

RESEPTIT

ALKURUOKA

Napostelusalaatti

Kukkakaalia

Kurkkua

porkkanaa

Paprikaa

Ohje: Pilkotaan suikaleiksi ja asetetaan esille

Majoneesi

1 kananmuna

2 tl Dijon-sinappia

1/3 dl sitruunamehua

1/4 tl suolaa

kierros valkopippuria myllystä

2 dl rypsiöljyä

Ohje: Riko kananmuna korkeaan, kapeaan kannuun.

Lisää sinappi, sitruunamehu, suola ja valkopippuri kannuun. Kaada lopuksi rypsiöljy päälle.

Sekoita kaikki sauvasekottimella.

PÄÄRUOKA

Parsakana pekonikääreessä

3 kananrintaa (luuton, nahaton)

1 maustepussi sitruunapippuria (maun mukaan)

suolaa (maun mukaan)

3 juustovipalettea (Edam)

6 vihreää tankoparsaa

9 pekoniviipalettea

12 puista hammastikkua

talouspaperia

veitsi, leikkuulauta

ruokalämpömittari

ottimet kanan kääntämistä varten

Step 1

Esilämmitä air fryer 175 asteeseen.

Step 2

Kuivaa kananrinnat paperipyyhkeellä. Käytä terävää veistä, jolla saat halkaistua kananrinnat horisontaalisesti - aloita paksuimmasta kohtaa ja varo, ettet leikkaa kokonaan läpi. Avaa kananrinta leikkuukohdasta kuten kirja.

Step 3

Mausta molemmat puolet sitruunapippurilla. Aseta juustoviipale halkaistulle kananrinnalle. Käsittele parsat – katko puinen alaosa pois ja puolita parsat. Aseta 4 parsapuolikasta juuston päälle. Rullaa kananrinta juuston ja parsojen päälle, pidä huoli, että täytteet pysyvät sisällä. Pyöräytä 3 pekonia kananrinnan päälle. Käytä puisia hammastikkuja, jotta saat suljettua kananrinnan sekä kiinnitettyä pekonit.

Step 4

Aseta pekoniwräpatut kananrinnat air fryerin koriin ja kypsennä niitä 15 minuuttia – käännä ja kypsennä 15 min lisää. Testaa kypsyyt lämpömittarilla – tuote on kypsä, kun sen sisälämpötila on yli 75 astetta.

Ranskalaiset

Ainesosat

0,8–1,2 kg perunoita

1 tl öljyä

Suolaa ja pippuria

Step 1

Leikkaa perunat suikaleiksi ja laita likoamaan veteen 30 minuutiksi. Kaada vesi pois ja levitä öljy tasaisesti perunoiden päälle. Lisää suolaa ja pippuria ja laita perunat Airfryer-koriin.

Step 2

Valmista Airfryerissa 12 minuutin ajan 185 asteessa. Ravistele koria ja kypsennä vielä 5 minuuttia 185 asteessa.

JÄLKIRUOKA

Viettelevä suklaa-banaani mikrokuppikakku herkullisella nutella-kuorrutteella

Ainesosat

2 kypsää banaania

2 dl perunajauhoja

1 dl fariinisokeria

0,75 dl kaakaojauhetta

1 tl soodaa

ripaus suolaa

ripaus vaniljasokeria

1,75 dl kauramaitoa

1 dl rypsiöljyä

4 kpl muffinsivuokia tai mukeja

Koristeet

Nutellaa

vispautuvaa kermaa

rouhittua tummaa suklaata

Step 1

Muussaa banaanit kulhossa.

Step 2

Lisää banaanin joukkoon kaikki ainekset reseptin mukaisessa järjestyksessä ja sekoita tasaiseksi. Annostele vuokiin/mukeihin. Jos käytät paperisia vuokia, laita useampi paperinen vuoka päällekkäin, jottei vuoka valahda. Huomioi nousuvara!

Step 3

Laita kuppikakku valitussa vuoassa mikroon ja mikrota täydellä teholla yksitellen ensin yksi minuutti. Jos mukikakku ei tunnu kypsältä, mikrota lisää 15 sekuntia kerrallaan. Mukikakku saa jäädä sisältä hieman raa'aksi

Step 4

Anna kuppikakkujen jäähtyä hieman. Tänä aikana voit tehdä kuorutteen, eli ota nutellaa sekä kermaa kulhoon – vispaa ne tasaiseksi koristemassaksi.

Lisää kuppikakkujen päälle nutellamassa sekä rouhittua tummaa suklaata.