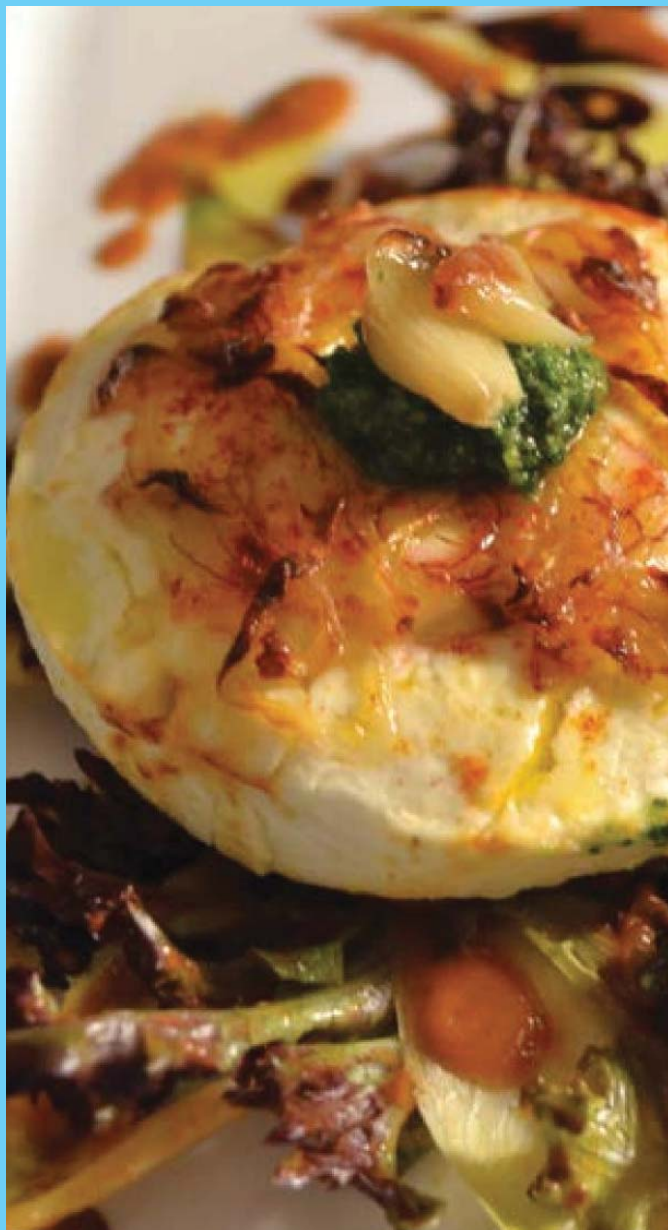
1 diente de ajo, machacado

1 cucharada de perejil, finamente picado

Pimienta negra al gusto

1 cucharada de aceite de oliva

1. Precaliente la freidora de aire a 200°C. En un robot de cocina o con batidora, picar las rebanadas de pan en migas finas y mezclar en el ajo, el perejil y la pimienta al gusto. Cuando esté completamente mezclado, agregue el aceite de oliva.
2. Quitar los tallos de los champiñones y llenar los champis con la mezcla del pan rallado. Coloque los champis en la cesta de cocción y deslícelo en la freidora Aire. Cocinar durante 10 minutos o hasta que estén dorados y crujientes.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Tomate asado con queso Feta al horno

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

Para el tomate:

1 tomate

225 gr. de queso feta

½ taza de cebolla roja, cortados en rodajas muy finas

1 cucharada de aceite de oliva

1 pizca de sal

Para el pesto de albahaca:

½ taza perejil picado grueso

½ taza de albahaca picada gruesa

½ taza de queso parmesano rallado

3 cucharadas de piñones tostados

1 diente de ajo

½ taza de aceite de oliva

1 pizca de sal

1. Hacer el pesto. En un robot de cocina, agregue perejil, albahaca, queso parmesano, ajo, piñones tostados y sal. Mientras se mezclan, agregue lentamente el aceite de oliva. Una vez que todo el aceite de oliva está incorporado, almacenar y refrigerar hasta que su uso.
2. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Cortar el tomate y el queso feta en rodajas circulares. Seque el tomate con papel de cocina. Extienda 1 cucharada de pesto encima de cada rebanada de tomate y cubra con el queso feta. Mezcle la cebolla roja con una cucharada de aceite de oliva y coloque encima el queso feta.
3. Coloque los tomates con feta en la cesta de cocción y cocinar de 12 a 14 minutos o hasta que el queso feta comienza a ablandar y tornar marrón. Terminar con una pizca de sal y una cucharada adicional del pesto de albahaca.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Pizza de Portobello y Pepperoni

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 MIN.

