

EASY FRY MAX

Retseptiraamat



SUUPISTED JA KÕRVALROAD

Empanadad veiselihaga
Falafel
Krõbedad karrikrevetid
Samosad köögiviljadega
Muumiapitsad

PEAROAD

Teriyaki-veiselihakebaabid	Kanatiivad	Kodused kala ja friikartulid
Gurmee veiselihaburger	Pühapäeva ahjukana	Kodused paprikakrõpsud
Koriandri-veiseliha-koftad	Lambalihaviilud sidruniga	Bataadifriikad
Kevadrullid kanaga	New Yorgi hot dogid	
Kananagitsad	Masala-karri-lõhefileed	

MAGUSTOIDUD

Šokolaaditükkidega muffinid
Šokolaadisufleed

PILTJUHEND



INIMESTE_X000B_
ARV



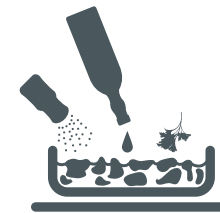
PORTSJONITE_
X000B_ARV



ETTEVALMISTUSAEG



OOTEAEG



MARINEERIMISAEG



VALMISTUSAEG

EMPANADAD VEISELIHAGA

16



15

min



18

min



KOOSTISOSAD

2 pakki (375 g) valmis rullitud koogikondiitritooted
 200 g veiselihakakliha
 3 roheline sibul
 1 spl paprikapulbrit
 1 munakollane
 1 spl oliiviõli
 Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Hakkige roheline sibul peenelt. Praadige liha pannil oliiviõlis 8 minutit. Maitsestage soola ja pipraga ning lisage roheline sibul ja paprikapulber. Laske jahtuda.
- 2 | Rullige tainas lahti, lõigake sellest 8 ketast (umbes 9 cm läbimõõduga), asetage neile jahtunud hakkliha ja voltige üks külg teise peale (poolring). Segage munakollane 1 spl veega. Pintseldage sellega servad ja suruge empanadad sõrmedega kokku, seejärel määrige pealt munaseguga.
- 3 | Asetage 8 empanadat Easy Fry korvi ja küpsetage 180 °C juures 10 minutit. Korrake teise kogusega.

NÕUANDED

Võite maitsestada empanada veiselihatäidist köömnete, pune või hakitud küüslauguga. Miks mitte lisada täiendavaks maitseks täidisele tomatit või maisi.

FALAFEL

18 15 min 20 min 

KOOSTISOSAD

500 g keedetud kikerherneid
 50 g plain flour
 1 finely chopped white onion
 2 tbsp chopped parsley
 2 tbsp chopped coriander
 1 tl köömneid

1 küüslauguküüs
 1 spl tahiniit (seesamipasta)
 1 prisik oliiviõli, küpsetamiseks
 (valikuline)
 Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Segage köögikombaini abil kikerhersed, nõrutatud sibul, küüslauk, koriander, köömned, sool, pipar, seesamiseemnepasta (tahini) ja jahu koredaks pastaks. Kui segu on liiga vedel, lisage veidi jahu. Kui segu on liiga kuiv, lisage veidi vedelikku.
- 2 | Vormige 18 falafeliks ja suruge need ettevaatlikult kokku.
- 3 | Asetage need Easy Fry korvi, lisage sortsuke oliiviõli (soovi korral) ja küpsetage režiimil PIZZA MODE 20 minutit. Falafel'd võib korvi asetada kihtidena. Pöörake need poole valmistusaja möödudes ümber.

