

CONTENIDO

ENTRANTES

Buñuelos de bacalao
Samosas de mozzarella y tomate seco
Berenjena a la parrilla con pesto
Tostada mediterránea con pimiento
Tarta rústica de calabacín

PLATOS PRINCIPALES

"Patatas fritas" de boniato
"Patatas fritas" de zanahoria con sirope de arce y tomillo
Rosti de patata
Gambas empanadas al curry
Salmón Teriyaki
Pescado con costra sobre cama de brócoli
Dorada con tomates y aceitunas
Solomillo de cerdo glaseado con miel y patatas con grasa de pato
Chuletas de cerdo con manzana y patatas
Salchicha a la parrilla con glaseado de mostaza
Entrecot a la parrilla con chimichurri
Hamburguesa y "patatas fritas" de boniato
Muslos de pollo al jengibre con mazorcas de maíz a la parrilla
Pollo asado
Muslos de pollo marinados con yogur y romero
Rollitos de primavera de pollo
Pechuga de pato y zanahorias con miel y romero
Pizza de champiñones
Calabaza al aceite de oliva, ajo y laurel
Coliflor asada con salsa de limón
Tomates a la provenzal

POSTRES

Bizcocho marmolado de chocolate y caramelo
Magdalenas con pepitas de chocolate
Donuts de manzana glaseados
Fruta deshidratada



GUÍA



NÚMERO DE PERSONAS



TIEMPO DE PREPARACIÓN



TIEMPO DE MARINADO



TIEMPO DE COCCIÓN



PATATAS FRITAS



POLO



CARNE



PESCADO



PIZZA



BIZCOCHO



DESHIDRATACIÓN



GRILL

BUÑUELOS DE BACALAO

6 ✨ 25 min 🍲 2 x 15 min 🍳

INGREDIENTES

330 g de bacalao
180 g de harina
50 ml de leche condensada sin azúcar
2 yemas de huevo
2 dientes de ajo finamente picados
2 chalotas pequeñas peladas

1 guindilla pequeña
½ cucharada sopera de tomillo fresco o seco
Sal y pimienta
2 cucharadas soperas de aceite

RECETA

- 1 | Pon el pescado en una cacerola con agua fría. Llévelo a ebullición y apaga el fuego. Deja reposar durante 3 minutos. Escúrrelo y quítale las espinas al pescado y, a continuación, desmiga con un tenedor. Quítale las semillas a la guindilla y córtala en trozos pequeños junto a la chalota.
- 2 | Coloca todos los ingredientes (excepto el aceite) en un recipiente y mézclalos. Obtendrás una pasta elástica algo pegajosa.
- 3 | Coloca un trozo de papel para el horno en el cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill. Engrásalo con aceite usando un pincel. Con dos cucharas de postre, dale forma de albóndigas a la pasta. Coloca 12 bolas de masa en el cesto, asegurándote de que no se tocan. Utiliza un pincel para engrasarlas
- 4 | Saca los buñuelos del cesto. Vuelve a engrasar el papel para el horno. Con la pasta restante, haz otras 12 pequeñas bolas de masa y colócalas en el cesto, asegurándote de que no se tocan. Utiliza un pincel para engrasarlas ligeramente con aceite. Coloca el cesto en la parte central del aparato y cierra la puerta. Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 15 minutos. Después de 12 minutos, abre la puerta, da la vuelta a los buñuelos y cierra la puerta hasta que se hayan terminado de cocinar.



SAMOSAS DE MOZZARELLA Y TOMATE SECO



INGREDIENTES

6 hojas redondas de pasta brick
3 tomates secos
12 bolas de mozzarella (o 12 dados pequeños)
2 cucharadas soperas de aceite

RECETA

- 1 | Corta los tomates en cuartos. Corta las hojas de pasta brick por la mitad (para formar dos semicírculos). Corta 2 cm de la parte del borde redondeado para formar tiras anchas de unos 13 cm.
- 2 | Dobla cada tira por la mitad. Con un pincel, engrasa ligeramente la tira doblada. Coloca una bola de mozzarella y un trozo de tomate seco en el fondo de la tira. Dóblala para formar una samosa triangular y engrásala con aceite usando un pincel.
- 3 | Coloca las samosas en el cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill y asegúrate de que no se solapen. Cierra la puerta y cócnalas en el modo PATATAS FRITAS durante 10 minutos.

BERENJENA A LA PARRILLA CON PESTO



INGREDIENTES

2 berenjenas grandes
1 tarro de pesto (190 g)

RECETA

- 1 | Coloca la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recoge gotas en la parte inferior y precalienta en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 2 | Lava las berenjenas sin pelarlas y córtalas en rodajas de unos 1,5-2 cm de grosor. Extiende el pesto por ambos lados de cada rodaja de berenjena.
- 3 | Una vez precalentado, coloca las rodajas de berenjena en la bandeja para grill, comprueba que no se solapan y cierra la puerta. Ten en cuenta que tendrás que hacerlas en varias tandas. Cocínalas en el modo GRILL (200 °C) durante 10 minutos. Cuando suene el temporizador, utiliza una espátula para dar la vuelta a las rodajas de berenjena y cocínalas durante otros 5 minutos en el modo GRILL. Repite el procedimiento para las demás rodajas de berenjena.

