

H

A készülék beállítása és használata előtt figyelmesen olvassa el a használati utasítást. Csak így lehetséges biztonságos használat mellett a legjobb eredményt elérni a készülékkel.

A készülék leírása

(lásd rajz)

- A. Fedél
- B. Kémlelőablak (egyes modelleknél)
- C. Szűrőellenőrző nyílás
- D. Fogantyú tologomb
- E. Sütőkosár fogantyú
- F. Ellenőrző lámpa
- G. Olajleeresztő cső (egyes modelleknél)
- H. Olajleeresztő cső tartórekesz ajtaja
- I. Termosztát és kikapcsoló tologomb
- J. Percszámoló gomb (egyes modelleknél)
- K. Fedélnyitó gomb
- L. Fogófülek
- M. Rögzítőcsap
- N. Vezetéktartó mélyedés
- O. Párakivezető nyílás
- P. Belső biztonsági ajtó
- Q. Csepegtető tálca

Műszaki adatok

Feszültség	lásd adattábla
Felvett teljesítmény	"
Max. úrtartalom	1,2 l olaj vagy 1 kg zsír
Max. élelmiszer mennyiség:	1 kg burgonya

Tanácsok

- Használat előtt ellenőrizze, hogy a hálózati feszültség megegyezik-e a készülék adattábláján feltüntetett értékkel.
- A készüléket csak megfelelő földeléssel rendelkező és minimum 10 A csatlakozóaljzathoz szabad kapcsolni. (Ha a csatlakozóaljzat típusa nem felel meg a készülék villásdugójának, szakemberrel végeztesse el a csatlakozóaljzat cseréjét).
- A készülék tápvezetékének cseréjét a felhasználó nem végezheti el, mert ahhoz különleges szerszámok használatára van szükség. A tápvezeték sérülése esetén kizárólag a gyártó által meghatalmazott márkaszervizhez forduljon.
- Működés közben a készülék felmelegszik. **NE HAGYJA A KÉSZÜLÉKET GYEREKEK KÖZELÉBEN!**
- A készüléket ne mozgassa ill. szállítsa, amíg a tartályban található olaj forró. A forró olaj súlyos égési sérüléseket okozhat.

- Az olajsütőt csak az olajjal vagy zsírral való feltöltés után szabad bekapcsolni. Ha üresen ill. szárazon kapcsolja be az olajsütőt, akkor egy biztonsági hőkapcsoló megszakítja a készülék működését. Ebben az esetben a készülék ismételt beüzemeléséhez egy márkaszervizhez kell fordulni.
- Ha az olajsütőből olajszivárgást észlel, forduljon egy márkaszervizhez vagy a gyártó által meghatalmazott szakemberhez.
- A sütőkosár automatikusan a helyére illeszkedik a tartály központi csapján. Ezért a törések elkerülése érdekében a helyes pozíció megtalálásához ne forgassa kézzel a sütőkosarat.
- Az olajsütő legelső használata előtt mossa el alaposan meleg vízzel és folyékony mosogatószerrel a tartályt és a sütőkosarat.
- Ez a készülék megfelel a rádiózavarok kiküszöbölésére vonatkozó 1989.IV.13-i miniszteri rendeletnek (CEE 87/308 irányelv). **OLAJLEERESZTŐ CSÓVEL ELLÁTOTT MODELLEK**
- Az olajsütő legelső használata előtt távolítsa el a tartály nyílásába illesztett kartonlapot (egyes modelleknél).
- Az olajsütő működése közben az olajleeresztő csőnek mindig zárt állapotban és a tartórekeszében kell lennie.

Használati utasítás**Feltöltés olajjal vagy zsírral**

- Nyissa ki a fedelet a nyomógomb segítségével (1. ábra).
- A fogantyú felhúzásával emelje fel a sütőkosarat a legmagasabb helyzetbe (2. ábra). Egyidejűleg felfelé és hátrahúzza vegye ki a sütőkosarat (3. ábra).
- Öntsön a tartályba 1,2 liter olajat (vagy 1 kg zsírt).
A sütőfolyadék szintjének mindig a maximum és a minimum jelzés között kell lennie.

