

# SALTER®

SINCE 1760

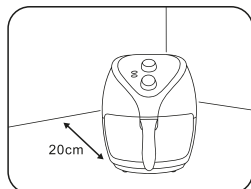
## 3,2 literes forrólevegős fritőz

Élvezze a sült ételeket  
egészségesebb változatban,  
kevés olajjal vagy olaj  
nélkül elkészítve



Őrizze meg ezt az útmutatót későbbi használatra.

Ha a tápkábel, a csatlakozó vagy a készülék bármely része meghibásodott, leesett vagy megsérült, a sérülések elkerülése érdekében azonnal függessze fel a készülék használatát.



## Biztonsági előírások

Elektromos készülékek használata közben mindig be kell tartani az alapvető biztonsági óvintézkedéseket.

Mielőtt a készüléket áramforráshoz csatlakoztatná, ellenőrizze, hogy az adattáblán feltüntetett feszültség megegyezik-e a helyi hálózat feszültségével.

8 éven aluli gyermekek, csökkent fizikai, érzékelési vagy szellemi képességű, illetve kellő tapasztalattal vagy ismeretekkel nem rendelkező személyek a készüléket csak felügyelet mellett vagy akkor használhatják, ha megtanították nekik a készülék biztonságos használatát, és tisztában vannak a lehetséges veszélyekkel is.

A gyermekek felügyeletével gondoskodjon arról, hogy ne játszhassanak a készülékkel.

A készülék tisztítását és karbantartását gyermek csak abban az esetben végezheti, ha elmúlt 8 éves, és felügyelet alatt áll.

Ez a készülék nem játék.

A készülék nem tartalmaz a felhasználó által javítható alkatrészeket, a javítást kizárólag szakképzett villanyszerelő végezheti. A nem megfelelő javítás a felhasználó sérülését okozhatja.

Tartsa a készüléket és a hozzá tartozó tápkábelt gyermekektől elzárt helyen.

A bekapcsolt vagy még forró készüléket tartsa gyermekektől távol.

A készüléket és a tápkábelt tartsa távol hőtől és éles szélektől, amelyek károsíthatják azt.

A tápkábelt tartsa távol a készülék bármely olyan részétől,

amely használat közben felforrósodhat.  
Tartsa távol a készüléket más hő kibocsátó berendezésektől.  
A készüléket ne merítse vízbe vagy egyéb folyadékba.  
Ne használja a készüléket nedves kézzel.  
Ne hagyja a készüléket felügyelet nélkül, miközben az áramforráshoz van csatlakoztatva.  
Soha ne a kábelnél fogva húzza ki a készüléket a hálózati aljzatból; kapcsolja ki a készüléket, és kézzel húzza ki a csatlakozódugót.  
Ne húzza és ne hordozza a készüléket a tápkábelnél fogva.  
A készüléket kizárólag rendeltetésszerűen használja.  
A mellékelt tartozékokon kívül ne használjon semmilyen más tartozékot.  
A készüléket ne használja a szabadban.  
Ne tárolja a készüléket közvetlen napfényben vagy magas páratartalmú helyen.  
Használat közben ne mozgassa a készüléket.  
Ne érjen a készülék fűtőelemeihez vagy azon részeihez, amelyek felforrósodhatnak, mert ez sérülést okozhat.  
Ne használjon éles vagy karcoló eszközöket a készülékhez; a tapadásmentes felület sérülésének elkerülése érdekében csak műanyag vagy fa spatulát használjon.  
Használat után, illetve tisztítás vagy felhasználói karbantartás előtt mindig húzza ki a készülék csatlakozódugóját az aljzatból.  
Tisztítás, karbantartás vagy tárolás előtt mindig győződjön meg arról, hogy a készülék már teljesen lehűlt.  
A készüléket mindig stabil, hőálló felületen használja, a felhasználó számára kényelmes magasságban.  
A készülékhez nem ajánlott hosszabbító kábelt használni.  
A készüléket kizárólag a készülékhez mellékelt külső időzítővel vagy külön távvezérlőrendszerrel szabad működtetni.  
Ez a készülék kizárólag háztartási célú használatra szolgál.  
Kereskedelmi célra nem használható.  
A készülék külső felülete vagy ajtaja használat közben felforrósodhat.



**FIGYELMEZTETÉS::** Forró felület – ne érjen a készülék fűtőelemeihez vagy azon részeihez, amelyek felforrósodhatnak.

**VIGYÁZAT:** Tartsa távol a készüléket gyúlékony anyagoktól.

## Automatikus kikapcsolás

A forrólevegős fritőz automatikus kikapcsolási funkcióval van ellátva.

Ez akkor aktiválódhat, ha:

1. A beállított sütési idő letelt. Az időzítő megszólal, és az automatikus kikapcsolás aktiválódik, ezzel kikapcsolja a forrólevegős fritőzt.
2. A sütőrekeszt sütés közben kihúzzák a forrólevegős fritőzből. Ebben az esetben az időzítő mindaddig folytatja a visszaszámlálást, amíg a sütési idő le nem telik.