SUGERENCIA

Sirve las rodajas de berenjena a la parrilla calientes o frías con un poco más de pesto.



TOSTADA MEDITERRÁNEA CON PIMIENTO

4 ✨ 15 min  30 min 

INGREDIENTES

2 pimientos rojos pequeños
8 rebanadas de pan tostado
80 ml de aceite de oliva
1 diente de ajo
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Lava los pimientos. Colócalos enteros en el cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill. Coloca el cesto en la parte central del aparato con la bandeja recogegotas en la parte inferior y cocina a 200 °C durante 30 minutos.
- 2 | Coloca los pimientos en un recipiente, cúbrelos con un plato y déjalos enfriar por completo. Así te resultará más fácil quitarles la piel.
- 3 | Pela los pimientos. Córtalos en tiras y colócalos en un plato hondo con el ajo machacado y el aceite de oliva. Sazona con sal y pimienta. Sirve con rebanadas de pan tostado.

SUGERENCIA

Añade unas ramitas de tomillo a los pimientos.

TARTA RÚSTICA DE CALABACÍN

4 ✂ 15 min  13 min precalentamiento + 45 min 



INGREDIENTES

1 paquete de masa de hojaldre
 2 calabacines pequeños
 200 g de queso de cabra fresco (o queso en crema)
 2 cucharadas de postre de tomillo finamente picado o de hierbas de provenzales
 1 cucharada sopera de pan rallado
 3 dientes de ajo
 ½ limón
 1 cucharada sopera de aceite de oliva
 Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Lava los calabacines y córtalos en rodajas de ½ cm de grosor. Pela y machaca los dientes de ajo, ralla el limón y mézclalo todo con el queso de cabra (o el queso en crema), el pan rallado, la sal, la pimienta, la mitad del tomillo y el aceite de oliva.
- 2 | Coloca la bandeja para pizza en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill. Cierra la puerta y precalienta el aparato en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 3 | Corta una hoja de papel para el horno del tamaño de la bandeja para pizza. Desenrolla la masa de hojaldre sobre el papel para el horno, utilizándolo como guía, y pincha la masa con un tenedor. Empezando por el centro, extiende la mezcla de queso sobre la masa hasta el borde del papel para el horno. Añade las rodajas de calabacín y sazona con el resto del tomillo y el aceite de oliva. Dobla los bordes de la masa sobre el relleno para que la tarta no sea mayor que el papel para el horno.
- 4 | Una vez precalentado el aparato, desliza la tarta sobre la bandeja con el papel para el horno y colócala en la parte central del Easy Fry Oven & Grill. Cierra la puerta y cocina en el modo PIZZA (190 °C) durante 45 minutos. Transcurridos 20 minutos, saca la bandeja del Easy Fry Oven & Grill y retira con cuidado el papel para el horno con una espátula. Vuelve a colocar la bandeja en el aparato, cierra la puerta y baja la temperatura a 180 °C para terminar de cocinar.

SUGERENCIA

Sirve la tarta caliente, templada o fría con ensalada.

"PATATAS FRITAS" DE BONIATO



INGREDIENTES

1 kg de boniatos
 2 cucharadas soperas de harina
 1,5 cucharadas de postre de sal
 1,5 cucharadas soperas de aceite
 Perejil fresco finamente picado (opcional)

RECETA

- 1 | Lava los boniatos y córtalos en bastones de 2 cm de grosor. Sécalos con un paño de cocina todo lo que puedas y, a continuación, pásalos a un recipiente.
- 2 | Añade la harina y la sal y, a continuación, remueve para que el boniato quede bien cubierto. Añade el aceite y mezcla. Pasa los bastones de boniato al cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill. Coloca el cesto en la parte central del aparato con la bandeja recogegotas en la parte inferior.
- 3 | Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 25 minutos, dándoles la vuelta un par de veces.
- 4 | Sazona con sal y perejil fresco picado al gusto.



"PATATAS FRITAS" DE ZANAHORIA CON SIROPE DE ARCE Y TOMILLO

4 ✂ 15 min  40 min 

INGREDIENTES

1 kg de zanahorias
2 cucharadas soperas de aceite de semilla de uva
1 cucharada soperas de sirope de arce
½ cucharada soperas de tomillo
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Pela las zanahorias. Córtalas en cuartos longitudinales y luego en bastones de 5 cm de largo. Coloca los bastones en un recipiente y mézclalos con el aceite, el jarabe de arce, el tomillo, la sal y la pimienta.
- 2 | Pásalos al cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill y ponlo en la parte central del aparato con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cierra la puerta.
- 3 | Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 40 minutos. Dales la vuelta varias veces durante la cocción.