NÕUANDED *Serveerige falafele soojades pitaleibades ja lisage neile värsket münti, jogurtit ja tomatilõike.*

KRÕBEDAD KARRIKREVETID

4 ✨ 10 min 🍲 10 min 🍲



KOOSTISOSAD

250 g kooritud krevette
 2 muna
 6 spl nisujahu
 6 spl maisijahu

2 spl karripulbrit
 1 prisk oliiviõli, küpsetamiseks (valiku-
 line)
 Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Valage jahu, karripulber ning suurem näputäis soola ja pipart sügavkülmakotti, valage maisijahu madalasse kaussi ja kloppige munad lahti teises madalas kausis.
- 2 | Asetage krevetid kotti, sulgege see kindlalt ja raputage tugevasti, kuni krevetid on korralikult kaetud. Võtke krevetid kotist välja, kastke ükshaaval lahtiklopitud munasse ja siis veeretage neid maisijahus. Piserdage õliga (soovi korral).
- 3 | Küpsetage krevette Easy Fry korvis režiimil SHRIMP MODE 6 minutit. Pöörake krevetid ettevaatlikult ümber ja küpsetage veel 4 minutit.

SAMOSAD KÖÖGIVILJADEGA

6 ✨ 15 min 🍲 14 min 🍲

KOOSTISOSAD

6 lehte filotainast*
 10 g oliiviõli
 200 g fetajuustu
 400 g keedetud lillkapsast
 200 g keedetud herneid

* Filotainas pole kõigis riikides saadaval.

1 tl karripulbrit
 1 prisk oliiviõli, küpsetamiseks
 (valikuline)
 Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Tampige kausis lillkapsas koos karripulbriga segamini. Lisage herned ja murendatud fetajuust. Segage korralikult.
- 2 | Lõigake filotainas kaheks ribaks. Pintseldage filotainast oliiviõliga. Tõstke üks supilusikatäis täidist mõlema riba otsa ja voltige kokku, et moodustuks kolmnurk. Tehke igast tainaribast 6 samosat.
- 3 | Asetage 6 samosat Easy Fry korvi, piserdage üle oliiviõliga ja küpsetage neid režiimil SHRIMP MODE 14 minutit. Kui esimene ports samosaid on küpsetatud, eemaldage need ja asetage järgmised 6 korvi.

NÕUANDED Võite esimese portsu samosaid uuesti üles soojendada, asetades need korvi ja küpsetades neid veel mõne minuti.

MUUMIAPITSAD



SUUPISTED JA KÕRVALROAD

4  5 min  7 min 

KOOSTISOSAD

2 inglise muffinit
4 spl tomatikastet
4 viilu mozzarella juustu

4 kivideta musta oliivi
Sool

RETSEPT

- 1 | Lõigake muffinid pooleks ja röstige neid Easy Fry korvis 3 minutit režiimil PIZZA MODE.
- 2 | Määrige igale muffinile suur supilusikatäis tomatikastet. Lõigake mozzarellaviilud õhukesteks ribadeks. Asetage need iga muffini peale, seejärel lisage oliivirõngad silmadeks.
- 3 | Asetage pitsad Easy Fry & Grilli korvis 4 minutit režiimil PIZZA MODE. Serveerige kohe.

NÕUANDED Lõbus retsept, mille järgi lapsed saavad täiskasvanu järelevalve all (et vältida põletusohtu) ise küpsetada.

TERIYAKI-VEISELIHAKESKIBID

12 10 min 60 min 6 min 

KOOSTISOSAD

12 viilu veiseliha carpaccioit*
 200 g emmentaaljuustu
 2 spl mett

3 spl sojakastet
 Pipar

* Pole kõigis riikides saadaval. Teine võimalus on lõigata ise või lasta oma lihunikul lõigata veisefilee väga õhukesteks lõikudeks.

RETSEPT

- 1 | Lõigake juust 36 kuubikuks. Lükake need 12 varda otsa. Mässige iga kebaab veiselihalõigu sisse.
- 2 | Valmistage kausis marinaad. Selleks segage kokku sojakaste ja mesi. Pintseldage sellega kebaabe. Laske külmikus 1 tund maitsestuda.
- 3 | Asetage 12 kebaabi ringis Easy Fry korvi ja küpsetage 180 °C juures 6 minutit. Maitsestage pipraga ja serveerige kohe.

NÕUANDED Serveerige kebaabe koos väikese kausitäie sojakastmega.