**MEGJEGYZÉS:** Ha a forrólevegős fritőzt a beállított sütési idő lejártá előtt le kell állítani, kapcsolja ki, és húzza ki a csatlakozódugót a hálózati aljzatból.

## Mit tegyen és mit ne tegyen

### TEGYE:

Használat előtt ellenőrizze, hogy a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálca megfelelően van-e rögzítve. Ellenkező esetben a forrólevegős fritőz nem fog működni.

A sütőrekeszt mindig a fogantyújánál fogja meg.

Legyen óvatos a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálca eltávolításakor, mert a készülékből gőz távozhat.

### NE TEGYE:

Ne fordítsa meg a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcát, amikor a sütőrekesz még a készülékben van, mert a felesleges olaj összegyűlhet a sütőrekesz alján.

Ne takarja le a forrólevegős fritőzt vagy a levegőbemeneti nyílásokat, mivel ez akadályozhatja a légáramlást, és



befolyásolhatja a sütés eredményét.

Ne töltse fel a sütőrekeszt olajjal vagy más folyadékkal.

Ne érintse meg a sütőrekeszt használat közben vagy közvetlenül használat után, mivel nagyon felforrósodik; a sütőrekeszt csak a fogantyújánál fogja meg.

Ne fordítsa el az időzítő vezérlőtárcsát az óramutató járásával ellentétes irányban, mivel ezzel károsíthatja azt.

## **Ápolás és karbantartás**

Tisztítás vagy karbantartás előtt mindig kapcsolja ki és húzza ki a forrólevegős fritőzt a hálózati aljzatból, és várjon, amíg teljesen lehűl.

**1. LÉPÉS:** Tisztítsa meg a forrólevegős fritőzt puha, nedves ruhával, majd alaposan szárítsa meg.

**2. LÉPÉS:** Tisztítsa meg a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcát meleg, szappanos vízben, majd alaposan öblítse le és szárítsa meg.

Ne merítse a forrólevegős fritőz főegységét vízbe vagy más folyadékba.

A forrólevegős fritőz vagy tartozékainak tisztításához ne használjon durva vagy dörzsölő hatású tisztító- vagy súrolószert, mert ezzel károsíthatja a készüléket.

**MEGJEGYZÉS:** A forrólevegős fritőzt minden használat után meg kell tisztítani.

## Az alkatrészek leírása



- |    |                                                |    |                                         |
|----|------------------------------------------------|----|-----------------------------------------|
| 1. | 3,2 literes forrólevegős<br>fritőz főegysége   | 5. | Időzítő vezérlőtárcsa                   |
| 2. | Sütőrekesz                                     | 6. | Hőmérséklet-szabályozó gomb             |
| 3. | Tapadásmentes bevonattal<br>ellátott sütőtálca | 7. | Narancssárga tápellátást<br>jelző lámpa |
| 4. | A sütőrekesz fogantyúja                        | 8. | Zöld hőmérsékletjelző lámpa             |

## Használati útmutató

### Az első használat előtt

- 1. LÉPÉS:** Mielőtt a forrólevegős fritőzt a hálózati aljzathoz csatlakoztatja, törölje át puha, nedves ruhával, majd alaposan szárítsa meg.
- 2. LÉPÉS:** Tisztítsa meg a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcát meleg, szappanos vízben, majd alaposan öblítse le és szárítsa meg.
- 3. LÉPÉS:** Helyezze a forrólevegős fritőz főegységét stabil, hőálló felületre, a felhasználó számára kényelmes magasságba.

**MEGJEGYZÉS:** A forrólevegős fritőz első használatakor enyhe füst vagy szag keletkezhet. Ez normális jelenség, és rövid időn belül elmúlik. Használat közben gondoskodjon a megfelelő szellőzésről a forrólevegős fritőz körül. Javasoljuk, hogy az első használat előtt kb. 10 percig működtesse a fritőzt üresen; ez megakadályozza, hogy a kezdeti füst vagy szag befolyásolja az étel ízét.

### A 3,2 literes forrólevegős fritőz összeszerelése

- 1. LÉPÉS:** Illessze a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcát a sütőrekeszbe úgy, hogy a helyére rögzüljön.
- 2. LÉPÉS:** Csúsztassa a sütőrekeszt a forrólevegős fritőz főegységébe, és zárja le.

**MEGJEGYZÉS:** A forrólevegős fritőz előre összeszerelt állapotban kerül forgalomba. Használat előtt a sütőrekeszt biztonságosan le kell zárni, mert ellenkező esetben nem fog működni.