ROSTI DE PATATA



INGREDIENTES

500 g de patatas
1 chalota
1 cucharada sopera de harina
1 cucharada sopera de perejil picado
1 huevo

Sal y pimienta
1,5 cucharadas soperas de aceite

RECETA

- 1 | Pela y ralla las patatas y la chalota, y aprieta la mezcla firmemente entre las manos para que suelten todo el líquido. Mezcla con la harina, los huevos, el perejil, la sal y la pimienta.
- 2 | Coloca una hoja de papel para el horno en las dos bandejas para grill. Utiliza un pincel para engrasarlo con aceite. Coloca 4 cucharadas soperas de la mezcla en cada bandeja para grill y asegúrate de que no se tocan. Presiónalas suavemente con la parte posterior de la cuchara y, a continuación, engrásalas con un poco de aceite. Coloca las bandejas para grill en los niveles superior y central del Easy Fry Oven & Grill y cierra la puerta.
- 3 | Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 35 minutos. Tras 15 minutos de cocción, intercambia las bandejas para grill de posición. Después de 30 minutos de cocción, da la vuelta a los rosti antes de cerrar la puerta para terminar de cocinar.

SUGERENCIA

Sírvelos como acompañamiento. También puedes servirlos para el brunch con queso en crema mezclado con hierbas finamente picadas y salmón ahumado, por ejemplo.

GAMBAS EMPANADAS AL CURRY



INGREDIENTES

18 gambas crudas
(sin cabeza ni cáscara)
2 huevos
2 cucharadas soperas de harina
75 g de pan rallado

1 cucharada soperas de curry en polvo
Aceite
Sal

RECETA

- 1 | Coloca la harina en un recipiente. Bate los huevos en un recipiente aparte con 2 cucharadas de postre de aceite y una pizca de sal. Mezcla el pan rallado y el curry en polvo en un tercer recipiente.
- 2 | Utiliza un pincel para engrasar las dos bandejas para grill del Easy Fry Oven & Grill con aceite.
- 3 | Enharina las gambas una a una, luego pásalas por el huevo y, por último, por el pan rallado. Pasa de nuevo las gambas por la mezcla de
- 4 | Coloca las bandejas para grill en los niveles superior y central del Easy Fry Oven & Grill, cierra la puerta y cocina en el modo PATATAS FRITAS durante 5 minutos, intercambiando las bandejas para grill a mitad de cocción.

SUGERENCIA

Sírvelas como aperitivo con mayonesa condimentada con un poco de limón y curry.

SALMÓN TERIYAKI

4 ✂ 5 min  1 hora  12 min 



INGREDIENTES

- 4 filetes de salmón
- 4 cucharadas soperas de salsa teriyaki
- 1 cucharada soperas de ajo en polvo
- 1 cucharada soperas de zumo de lima

RECETA

- 1 | Mezcla la salsa con el ajo en polvo y el zumo de lima. Coloca los filetes de salmón en un plato, vierte la salsa sobre ellos y deja que se marinen en el frigorífico durante al menos 1 hora.
- 2 | Escurre los filetes de salmón y colócalos en una bandeja para grill en la parte central del Easy Fry Oven & Grill, con la bandeja recogegotas en la parte inferior.
- 3 | Cocina en el modo PESCADO (170 °C) durante 12 minutos.

SUGERENCIA

Para un acabado con más glaseado, usa una salsa más espesa, como la salsa yakitori. Sirve el salmón con arroz y acompañado con salsa.

PESCADO CON COSTRA SOBRE CAMA DE BRÓCOLI

4 ✂ 20 min 🥣 15 + 10 min 🍲



INGREDIENTES

4 filetes de bacalao o abadejo (4 x 120 g)
 1 brócoli
 4 cucharadas de postre de mostaza
 60 g de pan rallado
 30 g de mantequilla

2 cucharadas soperas de perejil picado
 Sal y pimienta

RECETA

- 1** | Lava el brócoli y córtalo en pequeños ramilletes. Colócalos en el cesto para patatas fritas, en la parte central del Easy Fry Oven & Grill. Llena la bandeja recogegotas con agua caliente y colócala en la parte inferior del aparato.
- 2** | Cocina en el modo MANUAL a 150 °C durante 15 minutos, dando la vuelta a los ramilletes a mitad de cocción.
- 3** | Mientras tanto, derrite la mantequilla y mézclala con el pan rallado, el perejil, la sal y la pimienta. Recubre la parte superior de los filetes de pescado con mostaza y añade la mezcla de pan rallado y hierbas, presionándola sobre el pescado para que se adhiera.
- 4** | Cuando suene el temporizador, coloca los filetes de pescado sobre el brócoli y cocínalos en el modo PESCADO (170 °C) durante 10 minutos.

