PETRA ELECTRIC

SEIT 1968

BROŽŪRAS RECEPTY

PETRA ELECTRIC
SEIT 1968

Tabulka pro vaření

Tabulka horkovzdušného fritování				
Přísada	**Množství**	**Olej**	**Teplota**	**Doba vaření**
Zelenina				
Chřest	200 g Celý, očištěný	2 lžičky	200 °C	8–12 min
Papriky	2 papriky Celá	Žádná	200 °C	16 min
Brokolice	1 hlavička (400 g) Nakrájejte na 2,5cm růžičky	1 lžíce	200 °C	9 min
Máslová dýně	500 g –750 g Nakrájejte na kousky o délce 2,5 cm	1 lžíce	200 °C	20–25 min
Mrkev	500 g Očistěte a nakrájejte na kousky o délce 1,5 cm	1 lžíce	200 °C	13–16 min
Květák	1 hlavička (900 g) Nakrájejte na 2,5cm růžičky	2 lžíce	200 °C	15–20 min
Kukuřičný klas	4 klasy Celé klasy, odstraňte slupky	1 lžíce	200 °C	12–15 min
Cuketa	500 g Nakrájejte podélně na čtvrtky a pak na kousky o délce 2,5 cm	1 lžíce	200 °C	15–18 min
Zelené fazolky	200 g Odřízněte stopky	1 lžíce	200 °C	8 min

Kale	100 g Odtrhávejte kousky, vyjměte stonky	Žádná	150 °C	8 min
Houby	225 g Nakrájejte na čtvrtiny	1 lžíce	200 °C	7 min
Bílé brambory	750 g Nakrájejte na 2,5cm měsíčky	1 lžíce	200 °C	18–20 min
	450 g Nakrájejte na tenké hranolky	1–3 lžíce	200 °C	20–24 min
	450 g Nakrájejte na silné hranolky	1–3 lžíce	200 °C	23–26 min
	4 brambory Celé, propíchněte vidličkou	Žádná	200 °C	25 min
Sladké brambory	750 g Nakrájejte na kousky o délce 2,5 cm	1 lžíce	200 °C	15–20 min
	4 brambory Celé, propíchněte vidličkou	Žádná	200 °C	30–35 min

Kuře				
Kuřecí prsa	2 kuřecí prsa bez kosti	Potřete olejem	200 °C	20–25 min
	4 kuřecí prsa bez kosti	Potřete olejem	200 °C	30–35 min
Kuřecí stehna	4 stehna s kostí	Potřete olejem	200 °C	22–28 min
	4 vykostěná stehna	Potřete olejem	200 °C	18–22 min
Kuřecí křidélka	1 kg křidélek s kostí	1 lžíce	200 °C	33 min

Hovězí				
Hamburgery	4 čtvrtlibrové hamburgery Tloušťka 2,5 cm	Žádná	190 °C	12 min
Steaky	2x 200 g roštěnky Tloušťka 1,5 cm–2,5 cm	Žádná	200 °C	Mírně propečený: 9–10 min Středně propečený 10–12 min Dobře propečený: 18–20 min
Vepřové				
Slanina	4 nudličky Uřízněte na polovinu	Žádná	180 °C	9 min
Vepřové kotlety	2 kotlety s kostí	Potřete olejem	200 °C	15–18 min
	4 kotlety bez kosti	Potřete olejem	200 °C	14–17 min
Klobásy	4 klobásy	Potřete olejem	200 °C	16 min
Jehněčí				
Jehněčí kotlety	4 kotlety (340 g)	Potřete olejem	200 °C	12 min
Ryby a mořské plody				
Filety z lososa	2 filety	Potřete olejem	200 °C	10–13 min

Krevety	16 velkých, celých a oloupaných	1 lžíce	200 °C	7–10 min
Zmrazené				
Kuřecí nugety	1 balení (397 g)	Žádná	200 °C	16 min
Kuřecí goujons	11	Žádná	190 °C	8 min
Rybí filé	4 filé (500 g)	Žádná	200 °C	14–16 min
Rybí filé v těstíčku	4 filety Obraťte v polovině doby vaření	Žádná	180 °C	18 min
Rybí prsty	10	Žádná	200 °C	15 min
Krevetová tempura	8 krevet (celkem 140 g) Obraťte v polovině doby vaření	Žádná	190 °C	8–9 min
Hranolky	500 g	Žádná	180 °C	20–22 min
	1 kg	Žádná	180 °C	42 min
Silné hranolky do trouby	500 g	Žádná	180 °C	20 min
Bramborové měsíčky	500 g	Žádná	180 °C	20 min
Pečené brambory	700 g	Žádná	190 °C	20 min
Bramborové vafle	7	Žádná	200 °C	15 min
Sladké bramborové hranolky	450 g	Žádná	190 °C	20–22 min
Veganské burgery	4	Žádná	180 °C	10 min
Obalované houby	300 g	Žádná	190 °C	10–12 min
Cibulové kroužky	300 g	Žádná	190 °C	14 min
Yorkshirský pudink	8 (celkem 150 g)	Žádná	180 °C	3–4 min