A legjobb eredmény eléréséhez használjon jó minőségű földimogyoró olajat. Ne keverjen össze különböző típusú olajokat. Szilárd zsír alkalmazása esetén a zsírdarabokat vágja kisebb darabokra, hogy **az olajsütő már az első percekben se melegedjen szárazon.** A hőmérsékletet állítsa 150°C-ra, amíg a zsír el nem olvad teljesen, és csak ezután válassza ki a kívánt hőmérsékletet

A sütés elkezdése

1. Tegye az élelmiszereket a sütőkosárba anélkül, hogy a kosarat túlzottan megtöltené (max. 1 kg nyers burgonya). Az egyenletes sütés érdekében az ételeket a sütőkosár széle mentén tanácsos elosztani úgy, hogy annak központi része minél kevésbé legyen megterhelve.
2. Helyezze az olajtartályba a sütőkosarat felemelt helyzetben (2. ábra), majd enyhe nyomással zárja le a fedelet addig, amíg a bezáródást jelző kattánást nem hallja.
3. A hőszabályzó toológombját állítsa a kívánt hőmérsékletre (4. ábra) (lásd mellékelt táblázat). A beállított hőmérséklet elérésekor az ellenőrző lámpa kialszik.
4. Az ellenőrző lámpa kialvása után azonnal merítse az olajba a sütőkosarat a fogantyú lassú leengedésével. A művelet elkezdése előtt húzza hátra a fogantyún található gombot.
 - Természetes, hogy ezután az olajsütő fedelének nyílásaiból jelentős mennyiségű gőz áramlik ki.
 - Az is természetes jelenség, hogy a fedél rácsai mentén a hőtágulás következtében enyhén eldeformálódik a fedél.
 - A sütés elején, rögtön az étel olajba merítése után a kémlelőablak (kiszérelés szerint) belső falát bepárasítja a keletkezett gőz, amely azután fokozatosan eltűnik.
 - Természetes, hogy a készülék üzemelése közben a sütőkosár fogantyúja körül gőzlecsapódás keletkezik.
5. Az is természetes jelenség, hogy a készülék üzemelése közben a fedélről a készülék műanyag falai mentén néhány csepp víz csorog le.

A sütés befejezése

A beállított sütési idő lejártakor (a percszámlálóval ellátott modelleknél hangjelzés mutatja a sütési idő végét) emelje fel a sütőkosarat és ellenőrizze, hogy az étel a kívánt mértékben megpirult-e.

A kémlelőablakkal rendelkező modellek esetében az ellenőrzést a fedél felnyitása nélkül, a kémlelőablakon keresztül is el lehet végezni.

Ha az étel elkészült, kapcsolja ki a készüléket a termosztát toológombjának "0" állásba forgatásával amíg a belső kapcsoló kattánása nem hallatszik.

A felesleges olaj lecsöpögtetésére hagyja egy kis ideig felemelt helyzetben a sütőkosarat az olajsütőben.

Megjegyzés: Ha a sütés 2 szakaszban történik (pl. burgonya), várja meg amíg kialszik az ellenőrző lámpa, majd a sütés folytatására eressze ismét az olajba a sütőkosarat (lásd mellékelt receptek).

Az olaj vagy zsír szűrése

Minden sütés után tanácsos elvégezni ezt a műveletet, mert az apró ételdarabok, szemcsék – főleg panírozott vagy lisztezett ételek esetében – a sütőfolyadékban maradnak és egy idő után megégnek, azaz az olaj vagy zsír sokkal gyorsabb minőségi romlását ill. elhasználódását okozzák.

A szűrést az alábbiak szerint végezze:

1. Nyissa fel az olajsütő fedelét és vegye ki a sütőkosarat. Ellenőrizze, hogy az olaj teljesen lehűlt-e (várjon kb. 2 órát).
2. Nyissa ki az ajtót az 5. ábrának megfelelően.
3. A 6. ábrán látható módon forgassa el a belső biztonsági ajtót és húzza ki az olajleeresztő csövet.
4. Vegye ki a záródugót (7. ábra), miközben két ujjal elzárja a cső nyílását az olaj vagy zsír kifolyásának megakadályozására amíg nem helyezi a csövet egy gyűjtőedénybe.
5. Folyassa ki az olajat vagy zsírt egy gyűjtőedénybe (8. ábra).
6. A tartályból egy szivacs vagy konyhai papírtörülkö segítségével távolítsa el az esetleges lerakódásokat.
7. A művelet befejezésekor a dugó visszatétele után illessze vissza a helyére az olajleeresztő csövet.
8. Az olajleeresztő cső nélküli modelleknél a készülék fedelének levétele után (12-13. ábra) ürítse ki az olajtartályt a 9. ábrán látható módon.
9. A sütőkosarat tegye a felső helyzetbe és illesszen az aljára egy, a tartozékok között található szűrőt (10. ábra). A szűrőket a háztartási készülék vételének helyén vagy egy márkaszer-vizben szerezheti be.
10. Ezután nagyon lassan öntse vissza az olajat vagy zsírt az olajsütőbe arra vigyázva, hogy ne hogy túlfolyjon a szűrőn (11. ábra).
11. Az így átszűrt olajat az olajsütő belsejében lehet tárolni. Abban az esetben, ha két sütés között túl sok idő telne el, tanácsos az olajat egy zárt edényben tárolni, hogy ne romoljon meg. A halhoz és a többi ételhez használt olajat jobb külön-külön tárolni.

