

Cuisinart®

INSTRUCTION AND RECIPE BOOKLET



Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven

TOA-28

CONTENTS

Important Safeguards	2
Special Cord Set Instructions	3
Features and Benefits	4
Before First Use	5
Operation	5
Accessories	5
Tips and Hints	6
AirFryer Chart	7
Cleaning and Maintenance	8
Troubleshooting	9
Warranty	10
Recipes	11

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using an electrical appliance, especially when children are present, basic safety precautions should always be taken, including the following:

1. **Read all instructions.**
2. **UNPLUG FROM OUTLET WHEN NOT IN USE AND BEFORE CLEANING. Allow to cool before cleaning or handling, putting on or taking off parts.**
3. Do not touch hot surfaces. Use handles or knobs.
4. To protect against electric shock, do not place any part of the Compact AirFryer Toaster Oven in water or other liquids. See instructions for cleaning.
5. This appliance should not be used by or near children or individuals with certain disabilities.
6. Do not operate any appliance with a damaged cord or plug, or after the appliance has malfunctioned, been dropped or damaged in any way, or has been submerged in water. Return the AirFryer Toaster Oven to the store or retailer where purchased for examination, repair or adjustment.

7. The use of accessory attachments not recommended by Cuisinart may cause injury.
8. Do not use outdoors.
9. Do not let cord hang over the edge of the table or countertop, where it could be pulled on inadvertently by children or pets, or touch hot surfaces, which could damage the cord.
10. Do not place AirFryer Toaster Oven on or near a hot gas or electric burner or in a heated oven.
11. Do not use this AirFryer Toaster Oven for anything other than its intended purpose.
12. Extreme caution should be exercised when using containers constructed of materials other than metal or glass in the oven.
13. To avoid burns, use extreme caution when removing AirFryer Toaster Oven accessories or disposing of hot grease.
14. **When not in use, always unplug the unit.** Do not store any materials other than manufacturer's recommended ovenproof accessories in this AirFryer Toaster Oven.
15. Do not place any of the following materials in the AirFryer Toaster Oven: paper, cardboard, plastic and similar products.
16. Do not cover Crumb Tray or any part of the oven with metal foil. This will cause overheating of the oven.
17. Oversize foods, metal foil packages and utensils must not be inserted in the AirFryer Toaster Oven, as they may involve a risk of fire or electric shock.
18. A fire may occur if the AirFryer Toaster Oven is covered or touching flammable materials such as curtains, draperies or walls when in operation. Do not store any items on top of the appliance when in operation. Do not operate under wall cabinets.
19. Do not clean with metal scouring pads. Pieces can break off the pad and touch electrical parts, involving a risk of electric shock.
20. Do not attempt to dislodge food when the AirFryer Toaster Oven is plugged into an electrical outlet.

-
21. **Warning:** To avoid possibility of fire, NEVER leave AirFryer Toaster Oven unattended during use.
 22. Use recommended temperature settings for all functions.
 23. Do not rest cooking utensils or baking dishes on the glass door.
 24. Do not operate your appliance in an appliance garage or under a wall cabinet. When storing in an appliance garage, always unplug the unit from the electrical outlet. Not doing so could create a risk of fire, especially if the appliance touches the walls of the garage, or the door touches the unit as it closes.
 25. Extreme caution must be used when moving an appliance containing hot oil or other hot liquids.
 26. Turn Timer dial to OFF before unplugging from wall outlet.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

Please read and keep these instructions handy. These instructions will help you use your Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven to its fullest, so that you will achieve consistent, professional results.

SPECIAL CORD SET INSTRUCTIONS

A short power-supply cord is provided to reduce the risk of tripping or becoming entangled. Extension cords are available and may be used if care is exercised in their use.

If an extension cord is used, the marked electrical rating of the extension cord must be at least as great as the electrical rating of the appliance, and the longer cord should be arranged so that it will not drape over the countertop or tabletop, where it can be tripped over unintentionally or pulled on by children.

NOTICE

This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). To reduce the risk of electric shock, this plug is intended to fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully into the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not attempt to modify the plug in any way.

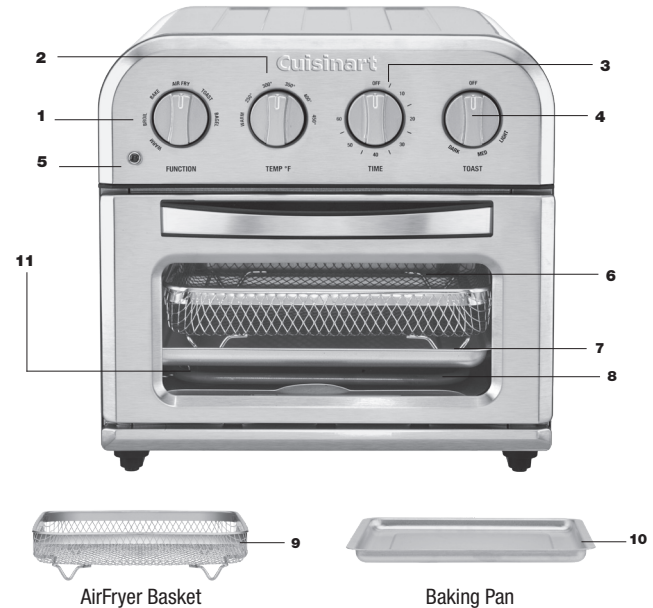
**FOR HOUSEHOLD
USE ONLY**

**NOT INTENDED
FOR COMMERCIAL USE**

FEATURES AND BENEFITS

- 1. Function Dial**
Used to select function (Warm, Broil, Bake, AirFry, Toast, Bagel).
- 2. Temperature Dial**
Used to set temperature (Warm – 450°F).
- 3. Time Dial**
Used to set time (up to 60 minutes) for Warm, Broil, Bake and AirFry functions. Mechanical timer has an auto-off feature; power cuts off once time runs out.
- 4. Toast Dial**
Used to set desired shade (Light, Medium, Dark) when using Toast and Bagel functions.
- 5. Power Light**
Indicator light turns on and remains lit when unit is in use.
- 6. Viewing Window**
Easy to check progress as food cooks.
- 7. Wire Rack**
Use Wire Rack for Toast and Bagel functions.
- 8. Crumb Tray**
The Crumb Tray is placed on the bottom of the oven cavity and slides in and out to easily be cleaned.
- 9. AirFryer Basket**
Use the AirFryer Basket when using AirFry and Broil functions to optimize cooking results. Setting the AirFryer Basket in the Baking Pan when cooking is recommended. (Reference image on page 6.)

- 10. Baking Pan**
A Baking Pan is included for your convenience. Use alone when on Bake or Warm functions. Use Baking Pan with AirFryer Basket when on AirFry or Broil functions.
- 11. Easy-Clean Interior**
The oven's interior is nonstick.



BEFORE FIRST USE

1. Place your Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven on a flat, level surface.
2. Move 2 to 4 inches from any wall or from countertop objects. Do not use on heat-sensitive surfaces.

NOTE: OBJECTS SHOULD NOT BE STORED ON THE TOP OF THE AIRFRYER. IF THEY ARE, REMOVE ALL OBJECTS BEFORE YOU TURN ON YOUR AIRFRYER. THE EXTERIOR WALLS GET VERY HOT WHEN IN USE. KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN.

3. Check that there is nothing inside the oven.
4. Plug power cord into the wall outlet.

OPERATION

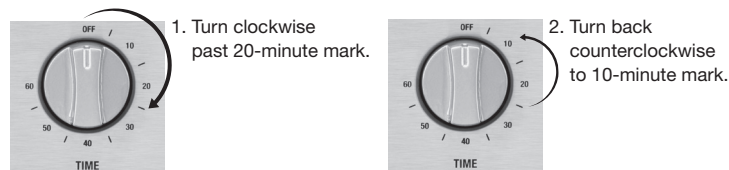
To operate the oven, follow these simple steps:

1. Place the appropriate rack, pan and/or basket in the position recommended in the chart at right.
2. Use the Function Dial to select desired function.
3. Use the Temperature Dial to select desired temperature (Warm – 450°F).
NOTE: For Toast, Bagel, and Broil, 450°F is recommended.
4. Set your time or toast shade (depending on function selected in step 2):
 - a. For Warm, Broil, Bake or AirFry functions, use Time Dial to select desired time (up to 60 minutes).
 - b. For Toast and Bagel functions, use Toast Dial to select desired toast shade (Light, Medium, Dark).
5. Light indicator will turn red, signaling that cooking process has started.
6. Once timer (either Time Dial or Toast Dial) reaches OFF, unit will ring to indicate end of cooking.

NOTE: SETTING YOUR TIMER

When setting the timer or toast shade, always turn the dial clockwise beyond your desired time or shade (no less than the 20-minute mark), and then turn it back counterclockwise to the desired time.

Example: To set timer to 10 minutes



ACCESSORIES

SUGGESTED ACCESSORIES FOR DIFFERENT FUNCTIONS

Function	AirFryer Basket	Baking Pan	Wire Rack
Warm	X	X	X
Broil	X	X	
Bake	X	X	X
AirFry	X	X	
Toast			X
Bagel			X

TIPS AND HINTS

TOAST

Toast shade can be set to Light, Medium or Dark using the Toast Dial. This function is used to toast, and works for both fresh and frozen bread items. To operate the oven in Toast function:

- Set the function dial to Toast
- Set the temperature dial to 450°F
- Turn the Toast Dial to desired shade setting (Light, Medium, Dark)
- Once the cycle is complete, if toast is lighter than you like, turn the Toast Dial to Light and toast bread for additional time
- For best results and more evenly toasted items:
 - If toasting two slices, center them in the middle of the Wire Rack.
 - Four slices should be evenly spaced – two in front, two in back.
 - Bread items should not overlap.
 - Thicker sliced bread items may require more time.
 - One slice will take less time to toast. Adjust shade accordingly.

BAGEL

Bagel shade can be set to Light, Medium or Dark using the Toast Dial. This function is ideal for toasting the inside of bagel halves; both fresh and frozen bagels can be used. To operate the oven in Bagel function:

- Set the function dial to Bagel
- Set the temperature dial to 450°F
- Turn the Toast Dial to desired shade setting (Light, Medium, Dark)
- For best results, put your bagels on the rack with the cut sides facing up
- Once the cycle is complete, if bagel is lighter than you like, turn the Toast Dial to Light and toast bagel for additional time

AIRFRY

TIP: For best results, use the provided AirFryer Basket fitted into the Baking Pan.



This function is used to AirFry meals as a healthy alternative to deep frying in oil. A high fan speed and multiple heating elements circulate hot air to prepare a variety of meals that can be a healthy and delicious alternative to traditional frying.

- Many foods that can be fried, can be AirFried without using excess amounts of oil. AirFried foods will taste lighter and be less greasy than deep-fried foods.
- AirFrying doesn't require oil, but a light spray can enhance browning and crispiness. Use an oil sprayer or a nonstick cooking spray to keep it extra light. A pastry brush can also be used to evenly coat foods with a little oil. Alternatively, pour a little oil into a bowl, add food, and toss.
- Most oils can be used for AirFrying. Olive oil is preferred for a richer flavor. Vegetable, canola or grapeseed oils are recommended for milder flavors.
- An assortment of coatings can be used on AirFried foods. Some examples of different crumb mixtures include: breadcrumbs, seasoned breadcrumbs, panko breadcrumbs, crushed cornflakes, potato chips, and graham crackers. Various flours, including gluten-free, and other dry meals, like cornmeal, work as well.
- Most foods do not need to be flipped during cooking, but larger items, like chicken cutlets, should be turned halfway through the cooking cycle to ensure evenly cooked and browned results.
- When AirFrying large quantities of food that fill the pan, toss food halfway through the cooking cycle to ensure evenly cooked results and color.
- Use higher temperatures for frozen foods and lower temperatures for uncooked items.
- Foods will cook more evenly if they are cut into the same-size pieces.
- Please note that many foods release water when they cook. When cooking large quantities for an extended period of time, condensation may build up, which could leave moisture on your countertop.

The chart below lists recommended amounts, cooking times and temperatures for various types of food that can be AirFried in the Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven. If portions exceed recommendations, you can toss occasionally while cooking to ensure the crispiest, most even results. Smaller amounts of food may require less time.

AIRFRYER CHART

FOOD	RECOMMENDED AMOUNT	TEMPERATURE	TIME
Bacon	8 slices	400°F	8 to 10 minutes
Chicken Wings	1½ to 2 pounds, about 24 wings MAX AMOUNT: 2½ pounds	400°F	20 to 25 minutes
Frozen Appetizers, (e.g., popcorn shrimp, mozzarella sticks, etc.)	1 to 1½ pounds, about 20 to 28 frozen mozzarella sticks	450°F	5 to 10 minutes
Frozen Chicken Nuggets	1 to 1½ pounds, about 28 to 42 frozen chicken nuggets	400°F	10 to 15 minutes
Frozen Fish Sticks	1 to 1½ pounds, about 16 to 24 frozen fish sticks	400°F	8 to 10 minutes
Frozen Fries	1 to 1½ pounds MAX AMOUNT: 2 pounds	450°F	15 to 25 minutes
Frozen Steak Fries	1 to 1½ pounds MAX AMOUNT: 2 pounds	450°F	15 to 25 minutes
Hand-Cut Fries	1 to 1½ pounds, about 2 to 3 medium potatoes, cut into ¼-inch thick pieces, about 4 inches long	400°F	20 to 25 minutes
Hand-Cut Steak Fries	1 to 1½ pounds, about 2 to 3 medium potatoes, cut into eighths lengthwise	400°F	20 to 25 minutes
Shrimp	1 pound, about 16 extra-large shrimp	350°F	5 to 10 minutes
Tortilla Chips	6, 5-inch tortillas cut into fourths	400°F	5 to 6 minutes, toss halfway through

NOTE: AirFrying doesn't require oil, but a light coating can enhance browning and crispiness. Use an oil sprayer or a nonstick cooking spray to keep it extra light. A pastry brush can also be used to evenly coat foods with a little oil. Alternatively, pour a little oil into a bowl, add food, and toss.

BAKE

Baking is recommended for a variety of foods you would normally prepare in a conventional oven.