RACIONES: 1

INGREDIENTES:

- 1 platito de champiñones Portobello, limpios y preparados para servir
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharada de salsa de tomate
- 1 cucharada de mozzarella rallado
- 4 rebanadas de pepperoni
- 1 pizca de sal
- 1 pizca de condimento para pizza

1. Precaliente la freidora de aire a 165°C. Rociar de aceite de oliva ambos lados del Portobello, poner sal y los condimentos italianos en el interior del champiñón. Esparcir la salsa de tomate uniformemente por la seta y luego cubrir con queso.
2. Coloque los Portobello en la cesta de cocción e introdúzcalo en la freidora de aire. Después de 1 minuto, retire la cesta de cocción de la freidora de aire y coloque las rodajas de pepperoni encima de la pizza de Portobello. Cocine de 3 a 5 minutos. Terminar con queso parmesano recién rallado y hojuelas de pimienta roja picado.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Tortilla italiana (Frittata): de champiñones, cebolla y queso Feta.

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 25 MIN.

RACIONES: 2

INGREDIENTES:

3 huevos

2 tazas de champiñones limpios

½ cebolla roja

1 cucharada de aceite de oliva

3 cucharadas queso feta desmenuzado

1 pizca de sal

1. Pelar y cortar la media cebolla roja en juliana. Limpiar los champiñones y cortar en láminas. En una sartén con aceite de oliva, pochar las cebollas y los champiñones a fuego medio hasta que estén tiernos. Retirar del fuego y colocar sobre un paño de cocina seco para que se enfríe.
2. Precaliente la freidora de aire a 165°C. Batir los huevos en un tazón vigorosamente, agregar una pizca de sal. Use un molde de horno de unos 15 cm de diámetro; vierta los huevos en el molde, luego la mezcla de cebolla y champiñones y el queso. Coloque el molde en la cesta e introduzca el perol en la freidora de aire. Cocinar de 10 a 12 minutos. La 'frittata' está hecha cuando al introducir un cuchillo en el centro, el cuchillo salga limpio.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Salmón con salsa de Eneldo

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 25 MIN.

RACIONES: 2

INGREDIENTES:

Para el salmón:

350 gr. de salmón

2 cucharaditas de aceite de oliva

1 pizca de sal

Para la salsa de eneldo:

½ taza yogur griego desnatado

½ taza de crema agria

1 pizca de sal

2 cucharadas de eneldo finamente picado

1. Precaliente la freidora de aire a 135°C. Cortar el salmón en dos porciones y salsear cada pieza con 1 cucharadita de aceite de oliva. Condimentar con una pizca de sal. Coloque el salmón en la cesta de cocción y cocine durante 15-17 minutos.
2. Haga la salsa de eneldo: En un tazón combine el yogur, la crema agria, el eneldo picado y sal. Cubra el salmón cocido con la salsa y decore con una pizca de eneldo picado adicional.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEDIR

Gambas estilo Cajún

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 MIN.

RACIONES: 2

INGREDIENTES:

450 gr. de langostinos (16-20 piezas)

¼ de cucharadita de pimienta de Cayena

½ cucharadita de condimento 'Old Bay' (especias y picantes en polvo)

¼ de cucharadita de pimentón ahumado

1 pizca de sal

1 cucharada de aceite de oliva

1. Precaliente la freidora de aire a 200°C. En un recipiente mezcle todos los ingredientes, cubriendo las gambas con el aceite y las especias.
2. Coloque las gambas en la cesta de cocción y cocine durante 5 minutos.
3. Sírvanse sobre arroz.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Croquetas de Bacalao

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

½ Kg de bacalao

Para el empanado:

2 cucharadas de aceite de oliva

1 taza de harina común

2 huevos batidos

¾ taza pan rallado Panko

1 pizca de sal

1. Precaliente la freidora de aire a 200° C. Cortar el bacalao en tiras de aproximadamente 3-4 cm x 2-3 cm. En un robot de cocina mezclar el pan rallado Panko, aceite de oliva y sal a una miga fina. En tres tazones de preparar por separado la harina, los huevos y la mezcla de Panko para realizar el rebozado.
2. Pase cada pieza de bacalao por la harina, luego los huevos y luego el pan rallado. Presione firmemente los trozos de pescado para asegurarse de que se adhiera bien el rebozado; sacuda cualquier exceso de pan rallado o harina.
3. Ponga la mitad de las croquetas de bacalao en la cesta de cocción, cocine cada lote durante 8-10 minutos o hasta que estén doradas.



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

Chicken Tenders

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

½ kg. filetes de pollo

Para el empanado:

3 huevos, batidos

½ taza de pan rallado sazonado

½ taza de harina común

½ cucharadita de sal

1 cucharadita de pimienta negra

2 cucharadas de aceite de oliva

1. Precaliente la freidora de aire a 165°C. En tres recipientes separados, dejar de lado el pan rallado, los huevos y la harina. Sazonar las migas de pan con sal y pimienta. Añadir el aceite de oliva para el pan rallado y mezclar bien. Coloque el pollo en la harina, luego sumerja en los huevos y finalmente cubrir con el pan rallado. Apriete para asegurarse que el pan rallado recubren bien y uniformemente al pollo, sacuda el exceso de empanado antes de colocar en la cesta de cocción.
2. Cocine la mitad de los empanados de pollo a la vez, cocinar cada lote 10 minutos o hasta que estén dorados.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEVIR

Bikini de queso Cheddar

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 MIN.