### A 3,2 literes forrólevegős fritőz használata

- 1. LÉPÉS:** Csatlakoztassa a forrólevegős fritőzt a hálózati aljzathoz, és kapcsolja be a készüléket.
- 2. LÉPÉS:** Melegítse elő a forrólevegős fritőzt kb. 5 perccig az időzítővel és a hőmérséklet-szabályozó tárcsával. A narancssárga tápellátást jelző lámpa és a zöld hőmérsékletjelző lámpa világítani kezd, ezzel jelezve, hogy a forrólevegős fritőz melegszik. A kívánt hőmérséklet elérésekor a zöld hőmérsékletjelző lámpa automatikusan kikapcsol.
- 3. LÉPÉS:** A sütőrekesz fogantyújánál fogva húzza ki a sütőrekeszt a forrólevegős fritőzből. Helyezze a sütőrekeszt sík, stabil, hőálló felületre.
- 4. LÉPÉS:** Helyezze a hozzávalókat a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, majd csúsztassa vissza a sütőrekeszt a forrólevegős fritőz főegységébe a lezáráshoz.
- 5. LÉPÉS:** A hőmérséklet-szabályozó tárcsa segítségével állítsa a fritőzt a kívánt hőfokra.
- 6. LÉPÉS:** Határozza meg a hozzávalókhoz szükséges sütési időt, és az időzítő vezérlőtárcsa segítségével állítsa be az időt; az időzítő a felengedés után elkezd visszaszámolni.
- 7. LÉPÉS:** Bizonyos hozzávalókat a sütési idő felénél meg kell rázni. A sütőrekesz fogantyújánál fogva vegye ki a sütőrekeszt a forrólevegős fritőzből. Óvatosan rázza meg a sütőrekeszt, csúsztassa vissza a főegységbe, zárja le, és folytassa a sütést.
- 8. LÉPÉS:** Amikor az előre beállított idő letelik és a sütés befejeződik, az időzítő hangjelzést ad. A sütőrekesz fogantyújánál fogva húzza ki a sütőrekeszt a forrólevegős fritőzből, és ellenőrizze, hogy a hozzávalók elkészültek-e. Ha a hozzávalók még nem sülték készre, zárja be a sütőrekeszt, és helyezze vissza a főegységbe. Az időzítő vezérlőtárcsával állítsa be a sütési időt. Ha az étel megfőtt, vegye ki egy hőálló csipesz (nem tartozék) segítségével.

**MEGJEGYZÉS:** Sütés előtt mindig melegítse elő a forrólevegős fritőzt, vagy növelje kb. 3–5 perccel a sütési időt. A sütési időt vagy a hőmérsékletet használat közben egyszerűen, az időzítő vagy a hőmérséklet-szabályozó tárcsa segítségével módosíthatja; a fritőz automatikusan módosítja a beállításokat. Használat közben a zöld hőmérsékletjelző lámpa be- és kikapcsol, jelezve, hogy fenntartja a kiválasztott hőmérsékletet.

**FIGYELMEZTETÉS:** Ne öntse az ételt közvetlenül tálba vagy tányérra, mivel a felesleges olaj összegyűlik a sütőrekesz alján, és ráfolyhat az ételre.

Használat közben mindig óvatosan nyissa ki és zárja le a sütőrekeszt, mert nagyon felforrósodik.

**VIGYÁZAT:** A készülék akkor is névleges feszültség alatt áll, ha a hőmérséklet-szabályozó tárcsát kikapcsolt állásba fordítja. A forrólevegős fritőz teljes kikapcsolásához húzza ki a készüléket a hálózati aljzatból.

## Sütési útmutató

Az alábbiakban egyes ételfajták forrólevegős fritőzben történő elkészítésére vonatkozó útmutatót találja. Ez csak iránymutatás, az ételkészítést mindig figyelemmel kell kísérni. Mindig forrón találja fel az ételt.

### Krumpli és hasábburgonya

| Étel                             | Mennyiség | Hozzávetőleges sütési idő | Rács   | További információk                                                                                                                                                        |
|----------------------------------|-----------|---------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Vékony fagyasztott hasábburgonya | 300–700 g | 12–16 perc                | 200 °C | „A 3,2 literes forrólevegős fritőz használata” című részben leírtak szerint rázza fel a hasábburgonyát.                                                                    |
| Vastag fagyasztott hasábburgonya | 300–700 g | 12–16 perc                | 200 °C | „A 3,2 literes forrólevegős fritőz használata” című részben leírtak szerint rázza fel a hasábburgonyát.                                                                    |
| Házi készítésű hasábburgonya     | 300–800 g | 18–25 perc                | 200 °C | Áztassa a hasábburgonyát 30 percig vízben, majd adjon hozzá ½ evőkanál olajat, és rázza össze „A 3,2 literes forrólevegős fritőz használata” című részben leírtak szerint. |
| Házi készítésű burgonyagerezdek  | 300–800 g | 20–25 perc                | 180 °C | Áztassa a burgonyagerezdeket vízben, majd adjon hozzá ½ evőkanál olajat, és rázza össze „A 3,2 literes forrólevegős fritőz használata” című részben leírtak szerint.       |