NOTE: Bake operates with convection fan. As with all convection toaster ovens, food may cook faster than in a traditional toaster oven. Check foods 5-10 minutes before the end of suggested cooking time.

- Cooking times and temperatures may need to be reduced—start checking foods about 5 to 10 minutes before the end of the suggested cooking time
- **Important:** All of our recipes were specially developed for the Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven and have been tested in our Cuisinart Test Kitchen

BROIL

Broiling function can be used for beef, chicken, pork, fish, and more. It also can be used to top-brown casseroles and gratins.

- Recommended temperature is 450°F. For best results, preheat oven for 5 minutes on this function
- For best results, use the provided AirFryer Basket fitted into the Baking Pan to broil
- Never use glass oven dishes to broil
- Be sure to keep an eye on food – items can brown quickly when broiling

WARM

Use this function to keep food warm once cooked.

- Add Warm at the end of a cooking function so your dish is held at the proper serving temperature

CLEANING AND MAINTENANCE

- Always unplug the oven from the electrical outlet and allow it to cool completely before cleaning
- Do not use abrasive cleaners, as they will damage the finish. Simply wipe the exterior with a clean, damp cloth and dry thoroughly. Apply the cleansing agent to a cloth, not directly onto the toaster oven, before cleaning
- Accessories are not dishwasher safe. These items should be washed by hand in hot, sudsy water, or with a nylon scouring pad or brush, and thoroughly rinsed
- After cooking greasy foods and once your oven has cooled, always clean top of oven interior. If this is done on a regular basis, your oven will perform like new. Removing the grease will help to keep cooking consistent, cycle after cycle
- To clean interior walls, use a damp cloth and a mild liquid soap solution or a spray solution on a sponge. Remove any residue from cleaners with a clean, damp rag. Never use harsh abrasives or corrosive products. These could damage the oven surface. Never use steel wool pads, etc., on interior of oven
- To remove crumbs, slide out the Crumb Tray and discard crumbs. Wipe clean and replace. To remove baked-on grease, soak the tray in hot, sudsy water or use nonabrasive cleaners. Never operate the oven without the Crumb Tray in place
- Any other servicing should be performed by an authorized service representative

TROUBLESHOOTING

Operation	Why won't my unit turn on?	Make sure your unit is plugged into a functional outlet.
		Make sure the oven door is closed.
		Call Consumer Service at 1-800-726-0190.
Cooking	Why is my food not crispy or fried evenly?	Some foods may require more oil than others. If not crispy enough, spray, brush or add some oil on the food.
		Make sure food is spread evenly in one single layer in the AirFryer Basket with no overlap. If food still overlaps, toss or flip food halfway through cooking cycle.
		Food may need additional cooking time. Make sure to check periodically until food reaches desired brownness. Do not leave oven unattended.
	Why is my food undercooked?	If you put too much food in the basket, try with smaller batches of food and single layers, rather than stacking food on top of each other.
		The temperature might be too low. Use the Selector Dial to increase temperature.
		Food may need additional cooking time. Make sure to check periodically until food reaches desired brownness. Do not leave oven unattended.
	Why is my food overcooked or burned?	Cooking time and temperature may need to be reduced – start checking foods about 5 to 10 minutes before the end of the suggested cooking time.
		Make sure food is spread evenly in one single layer in the AirFryer Basket with no overlap. If food still overlaps, toss or flip food halfway through cooking cycle.
	Why does condensation and steam come out of my unit?	When preparing greasy foods, oil may leak into the pan and it produces steam. This will not affect the unit or the end result. It may fog up the viewing window on the sides or corners.
		When preparing foods with a high moisture content, the water evaporates out of the food and causes condensation. This will not affect the unit or the end result. It may fog up the viewing window on the sides or corners
		The pan, basket, or bottom oven may contain grease residue from previous use. Make sure all accessories and oven parts are properly cleaned after each use.
	Cleaning	Are the parts dishwasher safe?
How do I clean tough-to-remove food residue from my accessories?		To remove baked-on grease, soak the accessories in hot, sudsy water or use a nonabrasive cleanser.

WARRANTY

LIMITED THREE-YEAR WARRANTY (U.S. AND CANADA ONLY)

This warranty is available to consumers only. You are a consumer if you own a Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven that was purchased at retail for personal, family or household use. Except as otherwise required under applicable law, this warranty is not available to retailers or other commercial purchasers or owners. We warrant that your Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven will be free of defects in materials and workmanship under normal home use for 3 years from the date of original purchase.

We recommend that you visit our website, www.cuisinart.com for a fast, efficient way to complete your product registration. However, product registration does not eliminate the need for the consumer to maintain the original proof of purchase in order to obtain the warranty benefits. In the event that you do not have proof of purchase receipt, the purchase date for purposes of this warranty will be the date of manufacture.

CALIFORNIA RESIDENTS ONLY

California law provides that for In-Warranty Service, California residents have the option of returning a nonconforming product (A) to the store where it was purchased or (B) to another retail store that sells Cuisinart products of the same type. The retail store shall then, according to its preference, either repair the product, refer the consumer to an independent repair facility, replace the product, or refund the purchase price less the amount directly attributable to the consumer's prior usage of the product. If neither of the above two options results in the appropriate relief to the consumer, the consumer may then take the product to an independent repair facility if service or repair can be economically accomplished. Cuisinart and not the consumer will be responsible for the reasonable cost of such service, repair, replacement, or refund of nonconforming products under warranty. California residents may also, according to their preference, return nonconforming products directly to Cuisinart for repair or, if necessary, replacement by calling our Consumer Service Center toll-free at 1-800-726-0190. Cuisinart will be responsible for the cost of the repair, replacement, and shipping and handling of such nonconforming products under warranty.

BEFORE RETURNING YOUR CUISINART PRODUCT

If your Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven should prove to be defective within the warranty period, we will repair it or, if we think necessary, replace it. To obtain warranty service, please call our Consumer Service Center toll-free at 1-800-726-0190 or write to: Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd., Glendale, AZ 85307. To facilitate the speed and accuracy of your return, enclose \$10.00 for shipping and handling. (California residents need only supply a proof of purchase and should call 1-800-726-0190 for shipping instructions.) Please be sure to include your return address, phone number, description of the product's defect, product serial number, and any other information pertinent to the return. Please pay by check or money order made payable to Cuisinart.

NOTE: For added protection and secure handling of any Cuisinart product that is being returned, we recommend you use a traceable, insured delivery service. Cuisinart cannot be held responsible for in-transit damage or for packages that are not delivered to us. Lost and/or damaged products are not covered under warranty.

Your Cuisinart® Compact AirFryer Toaster Oven has been manufactured to the strictest specifications and has been designed for use only in 120-volt outlets and only with authorized accessories and replacement parts. This warranty expressly excludes any defects or damages caused by attempted use of this unit with a converter, as well as by use with accessories, replacement parts or repair service other than those authorized by Cuisinart. This warranty does not cover any damage caused by accident, misuse, shipment or other than ordinary household use. This warranty excludes all incidental or consequential damages. Some states do not allow the exclusion or limitation of these damages, so these exclusions may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights, and you may also have other rights, which vary from state to state. You may also have other rights, which vary from state to state.

Important: If the nonconforming product is to be serviced by someone other than Cuisinart's Authorized Service Center, please remind the servicer to call our Consumer Service Center at 1-800-726-0190 to ensure that the problem is properly diagnosed, the product is serviced with the correct parts, and to ensure that the product is still under warranty.

RECIPES

These mouthwatering recipes are just a sampling of what this appliance can do.

APPETIZERS AND SMALL BITES

Blooming Onion with Chipotle Mayonnaise	12
Kale Chips	12
Fried Pickles	13
Root Veggie Chips with Rosemary & Sea Salt	13
Crispy Chickpeas	14
Mexican Street Corn	14
Chicken Nuggets	14
Thinny Margherita	14

BREAKFAST

Eggs in Sweet Potato Nests	15
Banana Crunch Muffins	15
Crunchy Granola	16

MAIN COURSES

Fish Tacos	17
Coconut Shrimp	17
Chicken Parmesan	18
Chicken Wings, Two Ways with 3 Sauces	18
Buffalo Sauce for Chicken Wings	19
Sesame-Ginger Sauce for Chicken Wings	19
Five-Spice Seasoning for Chicken Wings with Dipping Sauce	20
Patty Melts	20
Pimiento Mac 'n Cheese Cups	21

SIDES

Sweet Potato Tots	21
“Fried” Brussels Sprouts	22
Buttery Dinner Rolls	22
Air Frites with Aioli	23

SWEET TREATS

Blueberry Crumble	23
Cinnamon Apples	24
S'mores	24
Chocolate Lava Cake	25

Appetizers and Small Bites

Blooming Onion with Chipotle Mayonnaise

Who knew this popular restaurant appetizer was so easy to make?

Makes 1 blooming onion, about 2 to 3 servings

- ½ **cup unbleached, all-purpose flour**
- 1 large egg, lightly beaten**
- 2 tablespoons buttermilk**
- ½ **cup panko breadcrumbs**
- ½ **teaspoon garlic powder**
- ¼ **teaspoon kosher salt**
- Pinch freshly ground black pepper**
- Pinch cayenne pepper**
- 1 large, sweet onion, peeled**
- Olive oil, for spraying**
- Nonstick cooking spray**
- ½ **cup mayonnaise**
- 1 chipotle chile in adobo, finely chopped**
- ¼ **teaspoon fresh lemon juice**

1. Prepare Chipotle Mayonnaise: Put mayonnaise, chipotle and lemon juice in the work bowl of a mini food processor. Process on High until completely puréed and homogenous. Transfer to a serving bowl, cover, and refrigerate until ready to serve.
2. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Coat the basket with nonstick cooking spray. Reserve.
3. Put the flour into a bowl large enough to dip the onion. Put the egg and buttermilk into another similar-sized bowl, and the breadcrumbs and seasonings in a third, similar-sized bowl. Reserve.
4. Trim the top of the onion to create a flat surface. Leave the root end intact. Turn the onion over, so the root end faces up, and rest it on its flat surface.

5. Without piercing the root, cut the onion into 4 wedges. Also without piercing the root, cut each wedge in half; repeat until wedges are about ¼ inch thick.
6. Turn the cut onion over and carefully, without breaking the pieces off the root, separate the layers; the separated onion will resemble a flower with petals.
7. Dredge the onion in the flour, and gently shake off the excess before dipping into the egg mixture, and then finally coating each layer evenly with the panko mixture. Evenly spray the coated onion with olive oil.
8. Coat the AirFryer Basket with nonstick cooking spray. Put the prepared onion into the basket. Set the temperature to 400°F and AirFry for 10 minutes. Onion is done when it is crispy and golden brown in color.

*Nutritional information per serving of Blooming Onion
(based on 3 servings):*

*Calories 165 (18% from fat) • carb. 28g • pro. 6g • fat 3g • sat. fat 1g • chol. 72mg
sod. 234mg • calc. 31mg • fiber 2g*

*Nutritional information per serving of Chipotle Mayonnaise
(based on 1 tablespoon):*

*Calories 101 (99% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 11g • sat. fat 2g • chol. 10mg
sod. 93mg • calc. 0mg • fiber 0g*

Kale Chips

Kale chips make a light snack on their own, but they can also be crumbled and used as a salad topper.

Makes 4 servings

- 4 stems curly kale, tough stems removed**
- Olive oil, for spraying**
- ¼ **teaspoon kosher salt**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Put the kale leaves into the basket and spray liberally with oil. Set the temperature to 350°F and AirFry for 5 minutes, until kale is bright and crispy.

NOTE: Keep an eye on the kale because it can crisp up very quickly.

2. Once the kale is ready, remove from oven and sprinkle with salt.
Serve immediately.

Nutritional information per serving:

*Calories 39 (27% from fat) • carb. 7g • pro. 2g • fat 1g • sat. fat 0g • chol. 0mg
sod. 171mg • calc. 58mg • fiber 1g*

Fried Pickles

Serve these as an appetizer with the Chipotle Mayonnaise on page 12.

Makes 3 to 4 servings

- ½ **cup unbleached, all-purpose flour**
- 1 large egg, beaten well**
- ½ **cup finely ground cornmeal**
- ½ **teaspoon kosher salt**
- ¼ **teaspoon cayenne pepper, divided**
- Nonstick cooking spray**
- 2 kosher dill pickles (about 5 ounces), cut into ¼-inch discs**
- Olive oil, for spraying**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick spray. Reserve.
2. Put the flour, egg and cornmeal into individual containers large enough for dipping the pickles. Add the salt and cayenne to the cornmeal; stir to combine.
3. Blot the cut pickles on a paper towel. Dredge each pickle disc in the flour and shake off the excess before dipping into egg, and then finally coating evenly with the cornmeal/cayenne mixture. Spray both sides with olive oil and arrange in the prepared AirFryer Basket.
4. Set the temperature to 400°F and AirFry for 10 minutes, flipping half-way, until browned and crispy. Let cool slightly. Serve with the Chipotle Mayo on page 12, if desired.

Nutritional information per serving (based on 4 servings):

*Calories 139 (18% from fat) • carb. 24g • pro. 4g • fat 3g • sat. fat 1g • chol. 54mg
sod. 719mg • calc. 5mg • fiber 3g*

Root Veggie Chips with Rosemary & Sea Salt

You won't miss the store-bought version!

Makes 4 to 6 servings

- 1½ **pounds root vegetables (beets, parsnips, potatoes, yams)**
- Olive oil, for brushing (about 1 tablespoon)**
- 2 teaspoons fresh rosemary, finely chopped**
- 2 teaspoons flaked sea salt**
- Nonstick cooking spray**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick spray. Reserve.
2. Using a mandoline, cut vegetables into ¼-inch slices. Pat dry with paper towels. Arrange as many slices as possible in a single layer in the basket, avoiding overlap. Brush both sides of the slices with olive oil and sprinkle with rosemary and salt.
3. Set the temperature to 400°F and AirFry for 8 to 10 minutes, until chips are brown and crispy.
4. Serve immediately.

Nutritional information per serving (based on 6 servings):

*Calories 103 (19% from fat) • carb. 19g • pro. 2g • fat 2g • sat. fat 0g • chol. 0mg
sod. 805mg • calc. 33mg • fiber 2g*

Crispy Chickpeas

Quickly transform a plain can of chickpeas into a crispy snack.