Zsír alkalmazása esetén ne hagyja, hogy a zsír túlzottan lehűljön, mert megdermedhet.

A szagszűrő cseréje

A készülék fedelének belsejében található szagszűrők egy bizonyos idő után elvesztik szagel-szívó képességüket. A fedél belső lapján levő nyíláson keresztül látható szűrő színének megváltozása azt jelzi, hogy a szűrőt ki kell cserélni.

A szűrőcserét az alábbiak szerint végezze:

1. Húzza ki a fedélrögzítő csapot a nyíl irányába történő moeggatással a 12. ábrának megfelelően.
2. Két kézzel előre és felfelé húzva vegye le a fede-

let a 13. ábrán látható módon.

3. Csavarja ki a fedél lemezből készült belső lapját rögzítő csavarokat (14. ábra).
4. Cserélje ki a szűrőket a 15. ábrán látható szerelési sorrendet követve és győződjön meg, hogy a világos (fehér) szűrő bemetszései egybeesnek a műanyag fedél nyílásaival.
A két színes, kör alakú jelzést tartalmazó felületnek a fekete szűrő felé kell néznie.
5. Szerelje vissza a fedél belső lapját és a fedelet, majd illeszse vissza a rögzítő csapot.

Tisztítás

Bármilyen tisztítási művelet előtt mindig ki kell húzni a villásdugót a hálózati csatlakozóaljzatból.

Az olajsütőt sose mártsa vízbe és ne tegye vízszög alá.

A készülék belsejébe szivárgó víz áramutést okozhat.

A fedelet csak a szűrők kivétele után mártsa vízbe. Az olajtartály tisztítását az alábbiak szerint végezze:

- **Miután kb. 2 óráig hagyta lehűlni az olajat,** ürítse ki a tartályból az olajat vagy zsírt az olajleeresztő cső segítségével.
- A tartály aljáról egy szivacs vagy konyhai papírtörülkö segítségével távolítsa el az esetleges lerakódásokat.
- A tartály tisztításához használjon meleg vizet és folyékony mosogatószer, majd alaposan öblítse el és törölje szárazra.
- Az olajleeresztő cső belső részének tisztítására használja a gyári kiszerelésben található kefét (16. ábra).
- Tanácsos a sütőkosarat rendszeresen tisztítani és a sütőkosár vezetőgörgő gyűrűben esetlegesen felhalmozódott lerakódásokat eltávolítani.
- A sütőkosár mosogatógépben is tisztítható.
- Minden sütés után törölje szárazra az olajsütő külső felületét egy nedves, puha ruhával az esetleges olajfoltok vagy vízcseppek eltávolítására.
- A tömítést is tisztítsa meg és törölje szárazra, nehogy odatapadjon az olajsütő tartályához, amikor nem használja a készüléket. (A fedél beakadása esetén azt kézzel is fel lehet nyitni, ha felhúzás közben benyomva tartja a fedélnyitó gombot).
- Győződjön meg, hogy a párakivezető nyílás (O) nincs eltömődve.
- Minden sütés után ürítse ki az olajsütő hátsó részén található csepegtető tálcát (Q).

Tapadásgátló bevonatú tartállyal rendelkező modell

A tapadásgátló bevonattal ellátott tartály tisztításához ne használjon dörzshatású szerszemet, hanem csak egy puha ruhát és semleges mosószer.

Sütési tanácsok

Az olaj vagy zsír felhasználási ideje

Az olaj vagy zsír mennyiségének sosem szabad a minimum szint alá csökkennie. Időnként szükség van a sütőfolyadék teljes cseréjére. Az olaj vagy zsír felhasználódásának ideje attól függ, hogy milyen ételeket készít.

A panírozott élelmiszerek például jobban szennyeznek az olajat, mint a panírozás nélkül készült ételek.

Mint bármilyen olajsütő esetében, a többször felmelegített olaj károsodik és megromlik! Ezért rendszeres szűrés mellett is tanácsos minden 5-8, de legalább minden 10. sütés után teljesen lecserélni a tartályban az olajat.

Mivel ez az olajsütő a forgatható sütőkosárnak köszönhetően kevés olajjal működik, nagy előnyt jelent, hogy **a kereskedelmi forgalomban levő többi olajsütőhöz képest** ennél (minden 5-8. sütés után) elég az olajnak csak kb. a felét eltávolítani.