Křupavá kuřecí stehna s limetkou a petrželkou

Ingredience

120 g strouhanky
64 g hladké mouky
30 g čerstvé petrželky (nasekané)
4 kuřecí stehna
4 stroužky česneku (mleté)
2 limetky (odšťavněné)
160 ml podmáslí
2 lžičky hnědého cukru
¾ lžičky mletého kmínu
½ lžičky chilli vloček
sprej na vaření
sůl a pepř podle chuti

Postup

Smíchejte podmáslí, chilli vločky, česnek, cukr, kmín, petrželku a limetkovou šťávu ve velké míse.
Kousky kuřete namočte ve směsi z podmáslí a poté pečlivě obalte ve strouhance.
Postříkejte kuřecí stehna na všech stranách sprejem na vaření.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na 22–28 minut a opatrně umístěte kuřecí stehna do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda je kuře propečené.
Ihned podávejte s přílohou dle libosti.

Žebírka spareribs se solí a pepřem

Ingredience

12 vepřových žebírek spareribs
2 lžíce mořské soli
2 lžičky čerstvě mletého černého pepře
½ lžičky čínského koření pěti vůní
sprej na vaření

Postup

Opečte sůl a pepř bez oleje na pánvi při nízké nebo střední teplotě. Míchejte, dokud sůl neztmavne, pak sejměte z plotny a vmíchejte koření pěti vůní. Odložte stranou, aby vychladla.
Při použití hřbetu s žebry krájejte směrem dolů mezi kostmi.
Žebírka lehce potřete směsí koření, přikryjte a dejte přibližně na 2 hodiny do chladničky.
Na všechny strany nastříkejte sprej na vaření.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na 15–20 minut a opatrně vložte žebírka do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou žebírka propečená.
Ihned podávejte s přílohou dle libosti.

Kuřecí křidélka BBQ

Ingredience

3cm kousek čerstvého zázvoru, oloupaného a nastrouhaného
1 stroužek česneku, rozdrceného
3 lžíce pomerančové marmelády
2 lžíce čirého medu
1 lžíce sezamového oleje
2 lžičky sójové omáčky
1 ½ lžičky čínského koření pěti vůní
½ lžičky strouhané pomerančové kůry

Postup

Ve velké míse smíchejte všechny přísady, s výjimkou kuřecích křidélek.
Ponořte kuřecí křidélka do směsi, přikryjte a chlaďte nejméně 2 hodiny nebo přes noc, občas obracejte.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na přibližně 15 minut a opatrně umístěte kuřecí křidélka do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou kuřecí křidélka propečená.
Ihned podávejte s přílohou dle libosti.

Vepřové kotlety na medu

Ingredience

85 g medu
2 vepřové kotlety
3 lžíce sójové omáčky
1 lžíce limetkové šťávy
1 lžička česneku (mletého)

Postup

Ve velké míse smíchejte všechny přísady, s výjimkou vepřových kotlet.
Vepřové kotlety ponořte do směsi, přikryjte a chlaďte 1–2 hodiny.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na 15–20 minut a opatrně vložte vepřové kotlety do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou vepřové kotlety propečené.
Ihned podávejte s přílohou dle libosti.

Křupavé jehněčí kotlety na rozmarýnu, česneku a tymiánu

Ingredience

18 malých jehněčích žeberních kotlet
2 lžíce česneku (mletého)
1 ½ lžíce čerstvého rozmarýnu (nasekaného)
1 lžíce čerstvého tymiánu
1 lžička sušené drcené červené papriky
čerstvé rozmarýnové větvičky (pokud chcete)
sůl podle chuti
sprej na vaření

Postup

Ve velké míse smíchejte česnek, tymián, nasekaný rozmarýn a červenou papriku.
Nasypte směs na jehněčí kotlety a vtírejte, pak posypte solí. Přikryjte a dejte na 2–3 hodiny do chladničky.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na přibližně 20 minut a opatrně vložte jehněčí kotlety do příslušné varné přihrádky. Může být nutné použít obě varné přihrádky nebo vařit kotlety ve více dávkách.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou jehněčí kotlety propečené.
Ihned podávejte, můžete posypat čerstvým rozmarýnem.