## Hús és szárnyas

|                 |           |            |        |
|-----------------|-----------|------------|--------|
| Steak           | 100–500 g | 6–15 perc  | 180 °C |
| Hamburger       | 100–500 g | 15–20 perc | 180 °C |
| Karaj           | 100–500 g | 18–22 perc | 200 °C |
| Csirkemell      | 100–500 g | 15–22 perc | 200 °C |
| Csirke alsócomb | 100–500 g | 15–22 perc | 200 °C |

## Harapnivalók és köreték

|                           |           |            |        |
|---------------------------|-----------|------------|--------|
| Fagyasztott csirkefalatok | 100–500 g | 6–10 perc  | 200 °C |
| Tavaszi tekercs           | 100–400 g | 10–12 perc | 200 °C |
| Töltött zöldségek         | 100–400 g | 12–15 perc | 160 °C |

## Pékáru és sütemény

|         |       |            |        |
|---------|-------|------------|--------|
| Quiche  | 400 g | 20–22 perc | 180 °C |
| Cupcake | 300 g | 12–15 perc | 160 °C |
| Muffin  | 300 g | 10–12 perc | 200 °C |

## Hasábburgonya lépésről lépésre

### Házi készítésű hasábburgonya

- 1. LÉPÉS:** Vágja a burgonyát kb. 1 cm vastag hasábokra.
- 2. LÉPÉS:** Tegye a felvágott burgonyát egy lábas hideg vízbe. Forralja fel a vizet, és főzze a burgonyát kb. 3 percig.
- 3. LÉPÉS:** Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra
- 4. LÉPÉS:** Csepegtesse le a burgonyát, és papírtörülővel alaposan törölje meg.
- 5. LÉPÉS:** Vonja be a felaprított burgonyát ½ evőkanál sütőolajjal vagy fújja le olajspray-vel, és tegye a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára. A legjobb eredmény érdekében ellenőrizze, hogy a burgonya teljesen be van-e vonva olajjal.
- 6. LÉPÉS:** Süssse 200 °C-on 18–25 percig.
- 7. LÉPÉS:** Rendszeresen (kb. 6 percenként) rázza össze a hasábokat, hogy a sütés egyenletes legyen.
- 8. LÉPÉS:** Ha a hasábburgonya átsült és ropogós, vegye ki a forrólevegős fritőzből és fűszerezze. Jó étvágyat!



## Fagyasztott hasáburgonya

- 1. LÉPÉS:** Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra
- 2. LÉPÉS:** Tegyen 300–700 g fagyasztott hasáburgonyát a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára.
- 3. LÉPÉS:** Süsse 12–16 percig.
- 4. LÉPÉS:** Rendszeresen (kb. 6 percenként) rázza össze a hasábokat, hogy a sütés egyenletes legyen.
- 5. LÉPÉS:** Ha a hasáburgonya átsült és ropogós, vegye ki a forrólevegős fritőzből és fűszerezze. Jó étvágyat!

## Tárolás

A forrólevegős fritőzt tárolja hűvös, száraz helyen, de előtte győződjön meg róla, hogy a készülék lehűlt, tiszta és száraz.

Soha ne tekerje a kábelt szorosan a forrólevegős fritőz köré; a károsodás elkerülése érdekében lazán tekerje fel.

## Műszaki adatok

Termékkód: EK2818H

Bemenet: 220–240 V ~ 50–60 Hz

Kimenet: 1300 W

# Receptek

\*A használati útmutatóban a receptekről készült képek csupán illusztrációként szolgálnak.



## Marhahúsos samosa

### Hozzávalók

100 g darált marhahús  
½ csomag filo tészta  
½ hagyma felaprítva  
½ mogoróhagyma felaprítva  
½ ág kakukkfű

½ ek. currypor  
Olajspray  
Tej (opcionális)  
Só, bors ízlés szerint

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Egy nagy lábasba öntsön egy kis olajat, majd közepes lángon dinsztelje meg rajta a hagymát, azt követően pedig az aprított mogoróhagymát is. Tegye az edénybe a darált marhahúst és a kakukkfűvet is, majd kb. 5 perc alatt süssse barnára a húst, és vegye le a lángról. Szórja a curryport a darált húsos keverékhez, fűszerezze sóval és borssal.

Terítsen ki egy réteg filo tésztát egy lapos munkafelületre, és hosszában vágja három részre. Tegyen egy kanálnyi húsos keveréket minden tésztacsík tetejére, és hajtsa össze háromszög alakban. Egy kevés tejjel kenje meg a széleket, majd zárja le.

Ismételje meg ezt a műveletet addig, amíg el nem fogy a marhahúsos keverék. Mindegyik samosát fűjje le olajjal, majd helyezzen 2 samosát a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 3 percig.

Fordítsa meg a samosákat, majd süssse őket további 3 percig, amíg mindkét oldaluk ropogósra és aranybarnára sül.

## Grillezett garnélarák

### Hozzávalók

200 g mosott és hámozott óriás garnélarák  
80 g olvasztott vaj

1 gerezd megtisztított, zúzott fokhagyma  
2 ek. citromlé

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Egy kis tálban keverje össze az olvasztott vajat, a citromlevet és a fokhagymát.