DORADA CON TOMATES Y ACEITUNAS

4 ✂ 15 min  13 min precalentamiento + 2 x 4 min 



INGREDIENTES

| | |
|--|--------------------------------------|
| 4 filetes de dorada (4 x 150 g) | 1 diente pequeño de ajo |
| 4 cucharadas soperas de perejil finamente picado | 2 tomates |
| ½ limón | 50 g de aceitunas verdes deshuesadas |
| 4 cucharadas soperas de aceite de oliva | Sal y pimienta |

RECETA

- 1** | Mezcla el perejil picado con el diente de ajo pelado y machacado, el zumo y la ralladura de limón, 3 cucharadas soperas de aceite de oliva, sal y pimienta. Quita las semillas a los tomates y córtalos en dados. Corta las aceitunas en rodajas. Añádelos a la mezcla de perejil y reserva.
- 2** | Coloca la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill. Cierra la puerta y precalienta el aparato en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 3** | Recubre el lado carnoso de los filetes de dorada con aceite de oliva y sazónalos con sal. Cuando suene el temporizador, coloca los filetes con la piel hacia arriba en la bandeja caliente. Cierra la puerta y cocina en el modo GRILL (200 °C) durante 4 minutos. Repite el proceso con los dos filetes restantes y sírvelos con la salsa.

SUGERENCIA

Acompaña los filetes de dorada con arroz y verduras a tu gusto.

SOLOMILLO DE CERDO GLASEADO CON MIEL Y PATATAS CON GRASA DE PATO

6 ✪ 20 min  30 min  30 + 13 precalentamiento + 10 min 



INGREDIENTES

1 solomillo de cerdo
 1,2 kg de patatas
 60 g de grasa de pato u oca
 1 cucharada sopera de miel
 2 cucharadas soperas de salsa de soja
 1 manojo de perejil
 5 dientes de ajo
 1 cucharada sopera de aceite
 Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Corta el solomillo de cerdo en medallones de unos 3 o 4 cm de grosor. En un plato hondo, mezcla la miel, el aceite y la salsa de soja, y añade las tiras de solomillo de cerdo. Déjalo marinar durante al menos 30 minutos.
- 2 | Mientras tanto, pela las patatas. Córtalas en rodajas finas de aproximadamente 3 mm de grosor, lávalas, sécalas y ponlas en un recipiente. Añade los dientes de ajo pelados y machacados, la grasa de pato u oca, la sal y la pimienta. Mézclalo con cuidado y pásalo todo al cesto para patatas fritas Easy Fry Oven & Grill.
- 3 | Pon el cesto en la parte central del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recogegotas en la parte inferior y cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 30 minutos. Da la vuelta a los ingredientes una o dos veces.
- 4 | Cuando el programa haya finalizado, añade el perejil finamente picado a las patatas y mézclalo todo. Coloca la bandeja para grill sobre las patatas y precalienta en el modo GRILL durante 13 minutos.
- 5 | Cuando suene el temporizador, añade los medallones de solomillo de cerdo a la bandeja caliente, cierra la puerta y cocina en el modo MANUAL a 200 °C durante 10 minutos, dándole la vuelta a la carne a mitad de cocción. Sirve las patatas con los medallones de solomillo de cerdo glaseado con miel.

CHULETAS DE CERDO CON MANZANA Y PATATAS

4 ✂ 20 min  25 min + 13 min precalentamiento + 10 min 

INGREDIENTES

4 chuletas de cerdo de 2 cm de grosor (800 g)
1 manzana
1 kg de patatas cerosas

1 cucharada sopera de aceite
1 cucharada sopera de azúcar moreno
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Lava las patatas y córtalas en cuartos sin pelarlas. Sécalas con cuidado con un paño limpio. Colócalas en un recipiente y mézclalas con aceite, 1 cucharada de sal, y pimienta. Pasa las patatas al cesto para patatas fritas y colócalo en la parte central del Easy Fry Oven & Grill, con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cocina en el modo PATATAS FRITAS durante 25 minutos. Dales la vuelta a mitad de cocción.
- 2 | Pela la manzana, quítale el corazón y córtala en 4 rodajas gruesas. Coloca una rodaja en cada chuleta de cerdo y, a continuación, sazona con sal, pimienta y azúcar moreno.
- 3 | Cuando termine el programa PATATAS FRITAS, coloca la bandeja para grill sobre las patatas y precalienta en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 4 | Cuando suene el temporizador, coloca las chuletas de cerdo en la bandeja caliente (con la manzana encima), cierra la puerta y cocínalas en el modo GRILL (200 °C) durante 10 minutos.
- 5 | Sirve las chuletas de cerdo con la manzana y las patatas.



SALCHICHA A LA PARRILLA CON GLASEADO DE MOSTAZA

4  10 min  28 min 

INGREDIENTES

700 g de salchicha de Toulouse, lo ideal es que sea una sola salchicha
1 cucharada soperas de mostaza a la antigua (granulada)
2 cucharadas soperas de miel

100 ml de vino blanco
2 ramitas de tomillo

RECETA

- 1 | Coloca la miel, la mostaza, el tomillo y el vino en una cacerola y lleva a ebullición. Deja al fuego y remueve con frecuencia. Mientras, precalienta la bandeja para grill.
- 2 | Coloca la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recoge gotas en la parte inferior y precalienta en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 3 | Enrolla la salchicha en forma de espiral e inserta dos brochetas perpendiculares entre sí para sujetarla. Una vez que el aparato se haya calentado, utiliza un pincel para cubrir ambos lados de la salchicha con la salsa de mostaza y colócala en la bandeja para grill.
- 4 | Cocina en el modo GRILL (200 °C) durante 15 minutos y da la vuelta a la salchicha a mitad de cocción. Sírvela en un plato con el resto de la salsa de mostaza.

