

# АЭРОГРИЛЬ ГОТОВИМ НА ДАЧЕ

*Очень просто!*



Очень просто!

# **Аэрогриль. Готовим на даче**

«ЭКСМО»

2012

Аэрогриль. Готовим на даче / «Эксмо», 2012 — (Очень просто!)

ISBN 978-5-699-57108-6

Аэрогриль незаменим для тех, кто любит не только вкусную, но и полезную пищу. Если у вас на даче есть электричество, то аэрогриль вам в помощь. Наша книга предоставляет возможность составить полное меню из повседневных блюд и праздничных угощений для отдыхающих за городом. С помощью приведенных рецептов в аэрогриле сможет готовить даже ребенок, а взрослые смогут разнообразить свое меню вкусными и здоровыми блюдами.

ISBN 978-5-699-57108-6

, 2012

© Эксмо, 2012

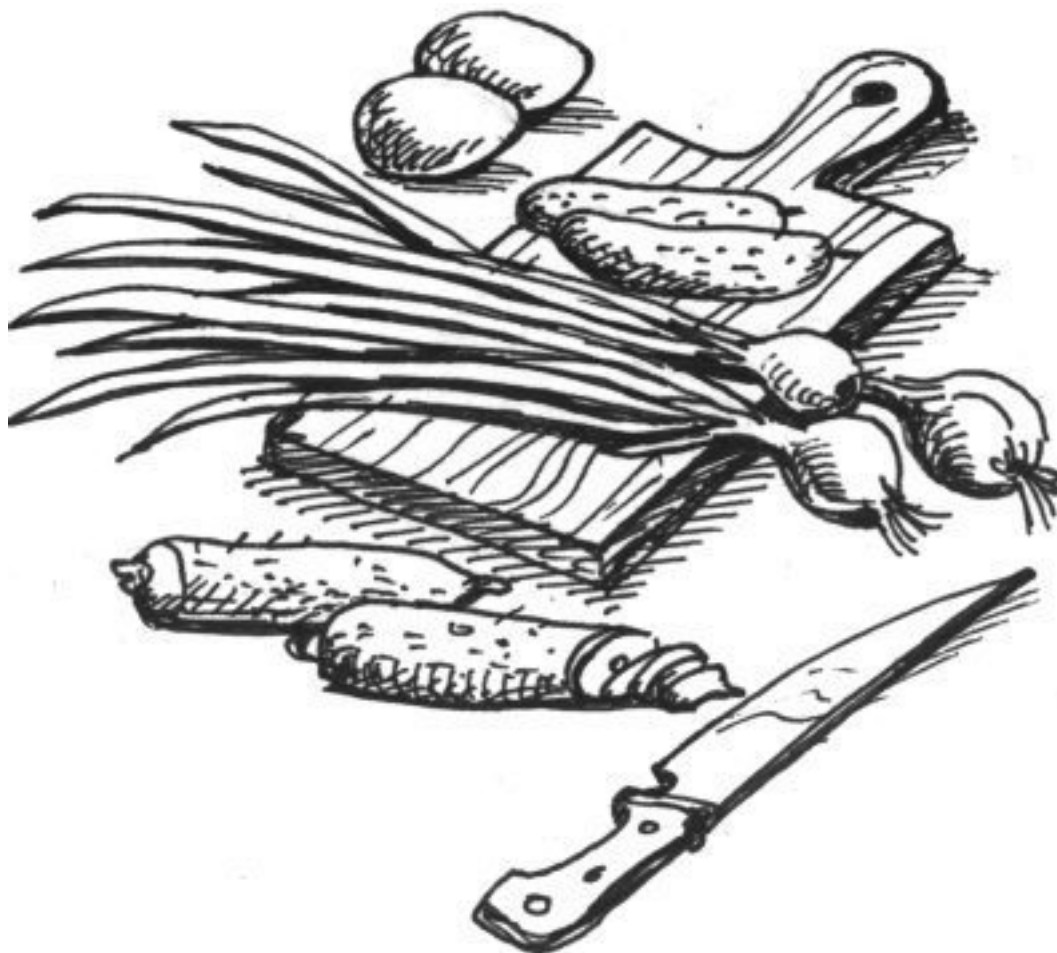
## Содержание

Предисловие	5
Первые блюда	8
Гороховый суп «Летний» а аэрогриле	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# Е. Н. Соколова

## Аэрогриль. Готовим на даче

### Предисловие



Для начала немного о том, что это за зверь такой – аэрогриль, из чего он состоит и чем отличаются разные модели друг от друга. Если коротко – то это просто кастрюля, на крышке которой расположены нагреватель, вентилятор и блок управления. Между кастрюлей и крышкой можно поставить расширительное кольцо для увеличения объема. Собственно говоря, аэрогриль – это конвекционная печь. Пища в нем готовится в потоках сухого горячего воздуха, как в русской печи. Это позволяет максимально сохранить витамины и полезные вещества в готовящихся продуктах. Что необходимо учитывать при выборе модели?