Mártsa a garnélarákot a vajás keverékbe, és helyezze őket közvetlenül a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára. Süssse körülbelül 10–15 percen át a garnélarákot, a felénél fordítsa meg.

## Lazackroketek

### Hozzávalók

|                                          |                             |
|------------------------------------------|-----------------------------|
| ½ konzerv rózsaszín lazac lecsepegtetve, | ¼ apróra vágott újhagyma    |
| tegye félre a levét                      | ½ tk. sütőpor               |
| 40 g liszt                               | ¼ tk. Worcestershire-szószt |
| 25 g zsemlemorzsza                       | Olajspray                   |
| 16 g konzervlé                           | Só, bors ízlés szerint      |
| ½ tojás                                  |                             |

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Egy edényben keverje össze a lazacot és a tojást, majd adja hozzá a lisztet, a borsot, a hagymát és a Worcestershire-szószt.

Keverje össze a sütőport a lazac levével és verje habosra. Ezt öntse a lazacos keverékhez, majd villával dolgozza össze.

Formázzon kroketeket a keverékből, majd forgassa zsemlemorzsába. Fújja be olajjal, majd helyezze a kroketeket a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 15–18 percig, vagy amíg aranybarnára sülnek.

## Rántott halfilé

### Hozzávalók

|                                            |                         |
|--------------------------------------------|-------------------------|
| 100 g tőkehalfilé/-szelet (egyforma méretű | 2 ek. liszt             |
| a legjobb sütési eredmény érdekében)       | 1 ek. parmezánsajt      |
| 40 g zsemlemorzsza                         | Szárított bazsalikom    |
| ½ tojás, felverve                          | Olajspray               |
|                                            | Só, bors, ízlés szerint |

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 190 °C-ra.

Egy közepes méretű tálba tegyen lisztet, és forgassa bele a tőkehalfilét.

Egy másik tálban keverje össze a zsemlemorzsát, a parmezánt és a bazsalikomot.

Mártsa a filét a tojásba, majd forgassa bele a halat a zsemlemorzsás keverékbe. Fűszerezze ízlés szerint.

Fújja be a halfilék minden oldalát olajjal, tegye a filétet a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 15–20 percig, vagy amíg aranybarnára sül.





## Ropogós sült csirke

### Hozzávalók

|                        |                     |                         |
|------------------------|---------------------|-------------------------|
| 3 csirke alsócomb vagy | 40 ml író           | ¼ tk. őrölt zsálya      |
| 2 csirke felsőcomb     | ½ ek. dijoni mustár | Olajspray               |
| 50 g kukoricapehely    | ½ tk. paprika       | Só, bors, ízlés szerint |
| 30 g liszt             | ½ ek. Cayenne-bors  |                         |

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Egy széles tálban vagy egy tányéron sózza, borsozza a lisztet. Forgassa a csirkét a lisztbe úgy, hogy teljesen bevonja, majd a tálhoz ütögetve rázza le róla a felesleges lisztet, és tegye félre. Dobja ki a fel nem használt lisztet.

Tegye a kukoricapelyhet egy nagy, visszazárható zacskóba, ügyelve arra, hogy a zacskóban ne legyen levegő, mielőtt lezárja, majd egy sodrófával zúzza össze a zacskóban lévő kukoricapelyhet. Öntse az összezúzott kukoricapelyhet egy széles tálba vagy egy tányérra.

Egy nagy tálban keverje össze az író, a mustárt, a Cayenne-borsot, a paprikát és a zsályát. Mártsa a csirkedarabokat az író keverékbe, majd forgassa meg az összezúzott kukoricapelyben.

Fújja be a csirkerészeket olajjal, tegye a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süsse kb. 5–10 percig.

Csökkentse a hőmérsékletet 190 °C-ra, és süsse további 20–25 percig a felsőcombokat, 10–15 percig pedig az alsócombokat. Tálalás előtt ellenőrizze, hogy teljesen átsült-e a csirke.

## Ropogós szezámmagos sült csirke

### Hozzávalók

|                         |                            |                         |
|-------------------------|----------------------------|-------------------------|
| 90 g csirkemellcsík     | 1½ tk. só                  | ¼ tk. szárított oregánó |
| 40 g zabpehely          | ½ tk. fokhagymapor         | ¼ tk. őrölt fekete bors |
| 25 g önkelesztő liszt   | ½ tk. vöröshagymapor       | 60 ml csirkealaplé      |
| 10 g pirított szezámmag | ½ tk. szójaszósz           | Olajspray               |
| ½ ek. csirkealaplépor   | ¼ tk. szárított bazsalikom |                         |

### Elkészítés

Szórja meg a csirkét ½ teáskanál sóval, fekete borssal és fokhagymaporról, majd tegye a hűtőbe kb. 4 órára.