GURMEE VEISELIHABURGER

6 ✂ 5 min  11 min 

KOOSTISOSAD

900 g veise hakkliha
6 hamburgeri kuklit
2 tomatit
6 salatilehte

1 küüslauguküüs
3 tl sojakastet
2 spl oliiviõli

RETSEPT

- 1 | Segage omavahel veiseliha, purustatud küüslauk, sojakaste ja oliiviõli. Maitsestage. Vormige käte vahel 6 kotletiks.
- 2 | Asetage need Easy Fry korvi ja küpsetage režiimil STEAK MODE 8 minutit, olenevalt sellest, kui küpset liha soovite.
- 3 | Eemaldage kotletid Easy Fry korvist ja hoidke neid soojas. Lükake 6 hamburgerikuklit korvi, surudes neid vajaduse korral veidi allapoole, ja küpsetage 2–3 minutit, endiselt 180 °C juures. Pange hamburgerid kohe kokku, lisage salatilehed ja tomatid ning serveerige.

NÕUANDED

Kastme valmistamiseks segage kokku: 1 spl jämedateralist sinepit, 2 spl kanget sinepit, 1 munakollane ja 1 spl õli ning lõpuks lisage 1 spl paksu crème fraîche'i.

KORIANDRI-VEISELIHA-KOFTAD

6 ✂ 10 min 🍲 8 min 🍲

KOOSTISOSAD

550 g veise hakkliha
 2 spl hakitud šalottsibulat
 2 spl hakitud koriandrit
 1 spl ras el hanout vürtsisegu

1 tl köömneid
 1 spl oliiviõli
 Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Pruunistage šalottsibul kiiresti praepannil sortrukese oliiviõliga.
- 2 | Segage veisehakkliha, vürtsid, koriander ja kuumutatud sibul. Maitsestage soola ja pipraga. Vormige 18 võrdseks ovaalse kujuga kotletiks, igaüks umbes 30 g.
- 3 | Asetage kotletid korvi, surudes neid veidi allapoole, ja küpsetage 7–8 minutit 180 °C juures. Kotletid võib korvis üksteise peale asetada.

NÕUANDED Serveerige koftasid mündikastmega: segage 2 topsti (kumbki 150 g) naturaalselt kreeka jogurtit, 1 spl värskelt hakitud mündi, sortruke oliiviõli ja veidike sidrunimahla.

KEVADRULLID KANAGA

12  30 min  26 min 

KOOSTISOSAD

12 kevadrullpakendit
2 kanafileed
200 g segatud köögivilju
4 aedšampinjoni

50 g riisi-niitnuudleid
1 küsilauguküüs
1 spl neutraalset õli

RETSEPT

- 1 | Niisutage riisiniitnuudlid, järgides pakendil olevaid juhiseid. Nõrutage need ettevaatlikult käte vahel. Lõigake nuudlid kääridega väiksemaks ja jätke jahtuma.
- 2 | Hautage kanakuubikuid köögiviljadega ja peenelt hakitud seentega väikesel praepannil 6 minutit. Nõrutage. Segage riisiniitnuudlite, kana ja purustatud küsilauguga.
- 3 | Niisutage kevadrullide lehte vees ja asetage puhtale köögirätikule. Asetage 1 supilusikatäis taidist kevadrullide lehe allserva keskele, voltige küljed peale, rullige kevadrull kokku ja näpistage kinni. Jätkake samamoodi, kuni teil on kokku 12 kevadrulli. Asetage 6 kevadrulli Easy Fry korvi ja ülejäänud 6 külmikusse niisutatud rätiku alla.
- 4 | Piserdage kevadrulle õliga (soovi korral) ja küpsetage režiimil SHRIMP MODE 20 minutit, pöörates need poole küpsemise peal ümber. Hoide neid soojas, kuni küpsetate ülejäänud 6 kevadrulli.