SUGERENCIA

Acompaña de puré de patatas casero a la mostaza: pela y hierva 1 kg de patatas. Escurre y tritura con 25g de mantequilla, 2 cucharadas soperas de mostaza, 150 ml de leche, sal y pimienta.

ENTRECOT A LA PARRILLA CON CHIMICHURRI

2 ✂ 15 min  17 min 

INGREDIENTES

400 g de entrecot o filete de lomo alto de 2 cm de grosor
1 cucharada soper de vinagre de vino
1 diente de ajo
½ manojo de perejil

Una pizca de cayena
Una pizca de orégano
3 cucharadas soperas de aceite vegetal
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Tritura o pica finamente el perejil junto con el diente de ajo (pelado y sin el germen). Añade el vinagre, la cayena, el orégano, la sal, la pimienta, el aceite y mézclalos. Vierte la salsa chimichurri en un recipiente.
- 2 | Seca la carne con papel de cocina. Sazona ambas caras con sal y pimienta y añade un poco de aceite.
- 3 | Coloca la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recogegotas en la parte inferior y programa en el modo GRILL (200 °C) durante 17 minutos.
- 4 | Después de precalentar durante 13 minutos, coloca la carne en la bandeja caliente y cierra la puerta para que se comience a cocinar. Después de 2 minutos, dale la vuelta a la carne y deja que se cocine durante otros 2 minutos.
- 5 | Sirve la carne en un plato con la salsa chimichurri.

SUGERENCIA

Ajusta el tiempo de cocción en función de si prefieres que la carne esté poco o muy hecha.

HAMBURGUESA Y "PATATAS FRITAS" DE BONIATO

4 ✂ 20 min 🍲 20 + 13 precalentamiento + 8 min 🍲

INGREDIENTES

4 hamburguesas
800 g de boniatos
4 lonchas de queso cheddar
2 cucharadas soperas de mostaza
2 puñados de rúcula

4 bollos de pan de hamburguesa
1 cucharada soper colmada de harina
1 cucharadas de postre de sal
1 cucharada soper de aceite de colza

RECETA

- 1 | Lava los boniatos y córtalos en bastones de 2 cm de grosor. Sécalos con un paño de cocina todo lo que puedas y, a continuación, pásalos a un recipiente. Añade la harina y la sal y, a continuación, remueve para que el boniato quede bien cubierto. Añade el aceite y mezcla. Pasa los bastones de boniato al cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill. Coloca el cesto en la parte central del aparato con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 20 minutos.
- 2 | Una vez finalizado el programa, da la vuelta a los bastones de boniato y coloca la bandeja para grill en la parte superior del aparato. Cierra la puerta y selecciona el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos para precalentar la bandeja.
- 3 | Cuando suene el temporizador, coloca las hamburguesas en la bandeja caliente. Cierra la puerta y cocina en el modo GRILL (200 °C) durante 4 minutos. Coloca las lonchas de queso encima de las hamburguesas y cocina en el modo GRILL durante otros 2 minutos.
- 4 | Retira la bandeja de las hamburguesas. Corta los bollos de pan de hamburguesa por la mitad, colócalos en una bandeja para grill y cocina en el modo GRILL durante 2 minutos.
- 5 | Unta los bollos tostados con mostaza y ponles las hamburguesas. Adorna con rúcula y rodajas de tomate al gusto y sírvelas con las "patatas fritas" de boniato.



MUSLOS DE POLLO AL JENGIBRE CON MAZORCAS DE MAÍZ A LA PARRILLA

6  10 min  1 hora  20 + 13 min precalentamiento + 10 min 

INGREDIENTES

12 muslos de pollo (aprox. 1 kg)
6 mazorcas de maíz precocinadas y
envasadas al vacío
2 cucharadas soperas de miel líquida

2 cucharadas soperas de salsa de soja
1 cucharada soperas de jengibre picado
2 cucharadas soperas de aceite de oliva
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | En un recipiente, mezcla la miel, la salsa de soja y el jengibre. Añade los muslos y remueve hasta que queden bien cubiertos. Deja marinar durante 1 hora.
- 2 | Coloca los muslos en las dos bandejas para grill en filas escalonadas (6 muslos por bandeja). Coloca las bandejas para grill en los niveles superior y central del Easy Fry Oven & Grill, con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cierra la puerta y cocina en el modo POLLO (200 °C) durante 20 minutos. Después de 10 minutos, intercambia las bandejas para grill y da la vuelta a los muslos. A continuación, cierra la puerta para reanudar la cocción.
- 3 | Al final del programa, saca los muslos de pollo. Coloca la bandeja para grill en la parte superior del aparato y precalienta en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 4 | Seca las mazorcas de maíz con papel de cocina. Engrasa las mazorcas de maíz con un pincel y sazona con sal y pimienta. Una vez precalentado el aparato, coloca las 6 mazorcas de maíz juntas en la bandeja para grill y cocínalas en el modo GRILL (200 °C) durante 10 minutos. Da la vuelta a las mazorcas de maíz a la mitad de la cocción. Sirve con los muslos de pollo caramelizados.