Egy közepes méretű tálban keverje össze a zabpelyhet, a szezámmagot, ½ teáskanál sőt és a csirkealaplét, majd tegye félre. Egy másik tálban keverje össze a lisztet, ½ a kávéskanál sőt, a vöröshagymapor, a bazsalikomot, az oregánót, a szójaszószt és a csirkealaplét. Mártsa a csirkét az alaplébe, majd forgassa meg a szezámmagos keverékben.

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Fújja be a csirkéket olajjal, tegye a filétát a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süsse kb. 15–22 percig, vagy amíg aranybarnára sül.

## Japán stílusú sült csirke

### Hozzávalók

|                                            |                        |
|--------------------------------------------|------------------------|
| 175 g bőr nélkül, kicsontozott csirkemell, | ½ ek. szezámolaj       |
| kb. 2,5 cm-es kockákra vágva               | ½ ek. szójaszósz       |
| 1 tojás, enyhén felverve                   | ¼ tk. fehér cukor      |
| 1½ evőkanál burgonyaliszt                  | ¼ tk. só               |
| ½ ek. rizsliszt                            | ¼ tk. fekete bors      |
| ½ ek. felaprított fokhagyma                | ¼ tk. csirkeleveskocka |
| ½ ek. reszelt friss gyömbérgyökér          | Olajspray              |

### Elkészítés

Egy nagy tálban keverje össze a tojásokat, sót, borsot, cukrot, fokhagymát, gyömbért, szezámolajat, szójaszószt és a leveskockát. Alaposan forgassa meg a csirkerészeket a keverékben. Takarja le az edényt és tegye a hűtőszekrénybe kb. 30 percre.

Melegítse elő a forró levegős fritőzt 200 °C-ra.

Vegye ki a tálat a hűtőszekrényből, öntse hozzá a csirkékhez a burgonyalisztet és a rizslisztet, majd alaposan keverje össze.

Fújja be olajjal a csirkéket, majd helyezze a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süsse kb. 15–22 percig, vagy amíg aranybarnára sülnek.

## Csirkefalatok

### Hozzávalók

|                                          |                           |
|------------------------------------------|---------------------------|
| 6 db töltött vagy töltetlen sós keksz    | friss                     |
| 1 bőr nélküli csirkemellfilé,            | petrezselyem (opcionális) |
| 2–3 cm-es darabokra vágva                | Liszt                     |
| 1 gerezd fokhagyma (opcionális)          | ½ citrom (opcionális)     |
| 1 közepes tojás                          | Olajspray                 |
| 1 ek. vaj                                | Só, bors ízlés szerint    |
| 1 ek. szárított petrezselyem vagy 2 szál |                           |

### Elkészítés

Melegítse elő a forró levegős fritőzt 200 °C-ra.

A csirke elkészítéséhez először pucolja meg a fokhagymát és reszelje le a citrom héját. Tegye a kekszeket a vajjal, fokhagymával, petrezselyemmel, citromhéjjal és egy csipet sóval és borsal együtt konyhai robotgépbe, majd dolgozza finom állagúra a keveréket. A keletkezett morzsát öntse egy tányérra.

Egy másik tányérra öntsön ki lisztet, majd üsse a tojásokat egy kis tálba, és verje fel villával. Forgassa meg a csirkedarabokat a lisztben – ügyeljen rá, hogy minden oldaluk be legyen fedve –, majd mártsa a tojásba, ezt követően pedig a fűszerezett morzsába. Dörzsölje bele a morzsát a csirkedarabokba, hogy alaposan ráragadjon; teljesen be kell fednie a csirkefalatokat.

Fújja be olajjal és tegye a csirkedarabokat a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süsse kb. 10–15 percig, vagy amíg alaposan átsülnek és aranyszínű, ropogós állagúak lesznek.







## Egészborsos steak

### Hozzávalók

200 g bélszín steak (1,5–2,5 cm vastagságú)

50 g sózatlan vaj

2 mogyoróhagyma, apró kockákra vágva

100 ml marhaalaplé

2 ek. Worcestershire-szós

2 ek. brandy

2 ek. magas zsírtartalmú tejszín

1 ek. dijoni mustár

1 ek. olívaolaj

1 ek. egész zöld bors

Egész fekete és fehér bors, ízlés szerint

Só, bors, ízlés szerint

### Elkészítés

A steakeket szárítsa meg konyhai papírtörlővel, és mindkét oldalába nyomkodja bele a fekete- és fehérbors-szemeket.

Fedje le alufóliával vagy műanyag fóliával, majd tegye hűtőbe kb. 2–3 órára.

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 180 °C-ra.

Helyezze a steaket a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 6 percig (angolosan), 8 percig (közepesen átsütve) vagy 10 percig (jól átsütve), ízlés szerint. Félidőben fordítsa meg a steaket, hogy mindkét oldalán karamellizálódjon.