По сути, есть два вида аэрогрилей. Одни предназначены для приготовления вкусных, но несложных повседневных блюд: супов, каш и любых других блюд, которые делаются в посуде, запеченных или зажаренных мяса, птицы, рыбы, овощей. Другие многофункциональные, в которых можно печь из любого типа теста (безе, бисквит, заварное тесто и даже куличи или хлеб), коптить продукты горячим и холодным способом, готовить молочные деликатесы – творог, ряженку и даже йогурт, и многое другое.

Первые, естественно, более дешевые. На панели управления такими аэрогрилями (на «крышке») предусмотрены специальные переключатели. С их помощью регулируются температура и время приготовления блюда – происходит управление прибором. Таймер у них рас-

считан обычно на 60 мин. Он необходим, чтобы выставлять в соответствии с рецептом время приготовления блюда. Это удобно – прибор самостоятельно отключается, когда время истекает.

Те модели, что стоят дороже, чаще всего имеют электронную, а не механическую систему управления. Это необходимо для удобства эксплуатации прибора, функций и режимов в котором множество. Помимо обычного таймера в этих аэрогрилях есть еще «поздний старт» – отсрочка начала приготовления. Кроме того, таймер бывает совмещен с функцией предварительного прогрева. Отдельно стоит упомянуть о температурных режимах работы аэрогриля. В многофункциональных приборах их не пара-тройка, а до десяти. Есть аэрогрили, способные нагревать продукты до 65°, 75°, 95°, 120°, 145°, 170°, 220°, 245° и, наконец, до 260 °С. Ко всему прочему, можно устанавливать вращения вентилятора, задавая этим разную скорость «ветра» внутри кастрюли. Для приготовления «воздушной» выпечки понижение скорости оказывается очень полезным, мясное блюдо, сосиски в тесте и т. п. не унесет и на максимальной скорости, так что необходимость этой опции зависит от характера приготавливаемого блюда. Естественно, в таких приборах предусмотрен и индикатор режимов работы – иначе можно запутаться.

Мощность аэрогриля. В принципе, чем этот прибор мощнее, тем лучше. Продукты будут готовиться быстрее. Однако не переусердствуйте. При наличии старой проводки достаточно будет модели мощностью 1300–1400 Вт. Впрочем, если проблем с проводкой нет, можно взять аппарат и на 1750 Вт. В наших условиях желательно, чтобы конструкция предусматривала стабилизатор – он спасет прибор от выхода из строя при перепадах напряжения.

Очередной важный нюанс при выборе прибора – это способ крепления крышки. В дешевых моделях крышка и кастрюля существуют отдельно. В процессе закладки-выгрузки продуктов крышку приходится держать в руке или куда-то пристраивать. Обычно есть подставка, на которую крышка ставится, но может попасться комплектация и без подставки. Сама стеклянная крышка и нагреватель на ней после приготовления очень горячие, класть крышку на стол не рекомендуется – только на подставку. То есть необходимо предусмотреть место для снятой горячей крышки на рабочей поверхности.

В более дорогих моделях крышка закреплена на специальной «стойке» и просто откидывается вверх. В этом случае очевидно экономится место на столе и имеется возможность открыть горячий агрегат с меньшими жертвами, но это решение тоже не идеально: во-первых, конструкция фиксатора верхнего положения с учетом веса крышки не самая удачная, во-вторых, «стойка» при работе с расширительным кольцом должна раздвигаться, но сразу поменять высоту «стойки» не удастся, а дергать этот агрегат туда-сюда не очень удобно. В более простой конструкции в случае необходимости можно поставить расширительное кольцо в любой момент: одной рукой поднять крышку (вентилятор при этом отключится), другой поставить кольцо, затем вернуть крышку на место. Процесс приготовления продолжится, время на таймере и настройки не сойдутся – это бывает необходимо, когда, например, тесто поднимается выше того, на что вы рассчитывали. В-третьих, если над вашим столом висят шкафчики с посудой, крышку на стойке открыть не получится, особенно если установлено расширительное кольцо – шкафчики помешают, а переносить с места на место горячую кастрюлю весом несколько килограммов просто опасно. Так что необходимо заранее тщательно выбирать место для аэрогриля.

При наличии дома всего ассортимента бытовой техники, роль аэрогриля не так и велика. Но для дачи аэрогриль – прекрасный вариант. Все же каждый день жарить шашлык на углях и питаться «быстрыми супами» из пакетиков не будешь. А при наличии аэрогриля можно разнообразить меню.

Также важно, что этот прибор компактен и весит всего несколько килограммов, поэтому его легко можно привезти с собой. И не надо будет мучиться с газовыми баллонами или с дро-

вами. В маленькой компактной печке можно будет приготовить даже кашу и суп, про шашлык мы уже упоминали, также можно приготовить суфле из свежих ягод, стерилизовать банки для заготовок, высушить грибы и зелень на зиму и еще многое другое. Ну и тот факт, что аэрогриль сам себя моет – важная деталь для суровых условий на дачных участках.



## **Первые блюда**

### **Гороховый суп «Летний» а аэрогриле**

*Горох, 1 стручок болгарского перца, 2 сосиски, 1 луковица, немного капусты, топленое масло, имбирь, карри.*



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.