- 1 can (15.5 ounces) chickpeas, drained and blotted dry, about 1½ cups**
- Olive oil, for spraying**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon ground cumin**
- Pinch freshly ground black pepper**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Put the chickpeas into the basket and spray liberally with oil. Sprinkle with the salt, cumin and pepper.
2. Set the temperature to 350°F and AirFry for 15 minutes, until chickpeas are fragrant and lightly browned. Serve immediately.

Nutritional information per serving (¼ cup):

*Calories 75 (13% from fat) • carb. 14g • pro. 3g • fat 1g • sat. fat 0g • chol. 0mg
sod. 275mg • calc. 20mg • fiber 3g*

Mexican Street Corn

You'll quickly know why this typical Mexican street food is all the rage.

Makes 6 servings

- 3 ears of corn, husked and halved**
- Olive oil for spraying**
- 2 tablespoons unsalted butter, softened**
- 2 tablespoons mayonnaise**
- ¼ cup crumbled queso cotija, queso fresco, or feta cheese**
- Dried ground chile, such as piquín or ancho, to taste**
- ¼ cup chopped fresh cilantro**
- Lime wedges**

1. In a small bowl, mix together the softened butter and mayonnaise until blended.

2. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Lightly spray each cob half all over with olive oil and arrange the halves into the AirFryer Basket. Set the temperature to 400°F and AirFry for 10 minutes, turning occasionally, until some browning occurs on all sides.
3. Use a pastry brush or butter knife to spread 1 teaspoon of the butter mixture onto each cob half. Coat each thoroughly with 2 teaspoons of the crumbled cheese. To finish, sprinkle with ground chile powder and garnish with cilantro. Serve with lime wedges.

Nutritional information per serving of Mexican Street Corn:

*Calories 112 (44% from fat) • carb. 14g • pro. 3g • fat 6g • sat. fat 3g • chol. 11mg
sod. 96mg • calc. 42mg • fiber 1g*

Chicken Nuggets

Kids of all ages will love this homemade version of the frozen standby.

Makes about 4 servings

- ¾ cup unbleached, all-purpose flour**
- 2 large eggs, lightly beaten**
- 1½ cups panko breadcrumbs**
- ¾ teaspoon kosher salt, divided**
- ¾ teaspoon freshly ground black pepper, divided**
- 1 pound thinly sliced chicken breast or boneless thighs, pounded even and cut into 1½-inch pieces**
- Olive oil, for spraying**
- Nonstick cooking spray**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick spray. Reserve.
2. Put the flour, eggs and panko into individual containers large enough for dipping the chicken. Add a pinch each of the salt and pepper to the panko; stir to combine.
3. Sprinkle the chicken, evenly on both sides, with the remaining salt and pepper. Dredge each chicken piece in the flour and shake off the

excess before dipping into egg, and then finally coating evenly with the panko breadcrumbs. Spray both sides with olive oil.

4. Arrange the chicken nuggets into the prepared AirFryer Basket. Set the temperature to 400°F and AirFry for 15 minutes, flipping halfway through, until chicken is cooked through and evenly browned on both sides.

5. Serve immediately.

Nutritional information per serving (based on 4 servings):

Calories 191 (22% from fat) • carb. 32g • pro. 5g • fat 5g • sat. fat 1g • chol. 0mg sod. 434mg • calc. 1mg • fiber 1g

Thinny Margherita

For the lovers of thin crust pizza!

Makes 1 pizza, 8 slices

10 ounces pizza dough, room temperature
1/3 cup pizza sauce
2 tablespoons grated Parmesan
3 ounces fresh mozzarella, thinly sliced
2 tablespoons thinly sliced basil leaves
Olive oil, for spraying

1. Spray the Baking Pan with olive oil. On a greased surface, roll out the pizza dough to fit the pan. Alternatively, you can work with oiled hands to stretch the dough. Spray the surface with olive oil. Place the prepared pan in the AirFryer. Set the temperature to 450°F and Bake for 8 to 10 minutes, until the top is golden brown and crispy.
2. Carefully flip the hot crust, and press down to deflate any air bubbles that have formed. Add the pizza sauce to the center of the dough and spread in a thin layer, making sure to leave a border for the crust. Sprinkle with the Parmesan and top with the sliced mozzarella. Return to the AirFryer and Bake for another 5 to 8 minutes, until brown and bubbly. Scatter the basil all over the top.

3. Transfer the pizza to a cutting board. Cut into 8 slices. Serve immediately.

Nutritional information per slice:

Calories 126 (30% from fat) • carb. 18g • pro. 6g • fat 4g • sat. fat 0g • chol. 10mg sod. 244mg • calc. 91mg • fiber 1g

Breakfast

Eggs in Sweet Potato Nests

Makes 2 nests

1 small sweet potato
2 eggs, at room temperature
Kosher salt
Freshly ground black pepper
Nonstick cooking spray

To Serve:

Sliced avocado
Thinly sliced green onions
Sriracha
Furikake (Japanese seasoning)

1. Use the Cuisinart® Food Spiralizer to spiralize the sweet potato into thin julienne noodles. Cut any long noodles if necessary.
2. Coat the Baking Pan with nonstick cooking spray. In the Pan, form 2 loose nests out of the sweet potato noodles. Spray with nonstick cooking spray. Crack an egg into the well of each nest. Sprinkle with salt and pepper.
3. Transfer the prepared Baking Pan to the AirFryer. Set the temperature to 400°F and Bake for 10 minutes, until the nests are golden and the whites of each egg are set.
4. Transfer to plates. Sprinkle each egg with furikake. Garnish with green onions. Serve with sliced avocado and sriracha, if desired.

Nutritional information per nest (without toppings):

*Calories 97 (45% from fat) • carb. 7g • pro. 7g • fat 5g • sat. fat 2g • chol. 185mg
sod. 81mg • calc. 30mg • fiber 1g*

Banana Crunch Muffins

These muffins are a delicious way to use those overripe bananas.

Makes 6 muffins

Nonstick cooking spray

Crumb topping:

- ¼ cup unbleached, all-purpose flour**
- 3 tablespoons light brown sugar**
- 2 tablespoons unsalted butter, cold and cubed**
- ½ teaspoon ground cinnamon**
- ¼ cup pecans, toasted and chopped**
- Pinch kosher salt**

Muffin batter:

- 1 cup unbleached, all-purpose flour**
- 1½ teaspoons baking powder**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon ground cinnamon**
- 1 small, ripe banana, mashed**
- ¼ cup packed light brown sugar**
- ¼ cup whole milk**
- ¼ cup coconut oil (softened or melted and cooled to room temperature)**
- 1 large egg, slightly beaten**
- ¼ cup pecans, toasted and chopped**

1. Lightly coat a standard 6-cup muffin pan with nonstick cooking spray.
2. Prepare the crumb topping: In a small bowl, mix all 6 ingredients together with a fork; reserve.

3. Make the muffin batter: Whisk together the flour, baking powder, salt and cinnamon in a small bowl. In a separate medium-sized bowl, whisk together the banana, brown sugar, milk, oil and egg until well blended. With a rubber spatula, fold in the dry ingredients and nuts until just combined.
4. Spoon evenly into prepared muffin cups and top with the reserved crumb topping. Set the muffin pan on the rack in the AirFryer.
5. Set the temperature to 350°F and Bake for 15 minutes. Start checking the muffins at 12 minutes. Be mindful that the crumb top can get dark quickly. Muffins are done when evenly golden and a cake tester or toothpick comes out clean when inserted into the center.

Nutritional information per muffin:

*Calories 311 (48% from fat) • carb. 37g • pro. 4g • fat 17g • sat. fat 11g
chol. 42mg • sod. 211mg • calc. 39mg • fiber 1g*

Crunchy Granola

Granola is an easy and healthy alternative to packaged cereals. Accompany this fragrant granola with a scoop of your favorite yogurt or fruit.

Makes about 4 cups

- 1½ cups rolled oats (not quick cooking)**
- ¾ cup raw nuts (pecans or pistachios work very well)**
- ½ cup unsweetened coconut, shredded or flaked**
- ¼ cup hulled sunflower seeds**
- ¼ cup hulled pumpkin seeds (pepitas)**
- ¼ cup coconut oil, melted**
- ¼ cup pure maple syrup**
- ½ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon ground cinnamon**
- Pinch ground nutmeg**
- ½ cup dried fruit (chopped if larger than berry-sized)**

1. Coat the Baking Pan with nonstick cooking spray. Reserve.

- In a large mixing bowl, combine all ingredients except for the dried fruit. Spread evenly on the prepared Baking Pan. Transfer to the AirFryer. Set the temperature to 300°F and Bake for 20 to 25 minutes, tossing occasionally, until nicely toasted.
- When the granola is ready, remove from oven, add the dried fruit and stir to combine.
- Cool completely on Baking Pan. Transfer to an airtight container to store for up to 3 weeks.

Nutritional information per serving (½ cup):

Calories 290 (54% from fat) • carb. 29g • pro. 6g • fat 18g • sat. fat 5g • chol. 0mg sod. 138mg • calc. 19mg • fiber 4g

Main Courses

Fish Tacos

Get a taste of Baja and the beach with these fish tacos – guilt free!

Makes 6 tacos

- 12 ounces cod, cut into ½-inch, 1-ounce strips**
- 1 teaspoon kosher salt, divided**
- ½ lime**
- ½ cup unbleached, all-purpose flour**
- 1 large egg, lightly beaten**
- 1 cup panko breadcrumbs**
- Nonstick cooking spray**
- Olive oil, for spraying**
- 6 corn tortillas**
- Shredded cabbage**
- Cilantro, roughly chopped**
- Avocado**
- Crema or sour cream**
- Lime wedges**

- Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick spray. Reserve.
- Set up 3 containers for dredging: one with flour, one with egg, and the third with the panko and ½ teaspoon of salt. Season cod with the remaining ½ teaspoon of the salt and squeeze of lime. Dip the cod first into the flour, shaking off any excess. Next dip in the egg and then finally, coat well with the panko.
- Spray both sides of cod with olive oil and place into the prepared AirFryer Basket. Set the temperature to 400°F and AirFry for 9 minutes; flip fish pieces and cook for an additional 3 to 5 minutes, until evenly crispy.
- Reserve cooked fish. Place the tortillas in the AirFryer Basket. Set the temperature to 300°F and Bake for 2 to 3 minutes, until soft and pliable. Serve tacos, each with 2 pieces of fish. Garnish as desired with shredded cabbage, cilantro, avocado, crema and fresh lime.

Nutritional Information per taco:

Calories 149 (6% from fat) • carb. 21g • pro. 13g • fat 1g • sat. fat 0g • chol. 24mg sod. 447mg • calc. 55mg • fiber 2g

Coconut Shrimp

Serve with a curry mayonnaise for a fun hors d'oeuvre.

Makes about 3 to 4 first-course servings

- ½ pound shrimp**
- ½ teaspoon kosher salt**
- ½ cup unbleached, all-purpose flour**
- 1 large egg, beaten**
- 1 cup panko breadcrumbs**
- ½ cup shredded coconut**
- Nonstick cooking spray**
- Olive oil for spraying**

- Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick cooking spray.

2. Set up 3 containers for dredging: one with flour, one with egg, and the third with the panko and coconut mixed together.
3. Season the shrimp with salt. Dip each shrimp in the flour, shaking off any excess. Next dip in the egg and then finally, coat well with the panko mixture.
4. Spray the shrimp on both sides with olive oil and lightly sprinkle with a little more salt. Arrange the shrimp in the prepared AirFryer Basket. Set the temperature to 375°F and AirFry for 5 minutes per side, or until shrimp are golden brown and crisp.
5. Serve immediately.

Nutritional Information per serving (based on 4 servings): Calories 294 (56% from fat) • carb. 21g • pro. 12g • fat 19g • sat. fat 16g • chol. 71mg sod. 657mg • calc. 39mg • fiber 5g

Chicken Parmesan

You won't miss the oil in this lighter take on an Italian-American classic – buon appetito!

Serves 2 to 4 (depending on just how hungry you are!)

- 2 boneless, skinless chicken breasts (6 oz. each), pounded to make even, ½-inch thick cutlets**
- 1 egg**
- 2 tablespoons buttermilk**
- ½ cup whole-wheat panko breadcrumbs**
- ¼ cup grated Parmigiano-Reggiano cheese**
- ½ teaspoon dried oregano**
- ¼ teaspoon garlic powder**
- ½ teaspoon salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- Nonstick cooking spray**
- Olive oil for spraying**
- ½ cup homemade or store-bought marinara sauce**
- 3 ounces fresh mozzarella cheese, shredded**
- Fresh basil leaves, torn if large**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick cooking spray. Reserve.
2. In a shallow bowl, beat the egg and buttermilk together. Mix together the whole-wheat panko breadcrumbs, Parmigiano-Reggiano, dried oregano, garlic powder, salt and pepper. Dip chicken cutlets in the egg mixture, dripping any excess back into the bowl. Thoroughly dredge each in the breadcrumb mixture.
3. Place the breaded cutlets into the prepared AirFryer Basket. Lightly spray each side with olive oil. Set the temperature to 400°F and Bake for 10 to 15 minutes (depending on thickness), flipping halfway through cooking time, until internal temperature reaches 165°F.
4. Spoon ¼ cup of marinara sauce onto the top of each cutlet and sprinkle with the mozzarella cheese. Set the temperature to 450°F and Broil for 1 to 2 minutes until brown and bubbly.
5. Garnish with fresh basil leaves. Serve immediately.

Nutritional information per serving (based on 2 servings): Calories 478 (35% from fat) • carb. 19g • pro. 58g • fat 18g • sat. fat 7g chol. 231mg • sod. 606mg • calc. 388mg • fiber 3g

Chicken Wings, Two Ways with 3 Sauces

For a healthier option than deep-frying, AirFry chicken wings. Here we give you two versions, plain and beer-battered (for extra crispiness), plus three different, delicious sauces.

Makes about 20 wings

Nonstick cooking spray

Beer-Battered Chicken Wings:

- 2 pounds chicken wings***
- ¾ teaspoon kosher salt**
- ½ cup unbleached, all-purpose flour**
- ½ cup light beer**

Plain Chicken Wings:

- 2 pounds chicken wings***

¾ teaspoon kosher salt

*Many wings already come separated into flats and drumettes, but if only full wings are available, be sure to remove the tips and separate at the joint.