Közben készítse el a mártást. Melegítse fel az olajat és a vajat egy serpenyőben, és közepes lángon süssse puhára a mogyoróhagymát. Adja a serpenyőbe a Worcestershire-szószt, a brandyt és a húslevest. Süssse nagy lángon, a serpenyő alját kapargatva, hogy jól összeérjenek az ízek. Adja hozzá a zöldbors-szemeket, a mustárt és a tejszínt, majd ízlés szerint fűszerezze.

Vegye ki a húst a forrólevegős fritőzből, és hagyja pihenni kb. 5 percig, majd átlósan vágjon belőle szeleteket. Adja hozzá a húst a mártáshoz. Keverje össze a hús levét a borsos mártással, és melegítse át a húst.

## Sült bárányborda rozmaringgal és fokhagymával

### Hozzávalók

|                                        |                                          |
|----------------------------------------|------------------------------------------|
| 3 kisebb méretű báránybordaszelet vagy | 1 ek. friss, apróra vágott rozmaring     |
| 2 báránykarajszelet                    | ½ tk. szárított, nagy szemű pirospaprika |
| 1 ek. apróra vágott fokhagyma          | Friss rozmaringágak (opcionális)         |

### Elkészítés

Egy kis tálban keverje össze a fokhagymát, a rozmaringot és a nagy szemű pirospaprikát.

Tegyen a keverékből körülbelül ¼ teáskanálnyit a bárányszelet mindkét oldalára. Szórja meg a bárányszeleteket sóval, tegye egy tányérra, fedje le és tegye a hűtőbe kb. 30 percre (de még jobb, ha 4 órán át hűlni hagyja).

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Tegye a bárányszeleteket a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 10 percig, attól függően, hogy mennyire szeretné átsütni a húst. Félidőben rázza össze.

A bárányszeleteket tetszés szerint díszítse rozmaringgal.

## Karaj

### Hozzávalók

|                |                        |
|----------------|------------------------|
| 1 szelet karaj | Só, bors ízlés szerint |
|----------------|------------------------|

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

A karajszeletet sóval és borssal fűszerezze.

Tegye a karajszeleteket a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 18–20 percig.

A karajszelet sütési ideje ízlés szerint változtatható; az egyenletes szín és karamellizáció érdekében a sütés felénél fordítsa meg.

## Mustáros karaj

### Hozzávalók

|                |               |
|----------------|---------------|
| 1 szelet karaj | Dijoni mustár |
|----------------|---------------|

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra

Alaposan kenje meg a karajszeletet dijoni mustárral.

Tegye a karajszeletet a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 18–20 percig, amíg a zsíros része ropogós nem lesz.

Az egyenletes szín és karamellizáció érdekében a sütés felénél fordítsa meg a karajszeletet.



## Sült, füstölt sonka

### Hozzávalók

750 g füstölt sonka

Só, bors ízlés szerint

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 180 °C-ra.

Helyezze a füstölt sonkát a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és lazán fedje le fóliával.

A 750 grammos füstölt sonkát kb. 25 percig süssse, majd fordítsa meg, és süssse további 25 percig. Vegye le a fóliát, és hagyja kb. 10 percig barnulni, majd fordítsa meg újra, és hagyja további 10 percig barnulni.

A sütési idő a sonka formájától vagy vastagságától függően változhat. Szúrjon bele egy nyársat, és győződjön meg róla, hogy a szaftja átlátszó. Ízlés szerint fűszerezze.

**MEGJEGYZÉS:** Óvatosan vegye ki a sütőrekeszt a forrólevegős fritőzből, ugyanis a forró lé összegyűlik az alján. Legyen körültekintő a sérülések elkerülése érdekében.

## Sült burgonya

### Hozzávalók

800 g burgonya, negyedelve

Só és bors ízlés szerint

6 ek. olívaolaj

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Töltsön meg félig egy nagy lábast hideg vízzel. Tegye a burgonyát a lábasba; adjon hozzá egy csipet sót és fedje le. Amint felforrt a víz, csökkentse a hőmérsékletet és főzze kb. 6 percig a burgonyát. Öntse le a vizet a burgonyáról, és rázogassa meg egy szűrőedényben, hogy tompítsa az éleit.

Helyezze a burgonyát a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és locsolja meg olajjal. Süssse kb. 15 percig. Óvatosan fordítsa meg a burgonyákat, és süssse további 15 percig. Ellenőrizze, hogy nem égett-e meg, szükség esetén alufóliával takarja le a burgonyát.



## Édesburgonya-szeletek

### Hozzávalók

|                                      |                         |
|--------------------------------------|-------------------------|
| 2 édesburgonya, kis szeletekre vágva | 1 tk. chilipehely       |
| 2 ek. olívaolaj                      | Só, bors, ízlés szerint |

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Tegye a burgonyagerezdeket egy lábas hideg, sós vízbe, és forralja fel. Ha felforrt, öntse le a sós vizet.

Tegye a burgonyaszeleteket egy tálba, öntse rá az olajat, és keverje össze, hogy egyenletesen bevonja. Adja hozzá a chilipehelyt, ízlés szerint sózza, borsozza, majd keverje össze.