A helyes sütés módja

- Minden recept esetén be kell tartani az ajánlott sütési hőmérsékletet. **Túl alacsony hőmérsékleten történő sütésnél az étel magába szívja az olajat. Túl magas hőmérséklet alkalmazása esetén az étel külseje hamar megpirul, de a belseje nyers marad.**
- **Az ételt csak akkor szabad az olajba mártani, amikor az olaj már elérte a megfelelő hőmérsékletet, vagyis amikor az ellenőrző lámpa kialszik.**
- Ne tegyen túl sok ételt egyszerre a sütőkosárba, mert ellenkező esetben az olaj hőmérséklete hirtelen lecsökken, így az étel teleszívja magát olajjal és nem sül át egységesen.
- Ha kis mennyiségű ételt sül, akkor az olaj hőmérsékletét az ajánlottnál alacsonyabb fokra állítsa, máskülönben az olaj túl forró lesz.
- Ellenőrizze, hogy az étel egyforma vékony darabokra legyen vágva, mert a vastag darabok belseje a szép kinézet ellenére nem sül jól át. Az egyforma vastagságú darabok viszont egyszerre érik el az ideális sütési fokot.
- **Az olajba vagy zsírba helyezés előtt törölje tökéletesen szárazra az ételt,** mert ha nedves marad, nem lesz ropogós (különösen a burgonya). A magas víztartalmú élelmiszereket (hal, hús, zöldség) tanácsos bepanírozni vagy belisztezni, de a főleg morzsát vagy lisztet le kell rázni mielőtt az ételt az olajba tenné.

Nem fagyasztott ételek sütése

	Étel	Max. mennyiség g	Hőmérséklet °C	Idő perc
HASÁBBURGONYA	Fél adag	500	190	1. szakasz 6-7 2. szakasz 1-2
	Teljes adag	1000	190	1. szakasz 10-12 2. szakasz 2-3
HAL	Kalamájó (kalmár)	500	160	9-10
	Fésűskagyló (canestrelli)	500	160	9-10
	Királyrák farok	600	160	7-10
	Szardínia	500-600	170	8-10
	Szépia (tintahal)	500	160	8-10
	Nyelvhal (3 db)	500-600	160	6-7
HÚS	Rántott marhaszelet (2 db)	250	170	5-6
	Rántott csirkeszelet (3 db)	300	170	6-7
	Húspogácsa/fasírt (8-10 db)	400	160	7-9
ZÖLDSÉG	Articsóka	250	150	10-12
	Karfiol	400	160	8-9
	Gomba	400	150	9-10
	Padlizsán	300	170	11-12
	Cukkini	200	170	8-10

Vegye figyelembe, hogy a táblázatban felsorolt élelmiszereket a továbbiakban található receptek alapján készítették el és a megadott sütési idők ill. hőmérsékleti értékek tájékoztató jellegűek, amelyeket az ételek mennyiségének függvényében, valamint egyéni ízlés szerint kell módosítani.

Fagyasztott ételek sütése

- A fagyasztott élelmiszerek hőmérséklete nagyon alacsony, amelynek hatására az olaj vagy zsír hőmérséklete is jelentősen csökken. A jó eredmény érdekében ne lépje túl az alábbi táblázatban jelzett ételmennyiségeket.
- A fagyasztott ételek felületét gyakran jégkristályok borítják, amelyeket a sütés előtt meg kell próbálni eltávolítani.** Ezután nagyon lassan eressze az olajba a sütőkosarat, nehogy az olaj kicsapjon.

A megadott sütési idők tájékoztató jellegűek, amelyeket az ételek kiindulási hőmérséklete, valamint a fagyasztott étel gyártója által javasolt hőmérséklet függvényében kell módosítani.

	Étel	Max. mennyiség g	Hőmérséklet °C	Idő perc
FÉLKÉSZ HASÁBBURGONYA		180 (*)	190	1a fase 3-4 2a fase 1-2
	BURGONYAKROKETT	500	190	7-8
HAL	Panírozott tőkehal rudak	300	190	4-6
	Tengeri rákokcskák	300	190	4-6
HÚS	3 szelet rántott csirke	200	180	6-8

FIGYELMEZTETÉS: a sütőkosár olajba merítése előtt ellenőrizze, hogy a fedél jól le legyen zárva.

(*) A legjobb sütési eredményt ezzel a mennyiséggel lehet elérni. Természetesen több fagyasztott hasábburgonyát is készíthet, de vegye figyelembe, hogy így a kisütött hasábburgonya zsírosabb lesz. Ennek az az oka, hogy az olaj hőmérséklete a fagyasztott étel behelyezésének pillanatában hirtelen lecsökken.