1. Put the AirFryer Basket onto the Baking Pan and generously coat with nonstick cooking spray. Reserve.
2. If beer battering the wings, in a large bowl combine the flour and beer. Put the chicken wings into the bowl with the batter. Sprinkle with salt and then coat in the batter. Put the chicken wings into the basket.
3. If not beer battering the wings, put the chicken wings into the basket. Sprinkle with salt.
4. AirFry in the upper position with the temperature set to 400°F for 20 to 25 minutes. Cook until golden and crispy.
5. When chicken wings are done, toss immediately in sauce or add the toppings of your choice, such as butter, garlic, fresh herbs or spices.

Nutritional information per flat or drumette (plain):

Calories 94 (39% from fat) • carb. 0g • pro. 14g • fat 4g • sat. fat 1g • chol. 39mg sod. 127mg • calc. 7mg • fiber 0g

Nutritional information per flat or drumette (beer-battered):

Calories 101 (36% from fat) • carb. 1g • pro. 14g • fat 4g • sat. fat 1g • chol. 39mg sod. 127mg • calc. 7mg • fiber 0g

Buffalo Sauce for Chicken Wings

A classic sauce for wings, made with coconut oil instead of butter.

Makes about ¼ cup sauce, enough to coat 20 wings

¼ cup hot sauce
1 tablespoon coconut oil

1. Put the hot sauce and coconut oil into a large bowl. Combine.

2. When chicken wings are ready, transfer wings to the large bowl and toss evenly. Serve immediately.

Nutritional information per serving of Buffalo Sauce (based on 20 servings):

Calories 6 (100% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 1g • sat. fat 1g • chol. 0mg sod. 28mg • calc. 0mg • fiber 0g

Sesame-Ginger Sauce for Chicken Wings

Add chili flakes to this sauce for a spicy kick.

Makes about ⅔ cup sauce

¼ cup sesame oil
2 tablespoons soy sauce
2 tablespoons honey, or hot honey
1 piece ginger, 2 x 2 inches, peeled and grated
3 garlic cloves, grated
¼ cup toasted sesame seeds
2 to 3 green onions, thinly sliced

1. Put the sesame oil, soy sauce, honey, grated ginger and garlic into a large bowl. Whisk together. Add the sesame seeds.
2. When chicken wings are ready, transfer them to the large bowl and toss evenly. Sprinkle with the sliced green onions. Serve immediately.

Nutritional information per serving of Sesame-Ginger Sauce (based on 20 servings):

Calories 39 (78% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 3g • sat. fat 0g • chol. 0mg sod. 68mg • calc. 4mg • fiber 0g

Five-Spice Seasoning for Chicken Wings with Dipping Sauce

Do not skip the sauce with the crispy spiced wings. Any leftover sauce can be drizzled over a cup of steaming rice.

Enough seasoning for 20 wings. Makes about $\frac{2}{3}$ cup sauce.

- 1 **teaspoon kosher salt**
- 1 **teaspoon five-spice powder**

Dipping Sauce:

- $\frac{1}{4}$ **cup fish sauce**
- $\frac{1}{4}$ **cup granulated sugar**
- 1 **garlic clove, finely chopped**
- $\frac{1}{2}$ **Thai chile, thinly sliced (or $\frac{1}{2}$ jalapeño, seeded and thinly sliced)**
- 1 **tablespoon fresh lime juice**
- 1 **tablespoon chopped cilantro**
- 1 **tablespoon chopped mint**
- 1 **tablespoon shredded carrots**
- 2 **tablespoons thinly sliced green onions**

1. Sprinkle the salt and five-spice powder over the chicken wings (either beer-battered or plain). Cook as instructed in preceding recipe.
2. While wings are cooking, prepare the dipping sauce. Put the fish sauce, sugar, garlic and chile in a small saucepan set over medium-low heat. Cook until sugar has dissolved. Remove to cool to room temperature. Once cool, add the remaining ingredients and stir to combine. Transfer to a serving bowl and serve alongside the hot wings.

Nutritional information per serving (1 teaspoon sauce):

Calories 39 (78% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 3g • sat. fat 0g • chol. 0mg sod. 68mg • calc. 4mg • fiber 0g

Patty Melts

The great American sandwich in all its mouthwatering goodness.

Makes 4 sandwiches

- 1 **large onion, thinly sliced**
- 1 **Oil for spraying**
- 1 **pound ground beef chuck**
- 1 **Kosher salt**
- 1 **Freshly cracked pepper**
- 4 **teaspoons of mayonnaise**
- 8 **slices of rye bread**
- 8 **slices of cheese, Swiss or Cheddar**
- 1 **Nonstick cooking spray**

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick cooking spray. Arrange the thinly sliced onions in a single layer. Spray lightly with olive oil.
2. Set the temperature to 400°F and AirFry for 10 to 12 minutes, tossing occasionally, until brown and caramelized. Spoon into a bowl and reserve. Reserve the onion-bathed basket for the patties.
3. Divide the ground beef evenly to form 4 slightly thin, oval-shaped patties. Season both sides of each with salt and pepper. Place the patties into the AirFryer Basket. Set the temperature to 450°F and Broil for 4 to 5 minutes on each side, until edges are golden brown and crisp.
4. Assemble the sandwiches: Lay out four slices of bread and top with one slice of cheese and a beef patty. Evenly divide the caramelized onions among the four patties and top with the remaining slices of cheese. Top sandwiches with the four remaining bread slices and smear the top and bottom of each with $\frac{1}{2}$ teaspoon of mayonnaise.
5. Arrange the sandwiches into the AirFryer Basket. Broil each side for 1 to 2 minutes, until the cheese is melted and the bread is toasted and brown. **NOTE:** You may need to work in batches, depending on the size of the sliced bread.

6. Serve immediately.

Nutritional information per sandwich:

*Calories 605 (36% from fat) • carb. 34g • pro. 35g • fat 36g • sat. fat 16g
chol. 117mg • sod. 827mg • calc. 388mg • fiber 3g*

Pimiento Mac 'n Cheese Cups

Bring Southern flare to a childhood favorite. These cups are full of comfort.

Makes 6 individual servings

- ½ cup whole milk**
- 4 ounces cream cheese**
- 1 cup grated sharp Cheddar cheese, about 4 ounces**
- ⅛ teaspoon cayenne pepper**
- 1–2 dashes hot sauce**
- 4 ounces elbow macaroni, cooked per package instructions**
- 2 ounces drained, diced pimiento peppers (about ¼ cup)**
- 2 tablespoons mayonnaise**
- Kosher salt and black pepper to taste**
- ¼ cup crushed saltine crackers, about 5 crackers, divided**
- Butter for greasing**

1. In a small saucepan, combine milk and cream cheese over medium-low heat, stirring with a wooden spoon until smooth. Add Cheddar cheese and continue to cook, stirring constantly, until thick and creamy. Remove cheese mixture from heat and stir in cayenne and hot sauce.
2. Add elbows, pimiento peppers and mayonnaise to cheese mixture and stir until combined. Season to taste with salt and pepper.
3. Thoroughly grease a 6-cup muffin pan with butter and dust the inside of each cup with half of the crushed crackers. Divide the macaroni and cheese among the cups and sprinkle with the remainder of the crushed crackers.

4. Set the muffin pan on the AirFryer Rack. Set the temperature to 350°F and Bake for 10 minutes, until bubbly and tops are golden brown. Allow to cool slightly, about 5 to 10 minutes. Run a knife along the edge of each cup to loosen from pan. Serve warm.

Nutritional information per cup:

*Calories 264 (58% from fat) • carb. 18g • pro. 9g • fat 17g • sat. fat 0g • chol. 47mg
sod. 285mg • calc. 170mg • fiber 1g*

Sides

Sweet Potato Tots

An alternative to the original tater tot, the sweet potato gives these a nutritional boost.

Makes about 15 tots

- 1 pound sweet potato or yam**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- ⅛ teaspoon paprika**
- Nonstick cooking spray**
- Olive oil, for brushing**

1. Peel the sweet potato and steam it until almost cooked through, about 15 minutes. Allow to cool to handle. Once cool, shred potato using a box grater. Mix the grated potato with the salt, pepper and paprika. Form into tablespoon-size nuggets.
2. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan and spray well with nonstick cooking spray. Place the sweet potato tots evenly on the basket. Lightly brush with olive oil.
3. Set the temperature to 400°F and AirFry for 12 to 15 minutes, flipping halfway through cooking to ensure even browning. Tots are done when the edges are golden.

Nutritional information per tot:

Calories 29 (10% from fat) • carb. 6g • pro. 0g • fat 0g • sat. fat 0g • chol. 0mg
sod. 52mg • calc. 9mg • fiber 1g

“Fried” Brussels Sprouts

The tasty sweet-and-spicy sauce makes these Brussels sprouts a favorite side dish.

Makes 4 servings

- 1** **pound Brussels sprouts**
- Nonstick cooking spray**
- ¾** **teaspoon kosher salt**
- Olive oil for spraying**
- 2** **tablespoons honey**
- 2** **teaspoons sriracha sauce**
- 1** **teaspoon fresh lime juice**

1. Place the AirFry Basket onto the Baking Pan and coat with nonstick cooking spray. Trim the bottom of each Brussels sprout and then cut in half lengthwise. Arrange the halved sprouts in the basket. Spray with olive oil and sprinkle with salt.
2. Set the temperature to 300°F and AirFry for 20 minutes. When the timer buzzes, set temperature to 350°F and AirFry for an additional 10 minutes. Sprouts should be soft yet crispy.
3. While sprouts are AirFrying, stir together the honey, sriracha and lime juice in a medium-size mixing bowl. Once the Brussels sprouts are ready, toss in the sauce and serve immediately.

Nutritional information per serving:

Calories 89 (3% from fat) • carb. 19g • pro. 4g • fat 2g • sat. fat 0g • chol. 0mg
sod. 443mg • calc. 48mg • fiber 4g

Buttery Dinner Rolls

After your first bite, you will never go back to store-bought rolls again.

Makes 12 rolls

- 1/3** **cup whole milk, plus 1 tablespoon for brushing**
- 4** **tablespoons unsalted butter, plus 1 tablespoon for brushing and for pan**
- 2** **tablespoons granulated sugar**
- 1¾** **teaspoons active dry yeast**
- 3** **tablespoons warm water (105°F–110°F)**
- 2½** **cups bread flour**
- ¾** **teaspoon kosher salt**
- 1** **large egg, lightly beaten**
- Nonstick cooking spray**
- Flake sea salt (optional)**

1. In a small saucepan, combine the milk, butter and sugar. Warm over low heat until the butter is melted. Remove from heat and set aside until cooled to room temperature.
2. Dissolve the yeast in the warm water in a large measuring cup. Let stand 5 minutes, or until mixture is foamy. Put the flour and salt into the work bowl of a Cuisinart® Food Processor fitted with either the dough blade or metal chopping blade and process for 10 seconds. Add the melted butter mixture and egg to the yeast/water mixture. With the machine running, slowly add the liquids through the feed tube and process until a dough ball forms. Continue processing for 45 seconds to knead the dough. Shape the dough into a smooth ball, put it in a clean mixing bowl and cover with plastic wrap. Let rise in a warm place until the dough has doubled in size, 45 to 60 minutes.
3. Spray the Baking Pan with nonstick oil. Punch down the dough and divide into 12 equal pieces (about 1½ ounces each). Roll into smooth rounds and arrange in 3 rows of 4 dough balls on the prepared pan. Cover lightly with plastic wrap and let rise at room temperature until nearly doubled, another 30 to 45 minutes max.

4. Meanwhile, melt the remaining tablespoon of butter and combine with the remaining tablespoon of milk. Gently brush the tops of the rolls with the butter/milk mixture. Sprinkle with flake sea salt if desired. Set the temperature to 325°F and Bake for 8 to 10 minutes, until golden brown and an internal temperature of 190°F is reached.
5. Remove rolls from the Baking Pan and allow to cool 10 to 15 minutes before serving.

Nutritional information per roll:

Calories 154 (33% from fat) • carb. 21g • pro. 4g • fat 6g • sat. fat 3g • chol. 29mg sod. 52mg • calc. 12mg • fiber 1g

Air Frites with Aioli

Bistro-style French fries. Go the extra mile and serve these up in home-made paper cones for the full effect.

Makes 2 to 3 servings

- 1 pound (about 3 medium) russet potatoes, scrubbed clean and dried**
- 1 small garlic clove**
- 1 large egg yolk**
- 2 teaspoons fresh lemon juice**
- ¼ teaspoon Dijon-style mustard**
- Pinch kosher salt, plus more for frites**
- ¼ cup extra virgin olive oil**
- 2 tablespoons light olive oil or canola oil**
- Nonstick cooking spray**
- Olive oil, for spraying**
- Chopped fresh parsley for garnish**

1. Cut potatoes into ¼-inch thick pieces, about 4 inches long. Soak in a bowl of cold water for a minimum of 30 minutes and up to overnight.
2. Meanwhile, prepare the Aioli (makes about ½ cup): Grate the garlic into the work bowl of a food processor fitted with the metal chopping blade. Add the egg yolk, lemon juice, mustard and salt and pulse to combine. With the machine running, drizzle the oils, very slowly,

through the feed tube, so that an emulsion forms. Continue until all the oil has been incorporated. Mixture may be quite thick. For a thinner, more spreadable consistency, process in 2 or so teaspoons of water at the end. Taste and adjust seasoning as desired.

3. Drain and rinse potatoes; thoroughly pat dry with paper towels or a clean dish towel.
4. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Spray the basket with nonstick cooking spray. Put the dried potatoes into the basket. Spray with olive oil. Sprinkle with salt and toss. Spread into an even layer.
5. Set the temperature to 400°F and AirFry, tossing occasionally, for 15 minutes, or until desired crispness is achieved.
6. When French fries are done, transfer to a serving bowl. Garnish with chopped parsley if desired. Serve immediately with Aioli for dipping.