RACIONES: 2

INGREDIENTES:

4 rebanada de brioche o pan blanco

½ taza de queso cheddar

½ taza de mantequilla derretida

1. Precaliente la freidora de aire a 180°C. Colocar el queso y la mantequilla en recipientes separados. Untar la mantequilla en cada lado de los 4 rebanadas de pan. Coloque el queso en 2 de las 4 piezas de pan. Junte las dos partes y añadir a la cesta de cocción. Cocine por 4-5 minutos o hasta que se doren y el queso se haya derretido.



Cheeseburger

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 MIN.

RACIONES: 2

INGREDIENTES:

300 gr. carne de ternera picada

2 rebanadas de queso cheddar

2 panes de hamburguesa (u otros bollos de pan)

sal

pimienta negro

1. Precaliente la freidora de aire a 200°C. Molde la carne picada en dos formas planas redondas de 150 gr. y sazone con sal y pimienta. Agregue las hamburguesas a la cesta de cocción y cocine por 10 minutos. Sacar de la freidora, colocar el queso encima de las hamburguesas, y montar con el pan, volver a cocinar en la freidora de aire un minuto más.



Freidora de aire NVR-6560 FA

n e v i r

Sorpresas de nube con mantequilla de cacahuete

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 20 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

- 4 hojas masa filo, descongeladas
- 4 cucharadas de mantequilla de cacahuete
- 4 cucharaditas crema de nubes (Marshmallow Fluff)
- 100 gr. de mantequilla derretida
- 1 pizca sal maldon

1. Precaliente la freidora de aire a 180°C. Unte 1 hoja de filo con mantequilla. Colocar una segunda hoja de filo en la parte superior de la primera y también untar con mantequilla. Repita hasta montar las 4 hojas. Cortar las capas filo en 4 tiras de 8 x 30 cm.
2. Ponga 1 cucharada de mantequilla de cacahuete y 1 cucharadita de crema de nubes en la parte inferior de una tira de filo. Doblar la punta de la hoja sobre el relleno para formar un triángulo y doblar varias veces en zigzag hasta que el relleno está completamente envuelto. Unte un poco de mantequilla para sellar los extremos.
3. Coloque los triángulos en la cesta de cocción y cocinar durante 3-5 minutos, hasta que estén doradas e hinchada. Terminar con un toque de sal maldon para una combinación de dulce y salado.



Freidora de aire NVR-6560 FA

NEUR

Soufflé de Vainilla

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 90 MIN.

RACIONES: 4

INGREDIENTES:

- 1/4 de taza de harina para todo uso
- 1/4 taza de mantequilla, en pomada
- 1 taza de leche - 1/4 taza de azúcar
- 2 cucharaditas de extracto de vainilla - 1 vaina de vainilla
- 5 claras de huevo - 4 yemas de huevo
- 30 gr. azúcar
- 1 cucharadita de levadura

1. Mezclar la harina y la mantequilla hasta que quede una pasta suave. En una cacerola calentar la leche y disolver el azúcar. Agregue la vaina de vainilla y llevar a ebullición. Añadir la mezcla de harina y mantequilla a la leche hirviendo. Con un batidor de alambre, batir vigorosamente para asegurar que no queden grumos. Cocine a fuego lento durante unos minutos hasta que la mezcla espese. Retirar del fuego. Deseche la vaina de vainilla y enfríe durante 10 minutos en un bol de agua con hielo.
2. Mientras la mezcla se enfría, coja 4 cuenquitos para soufflé. Unte con mantequilla y espolvorear con una pizca de azúcar. En otro bol batir rápidamente el extracto de vainilla y las yemas de huevo, y se echan a la mezcla de leche.
3. Por separado batir las claras de huevo, azúcar y la levadura hasta que las claras de huevo a punto de nieve suban. Echar las claras de huevo en la base soufflé y verter la mezcla final en los cuencos para hornear, enrasar la parte superior.
4. Precaliente la freidora a 165°C. Coloque 2 ó 3 cuencos de soufflé en la cesta de cocción y cocinar cada lote durante 12-15 minutos. Espolvorear con azúcar glas la parte superior del soufflé y acompañar al servir con sirope de chocolate en un vasito.

nevir

RECETARIO AIR FRYER



Nevir s.a.
P. E. Puerta de Madrid
C/ Canteros, 14 - 28830
San Fernando Henares - Madrid
Tel: 902 767 777 - Fax: 91 754 24 18
info@nevir.es
www.nevir.es