Működési rendellenességek

Rendellenesség	Ok	Tennivalók
Kellemetlen szagok kibocsátása	A szagszűrő el van tömődve Az olaj megromlott A sütőfolyadék típusa nem megfelelő	Cserélje ki a szűrőt. Cserélje le az olajat vagy a zsírt Használjon jó minőségű földimogyoró olajat
Az olaj kifut	Az olaj megromlott és túl sok hab képződik. A forró olajba mártott élelmiszer nem volt elég száraz. A sütőkosár túl gyorsan lett az olaj-tartályba eresztve. Az olajsztint túllépte a maximum határt.	Cserélje le az olajat vagy a zsírt. Alaposan szárítsa meg az élelmi-szert. Lassan eressze az olajba a sütőkosarat. Csökkentse a tartályban az olaj mennyiségét.
Az olaj nem melegszik fel	Az olajsütőt úgy kapcsolta be, hogy a tartályban nem volt olaj, így a biztonsági hőkapcsoló elromlott.	Forduljon a szervizhálózathoz (a biztonsági hőkapcsolót ki kell cserélni).
Az étel csak a kosár egyik felében sült meg	A sütőkosár nem forog a sütés közben.	Tisztítsa ki a tartály alját. Tisztítsa meg a sütőkosár vezetőörgő gyűrűjét.
Nyitott fedél esetén túl sok olaj fröccsen ki a sütőből.	A párakivezető nyílás (O) el van tömődve	Távolítsa el a szennyeződést a nyílásból

RECEPTEK

HASÁBBURGONYA (nyers)

Hozzávalók 4-5 személyre: 1 kg burgonya, só
Termosztát hőmérséklet: 190°C
Sütési idő: 1. szakasz 10-12 perc
2. szakasz 2-3 perc

Hámozza meg a burgonyát és hosszában vágja kb. 1 cm vastagságú darabokra. A burgonyát a kereskedelmi forgalomban levő burgonyaaprítókkal egyforma darabokra tudja vágni.

Lehetőleg ne használjon újburgonyát, mert az több vizet tartalmaz. Annak érdekében, hogy a burgonya ne ragadjon le sütés közben, néhány percre tegye a feldarabolt burgonyát egy hideg vízzel teli edénybe az amidtartalom csökkentésére. Ezután öntse le róla a vizet és egy tiszta ruhával törölje szárazra. Tegye a burgonyát a sütőkosárba, majd helyezze a sütőkosarat az olajtartályba felemelt helyzetben. Melegítse elő 190°C-ra az olajat. Az ellenőrző lámpa kialvása után a fogantyú lassú leeresztésével mártsa az olajba a sütőkosarat és süsse 10-12 percig. Emelje fel a sütőkosarat, várja meg amíg az ellenőrző lámpa ismét kialszik, majd tegye vissza a burgonyát az olajba további 2-3 percre. Ezután vegye ki a sütőkosarat, öntse a sült burgonyát egy papírtörülővel bélelt edénybe, sózza meg és melegen tálalja.

KIRÁLYRÁK FAROK

1. recept:

Hozzávalók 2-3 személyre: 60 dkg királyrák, finomliszt; só; citrom

Termosztát hőmérséklet: 160°C
Sütési idő: 7-10 perc

Forgassa meg lisztben a megtisztított királyrák farok-darabokat.

A sütőkosarat felemelve tartva melegítse fel 160°C-ra az olajsütőt, majd az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a sütőkosárba a királyrák farok-darabokat és süsse 7-10 percig.

Ne felejtse el megfordítani néhány perc elteltével. Jó melegen tálalja.

Ricetta 2:

Hozzávalók: ugyanazok, mint az előző receptben, egy csésze tej és két tojás

Termosztát hőmérséklet: 160°C
Sütési idő: 7-10 perc

Oldjon fel 3 evőkanál lisztet a tejben, majd adja hozzá a felvert tojásokat és egy csipet sót. Tisztítsa meg a királyrák farok-darabokat, majd tegye be őket az elkészített keverékbe és legalább egy órát hagyja pihenni. Az olajsütő hőmérséklete ennél a receptnél is 160°C, de a sütőkosarat az olajba kell mártani. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a királyrák-farok darabokat a sütőkosárba és süsse 7-10 per-

cig. Ne feledje, hogy 4-5 perc után meg kell fordítani a darabokat.

HASÁBBURGONYA (fagyasztott)

Hozzávalók 2-3 személyre: 18 dkg burgonya; só
Termosztát hőmérséklet: 190°C
Sütési idő: 1. szakasz 3-4 perc
2. szakasz 1-2 perc

Preriscaldate l'olio a 190°C. Rimuovete il cestello, mettetevi le patate e scuotete il cestello al fine di eliminare il ghiaccio in eccesso. Quando la spia luminosa si sarà spenta, immergete il cestello nell'olio abbassando lentamente l'impugnatura e lasciate cuocere per 3 - 4 minuti. Sollevate il cestello e attendete che la spia si spenga nuovamente; a questo punto reimmergete le patate per altri 1 - 2 minuti. Quindi toglietele e versatele in un recipiente con della carta assorbente per far assorbire l'olio, salatele a piacere e servitele calde.