Nutritional information per serving of Air Frites (based on 3 servings):

Calories 138 (10% from fat) • carb. 27g • pro. 4g • fat 2g • sat. fat 0g • chol. 0mg sod. 389mg • calc. 0mg • fiber 2g

Nutritional information per serving of Aioli (based on 1 tablespoon):

Calories 99 (97% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 11g • sat. fat 2g • chol. 23mg sod. 17mg • calc. 0mg • fiber 0g

Sweet Treats

Blueberry Crumble

A quick and simple dessert. Be sure to cool slightly to allow the filling to set up a bit prior to serving.

Makes 6 servings

Filling:

- ¼ cup granulated sugar**
- ¼ cup packed light brown sugar**
- 1 tablespoon tapioca starch**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- Pinch ground cinnamon**

- Pinch ground ginger
- ¼ teaspoon pure vanilla extract
- 4 cups fresh blueberries
- Topping:**
- ¾ cup unbleached, all-purpose flour
- ½ cup rolled oats (not quick cooking)
- ½ cup packed light brown sugar
- ¼ teaspoon ground cinnamon
- ¼ teaspoon kosher salt
- 6 tablespoons unsalted butter, cold and cubed

1. Put the sugars, starch, salt, and spices in a medium-sized mixing bowl; whisk to combine. Add the vanilla extract and blueberries and stir until blueberries are well coated. Using a large fork, or a potato masher, mash the blueberries until about half have burst open; reserve.
2. Put all of the topping ingredients, except for the butter, in a medium mixing bowl. Whisk to combine. Add the butter and, using your fingers, combine until large crumbs form. (Alternatively, this topping can be made using a Cuisinart® Food Processor fitted with the chopping blade. Put all dry ingredients in the work bowl fitted with the chopping blade. Pulse to combine. Add the butter and pulse until large clumps have formed.)
3. Transfer the berry mixture to an 8-inch round pan. Sprinkle the crumble topping over the berries.
4. Set the pan on the Wire Rack. Set the temperature to 350°F and Bake for 18 to 20 minutes. Crumble is done when the filling is bubbling and the topping is evenly browned.
5. Remove and allow to cool slightly, prior to serving.

Nutritional information per serving:

*Calories 357 (29% from fat) • carb. 63g • pro. 3g • fat 12g • sat. fat 7g
chol. 30mg • sod. 191mg • calc. 7mg • fiber 3g*

Cinnamon Apples

Either for snack or a guilt-free dessert, these apples are delicious anytime.

Makes 2 servings

- 1 medium apple
- ¼ teaspoon ground cinnamon

1. Peel and core apple. Cut into thin wedges, about 16 total. Toss apple slices well with cinnamon to thoroughly coat.
2. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Add the apple slices in a single layer. Set the temperature to 350°F and AirFry for 15 minutes, until apples are slightly softened and fragrant.

Nutritional information per serving:

*Calories 39 (2% from fat) • carb. 10g • pro. 0g • fat 0g • sat. fat 0g • chol. 0mg
sod. 0mg • calc. 6mg • fiber 1g*

S'mores

No campfire needed with these s'mores.

Makes 8 s'mores

- 8 graham cracker sheets, broken into two-cracker squares
- 16 sections Hershey's milk or dark chocolate (1⅓ bars or 2 ounces of preferred chocolate)
- 8 standard-size marshmallows

1. Place the AirFryer Basket onto the Baking Pan. Put 8 graham cracker squares on the basket. Place 2 chocolate sections in the center of each cracker, and top each with a marshmallow.
2. Set the temperature to 450°F and Broil for 1 to 2 minutes, or until marshmallows are lightly toasted.
3. Carefully remove from the AirFryer and transfer to a plate. Top each with remaining crackers.

Nutritional information per s'more:

*Calories 202 (18% from fat) • carb. 40g • pro. 3g • fat 4g • sat. fat 1g • chol. 2mg
sod. 83mg • calc. 10mg • fiber 0g*

Chocolate Lava Cake

This was made popular in the 1980s and has been a hit ever since. The Cuisinart® AirFryer makes it a breeze to bake.

Makes 4 servings

- 8 tablespoons (1 stick) unsalted butter**
- 6 ounces semisweet chocolate, chopped**
- 2 large eggs**
- 2 large egg yolks**
- ½ teaspoon pure vanilla extract**
- ¼ cup granulated sugar**
- ½ teaspoon espresso powder**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- 2 tablespoons unbleached, all-purpose flour**
- Unsalted butter, softened for buttering ramekins**
- Cocoa powder, for dusting**

1. Put the butter and chocolate into the top of a double boiler set over medium heat (or a heatproof bowl set atop a pot of simmering, not boiling, water). While stirring, keep over heat until chocolate and butter have almost completely melted. Remove from heat and cool slightly.
2. Whisk together the eggs, yolks, vanilla extract and sugar in a mixing bowl until well combined. Add the cooled chocolate-butter mixture and then the remaining ingredients. Whisk until smooth.
3. Butter four, 5-ounce ramekins and dust with cocoa powder. Tap ramekins to remove any excess powder.
4. Divide the batter among the four ramekins. Tap on counter a few times to remove air bubbles. Space out the ramekins on the Wire Rack. Set the temperature to 350°F and Bake for 8 to 10 minutes.

The edges should appear really dry and the center just slightly jiggly. Allow to rest for 2 to 5 minutes in the oven before inverting onto plate. Dust finished cakes with a little more cocoa powder if desired. Serve warm.

Nutritional information per serving:

*Calories 689 (50% from fat) • carb. 50g • pro. 7g • fat 39g • sat. fat 23g
chol. 245mg • sod. 192mg • calc. 45mg • fiber 3g*

©2019 Cuisinart
150 Milford Road
East Windsor, NJ 08520
Printed in China

19CE060009

IB-16211-ESP

Cuisinart®

MANUAL DE INSTRUCCIONES Y LIBRO DE RECETAS



Horno tostador/freidor compacto Cuisinart® AirFryer

TOA-28

ÍNDICE

Medidas de seguridad importantes	2
Uso de extensiones	3
Piezas y características	4
Antes del primer uso	4
Instrucciones de operación	5
Accesorios	5
Consejos y sugerencias	5
Guía para freír con aire	7
Limpieza y mantenimiento	8
Resolución de problemas	9
Garantía	10
Recetas	11

MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Al usar aparatos eléctricos, especialmente en presencia de niños, siempre debe tomar precauciones básicas de seguridad, entre ellas las siguientes:

1. **Lea todas las instrucciones.**
2. **DESENCHUFE EL APARATO CUANDO NO ESTÉ EN USO Y ANTES DE LIMPIARLO. Permita que se enfríe antes de limpiarlo, manipularlo o instalar/sacar piezas.**
3. No toque las superficies calientes; utilice los mangos/asas y los botones/perillas.
4. Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, no sumerja ninguna parte del aparato en agua ni en ningún otro líquido. Véase las instrucciones de limpieza.
5. Este aparato no debe ser usado por o cerca de niños o personas con ciertas discapacidades.
6. No utilice este aparato si el cable o el enchufe están dañados, después de un mal funcionamiento, después de que se haya caído, incluso al agua, o si está dañado; devuélvalo a un centro de servicio autorizado o al lugar donde lo compró para su revisión, reparación o ajuste.
7. El uso de accesorios no recomendados por Cuisinart puede causar heridas.
8. No lo utilice en exteriores.
9. No permita que el cable cuelgue del borde de la encimera o de la mesa, donde niños o animales lo puedan jalar o tropezar, ni que tenga contacto con superficies calientes.
10. No coloque el aparato sobre o cerca de un quemador a gas o de una hornilla eléctrica caliente, ni en un horno caliente.
11. No utilice el aparato para ningún fin que no sea el indicado.
12. Tenga sumo cuidado al usar fuentes que no sean de metal o vidrio dentro del horno.
13. Tenga sumo cuidado al sacar los accesorios del horno o tirar la grasa caliente.
14. **Desenchufe el aparato cuando no lo está usando.** Guarde solamente los accesorios recomendados por el fabricante dentro del horno.
15. No ponga papel, cartón, plástico o materiales similares en el horno.
16. No cubra la bandeja recogemigas ni la rejilla del horno con papel de aluminio; esto puede provocar un sobrecalentamiento.
17. No coloque alimentos, envoltorios de aluminio o utensilios de metal muy grandes en el horno; esto puede provocar un incendio o una descarga eléctrica.
18. Puede ocurrir un incendio si el aparato está cubierto, toca, o se encuentra cerca de materiales inflamables tales como cortinas, colgaduras o paredes. No coloque ningún artículo sobre el aparato mientras está encendido o caliente. No haga funcionar el aparato debajo de un armario/gabinete.
19. No use estropajos metálicos para limpiar el aparato; partículas de metal podrían depositarse en sus componentes eléctricos, presentando un riesgo de descarga eléctrica.
20. No intente desalojar alimentos atascados mientras el aparato está enchufado.
21. **Advertencia:** para evitar los riesgos de incendio, NUNCA descuide/deje el aparato sin vigilancia durante el uso.

-
22. Utilice las temperaturas recomendadas para todas las funciones.
 23. No apoye utensilios de cocina o fuentes contra la puerta de vidrio.
 24. No haga funcionar el aparato debajo o dentro de un armario/gabinete. Siempre desenchufe el aparato antes de guardarlo en un armario/gabinete. Dejar el aparato enchufado representa un riesgo de incendio, especialmente si este toca las paredes o la puerta del armario/gabinete cuando cierra.
 25. Tenga sumo cuidado al mover un aparato que contenga aceite u otro líquido caliente.
 26. Siempre ponga el temporizador en “OFF” antes de desenchufar la unidad.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

Por favor, lea y conserve estas instrucciones en un lugar seguro. Estas instrucciones le ayudarán a sacar el máximo provecho de su horno tostador/freidor compacto Cuisinart® AirFryer y siempre obtener resultados consistentes y profesionales.

USO DE EXTENSIONES

El cable provisto con este aparato es corto para reducir el riesgo de que alguien se enganche o tropiece con un cable más largo. Se podrá usar una extensión eléctrica, siempre que sea prudente.

La clasificación nominal de la extensión debe ser por lo menos igual a la del aparato. El cable más largo o la extensión deben ser acomodados de tal manera que no cuelguen de la encimera/mesa, donde pueden ser jalados por niños o causar tropiezos.

AVISO

El cable de este aparato cuenta con un enchufe polarizado (una pata es más ancha que la otra). Como medida de seguridad, aquel enchufe se podrá enchufar de una sola manera en la toma de corriente de tierra. Si el enchufe no entra en la toma de corriente, inviértelo. Si aun así no entra completamente, comuníquese con un electricista. No intente modificarla.

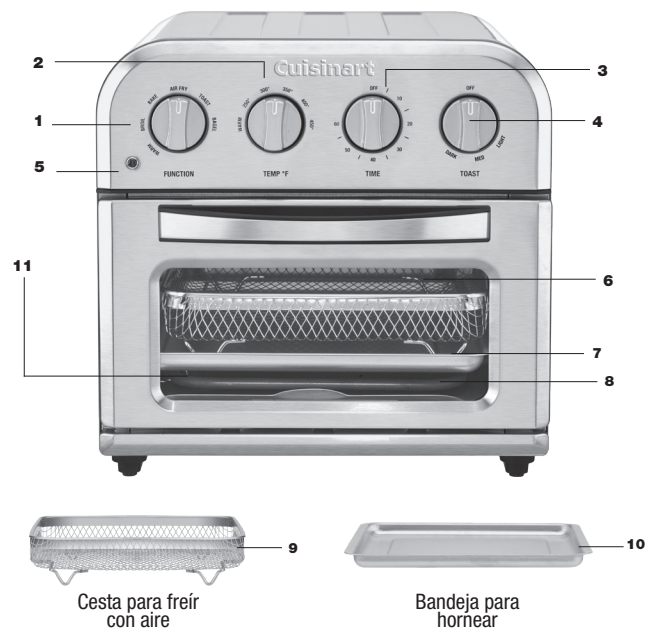
PARA USO DOMÉSTICO SOLAMENTE NO APROBADO PARA USO COMERCIAL

PIEZAS Y CARACTERÍSTICAS

- 1. Perilla FUNCTION (selector de función)**
Permite elegir la función deseada: WARM (mantener caliente), BROIL (asar/gratinar), BAKE (hornear), AIRFRY (freír con aire), TOAST (tostar) o BAGEL (tostar panecillos).
- 2. Perilla TEMP (control de temperatura)**
Permite fijar la temperatura al nivel deseado, desde "WARM" (mantener caliente) hasta 450°F (230 °C).
- 3. Perilla TIME (control de tiempo)**
Permite fijar el tiempo de cocción con las funciones WARM, BROIL, BAKE y AIRFRY, hasta 60 minutos. El temporizador mecánico apaga automáticamente el horno al final del tiempo.
- 4. Perilla TOAST (control del grado de tostado)**
Permite elegir el grado de tostado, desde ligeramente tostado hasta muy tostado.
- 5. Luz de encendido**
El indicador luminoso permanece encendido durante el funcionamiento.
- 6. Ventanilla**
Permite observar fácilmente el progreso de la cocción.
- 7. Rejilla**
Use la rejilla con las funciones TOAST (tostar) y BAGEL (tostar panecillos).
- 8. Bandeja recogemigas**
La bandeja recogemigas se coloca en el fondo del horno y se desliza hacia dentro y hacia fuera para facilitar su limpieza.
- 9. Cesta para freír con aire**
Especialmente diseñada para optimizar los resultados al usar las funciones AIRFRY (freír con aire) y BROIL (asar/gratinar). Se aconseja colocar la cesta para freír con aire en la bandeja para hornear provista (véase el diagrama en la página 6).
- 10. Bandeja para hornear**
Para su conveniencia, una bandeja para hornear está incluida. Úsela por sí sola con la función BAKE (hornear) o WARM (mantener caliente). Úsela con la cesta para freír con aire cuando usa la función AIRFRY (freír con aire) o BROIL (asar/gratinar).

11. Interior fácil de limpiar

El interior del horno es antiadherente para una fácil limpieza.



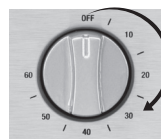
ANTES DEL PRIMER USO

- Coloque el aparato sobre una superficie plana y nivelada.
- Deje un espacio libre de 2 a 4 in. (5 a 10 cm) alrededor del aparato para permitir que el aire circule libremente. No lo coloque sobre una superficie sensible al calor.