SUGERENCIA

Para obtener un efecto más caramelizado, recubre los muslos con la marinada durante la cocción y cocina durante otros 5 minutos.

POLLO ASADO

4 ✦ 5 min  60 min 



INGREDIENTES

1 pollo pequeño, atado (aprox. 1.2 kg)
 5 dientes de ajo
 1 cebolla pequeña
 1 cucharada sopera de aceite
 Sal

RECETA

- 1 | Pela y pica bien los dientes de ajo y la cebolla. Colócalos en la bandeja recogegotas situada en la parte inferior del Easy Fry Oven & Grill y añade un vaso de agua.
- 2 | Masajea la piel del pollo con 1 cucharada de aceite. Sazónalo generosamente con sal.
- 3 | Coloca el pollo en el asador del Easy Fry Oven & Grill. Cocina en el modo POLLO durante 1 hora con el asador activado.

MUSLOS DE POLLO MARINADOS CON YOGUR Y ROMERO

4  10 min  4 hora  13 min precalentamiento + 30 min 



INGREDIENTES

4 muslos de pollo pequeños, sin piel
250 g de yogur natural
3 cucharadas soperas de mostaza de Dijon
2 cucharadas soperas de romero fresco finamente picado

4 dientes de ajo picados
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Mezcla el yogur con la mostaza, el romero, el ajo, la sal y la pimienta. Recubre los muslos de pollo con la mezcla y déjalos marinar en el frigorífico durante al menos 4 horas.
- 2 | Coloca la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recoge gotas en la parte inferior y precalienta en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 3 | Cuando suene el temporizador, coloca los muslos de pollo en la bandeja para grill caliente y cocínalos en el modo GRILL (200 °C) durante 30 minutos.

SUGERENCIA

Sirve los muslos de pollo a la parrilla con ensalada y rodajas de patatas hechas también a la parrilla.

ROLLITOS DE PRIMAVERA DE POLLO

6 ✂ 45 min  10 + 25 min 



INGREDIENTES

16 obleas de papel de arroz
50 g de fideos de arroz de tipo vermicelli
120 gr de pechuga de pollo
2 zanahorias
½ cebolla roja
20 ramitas de cilantro fresco

10 g de jengibre fresco
1 cucharada sopera de aceite de sésamo
Sal
1,5 cucharadas soperas de aceite de sabor neutro

RECETA

- 1 | Coloca el pollo en la bandeja para grill en la parte central del horno Easy Fry Oven & Grill, con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cocina en el modo CARNE (180 °C) durante 10 minutos. Deja que la carne se enfríe un poco antes de cortarla en trozos pequeños.
- 2 | Pela y ralla las zanahorias. Pica el cilantro, el jengibre y la cebolla. Rehidrata los fideos de arroz siguiendo las instrucciones del paquete y, a continuación, escurre, colócalos en un recipiente y mézclalos con las verduras, el pollo y el aceite de sésamo.
- 3 | Pon una oblea de papel de arroz a remojar en agua tibia y, a continuación, colócala sobre un paño de cocina limpio. Pon 2 cucharadas del relleno en el centro, en la parte inferior de la oblea de papel de arroz. Dobla los bordes, luego enrolla el rollito de primavera y apriétalo para sellarlo. Ponle aceite por todos los lados y colócalo en la bandeja para grill del Easy Fry Oven & Grill. Repite el proceso hasta que haya 8 rollitos de primavera en cada bandeja para grill y asegúrate de que no estén en contacto.
- 4 | Coloca las bandejas para grill en los niveles superior e intermedio del horno Easy Fry Oven & Grill y, a continuación, cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 25 minutos, intercambiando las bandejas del grill a mitad de cocción.
- 5 | Sirve los rollitos de primavera calientes con salsa de soja.

SUGERENCIA

Puedes sustituir las obleas de papel de arroz por pasta brick, que no necesitan remojo.

PECHUGA DE PATO Y ZANAHORIAS CON MIEL Y ROMERO

6  15 min  25 + 13 precalentamiento + 8 min 

INGREDIENTES

2 pechugas grandes de pato
1 kg de zanahorias
4 cucharadas soperas de miel líquida
2 cucharadas soperas de aceite de semilla de uva

2 ramitas de tomillo
Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Haz unos cortes en forma de rejilla a la piel de la pechuga. Corta cada pechuga en 3 trozos iguales. Úntalos con la mitad de la miel, las hojas de una ramita de romero (finamente picado) y sal. Colócalos en un plato y déjalos en el frigorífico.
- 2 | Pela las zanahorias. Córtalas en cuartos longitudinales y luego en bastones de 5 cm de largo. Colócalas en un recipiente y mézclalas con el aceite, el resto de la miel, el romero, la sal y la pimienta. Pásalas al cesto para patatas fritas y colócalas en la parte central del Easy Fry Oven & Grill, con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cierra la puerta. Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 25 minutos. Dales la vuelta una vez durante la cocción.
- 3 | Cuando suene el temporizador, vuelve a dar la vuelta a las zanahorias y colócalas en la bandeja para grill en la parte superior del aparato. Cierra la puerta y precalienta el aparato en el modo GRILL (200 °C) durante 21 minutos. Después de 13 minutos, coloca los trozos de pechuga de pato sobre la bandeja caliente. Cierra la puerta y deja que se cocinen. Después de 4 minutos, dales la vuelta a los trozos de pato y cierra la puerta para reanudar la cocción.
- 4 | Sirve las pechugas de pato con las "patatas fritas" de zanahoria y patatas salteadas.