Smažený losos cajun

Ingredience

910 g filetů z lososa
380 g kukuřičné mouky
3 vejce
125 ml mléka
125 ml ležáku
3 lžíce hořčice
2 lžíce soli
2 lžičky černého pepře
½–1 lžíce omáčky tabasko
½–1 lžička kajenského pepře (nebo podle chuti)
sprej na vaření

Postup

Smíchejte vejce, mléko, ležák, hořčici, omáčku tabasko,
kajenský pepř a polovinu soli a pepře ve velké míse.
Nakrájejte rybí filety na kousky o velikosti sousta, úplně ponořte do vaječné směsi.
Přikryjte a dejte přibližně na 1 minutu do chladničky.
Smíchejte kukuřičnou mouku a zbývající sůl a pepř v mělké široké misce nebo na talíři.
Vyjměte kousky ryby z vaječné směsi a rovnoměrně je obalte v kukuřičné mouce.
Nastříkejte kousky ryby na všech stranách sprejem na vaření.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na přibližně 15 minut a opatrně vložte kousky ryby do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda je ryba propečená.
Ihned podávejte s přílohou dle libosti.

Cibulové kroužky v domácím pivním těstíčku

Ingredience

250 g hladké mouky
112 g strouhanky
2 velké cibule
1 vejce
178 ml piva
sprej na vaření

Postup

Omyjte a oloupejte cibuli, nakrájejte na kolečka o tloušťce 6 mm a rozdělte kolečka na kroužky.
Smíchejte mouku, vejce a pivo ve velké míse; konzistence směsi by neměla být příliš řídká, ale měla by být dostatečně tenká, aby pokryla cibulové kroužky.
Cibulové kroužky ponořte do pivní směsi a poté pečlivě obalte ve strouhance. Nastříkejte cibulové kroužky na všech stranách sprejem na vaření.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na 15–20 minut a opatrně vložte cibulové kroužky do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou cibulové kroužky opečené do zlatova.
Ihned podávejte s dipem podle vlastního výběru.

Peri peri hranolky

Ingredience

4 brambory (nebo sladké brambory)
¼ lžičky papriky
¼ lžičky oregana
¼ lžičky mletého zázvoru
¼ lžičky mletého kardamomu
¼ lžičky mletého česneku
¼ lžičky mleté cibule
sprej na vaření
sůl a kajenský pepř podle chuti

Postup

Brambory oloupejte a nakrájejte na hranolky. Vložte nakrájené brambory do hrnce se studenou osolenou vodou a uveďte vodu do varu.
Po dosažení bodu varu slijte vodu a brambory dejte do velké nádoby.
Vytvořte směs koření smícháním suchých přísad ve velké míse.
Hranolky nastříkejte na všechny stranách sprejem na vaření a posypte směsí koření.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Vyberte funkci „CHIP".
Hranolky opatrně vložte do příslušné varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou hranolky křupavé.
Ihned podávejte s dipem podle vlastního výběru.

Rozmarýnové brambory

Ingredience

1 kg brambor (rozpůlených)
6 lžic olivového oleje
1 lžička čerstvého rozmarýnu
sůl a pepř podle chuti

Postup

Oloupejte brambory a nakrájejte je na polovinu. Vložte nakrájené brambory do hrnce se studenou osolenou vodou a uveďte vodu do varu.
Po dosažení bodu varu pokračujte ve vaření přibližně 6 minut, poté slijte vodu a dejte brambory do velké mísy.
Brambory rovnoměrně potřete olivovým olejem a okořeňte rozmarýnem, solí a pepřem.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na přibližně 20 minut a opatrně vložte brambory do příslušné varné přihrádky.
Asi po 20 minutách brambory důkladně protřepejte, aby se rovnoměrně pokryly olejem.
Vařte dalších 15 minut.
Před podáváním zkontrolujte, zda jsou brambory křupavé a upečené do zlatova.

Smažená zeleninová směs se sójovou omáčkou

Ingredience

8 dětských kukuřic (nakrájených na plátky)
3 velké žampiony (rozčtvrcené)
2 bílé cibule (rozčtvrcené)
1 máselná dýně (oloupaná a nakrájená na kostičky)
1 červená paprika (nakrájená na plátky)
1 zelená paprika (nakrájená na plátky)
1 žlutá paprika (nakrájená na plátky)
1 oranžová paprika (nakrájená na plátky)
1 cuketa (nakrájená šikmo na plátky)
2 lžíce olivového oleje
2 lžíce sójové omáčky
1 lžička bylinkové směsi
sůl a pepř podle chuti

Postup

Zeleninu rovnoměrně potřete olivovým olejem, ochuťte solí, pepřem a bylinkovou směsí.
Připojte horkovzdušnou fritézu ke zdroji napájení a zapněte ji.
Nastavte teplotu na 200 °C a čas na přibližně 15 minut a opatrně vložte zeleninu do příslušného varné přihrádky.
Před podáváním zkontrolujte, zda je zelenina propečená.
Podávejte zakapané sójovou omáčkou.

Vyrobeno společností
Edmund-Rumpler Straβe 5,
51149 Köln, Germany.

MADE IN CHINA.

www.petra-electric.com

©Petra je ochranná známka. Všechna práva vyhrazena.

CD030322MD111022/V4