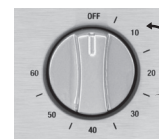
NOTA: NO GUARDE NINGÚN OBJETO ENCIMA DEL HORNO. SI LO HACE, QÚITELOS ANTES DE ENCENDER EL HORNO. EL EXTERIOR DEL

APARATO SE PONE MUY CALIENTE DURANTE EL USO; MANTÉNGALO FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

- Chequee que no hay nada en el horno.
- Enchufe el cable en una toma de corriente.



1. Girar en sentido horario, más allá de la marca de los 20 minutos.



2. Girar en sentido antihorario hasta la marca de los 10 minutos.

INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN

Para usar el horno, siga estos pasos sencillos:

- Coloque la rejilla, la bandeja y/o la cesta para freír en la posición recomendada (véase la tabla a la derecha).
- Gire el selector de función (perilla FUNCTION) para elegir la función deseada.
- Ponga el control de la temperatura (perilla TEMP) en la posición deseada, desde "WARM" (mantener caliente) hasta 450°F (230 °C).

NOTA: se aconseja usar 450 °F (230 °C) para tostar, tostar panecillos y asar/gratinar.

- Elija el tiempo o el grado de tostado (dependiendo de la función elegida en el paso 2):
 - Si usa la función WARM (mantener caliente), BROIL (asar/gratinar), BAKE (hornear) o AIRFRY (freír con aire), use la perilla TIME para programar el tiempo de cocción, hasta 60 minutos.
 - Si usa la función TOAST (tostar) o BAGEL (tostar panecillos), use la perilla TOAST para elegir el grado de tostado: LIGHT (ligeramente), MED (tostado) o DARK (muy tostado).
- El indicador luminoso rojo se encenderá, lo que indica que el proceso de cocción ha empezado.
- Al final del tiempo (la perilla TIME o TOAST estará en "OFF"), la unidad emitirá un pitido para indicar que se ha terminado la cocción.

NOTA: CÓMO FIJAR EL TEMPORIZADOR

Cuando ajuste el tiempo, siempre gire la perilla en sentido horario más allá del tiempo deseado (no menos de la marca de los 20 minutos) y, a continuación, gírela en el sentido antihorario hasta el tiempo deseado.

P. ej., para fijar el tiempo en 10 minutos

ACCESORIOS

ACCESORIOS SUGERIDOS PARA LAS DIFERENTES FUNCIONES

Función	Cesta para freír con aire	Bandeja para hornear	Rejilla del horno
WARM (mantener caliente)	X	X	X
BROIL (dorar/gratinar)	X	X	
BAKE (hornear)	X	X	X
AIRFRY (freír con aire)	X	X	
TOAST (tostar)			X
BAGEL (tostar panecillos)			X

CONSEJOS Y SUGERENCIAS

TOAST (TOSTAR)

Se puede ajustar el grado de tostado, desde ligeramente tostado hasta muy tostado, usando la perilla TOAST. Esta función se usa para tostar artículos frescos o congelados. Para usar la función TOAST (tostar):

- Ponga la perilla FUNCTION en "TOAST"
- Ponga la perilla TEMP en "450°F"

-
- Ponga la perilla TOAST en la posición deseada: “LIGHT” (ligeramente tostado), “MED” (tostado) o “DARK” (muy tostado)
 - Al final del ciclo, si su tostada no está tostada al gusto, ponga la perilla TOAST en “LIGHT” y tueste el pan una vez más
 - Para conseguir resultados uniformes:
 - Si tuesta dos rebanadas, ponga estas en el centro de la rejilla.
 - Si tuesta más de dos rebanadas a la vez, espacie estas uniformemente en la rejilla, p. ej., dos en frente y dos atrás cuando tuesta cuatro artículos.
 - No superponga las rebanadas.
 - Puede que rebanadas más gruesas requieran más tiempo para tostarse.

BAGEL (TOSTAR PANECILLOS)

Se puede ajustar el grado de tostado, desde ligeramente tostado hasta muy tostado, usando la perilla TOAST. Esta función se ideal para tostar panecillos frescos o congelados, ya que tuesta solamente la parte cortada de los panecillos. Para usar la función BAGEL (tostar panecillos):

- Ponga la perilla FUNCTION en “BAGEL”
- Ponga la perilla TEMP en “450°F”
- Ponga la perilla TOAST en la posición deseada: “LIGHT” (ligeramente tostado), “MED” (tostado) o “DARK” (muy tostado)
- Para mejores resultados, disponga las mitades de panecillo sobre la rejilla de tal manera que la parte cortada apunte hacia arriba
- Al final del ciclo, si su panecillo no está tostado al gusto, ponga la perilla TOAST en “LIGHT” y tueste el panecillo una vez más.

AIRFRY (FREÍR CON AIRE)

CONSEJO: para mejores resultados, coloque la cesta para freír con aire en la bandeja para hornear.



Freír con aire es una alternativa saludable a freír con aceite. Un ventilador de alta velocidad hace circular el calor producido por varias resistencias para preparar una variedad de recetas más saludables que con la fritura tradicional.

- Muchos alimentos pueden ser fritos de esta manera, usando muy poco aceite. Los alimentos fritos con aire son más livianos y menos aceitosos que los alimentos fritos en aceite.
- Freír con aire no requiere aceite, pero rociar ligeramente los alimentos con aceite ayuda a que sean más dorados y crujientes. Utilice un rociador o spray de aceite de oliva para mantenerlo extraligero. También puede cepillar el aceite uniformemente en los alimentos (usando una brocha de cocina). Alternativamente, puede verter un poquito de aceite en un tazón, agregar los alimentos y revolver.
- La mayoría de los aceites pueden usarse para freír con aire. Sin embargo, el aceite de oliva da un sabor más rico a los alimentos. Para un sabor más suave, recomendamos usar aceite vegetal, p. ej., aceite de colza o aceite de semilla de uva.
- Una variedad de coberturas pueden ser usadas para rebozar/empanar los alimentos antes de freírlos con aire, p. ej., pan rallado, pan rallado sazonado, pan rallado japonés “panko”, hojuelas de maíz picadas, chips de papa picadas, galletas Graham molidas, etc. Algunas harinas (incluyendo las mezclas sin gluten) y otros alimentos secos, tales como la harina de maíz, también dan buenos resultados.
- La mayoría de los alimentos no requieren voltearse durante la cocción, pero los artículos más grandes, tales como las chuletas de pollo, deben voltearse a la mitad del ciclo de cocción para que se cocinen y se doren uniformemente.
- También se recomienda revolver los alimentos a la mitad del tiempo de cocción cuando fría con aire muchos alimentos a la vez, para que se cocinen y se doren uniformemente.
- Use temperaturas más altas para los alimentos congelados, y temperaturas más bajas para los alimentos frescos.
- Los alimentos se cocinarán más uniformemente si son del mismo tamaño; por lo tanto, córtelos en pedazos uniformes.
- Tenga presente que muchos alimentos pierden agua durante la cocción. Cuando cocina altas cantidades de alimentos por un tiempo prolongado, puede que aquella agua produzca condensación, la cual puede dejar la encimera húmeda.

La tabla a continuación indica las cantidades, el tiempo de cocción y la temperatura de cocción recomendados para varios tipos de alimentos que pueden freírse con aire en el horno tostador/freidor compacto Cuisinart® AirFryer. Si desea freír con aire más alimentos de lo recomendado en la tabla, revuelva ocasionalmente los alimentos para conseguir resultados uniformes y crujientes. Pequeñas cantidades de alimentos puede requerir menos tiempo.

GUÍA PARA FREÍR CON AIRE

ALIMENTO	CANTIDAD RECOMENDADA	TEMPERATURA	TIEMPO
Tocino	8 rebanadas	400 °F	8 a 10 minutos
Alitas de pollo	1½ a 2 libras (680 a 910 g), aprox. 24 alitas CANTIDAD MÁXIMA: 2½ libras (1.15 kg)	400 °F	20 a 25 minutos
Bocaditos/Aperitivos congelados (p. ej., camarones rebozados, palitos de Mozzarella, etc.)	1 a 1½ libras (455 a 680 g), aprox. 28 palitos de Mozzarella	450 °F	5 a 10 minutos
“Nuggets” de pollo congelados	1 a 1½ libras (455 a 680 g), aprox. 28 a 42 “nuggets” de pollo congelados	400 °F	10 a 15 minutos
Palitos de pescado congelados	1 a 1½ libras (455 g a 680 g), aprox. 16 a 24 palitos de pescado congelados	400 °F	8 a 10 minutos
Papas fritas congeladas	1 a 1½ libras (455 a 680 g) CANTIDAD MÁXIMA: 2 libras (910 g)	450 °F	15 a 25 minutos
Papas fritas gruesas congeladas	1 a 1½ libras (455 a 680 g) CANTIDAD MÁXIMA: 2 libras (910 g)	450 °F	15 a 25 minutos
Papas fritas frescas	1 a 1½ libras (455 a 680 g); aprox. 2 a 3 papas medianas cortadas en palitos de 4 x ¼ pulgadas (10 x 0.5 cm)	400 °F	20 a 25 minutos
Papas fritas gruesas frescas	1 a 1½ libras (455 a 680 g); aprox. 2 a 3 papas medianas cortadas a lo largo en ocho pedazos	400 °F	20 a 25 minutos
Camarones	1 libra (455 g), aproximadamente 16 camarones extragrandes	350 °F	5 a 10 minutos
Chips/Totopos de maíz	6 tortillas de 5 in. (12.5 cm), cortadas en cuartos	400 °F	5 a 6 minutos (revolver a la mitad del tiempo)

NOTA: freír con aire no requiere aceite, pero rociar los alimentos con un poco de aceite ayuda a producir resultados más dorados y crujientes. Utilice un rociador o spray de aceite de oliva para mantenerlo extraligero. También puede cepillar el aceite uniformemente en los alimentos (usando una brocha de cocina). Alternativamente, puede verter un poquito de aceite en un tazón, agregar los alimentos y revolver.

BAKE (HORNEAR)

Esta función es perfecta para hornear cualquier artículo que prepararía normalmente en su horno convencional.

- Puede que tenga que reducir el tiempo y la temperatura. Empiece a comprobar si los alimentos están cocinados 5 a 10 minutos antes del final del tiempo recomendado.
- **Importante:** todas nuestras recetas han sido especialmente desarrolladas para cocinarse en el horno tostador/freidor compacto Cuisinart® AirFryer y han sido probadas en nuestra cocina.

BROIL (DORAR/GRATINAR)

Esta función puede usarse para asar carne de res, pollo, cerdo, pescado, y más. También es perfecta para dorar/gratinar cazuelas y platos gratinados.

- Se recomienda usar 450 °F (230 °C). Para resultados óptimos, precaliente el horno durante 5 minutos.
- Para mejores resultados, coloque la cesta para freír con aire en la bandeja para hornear provista
- Nunca dore/gratine alimentos colocados en fuentes de vidrio
- Asegúrese de estar atento a los alimentos, ya que pueden quemarse rápidamente.

WARM (MANTENER CALIENTE)

Esta función se usa para mantener los alimentos cocinados calientes.

- Añada “WARM” al final de una función de cocción para que su plato se mantenga a la temperatura adecuada para servirlo

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

- Siempre desenchufe el horno y permita que se enfríe completamente antes de limpiarlo
- No utilice limpiadores abrasivos; esto podría dañar el acabado. Simplemente limpie la carcasa del aparato con un paño ligeramente humedecido y séquelo bien. Si desea usar un limpiador, aplique este en el paño, no en el horno.
- Los accesorios no son aptos para lavavajillas. Lave los accesorios a mano en agua jabonosa caliente, usando un estropajo o un cepillo de nylon, y enjuáguelos bien.
- Después de cocinar alimentos grasos, siempre limpie el techo del horno, permitiendo que el horno se enfríe primero. Si lo hace regularmente, su horno seguirá funcionando como nuevo. Limpiar la grasa asegurará una cocción consistente, ciclo tras ciclo
- Para limpiar el interior del horno, utilice una esponja ligeramente humedecida con agua jabonosa o spray limpiador. Elimine los residuos de limpiador con un paño limpio humedecido. Nunca utilice productos químicos fuertes o abrasivos; esto podría dañar la superficie del horno. Nunca use estropajos metálicos (p. ej., lana de acero) para limpiar el horno.
- Para eliminar las migajas, deslice la bandeja recogemigas hacia fuera. Limpie la bandeja y vuelva a colocarla en su lugar. Para eliminar grasa quemada, remoje la bandeja en agua jabonosa caliente o use un limpiador no abrasivo. Nunca haga funcionar el aparato sin la bandeja recogemigas
- Cualquier otro servicio debe ser realizado por un técnico autorizado

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Operación	La unidad no se enciende.	Cerciórese de que la toma de corriente en la cual está enchufado el aparato está funcionando.
		Cerciórese de que la puerta del horno está cerrada.
		Llame a nuestro servicio de atención al cliente al 1-800-726-0190.
Cocción	¿Por qué los alimentos fritos no son crujientes o no se fríen uniformemente?	Algunos alimentos requieren más aceite que otros. Si los alimentos no están lo suficientemente crujientes, use más aceite para freírlos. Nota: puede cepillar, verter o rociar el aceite.
		Cerciórese de distribuir los alimentos uniformemente en la cesta, en una capa y sin superponerlos. De ser necesario, revuelva o voltee los alimentos a la mitad del tiempo de cocción.
		Cocine los alimentos por un tiempo adicional, chequeándolos regularmente hasta que estén dorados. Nunca descuide/deje el horno sin vigilancia durante el uso.
	¿Por qué los alimentos están poco cocinados?	Trate de cocinar cantidades más pequeñas de alimentos a la vez, y coloque estos una sola capa en el fondo de la cesta en lugar de apilarlos uno encima del otro.
		Puede que la temperatura esté demasiado baja. Use la perilla de selección para incrementar la temperatura.
		Cocine los alimentos por un tiempo adicional, chequeándolos regularmente hasta que estén dorados. Nunca descuide/deje el horno sin vigilancia durante el uso.
	¿Por qué se están cocinando de más o quemando los alimentos?	Puede que tenga que reducir el tiempo y la temperatura. Empiece a comprobar si los alimentos están cocinados 5 a 10 minutos antes del final del tiempo recomendado.
		Cerciórese de distribuir los alimentos uniformemente en la cesta, en una capa y sin superponerlos. De ser necesario, revuelva o voltee los alimentos a la mitad del tiempo de cocción.
	Condensación/vapor sale de la unidad.	Cuando se cocinan alimentos grasos, la grasa cae en la bandeja, produciendo vapor. esto es normal y no afectará el resultado final, pero puede empañar los lados y las esquinas de la ventanilla.
		Cuando se cocinan alimentos con alto contenido de humedad, el agua se evapora de los alimentos, causando condensación; esto es normal y no afectará el resultado final, pero puede empañar los lados y las esquinas de la ventanilla.
Puede haber residuos de aceite en la bandeja para hornear, la cesta para freír o el fondo la unidad. Lave todos los accesorios y limpie todas las partes del horno después de cada uso.		
Limpieza	¿Son aptos para lavavajillas los accesorios?	Los accesorios no son aptos para lavavajillas; lávelos a mano en agua jabonosa tibia.
	¿Cómo quitar los residuos de alimentos difíciles de eliminar de los accesorios?	Para eliminar grasa quemada, remoje el accesorio en agua jabonosa caliente o use un limpiador no abrasivo.