KANANAGITSAD

6 ✂ 10 min  12 min 
(iga ports)



KOOSTISOSAD

6 kanafilee
120 g riivsaia
70 g jahu

3 muna
kriips õli, toiduvalmistamiseks (valikuline)
Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Tükeldage kana võrdse suurusega tükkideks. Asetage jahu, sool ja pipar sügavkülmakotti, valage riivsaia suurele taldrikule ja kloppige munad madalas kausis lahti.
- 2 | Asetage kanatükid kotti, sulgege kott kindlalt ja raputage korralikult. Võtke kanatükid kotist välja, kastke ükshaaval lahtiklopitud munasse ja siis veeretage neid riivsaias. Asetage pooled nagitsad Easy Fry korvi. Piserdage õliga (soovi korral).
- 3 | Küpsetage kananagitsaid režiimil CHICKEN MODE 12 minutit (olenevalt suuruselt). Korrake, kuni kõik kananagitsad on küpsetatud.

NÕUANDED

Valmistage oma ketšup. Selleks keetke tasasel tulel kokku 3 tomatit, 1 sibul, 1 tl kontsentreeritud tomatipüreed, 1 hakitud küüslauguküüs, 4 tl pilsamiädikat, 1 tl vedelat mett, soola ja pipart.

KANATIIVAD

6 ✂

20
min12
tundi17
min

KOOSTISOSAD

1,2 kg kanatiibu
1 spl ketšupit
1 spl sinepit
1 spl paprikapulbrit

1 spl magusat sojakastet
1 spl oliiviõli
Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Lõigake kanatiivad liigese juurest pooleks.
- 2 | Pange kõik koostisosad suurde kaussi ja lisage kanatiivad. Segage hästi, kuni kanad on korralikult kaetud. Katke toidukilega ja jätke 12 tunniks maitsestuma.
- 3 | Asetage kanatiivad korvi (võib tõsta üksteise peale) ja küpsetage režiimil CHICKEN MODE 12 minutit. Segage ja pöörake kanatiivad ümber ning küpsetage veel 5 minutit. Serveerige kohe friikartulite ja kirsstomatisalatiga.

NÕUANDED Marinaadi võite oma soovi järgi varieerida: proovige lisada grillkastet, vürtse, tšillipulbrit või küüslauku.

PÜHAPÄEVA AHJUKANA

4-6



5 min



45 min



KOOSTISOSAD

1 x 1,2 kg kana
5 küuslauguküünt

1 spl oliiviõli
Sool

RETSEPT

- 1** | Purustage küuslauguküüned kergelt oma peopesaga. Hõõrge kana 1 spl oliiviõliga ja suruge küuslauguküüned kintsude vahele. Maitsestage julgelt.
- 2** | Pange kana Easy Fry korvi ja küpsetage režiimil CHICKEN MODE 45 minutit. Serveerige kohe.

NÕUANDED

Kana täpne küpsetamisaeg sõltub selle kaalust. Et kontrollida, kas kana on läbi küpsenud, torgake kintsu kõige paksemat osa nootsaga: välja voolav mahl peaks olema läbipaistev.

LAMBALIHAVIILUD SIDRUNIGA

6 ✂

15 min 

4h

35 min **KOOSTISOSAD**

12 väikest lambaliha karreed

1 vahatu sidrun

4 küüslauguküünt

1 spl oliiviõli

Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Riivige sidrunikoor. Koorige küüslauk ja purustage see peenelt umri ja nuiaga. Lisage riivitud sidrunikoor ja 2 spl oliiviõli.
- 2 | Valage see lambalihaviilude peale, segage hästi, maitsestage soola ja pipraga, katke toidukilega ja jätke 4 tunniks maitsestuma.
- 3 | Pange 6 lihaviilu Easy Fry korvi ja küpsetage 180 °C juures 10 minutit. Poole küpsetamise peal pöörake liha ümber. Korrake ülejäänud 6 lihaviiluga. Serveerige kohe.

NÖUANDED Proovige oma marinaadi lisada värskaid ürte, nt rüümiani, nõmm-liivateed ja punet.