Tegye a burgonyagerezdeket a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 18–25 percig, amíg a burgonya megpuhul és aranybarnára sül.

Ajánlott a sütőrekeszt a sütés felénél megrázni, hogy a burgonyagerezdek egyenletesen süljenek meg.

Tálaláskor szórja meg tengeri sóval.

## Rozmaringos burgonyagerezdek

### Hozzávalók

|                                                       |                          |
|-------------------------------------------------------|--------------------------|
| 1 közepes méretű fehér burgonya, kis gerezdekre vágva | 1 ág friss rozmaring     |
| 1 gerezd zúzott fokhagyma,                            | Olajspray                |
|                                                       | Só és bors ízlés szerint |

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 180 °C-ra.

Tegye a burgonyagerezdeket egy lábas hideg, sós vízbe, és forralja fel. Ha felforrt, öntse le a sós vizet.

Tegye a burgonyaszeleteket egy tálba, adja hozzá a többi hozzávalót, és keverje össze.

Fújja be a gerezdeket olajjal úgy, hogy minden egyes darabot vékonyan bevonjon, tegye a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 20–30 percig, vagy amíg aranybarna és ropogós lesz a külsejük.

Ajánlott a sütőrekeszt a sütés felénél megrázni, hogy a burgonyagerezdek egyenletesen süljenek meg.





## Hagymakarika

### Hozzávalók

32 g liszt

1 nagy fej vöröshagyma

80 ml író

Olajspray

Só, bors, ízlés szerint

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Mossa meg, hámozza meg, és vágja a hagymát 5 mm vastag szeletekre, majd válassza szét a szeleteket karikákra.

Egy széles tálban vagy egy tányéron sózza, borsozza a lisztet. Forgassa a hagymakarikákat a lisztbe úgy, hogy teljesen bevonja őket a liszt, majd a tálhoz ütögetve rázza le róluk a felesleges lisztet, és tegye félre. Dobja ki a fel nem használt lisztet.

Mártsa a hagymakarikákat az íróba, ügyelve rá, hogy teljesen befedje.

Rázza le a felesleges írot, majd újfent forgassa lisztbe a hagymakarikákat.

Fújja be olajjal, majd helyezze a hagymakarikákat a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és süssse kb. 5–8 percig, vagy amíg aranybarnára sülnek.

Ajánlott a sütőrekeszt a sütés felénél megrázni, hogy a hagymakarikák egyenletesen süljenek meg.

## Rántott csirkemellcsíkok

### Hozzávalók

25 g zsemlemorzsa

25 g krémsajt

1 csirkemell

Olajspray

### Elkészítés

Melegítse elő a forrólevegős fritőzt 200 °C-ra.

Vágja csíkokra a csirkemellet, egyenletesen kenje meg krémsajttal, majd forgassa meg a zsemlemorzsaiban.

Vékonyan fújja be a csirkemellcsíkokat olajjal, tegye a tapadásmentes bevonattal ellátott sütőtálcára, és a felénél megfordítva süssse kb. 15–22 percig, vagy amíg aranybarnára sülnek.

## Megjegyzések

### Hulladékkumulátorok, valamint elektromos és elektronikus berendezések ártalmatlanítása



Ha a terméken, az akkumulátoron vagy a csomagoláson ezt a szimbólumot látja, a terméket és annak akkumulátorát tilos a háztartási hulladékba dobni. A felhasználó felelőssége, hogy az akkumulátorokat, valamint az elektromos és elektronikus berendezéseket az újrahasznosításukra alkalmas gyűjtőponton helyezték el. A szelektív hulladékgyűjtéssel és újrahasznosítással megóvhatók a természetes erőforrások, és megakadályozhatók az akkumulátorokban, valamint az elektromos és elektronikus berendezésekben esetlegesen előforduló, az emberi egészségre és a környezetre káros anyagok negatív hatásai, amelyeket a nem megfelelő ártalmatlanítás okoz. Egyes kiskereskedők visszavételi szolgáltatásokat nyújtanak, amelyek lehetővé teszik a felhasználó számára, hogy a megfelelő ártalmatlanítás érdekében visszaadja a tönkrement berendezéseket. **A felhasználó felelőssége, hogy az elektromos és elektronikus berendezések ártalmatlanítása előtt törölje a készülékekről az adatokat.** Az akkumulátorok, valamint az elektromos és elektronikus berendezések ártalmatlanításáról további információért vegye fel a kapcsolatot a helyi önkormányzattal, a háztartási hulladékkezelővel vagy a kiskereskedővel.



# **SALTER<sup>®</sup>**

Gyártó:

UP Global Sourcing UK Ltd.,  
Victoria Street, Manchester OL9 0DD. **UK**  
Ultimate Products Europe Ltd.,

19 Baggot Street Lower, Dublin D02 X658. **ROI**

Gyártási hely: Kína.

©Salter védjegy. Minden jog fenntartva.