CKALAMÁJÓ (KALMÁR)

Hozzávalók 2 személyre: 50 dkg kalamájó (kalmár); finomliszt; néhány citrom; só

Termosztát hőmérséklet: 160°C
Sütési idő: 9-10 perc

Alaposan mossa meg a kalamájókat és vágja karikákra. A kisebb kalamájókat egészen lehet hagyni. Törölje szárazra, majd forgassa meg lisztben a darabokat. Közben felemelt sütőkosárral kapcsolja be 160°C-ra az olajsütőt. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a kalamájó darabokat a sütőkosárba és süsse 9-10 percig. Néhány perc után forgassa meg őket.

Amikor megsültek, jól csepegtesse le és öntse őket egy papírtörülővel bélelt edénybe. Citromkarikákkal kísérve azonnal tálalja és csak az utolsó pillanatban sózza meg, hogy ropogósak maradjanak.

FÉSÜSKAGYLÓ (CANESTRELLI)

Hozzávalók 2-3 személyre: 50 dkg fésűskagyló (canestrelli); finomliszt; egy citrom; só

Termosztát hőmérséklet: 160°C
Sütési idő: 9-10 perc

Alaposan mossa meg a fésűskagylókat ügyelve arra, hogy ne maradjon bennük homok. Törölje jól szárazra, majd forgassa meg őket lisztben. Amikor a felemelt helyzetű olajsütő hőmérséklete elérte a 160°C-ot és az ellenőrző lámpa kialszik, helyezze a fésűskagylókat a sütőkosárba és süsse 9-10 percig. Félidőben emelje meg a sütőkosarat, majd energikusan rázza meg, hogy a kagylók megforduljanak. Ha megsültek, jól csepegtesse le őket, sózza meg és néhány citromszelettel díszítve azonnal tálalja.

SZARDÍNIA

Hozzávalók 2-3 személyre: 50-60 dkg szardínia; finomliszt; tetszés szerint egy citrom; só

Termosztát hőmérséklet: 170°C

Sütési idő: 8-10 perc

Kapcsolja be 170°C-ra az olajsütőt felemelt sütőkosárral. Eközben tisztítsa meg, alaposan mossa át a szardíniákat és vegye le a fejüket. Törölje szárazra és forgassa meg lisztben a halakat. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a sütőkosárba a szardíniákat és süsse 8-10 percig. Ahogy elkészültek, jól csepegtesse le és sózza meg őket.

SZÉPIA (TINTAHAL)

Hozzávalók 2 személyre: 50 dkg szépia (lehetőleg kisebb méretűek, mert azok jobban átsülnek és puhábbak maradnak); finomliszt; egy citrom; só

Termosztát hőmérséklet: 160°C

Sütési idő: 8-11 perc

A tintahalak alapos megtisztítása után forgassa meg őket lisztben. Közben felemelt sütőkosárral kapcsolja be 160°C-ra az olajsütőt. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a halakat a sütőkosárba és süsse 8-11 percig. Kb. 5-6 perc sütés után fordítsa meg a halakat. Sütés után alaposan csepegtesse le és tegye őket egy tálalóedénybe. Sózza meg és citromkarikákkal díszítve forrón tálalja.

NYELVHAL

Hozzávalók 2-3 személyre: 3 db egyenként kb. 20 dkg nyelvhal; finomliszt; egy pohár tej; egy citrom; petrezselyem; só

Termosztát hőmérséklet: 160°C

Sütési idő: 6-7 perc

A halak megtisztítása után mártsa őket tejbe és hagyja kb. 10 percig ázni. Ezután forgassa meg lisztben a halakat, majd rázza le a felesleges lisztet. Közben felemelt sütőkosárral kapcsolja be 160°C-ra az olajsütőt. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a halakat a sütőkosárba és süsse 6-7 percig. Ne feledje, hogy 3-4 perc után meg kell őket fordítani. Jól csepegtesse le, sózza meg, majd tegye egy tálalóedénybe. Citromkarikákkal és petrezselyemlevéllel díszítve forrón tálalja.