NEW YORKI HOT DOGID



KOOSTISOSAD

6 hot dogi saia
6 hot dogi vorsti
6 hapukurki
2 valget sibulat

12 kirsstomatit
6 viilu Cheddari juustu
1 spl õli

RETSEPT

- 1 | Pange vorstid 5 minutiks potti keevasse vette. Samal ajal hakkige sibulad peenelt ja hautage neid väiksel pannil 1 spl oliiviõlis.
- 2 | Lõigake marineeritud kurgid kuubikuteks ja viilutage tomatid. Lõigake hot dogi saiad pooleks, lisage tomatid ja pange igaühe sisse vorst. Pange peale Cheddari viilud. Pange 3 hot dogi Easy Fry korvi ja küpsetage režiimil PIZZA MODE 3 minutit.
- 3 | Lisage marineeritud kurgid ja sibulad ning serveerige kohe. Küpsetage ülejäänud 3 kokkupandud hot dogi.

NÕUANDED Joonistage lõbusaid ketšupi- ja sinepipilte, Ameerika stiilis!

MASALA-KARRI-LÕHEFILEED



KOOSTISOSAD

- | | |
|--|---|
| 6 lõhefileed | 250 ml kookospiima |
| 1 peeneks hakitud sibul | värsket piparmündilehte, kaunistamiseks |
| 2 purustatud küüslauguküünt | alumiiniumpaber |
| 1 väga küps tomat, kuubikuteks lõigatud | 2½ spl garam masala |
| 1½ spl peeneks riivitud värsket ingverit | (või karri)pulbrit |
| 1,5 spl kontsentreeritud tomatipüreed | |

RETSEPT

- 1** | Praadige sibul pannil läbipaistvaks. Lisage küüslauk ja tomatikuubikud ning küpsetage veel mõni minut, enne kui lisate garam masala, ingveri ja kontsentreeritud tomatipüree. Segage korralikult.
- 2** | Lisage kookospiim ja hautage 2 minutit. Maitseke.
- 3** | Asetage lõhefileed 6 suurele rasvakindlale paberile. Valage kaste fileede peale. Voltige lehed pakikesteks ja asetage kihtidena Easy Fry korvi. Küpsetage režiimil FISH MODE 20 minutit. Lisage garneeringuks hakitud mündilehti ja serveerige.

KODUSED KALA JA FRIIKARTULID

6 ✂

10 min 12 min 
(iga ports)

KOOSTISOSAD

6 tursafileed
7 spl jahu
7 spl riivsaia
3 muna

50 g võid
1 kimp estragoni
1 purk majoneesi (75 g)
Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Kuivatage kalatükid köögipaberiga. Maitsestage soola ja pipraga. Kloppige munad madalas kausis lahti.
- 2 | Asetage 2 kalafileed jahusse, siis munasegusse ja katke riivsaia. Asetage need Easy Fry korvi. Pange kõige peale 2 tükki võid ja küpsetage režiimil FISH MODE 12 minutit. Korrake teiste kalatükkidega.
- 3 | Hakkige ürdid kääridega, segage majoneesiga ja serveerige praetud kalaga.

NÕUANDED See retsept sobib iga tüüpi valge kala jaoks, sh heik, süsikas ja kultursk.

KODUSED PAPRIKAKRÕPSUD

4 ✂ 15 min 🥣 30 min 🍳 35 min 🍲



KOOSTISOSAD

800 g kartuleid,
3 spl paprikapulbrit

3 spl õli
Sool

RETSEPT

- 1 | Peske ja koorige kartulid. Lõigake need umbes 1 cm paksusteks viiludeks. Loputage viilud korralikult veega, nõrutage ja kuivatage põhjalikult.
- 2 | Asetage need kaussi ja segage oliiviõli, 1 spl peenikese soola ja paprikapulbriga. Katke ja jätke 30 minutiks maitsestuma.
- 3 | Nõrutage viilud põhjalikult, et üleliigne marinaad jääks kaussi, pange need EASY FRY korvi ja küpsetage 35 minutit režiimil FRENCH FRIES MODE, alandades temperatuuri 180 °C-ni. Segage krõpse korralikult iga 10 minuti tagant. Olenevalt krõpsude suuruselt ja kartulisordist peate küpsetusaega võib-olla 5 minuti võrra lühendama või pikendama.