SUGERENCIA

Añade o resta 2 minutos del tiempo de cocción GRILL si prefieres que pato esté menos hecho o más pasado



PIZZA DE CHAMPIÑONES

6 ✨ 10 min  13 min precalentamiento + 3 x 12 min 



INGREDIENTES

1 paquete de masa para pizza rectangular
6 champiñones
2 tomates
150 g de queso cheddar en lonchas

6 cucharadas soperas de puré de tomate
2 cucharadas soperas de aceite de oliva
Hierbas provenzales

RECETA

- 1 | Coloca el lado para pizza de la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recogegotas en la parte inferior. Cierra la puerta y precalienta el aparato en el modo GRILL (200 °C) durante 13 minutos.
- 2 | Lava los champiñones y los tomates. Corta los champiñones en cuartos y los tomates en rodajas. Desenrolla la masa de pizza y córtala en 6 rectángulos.
- 3 | Una vez precalentado el aparato, coloca dos rectángulos de masa en la bandeja para pizza y, a continuación, añade el puré de tomate, una loncha de queso, dos rodajas de tomate y unos cuantos champiñones. Añade una pizca de hierbas provenzales y rocía con aceite de oliva. Utiliza el asa extraíble para colocar la bandeja en el Easy Fry Oven & Grill y cocina en el modo PIZZA (190 °C) durante 12 minutos.
- 4 | Cuando suene el temporizador, retira las pizzas hechas y repite el proceso con las demás.

SUGERENCIA

Si deseas una receta más rápida, puedes hacer bruschettas usando paninis cortados por la mitad, en vez de masa para pizza.

CALABAZA AL ACEITE DE OLIVA, AJO Y LAUREL

4 ✂ 15 min  25 min 

INGREDIENTES

- 1 calabaza
- 2 cucharadas soperas de ajo en polvo
- 2 hojas de laurel
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- Sal y pimienta

RECETA

- 1 | Corta la calabaza por la mitad. Retira las semillas y la piel y córtala en dados de 2,5 cm.
- 2 | Coloca los dados en un recipiente junto con el ajo, las hojas de laurel y el aceite de oliva. Sazona con sal y pimienta, y mezcla hasta que queden bien cubiertos. Pásalos al cesto para patatas fritas y colócalo en la parte central del Easy Fry Oven & Grill. Cierra la puerta.
- 3 | Cocina en el modo MANUAL (200 °C) durante 25 minutos.
- 4 | Añade pipas de calabaza, pipas de girasol y queso feta desmenuzado para servir.



COLIFLOR ASADA CON SALSA DE LIMÓN

4 ✂ 10 min  20 min 

INGREDIENTES

1 coliflor pequeña
2 cucharadas soperas de aceite de oliva
30 g de tahini
100 ml de zumo de lima
Sal y pimienta
100 ml de aceite de oliva

RECETA

- 1 | Corta la coliflor en rodajas y luego en ramilletes. Coloca en un recipiente, añade 2 cucharadas de aceite, sal y pimienta y mézclalo todo.
- 2 | Pasa la coliflor al cesto para patatas fritas y ponlo en la parte central del Easy Fry Oven & Grill. A continuación, cierra la puerta.
- 3 | Cocina a 180 °C durante 20 minutos, dándole la vuelta a mitad de cocción.
- 4 | Mientras tanto, prepara la salsa de limón mezclando el tahini, el zumo de limón y el aceite de oliva. Sazona con sal y pimienta.
- 5 | Sirve la coliflor con la salsa de limón.



TOMATES A LA PROVENZAL



INGREDIENTES

- 4 tomate corazón de buey
- 2 dientes de ajo picados
- 2 cucharadas soperas de perejil picado
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 2 cucharadas soperas de pan rallado
- Sal y pimienta

RECETA

- 1** | Corta los tomates por la mitad. Si es necesario, corta la base de cada tomate para que quede plana. Mezcla el aceite de oliva, el ajo, el perejil y el pan rallado. Sazona con sal y pimienta y, a continuación, cubre cada tomate con la mezcla.
- 2** | Coloca la bandeja para grill en la parte superior del Easy Fry Oven & Grill con la bandeja recogegotas en la parte inferior y programa el modo GRILL (200 °C) durante 33 minutos.
- 3** | Precalienta durante 13 minutos y, cuando suene el temporizador, coloca los tomates en la bandeja caliente (con el lado del perejil hacia arriba). Cierra la puerta para comenzar la cocción.

SUGERENCIA

Asegúrate de que los tomates no están demasiado maduros para que mantengan la forma.