RÁNTOTT MARHA/CSIRKESZELET

Hozzávalók 2 személyre: 2 db, egyenként kb. 15 dkg marha/csirkeszelet; két tojás; zsemlemorzsza; só és bors

Termosztát hőmérséklet: 170°C

Sütési idő: 5-7 perc

Húsverő kalapáccsal enyhén verje ki a hússzeleteket. Egy tányérban verje fel a két tojást egy csipet sóval és egy kis borssal, ezután forgassa meg a hússzeleteket a tojásban, majd a zsemlemorzsában úgy, hogy minden oldalára jól tapadjon a morzsa. Melegítse fel az olajsütőt 170°C-ra felemelt

sütőkosárral. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a sütőkosárba a hússzeleteket és süsse 5-7 percig. Félidőben fordítsa meg a hússzeleteket. Tetszés szerint sózza és jó melegen tálalja.

HÚSPOGÁCSA (FASÍRT)

Hozzávalók 2 személyre: 40 dkg darált hús; 3 dkg mortadella (vagy felvágott); két tojás; zsemlemorzsza; egy citrom és néhány levél saláta a díszítéshez; só, bors

Termosztát hőmérséklet: 160°C

Sütési idő: 7-9 perc

Dolgozza össze a darált húst, a mortadellát (vagy felvágottat) a két tojással, a sóval és a borssal. Ezután formáljon nem túl nagy pogácsákat és gyengéden forgassa meg zsemlemorzsában, hogy minden oldalára jól tapadjon a morzsa. Közben kapcsolja be az olajsütőt és melegítse fel 160°C-ra felemelt sütőkosárral. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a sütőkosárba a húspogácsákat és süsse 7-9 percig. Ne feledje, hogy néhány perc után a meg kell őket fordítani. Jól csepegtesse le a kisült húspogácsákat, majd tegye egy papírtörülővel bélelt tálalóedénybe. Citromkarikákkal és salátalevelekkel díszítve tálalja.

KARFIOL

Hozzávalók 2-3 személyre: egy fej kb. 40 dkg karfiol; 2-3 tojás; zsemlemorzsza; só

Termosztát hőmérséklet: 160°C

Sütési idő: 8-9 perc

Sós vízben kb. 15 percig főzze a karfiolt és vegye ki a vízből, amikor még nem puhult meg teljesen. Csepegtesse le, majd kihűlés után szedje szét rózsákra. Verje fel a tojásokat és adjon hozzá egy kis sót. A karfiolrózsákat forgassa meg először a tojásban, majd a zsemlemorzsában. Közben felemelt sütőkosárral kapcsolja be 160°C-ra az olajsütőt. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a karfiolrózsákat a sütőkosárba és süsse 8-9 percig. Ne feledje, hogy 4 perc után meg kell őket fordítani. Ahogy megsültek, azonnal, még melegen tálalja őket.

CUKKINI

Hozzávalók 2 személyre: 20 dkg cukkini; finomliszt; egy evőkanál olívaolaj; só

Termosztát hőmérséklet: 170°C

Sütési idő: 8-10 perc

Két evőkanál lisztből készítsen sűrű palacsintatésztát egy evőkanál olívaolaj és egy evőkanál víz hozzáadásával. Az elkészült tésztának elég folyékonynak kell lennie, amelyet ezután pihentessen egy fél óráig. Eközben vágja közepes vastagságú (kb. 5 mm-es) karikákra a cukkiniet és mártsa bele a tésztába. Melegítse fel az olajsütőt 170°C-ra és merítse a sütőkosarat az olajba. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a cukkinikarikákat a sütőkosárba és süsse 8-10 percig. Ne

felejtse el őket megfordítani félidőben, két evőeszköz segítségével. Sütés után öntse a zöldséget egy papírtörlővel kibélelt edénybe. Itassa le, majd tetszés szerint sózza és még melegen tálalja.

ARTICSÓKA

Hozzávalók 2 személyre: 25 dkg friss articsóka; finomliszt; egy tojás; só

Termosztát hőmérséklet: 150°C

Sütési idő: 10-12 perc

Vágja apró cikkekre az articsókát. Mossa meg és tegye a cikkeket egy citromos vízzel teli edénybe, hogy ne barnuljanak meg. Kapcsolja be 150°C-ra az olajsütőt és eressze le a sütőkosarat. Közben csepegtesse le, törölje szárazra, forgassa meg először a lisztben, majd a megsózott, felvert tojásban az articsóka darabokat. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a zöldségdarabokat a sütőkosárba és süsse 10-12 percig, amíg meg nem pirulnak. Ahogy megsültek, csepegtesse le, majd öntse őket egy papírtörlővel bélelt edénybe. Sózza meg és jó melegen tálalja.

FÁNK (sütőkosár nélkül sütve)

Hozzávalók 6 személyre: 1/4 liter víz; 5 dkg vaj; egy csipet só; 15 dkg finomliszt; 5 dkg gabonakeményítő; 5 dkg kristálycukor; 1 csomag vaníliás cukor; 1 fiola citrom- vagy rumaroma; 4 tojás; 1 csapott teáskanál szárított élesztő; 10 dkg megmosott és megszáritott mazsola; 4 dkg porcukor.