GARANTÍA

GARANTÍA LIMITADA DE TRES AÑOS (VÁLIDA EN LOS EE.UU. Y EN CANADÁ SOLAMENTE)

Esta garantía es para los consumidores solamente. Usted es un consumidor si posee un aparato Cuisinart® que fue comprado en una tienda para uso personal, familiar o casero. A menos que la ley aplicable exija lo contrario, esta garantía no es para los minoristas u otros consumidores/compradores comerciales. Cuisinart garantiza este producto contra todo defecto de materiales o fabricación durante 3 años después de la fecha de compra original, siempre que el aparato haya sido utilizado para uso doméstico y según las instrucciones.

Le aconsejamos que llene el formulario de registro disponible en www.cuisinart.com a fin de facilitar la verificación de la fecha de compra original. Sin embargo, no es necesario registrar el producto para recibir servicio bajo esta garantía. En ausencia del recibo de compra, el período de garantía será calculado a partir de la fecha de fabricación.

RESIDENTES DE CALIFORNIA SOLAMENTE

La ley del Estado de California ofrece dos opciones adicionales de servicio de garantía. Los residentes del Estado de California pueden (A) devolver el producto defectuoso a la tienda donde lo compraron, o (B) a otra tienda que venda productos Cuisinart® del mismo tipo. La tienda, a su opción, reparará el producto, referirá el consumidor a un centro de servicio independiente, sustituirá el producto, o reembolsará al consumidor el precio de compra menos la cantidad directamente atribuible al uso anterior del producto por el consumidor. Si estas dos opciones no satisfacen al consumidor, podrá llevar el aparato a un centro de servicio independiente, siempre que se pueda arreglar o reparar el aparato de manera económica. Cuisinart (no el consumidor) será responsable por los gastos de servicio, reparación, sustitución o reembolso de los productos defectuosos bajo garantía. Los residentes de California también pueden, si lo desean, mandar el producto defectuoso directamente a Cuisinart para que lo reparen o lo cambien. Para esto, se debe llamar a nuestro servicio posventa al 1-800-726-0190. Cuisinart será responsable por los gastos de reparación, reemplazo, manejo y envío de los productos defectuosos durante el período de garantía.

ANTES DE DEVOLVER ESTE PRODUCTO

Si este producto presenta algún defecto de materiales o fabricación durante el período de garantía, lo repararemos o reemplazaremos (a nuestra opción). Para obtener servicio bajo esta garantía, llame a nuestra línea directa gratuita al 1-800-726-0190 o devuelva el producto defectuoso a: Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd. Glendale, AZ 85307. Devuelva el producto defectuoso, junto con su recibo de compra y un cheque o giro postal de US\$10.00 para cubrir los gastos de manejo y envío. Los residentes de California solo necesitan dar una prueba de compra y deben llamar al 1-800-726-0190 para recibir instrucciones de envío. Recuerde incluir su nombre, dirección y teléfono, la descripción del problema, así como cualquier información pertinente. Por favor incluya un cheque o giro postal a nombre de "Cuisinart".

NOTA: para mayor seguridad, le aconsejamos que mande su paquete por un método de entrega con seguro y seguimiento. Cuisinart no será responsable por los daños ocurridos durante el transporte o por los paquetes extraviados. Los productos extraviados o dañados no son cubiertos por esta garantía.

Este producto satisface las más altas exigencias de fabricación y ha sido diseñado para funcionar con 120 V, usando accesorios y repuestos autorizados solamente. Esta garantía excluye expresamente los defectos o daños causados por accesorios, piezas o reparaciones no autorizados por Cuisinart, así como los defectos o daños causados por el uso de un convertidor de voltaje. Esta garantía no cubre el uso comercial o industrial del producto, y no es válida en caso de daños causados por mal uso, negligencia o accidente. Esta garantía excluye todos los daños incidentales o consecuentes. Algunos Estados no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes, de modo que las limitaciones mencionadas pueden no regir para usted. Esta garantía le otorga derechos legales específicos y usted puede tener otros derechos que varían de un Estado a otro. Usted puede tener otros derechos que varían de un Estado a otro.

Importante: si debe llevar el producto defectuoso a un centro de servicio no autorizado, por favor informe al personal del centro de servicio que deben llamar al servicio posventa de Cuisinart al 1-800-726-0190 a fin de diagnosticar el problema correctamente, usar las piezas correctas para repararlo y asegurarse de que el producto aún está bajo garantía.

RECETAS

Estas recetas, que le harán agua la boca, son solo unos ejemplos de lo que este aparato puede hacer.

APERITIVOS Y BOCADITOS

Flor de cebolla con mayonesa de chipotle	12
Chips de col rizada	12
Pepinillos “fritos”	13
Chips de tubérculos con romero y sal marina	13
Garbanzos crujientes	14
Maíz dulce mejicano	14
“Nuggets” de pollo	14
Pizza Margarita superdelgada	15

DESAYUNOS

Huevos en nidos de camote	15
“Muffins” de banana con cobertura crujiente	16
Muesli/Granola crujiente	16

PLATOS PRINCIPALES

Tacos de pescado	17
Camarones al coco	18
Pollo a la Parmesana	18
Alitas de pollo, de dos maneras con 3 salsas	19
Salsa picante para alitas de pollo	19
Salsa de jengibre-sésamo para alitas de pollo	19
Alitas de pollo con cinco especias y salsa para mojar	20
“Hamburguesas” con queso y cebolla caramelizada	20
“Tacitas” de macarrones con queso y pimentones	21

ACOMPAÑAMIENTOS

“Tots” (mini croquetas) de camote	22
Coles de Bruselas “fritas”	22
Pancitos con sabor a mantequilla	23
Papas “fritas” con alioli	23

DULCES Y POSTRES

“Crumble” de arándanos azules	24
Manzanas al horno con canela	25
“S’mores”	25
Torta de lava de chocolate	25

Aperitivos y bocaditos

Flor de cebolla con mayonesa de chipotle

¿Quién hubiera pensado que este popular aperitivo de restaurante fuese tan fácil de preparar?

Rinde 2 a 3 porciones (1 flor de cebolla)

- ½ **taza (60 g) de harina común**
- 1 huevo grande, ligeramente batido**
- 2 cucharadas (45 g) de suero de leche (“buttermilk”)**
- ½ **taza (60 g) de pan rallado japonés “panko”**
- ½ **cucharadita de ajo en polvo**
- ¼ **cucharadita de sal kosher**
- 1 pizca de pimienta negra recién molida**
- 1 pizca de pimienta de Cayena**
- 1 cebolla dulce grande pelada**
- Aceite de oliva para rociar**
- Spray vegetal**
- ½ **taza (120 ml) de mayonesa**
- 1 chile chipotle en adobo, finamente picado**
- ¼ **cucharadita de jugo de limón fresco**

1. Preparar la mayonesa de chipotle: colocar la mayonesa, el chipotle y el limón en el bol de una mini-procesadora de alimentos. Procesar a alta velocidad hasta obtener una mezcla suave y homogénea. Poner en un bol para servir, cubrir y refrigerar hasta el momento de usar.
2. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Engrasar generosamente la cesta con spray vegetal. Reservar.
3. Colocar la harina en un tazón grande en el cual quepa la cebolla. Colocar los huevos y el suero de leche en otro tazón y el pan rallado y las especias en un tercer tazón (ambos del mismo tamaño que el primero). Reservar.

4. Cortar la extremidad superior de la cebolla de tal manera que forme una superficie plana. Dejar la raíz intacta. Voltear la cebolla para que la raíz apunte hacia arriba.
5. Sin cortar la raíz, cortar la cebolla en cuatro tajadas, y luego cortar cada pedazo a la mitad; repetir hasta conseguir pedazos de ¼ de pulgada (0.5 cm) de grueso.
6. Voltear cuidadosamente la cebolla, teniendo cuidado de no separar los pedazos de la raíz, y abrir/separar las capas de cebolla para que se parezca a una flor.
7. Rebozar la cebolla en la harina y sacudir suavemente el exceso. Luego, meterla en la mezcla de huevo, y cubrirla con pan rallado. Rociar uniformemente la cebolla rebozada con aceite de oliva.
8. Engrasar la cesta para freír con aire con spray vegetal. Colocar la cebolla en la cesta. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 10 minutos, hasta que esté crujiente y dorada.

Información nutricional por porción (basada en 3 porciones):

*Calorías 165 (18 % de grasa) • Carbohidratos 28 g • Proteínas 6 g • Grasa 3 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 72 mg • Sodio 234 mg • Calcio 31 mg • Fibra 2 g*

Información nutricional por porción de mayonesa de chipotle (1 cucharada):

*Calorías 101 (99 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 11 g
Grasa saturada 2 g • Colesterol 10 mg • Sodio 93 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g*

Chips de col rizada

Utilice estos chips de col rizada como tentempié ligero o desmenúcelos para cubrir ensaladas.

Rinde 4 porciones

- 4 hojas de col rizada, sin los tallos duros**
- Aceite de oliva para rociar**
- ¼ **cucharadita de sal kosher**

1. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Disponer las hojas de col en la cesta y rociar generosamente con aceite. Freír con aire

(AIRFRY) en 350 °F (180 °C) por 8 a 10 minutos, hasta que la col adquiera un color vivo y esté crujiente.

NOTA: vigilar la cocción ya que la col rizada suele ponerse crujiente muy rápido.

2. Cuando la col esté lista, retirarla del horno y rociar con sal. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción:

*Calorías 39 (27 % de grasa) • Carbohidratos 7 g • Proteínas 2 g • Grasa 1 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 171 mg • Calcio 58 mg • Fibra 1 g*

Pepinillos fritos

Sívalos como aperitivo, con mayonesa de chipotle (página 12).

Rinde 3 a 4 porciones

- ½ **taza (60 g) de harina común**
- 1 huevo grande, bien batido**
- ½ **taza (80 g) de harina de maíz finamente molida**
- ½ **cucharadita de sal kosher**
- ¼ **cucharadita de pimienta de Cayena**
- Spray vegetal**
- 2 pepinillos kosher con eneldo, en rodajas de ¼ de pulgada (0.5 cm)**
- Aceite de oliva para rociar**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Reservar.
2. Colocar la harina, el huevo y el pan rallado en tres platos hondos distintos, suficientemente grandes como para poder rebozar los pepinillos. Agregar la sal y la pimienta de canela a la harina de maíz; revolver.
3. Secar los pepinillos con papel absorbente. Rebozar cada rodaja de pepinillo en la harina y sacudir el exceso. Luego, bañarla en la mezcla

de huevo, y finalmente, cubrirla con la mezcla de harina de maíz/ pimienta de canela. Rociar ambos lados con aceite de oliva y disponer en la cesta para freír.

4. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 8 a 10 minutos, volteándolos a la mitad del tiempo, hasta que estén dorados y crujientes. Dejar enfriar ligeramente. Servir con mayonesa de chipotle (receta en la página 12) si desea.

Información nutricional por porción (basada en 4 porciones):

*Calorías 139 (18 % de grasa) • Carbohidratos 24 g • Proteínas 4 g • Grasa 3 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 54 mg • Sodio 719 mg • Calcio 5 mg • Fibra 3 g*

Chips de tubérculos con romero y sal marina

¡No le hará falta la versión comprada en la tienda!

Rinde 4 a 6 porciones

- 1½ **libras (680 g) de tubérculos (remolachas, chirivías, papas, camotes/batatas/ñames)**
- 1 cucharada de aceite de oliva para cepillar**
- 2 cucharaditas de romero fresco finamente picado**
- 2 cucharaditas de hojuelas de sal marina**
- Spray vegetal**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Reservar.
2. Usando una mandolina, cortar los vegetales en rodajas de ¼ de pulgada (5 mm). Secarlos con papel absorbente. Disponer cuantas más rodajas pueda en la cesta para freír, evitando que se superpongan. Cepillar ambos lados de las rodajas con aceite de oliva, y rociar con romero y sal.
3. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 8 a 10 minutos, hasta que los chips estén dorados y crujientes.
4. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (basada en 6 porciones):

*Calorías 103 (19 % de grasa) • Carbohidratos 19 g • Proteínas 2 g • Grasa 2 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 805 mg • Calcio 33 mg • Fibra 2 g*

Garbanzos crujientes

¡Convierta una lata de garbanzos en un sabroso tentempié crujiente en minutos!

- 1 lata de 15.5 onzas (440 g) de garbanzos, escurridos y secados**
- Aceite de oliva para rociar**
- ¼ cucharadita de sal kosher**
- ¼ cucharadita de comino en polvo**
- 1 pizca de pimienta negra recién molida**

1. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Colocar los garbanzos en la cesta y rociar generosamente con aceite. Sazonar con sal, comino y pimienta.
2. Fijar la temperatura en 350 °F (180 °C). Freír con aire (AIRFRY) por 15 minutos, hasta que los garbanzos estén fragantes y ligeramente dorados. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de ¼ de taza (60 ml):

*Calorías 75 (13 % de grasa) • Carbohidratos 14 g • Proteínas 3 g • Grasa 1 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 275 mg • Calcio 20 mg • Fibra 3 g*

Maíz dulce mejicano

Rápidamente sabrás por qué esta típica comida callejera mexicana está de moda.