BIZCOCHO MARMOLADO DE CHOCOLATE Y CAMELO

6/8 ✨ 30 min 🥄 50 min 🍲



INGREDIENTES

| | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| 350 g de azúcar | 120 ml de nata |
| 4 huevos | 5 cucharadas soperas de leche |
| 250 g de harina | 200 ml de aceite de sabor neutro |
| 1 sobre de levadura química | 20 g de cacao en polvo |
| 100 g de mantequilla con sal | 60 g de miel |
| 20 g de mantequilla para engrasar | 50 ml de agua |

RECETA

- 1 | Engrasa un molde redondo para bizcochos de 20 cm.
- 2 | En un cazo pequeño, calienta la miel, el agua y 160 g de azúcar. Cuando empiece a hacerse el caramelo, añade la mantequilla salada y la nata, teniendo cuidado de que no salpique. Reserva.
- 3 | Prepara la masa mezclando el aceite y el resto del azúcar. Añade los huevos, la harina tamizada y la levadura en polvo. Divide la mezcla por la mitad. Añade el cacao en polvo a una mitad y 150 g del caramelo, que se habrá enfriado, a la otra.
- 4 | Pon 3 cucharadas de la masa de chocolate en el molde seguidas de 3 cucharadas de la masa de caramelo y repite para conseguir el efecto marmolado. Coloca el molde en la bandeja para grill en la parte central del Easy Fry Oven & Grill. Cierra la puerta.
- 5 | Cocina en modo el BIZCOCHO (160 °C) durante 50 minutos. Después de 35 minutos, cubre el bizcocho con papel para el horno, así evitarás que se queme. Deja que se enfríe antes de desmoldarlo. Cúbrela con el caramelo restante para servir.

MAGDALENAS CON PEPITAS DE CHOCOLATE



INGREDIENTES

125 g de harina
 ½ sobre de levadura
 25 g de mantequilla blanda
 30 g de azúcar

50 g de pepitas de chocolate
 1 huevo
 125 ml de leche

RECETA

- 1 | Mezcla la harina, la levadura y el azúcar en un recipiente. Añade la mantequilla y amasa con las manos hasta que la textura se parezca a la de la arena húmeda. Añade las pepitas de chocolate.
- 2 | En otro recipiente, bate la leche y los huevos. Añádelos a la mezcla "arenosa", teniendo cuidado de no mezclarlo en exceso.
- 3 | Pon la masa en 6 papeles para magdalenas y colócalos en el cesto para patatas fritas del Easy Fry Oven & Grill. Coloca el cesto en la parte superior del aparato, cierra la puerta y cocina en el modo BIZCOCHO (160 °C) durante 25 minutos.



DONUTS DE MANZANA GLASEADOS

**INGREDIENTES**

3 manzanas
 200 g de harina
 3 huevos
 3 cucharadas soperas de leche
 1 cucharada soperas de sirope de arce

3 cucharadas soperas de aceite
 Azúcar glas

RECETA

- 1** | Pela las manzanas, quítales el corazón y corta cada una en 4 rodajas gruesas.
- 2** | Coloca una hoja de papel para el horno en las dos bandejas para grill del Easy Fry Oven & Grill. Utiliza un pincel para engrasarlo bien con aceite.
- 3** | Coloca la harina en un plato hondo. En otro plato, bate los huevos con el jarabe de arce y la leche. Pasa las 12 rodajas de manzana una a una por harina, luego por huevo, luego por harina otra vez.
- 4** | Colócalas sobre el papel para el horno, asegurándote de que no se tocan entre sí. Engrásalas ligeramente con aceite. Coloca las bandejas para grill en los niveles superior y central del Easy Fry Oven & Grill y cierra la puerta. Cocina en el modo PATATAS FRITAS (200 °C) durante 20 minutos e intercambia las bandejas para grill a mitad de cocción.
- 5** | Espolvorea los donuts con azúcar glas y sírvelos.

FRUTA DESHIDRATADA

4 ✂ 15 min 🥣 6-8 horas 🍲

**INGREDIENTES**

1 manzana grande
½ limón

RECETA

- 1 | Exprime el limón y vierte el zumo en un recipiente pequeño con agua fría. en los niveles superior y central del aparato. Cierra la puerta.
- 2 | Lava la manzana y sácale el corazón con un descorazonador de manzanas. Luego córtalas en rodajas lo más finas posible (aprox. 2 mm), preferiblemente con una mandolina. Pon las rodajas una a una en remojo en agua con limón y, a continuación, sécalas con un paño de cocina o papel de cocina limpio.
- 4 | Cocina en el modo DESHIDRATACIÓN a 60 °C durante 6 horas. Al final del programa, comprueba la textura de las rodajas de manzana y sigue secándolas durante 1 o 2 horas más si es necesario, hasta que estén crujientes.
- 3 | Colócalas en las dos bandejas para grill del Easy Fry Oven & Grill cerca unas de otras pero sin que se solapen. Coloca las dos bandejas para grill

SUGERENCIA

Guarda las rodajas de manzana secas en un recipiente hermético y cómelas con granola o como aperitivo saludable.