Termosztát hőmérséklet: 160°C

Sütési idő: 16 perc

Készítse elő és mérje ki az összes hozzávalót. Sztálja át a lisztet a gabonakeményítővel. Lehetőség szerint egy hosszú nyelű fazékban forrásig melegítse fel a vizet, a vajat és a sót, majd öntse a liszt és a gabonakeményítő keverékébe. Addig kevergesse, amíg egy cipóvá nem áll össze és állandó kevergetés közben kb. egy percen át ismét melegítse fel a tésztát. A még meleg cipót tegye egy edénybe, majd fokozatosan adja hozzá a kristálycukrot, a porcukrot, az aromát és a tojásokat. A tojások hozzáadása után addig folytassa a keverést, amíg a kidolgozott tészta jól ki nem fényesedik és nehezen csúszik le a kanálról. Utoljára az élesztőt és a mazsolát dolgozza a tésztába. Kapcsolja be az olajsütőt és melegítse fel 160°C-ra. Az ellenőrző lámpa kialvása után két teáskanál segítségével formázzon a tésztából kis gombócokat, majd mártsa a gombócokat az olajba (egy alkalommal 18 fánk fér el a tartályban) és süsse 16 percig. Ne feledje, hogy félidőben meg kell fordítani őket. A sütéshez ne használja a sütőkosarat, mert a fánkok az olaj felszínén maradnak.

GOMBA

Hozzávalók 2-3 személyre: 40 dkg sampinyon

gomba; egy tojás; fél pohár tej; zsemlemorzsa; két evőkanál parmezán sajt; só

Termosztát hőmérséklet: 150°C

Sütési idő: 9-10 perc

Alaposan tisztítsa meg a gombát ügyelve arra, hogy ne maradjon benne homok. Darabolja fel nem túl kicsi szeletekre és mártsa meg egy felvert tojásból, tejből, csipetnyi sóból készített tésztában. Ezután forgassa meg a gombaszeleteket a zsemlemorzsa és reszelt parmezán sajt keverékében. Melegítse fel az olajsütőt 150°C-ra felemelt sütőkosárral. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a gombaszeleteket a sütőkosárba és süsse 9-10 percig, amíg meg nem pirulnak. Ahogy megsültek, csepegtesse le, majd öntse a gombaszeleteket egy papírtörlővel kibélelt edénybe. Itassa le, sózza meg és azonnal, jó melegen tálalja.

PADLIZSÁN

Hozzávalók 2 személyre: 30 dkg padlizsán; finomliszt; egy tojás; só

Termosztát hőmérséklet: 170°C

Sütési idő: 11-12 perc

Vágja fel a padlizsánt kb. 5 mm vastagságú szeletekre, majd sózza be és legalább egy óráig hagyja pihenni egy tányérban. Ezután törölje szárazra és forgassa meg lisztben a padlizsánszeleteket. Közben kapcsolja be 170°C-ra az olajsütőt felemelt sütőkosárral. Az ellenőrző lámpa kialvása után helyezze a padlizsánszeleteket a sütőkosárba úgy, hogy ne fedjék egymást, majd süsse 11-12 percig. Félidőben fordítsa meg a szeleteket két evőeszköz segítségével. Sütés után jól csepegtesse és tegye egy tálalóedénybe a zöldséget. Tetszés szerint sózza és azonnal tálalja.

MOZZARELLA KENYÉRBUNDÁBAN (sütőkosár nélkül sütve)

Hozzávalók 4 személyre: 1 nagy mozzarella sajt; 8 db előre szeletelt szendvicshenyér; 2 tojás; finomliszt; 2 evőkanál tej; só; olaj; 3 szelet főtt sonka; szardellapasztá

Termosztát hőmérséklet: 160°C

Sütési idő: 4 perc

Felezze el a kenyérszeleteket és vágja le a héjukat. Szeletelje fel a mozzarella sajtot. Egy darab kenyérré rétegezzen egy szelet mozzarella sajtot, egy kis szardellapasztát, főtt sonkát, majd ismét egy szelet mozzarella sajtot és fedje be az egészet egy másik kenyérdarabbal. Forgassa meg lisztben a kenyérbundás mozzarella darabokat, majd mártsa meg a felvert tojás, só és tej keverékében úgy, hogy jól felszívják a tojásos-tejes keveréket. Kapcsolja be és melegítse fel 160°C-ra az olajsütőt. Az ellenőrző lámpa kialvása után egyenként mártson az olajba 4 kenyérbundás mozzarellát és süsse 4 percig. Félidőben fordítsa meg őket. Sütés után csepegtesse le és itassa le egy papírtörlő segítségével.