NÕUANDED Eriti hea maitseüansi saamiseks lisage supilusikatäis punast karripastat.

BATAADIFRIIKAD

4 ✂ 15 min 🍲 40 min 🍲

KOOSTISOSAD

800 g maguskartuleid
3 spl päevalilleõli
1 munavalge

1 tl kurkumat
Sool, pipar

RETSEPT

- 1 | Koorige ja peske bataat. Lõigake 1 cm paksusteks kangideks.
- 2 | Segage munavalge, õli ja kurkum suures kausis ning maitsestage pipraga. Lisage bataat ja segage põhjalikult, kuni kangid on korralikult kaetud. Tõstke bataat vahukulbi abil EASY FRY korvi, et üleliigne munavalgesegu jääks kaussi.
- 3 | Pange bataadikangid EASY FRY korvi ja küpsetage 20 minutit režiimil FRIES MODE, alandades temperatuuri 170 °C-ni. Segage krõpse korralikult iga 10 minuti tagant. Pärast küpsetage veel 15 minutit 200 °C juures. Maitsestage julgelt soolaga ja serveerige.

NÕUANDED Serveerige jogurtikastmega, mis on maitsestatud vähese karrapulbriga.

ŠOKOLAADITÜKKIDEGA MUFFINID

8



20
min



30
min



(liga ports)

MAGUSTOIDUD



KOOSTISOSAD

250 g jahu
1 kotike pärm
50 g võid
75 g suhkrut

100 g šokolaaditükke
2 muna
250 ml täispiima

RETSEPT

- 1 | Sõeluge jahu ja küpsetuspulber kausis. Lisage pehme või ja segage, kuni segu on koreda liiva konsistentsiga.
- 2 | Lisage suhkur ja šokolaaditükid. Segage vispliga piim ja munad. Valage segu kaussi ja segage nii palju, et jahu seguneks.
- 3 | Valage tainas 8 muffinivormi või pabervormi. Pange 4 muffinivormi Easy Fry korvi. Küpsetage 30 minutit režiimil DESSERT MODE. Võtke välja ja jätke restile jahtuma. Küpsetage ülejäänud 4 muffinit.

NÕUANDED Kontrollige, kas muffinid on valmis. Selleks torgake neid noatsaga ja vajaduse korral küpsetage veel 5 minutit.

ŠOKOLAADISUFLEED

4

10
min12
min

KOOSTISOSAD

100 g tumedat šokolaadi (70% kakao kuivainet), hakitud
3 muna (1 munakollane + 3 munavalget)
100 ml täispiima

30 g suhkrut
1 tl maisijahu
25 g võid
Sool

RETSEPT

- 1** | Murdke šokolaad tükkideks ja sulatage kuumakindlas kausis keeva veega poti kohal või mikrolaineahjus.
- 2** | Eraldage munakollased -valgetest. Segage vispliga 1 munakollane maisijahuga. Soojendage piim potis ja eemaldage pliidilt, lisage munakollase/maisijahu segu, segage ja pange mõneks minutiks tagasi pliidile paksenema. Lisage šokolaad ja segage. Jätke jahtuma.
- 3** | Kloppige 3 munavalget näputäie soolaga vahtu kuni tippude tekkimiseni. Kui munavalge hakkab kõvenema, lisage tuhksuhkur ja vahustage veel mõni sekund. Ühendage vahustatud munavalged seguga.
- 4** | Määrige võiga 4 kuumakindlat küpsetusvormi, puistake üle suhkruga ja täitke küpsetusvorm 2/3 ulatuses seguga. Asetage küpsetusvormid Easy Fry korvi ja küpsetage režiimil DESSERT MODE 12 minutit. Serveerige kohe.