Rinde 6 porciones

- 3 mazorcas de maíz, limpiadas y cortadas a la mitad**
- Aceite de oliva para rociar**
- 2 cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente**
- 2 cucharadas de mayonesa**

- ¼ taza (60 g) de queso Cotija, queso fresco o queso feta desmenuzado**
- Chile en polvo (p. ej., piquín, ancho), al gusto**
- ¼ taza (15 g) de cilantro fresco picado**
- Pedazos de lima/limón verde**

1. Colocar la mantequilla y la mayonesa en un tazón pequeño; mezclar.
2. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Rociar ligeramente cada mitad de mazorca con aceite de oliva y disponerlas en la cesta. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 10 minutos, volteándolas de vez en cuando, hasta que empiecen a dorarse.
3. Esparcir 1 cucharadita de la mezcla de mantequilla en cada mitad de mazorca, usando una brocha de cocina o un cuchillo para mantequilla. Cubrir cada mazorca uniformemente con 2 cucharaditas de queso desmenuzado. Para terminar, rociar con chile en polvo y decorar con cilantro. Servir con pedazos de lima.

Información nutricional por porción:

*Calorías 112 (44 % de grasa) • Carbohidratos 14 g • Proteínas 3 g • Grasa 6 g
Grasa saturada 3 g • Colesterol 11 mg • Sodio 96 mg • Calcio 42 mg • Fibra 1 g*

“Nuggets” de pollo

Esta versión casera de este plato congelado favorito les encantará a todos los niños, pequeños y grandes.

Rinde aprox. 4 porciones

- ¾ taza (95 g) de harina común**
- 2 huevos grandes, ligeramente batidos**
- 1½ tazas (180 g) de pan rallado japonés “panko”**
- ¾ cucharadita de sal kosher**
- ¾ cucharadita de pimienta negra recién molida**
- 1 libra de pechuga o muslos de pollo deshuesados, en tiras uniformes de 1½ pulgadas (4 cm)**
- Aceite de oliva para rociar**
- Spray vegetal**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Reservar.
2. Colocar la harina, los huevos y el pan rallado en tres platos hondos distintos. Agregar una pizca de sal y de pimienta al pan rallado; revolver para mezclar.
3. Sazonar el pollo por ambos lados con la sal y la pimienta restantes. Cubrir cada pedazo de pollo en harina y sacudir el exceso. Luego, bañar cada pedazo en el huevo, y rebozar uniformemente con pan rallado. Rociar ambos lados con aceite de oliva.
4. Disponer los “nuggets” de pollo en la cesta para freír con aire. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 15 minutos, volteándolos a la mitad del tiempo, hasta que el pollo esté bien cocido y dorado por ambos lados.
5. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (basada en 4 porciones):

*Calorías 191 (22 % de grasa) • Carbohidratos 32 g • Proteínas 5 g • Grasa 5 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 434 mg • Calcio 1 mg • Fibra 1 g*

Pizza Margarita superdelgada

¡Para los amantes de la pizza de corteza delgada!

Rinde 8 porciones (una pizza)

- 10 onzas (340 g) de masa de pizza, a temperatura ambiente**
- 1/3 taza (80 ml) de salsa de pizza**
- 2 cucharadas de queso Parmesano rallado**
- 3 onzas (85 g) de Mozzarella fresca, finamente rebanada**
- 2 cucharadas de hojas de albahaca fresca, finamente rebanadas**
- Aceite de oliva para rociar**

1. Rociar la bandeja para hornear con aceite de oliva. Estirar la masa de pizza en una superficie aceitada hasta que tenga el tamaño de la bandeja. Nota: puede estirar la masa con un rollo o a mano. Rociar la superficie con aceite de oliva. Meter la bandeja al horno. Hornear

(BAKE) en 450 °F (230 °C) por 8 a 10 minutos, hasta que la parte superior esté dorada y crujiente.

2. Con cuidado, voltear la corteza caliente y aplastar para desinflar las burbujas de aire. Esparcir la salsa de pizza uniformemente en la corteza, dejando una orilla todo alrededor. Rociar con queso Parmesano y cubrir con rodajas de Mozzarella Colocar la pizza en el horno y hornear (BAKE) por 5 a 8 minutos, hasta que esté dorada y burbujeante. Esparcir la albahaca encima.
3. Colocar la pizza en una tabla de picar. Cortar en 8 pedazos. Servir inmediatamente.

Información nutricional por loncha:

*Calorías 126 (30 % de grasa) • Carbohidratos 18 g • Proteínas 6 g • Grasa 4 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 10 mg • Sodio 244 mg • Calcio 91 mg • Fibra 1 g*

Desayunos

Huevos en nidos de camote

Rinde 2 nidos

- 1 camote/batata pequeño**
- 2 huevos, a temperatura ambiente**
- Sal kosher**
- Pimienta negra recién molida**
- Spray vegetal**

Para servir:

- Rebanadas de aguacate**
- Cebolletas (“green onions”) finamente rebanadas**
- Salsa sriracha**
- Furikake (condimento japonés)**

1. Usar el espiralizador de alimentos Cuisinart® para espiralizar el camote en espaguetis delgados. De ser necesario, cortar los espaguetis largos.

2. Engrasar la bandeja con spray vegetal. En la bandeja, formar 2 nidos de espaguetis de camote. Rociar con spray vegetal. Romper un huevo en el centro de cada nido. Sazonar con sal y pimienta.
3. Meter al horno. Hornear (BAKE) en 400 °F (200 °C) por 10 minutos, hasta que los nidos estén dorados y que las claras estén cuajadas.
4. Colocar en platos. Rociar con furikake. Decorar con cebolletas. Servir con rebanadas de aguacate y salsa sriracha si desea.

Información nutricional por nido (sin cobertura):

*Calorías 97 (45 % de grasa) • Carbohidratos 7 g • Proteínas 7 g • Grasa 5 g
Grasa saturada 2 g • Colesterol 185 mg • Sodio 81 mg • Calcio 30 mg • Fibra 1 g*

“Muffins” de banana con cobertura crujiente

Estos “muffins” son una deliciosa manera de usar las bananas muy maduras.

Rinde 6 “muffins”

Spray vegetal

Cobertura crujiente:

- ¼ **taza (30 g) de harina común**
- 3 cucharadas (35 g) de azúcar rubia (azúcar de caña integral)**
- 2 cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal fría, en pedacitos**
- ½ **cucharadita de canela en polvo**
- ¼ **taza (25 g) de pacanas, tostadas y picadas**
- 1 pizca de sal kosher**

Mezcla:

- 1 taza (125 g) de harina común**
- 1½ cucharaditas de polvo de hornear**
- ¼ **cucharadita de sal kosher**
- ¼ **cucharadita de canela en polvo**
- 1 banana pequeña madura, aplastada con tenedor**
- ¼ **taza (50 g) de azúcar rubia (azúcar de caña integral)**
- ¼ **taza (60 ml) de leche entera**
- ¼ **taza (60 ml) de aceite de coco (suavizada o derretida y entibiada a temperatura ambiente)**

- 1 huevo grande, ligeramente batido**
- ¼ **taza (25 g) de pacanas, tostadas y picadas**

1. Engrasar ligeramente un molde para 6 “muffins” con spray vegetal.
2. Preparar la cobertura crujiente: en un tazón pequeño, revolver los 6 primeros ingredientes con un tenedor; reservar.
3. Preparar la mezcla: colocar la harina, el polvo de hornear, la sal y la canela en un tazón pequeño; batir. Colocar la banana, el azúcar rubio, la leche, el aceite y el huevo en otro tazón; batir hasta conseguir una mezcla homogénea. Usando una espátula de goma, incorporar delicadamente los ingredientes secos y las nueces a la mezcla, sin mezclar demasiado.
4. Verter la mezcla en el molde y rociar con la cobertura crujiente. Meter al horno, sobre la rejilla.
5. Hornear (BAKE) en 350 °F (180 °C) por 15 minutos. Empezar a comprobar si los muffins están listos después de 12 minutos. Tener presente que la parte superior de cobertura crujiente puede oscurecerse rápidamente. Los “muffins” están listos cuando están uniformemente dorados y cuando un probador introducido en el centro sale limpio.

Información nutricional por “muffin”:

*Calorías 311 (48 % de grasa) • Carbohidratos 37 g • Proteínas 4 g • Grasa 17 g
Grasa saturada 11 g • Colesterol 42 mg • Sodio 211 mg • Calcio 39 mg • Fibra 1 g*

Muesli/Granola crujiente

Una alternativa fácil y saludable a los cereales comerciales que acompañará deliciosamente su yogur de fruta favorito.

Rinde aprox. 4 tazas (945 ml)

- 1½ **tazas (120 g) de copos de avena (no utilice avena instantánea)**
- ¾ **taza (100 g) de nueces crudas (pacanas o pistachos son perfectos para esta receta)**
- ½ **taza (80 g) de coco rallado sin azúcar**

- ¼ **taza (50 g) de semillas de girasol**
- ¼ **taza (50 g) de semillas de calabaza (pepitas)**
- ¼ **taza (60 ml) de aceite de coco, derretido**
- ¼ **taza (60 ml) de jarabe de arce/maple**
- ½ **cucharadita de sal kosher**
- ¼ **cucharadita de canela en polvo**
- 1 pizca de nuez moscada rallada**
- ½ **taza (75 g) de frutas secas (picadas si son más grandes que frutas del bosque)**

1. Engrasar la bandeja con spray vegetal. Reservar.
2. Colocar todos los ingredientes, excepto las frutas secas, en un tazón grande; revolver. Esparcir uniformemente en el fondo de la bandeja. Meter al horno. Hornear (BAKE) en 300 °F (150 °C) por 20 a 25 minutos, revolviendo de vez en cuando, hasta que esté bien dorado.
3. Retirar del horno y añadir las frutas secas; revolver para mezclar.
4. Dejar enfriar dentro de la bandeja. Colocar en un recipiente hermético; conservar por hasta 3 semanas.

Información nutricional por porción de ½ taza (120 ml):

*Calorías 290 (54 % de grasa) • Carbohidratos 29 g • Proteínas 6 g • Grasa 18 g
Grasa saturada 5 g • Colesterol 0 mg • Sodio 138 mg • Calcio 19 mg • Fibra 4 g*

Platos principales

Tacos de pescado

Estos tacos de pescado le recordarán a Baja California y a la playa. ¡Y puede comérselos sin sentirse culpable!

Rinde 6 tacos

- 12 onzas (340 g) de bacalao, en tiras de ½ pulgada (1.5 cm)**
- 1 cucharadita de sal kosher**
- ½ **lima/limón verde**

- ½ **taza (60 g) de harina común**
- 1 huevo grande, ligeramente batido**
- 1 taza (40 g) de pan rallado japonés “panko”**
- Spray vegetal**
- Aceite de oliva para rociar**
- 6 tortillas de maíz**
- Col rallada**
- Cilantro fresco, picado grueso**
- Aguacate**
- Crema o crema agria**
- Pedazos de lima/limón verde**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Reservar.
2. Preparar 3 recipientes para rebozar: uno con harina, otro con huevo, y el tercero con pan rallado y ½ cucharadita de sal. Sazonar el pescado con ½ cucharadita de sal y rociar con un poco de jugo de lima/limón verde. Cubrir cada pedazo de pescado con harina, sacudiendo el exceso. Luego, mojarlo en el huevo, y luego rebozarlo con pan rallado.
3. Rociar ambos lados del pescado con aceite de oliva y colocarlo en la cesta para freír con aire. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 9 minutos. Después de este tiempo, voltear los pedazos de pescado y cocinar por 3 a 5 minutos adicionales, hasta que estén uniformemente crujientes.
4. Reservar. Colocar las tortillas en la cesta para freír con aire. Hornear (BAKE) en 300 °F (150 °C) por 2 a 3 minutos, revolviendo de vez en cuando, hasta que estén suaves y flexibles. Servir los tacos, usando 2 pedazos de pescado por taco. Aderezar con col rallada, cilantro, aguacate, crema y lima fresca.

Información nutricional por taco:

*Calorías 149 (6 % de grasa) • Carbohidratos 21 g • Proteínas 13 g • Grasa 1 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 24 mg • Sodio 447 mg • Calcio 55 mg • Fibra 2 g*

Camarones al coco

Sírvalos con una mayonesa con curry para un entremés divertido.

Rinde aprox. 3 a 4 porciones como primer plato

- ½ **libra (225 g) de camarones limpios**
- ½ **cucharadita de sal kosher**
- ½ **taza (60 g) de harina común**
- 1 huevo grande, batido**
- 1 taza (40 g) de pan rallado japonés “panko”**
- ½ **taza (40 g) de coco rallado sin azúcar**
- Spray vegetal**
- Aceite de oliva para rociar**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal.
2. Preparar 3 recipientes para rebozar: uno con harina, otro con huevo, y el tercero con pan rallado y coco.
3. Sazonar los camarones con sal. Cubrir cada camarón con harina, sacudiendo el exceso. Luego, mojarlo en el huevo, y luego rebozarlo con la mezcla de pan rallado.
4. Rociar ambos lados de los camarones con aceite de oliva y rociar con un poco más de sal. Disponer los camarones en la cesta para freír con aire. Freír con aire (AIRFRY) en 375 °F (190 °C) por 5 minutos, hasta que los camarones estén dorados y crujientes.
5. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (basada en 4 porciones): Calorías 294 (56 % de grasa) • Carbohidratos 21 g • Proteínas 12 g • Grasa 19 g • Grasa saturada 16 g • Colesterol 71 mg • Sodio 657 mg • Calcio 39 mg • Fibra 5 g

Pollo a la Parmesana

¡No le hará falta el aceite en esta versión ligera del clásico italiano-americano! ¡Buon appetito!

Rinde 2 a 4 porciones (¡dependiendo de lo hambriento que esté!)

- 2 pechugas de pollo (de 6 onzas/175 g cada una) deshuesadas y sin piel, golpeadas para conseguir chuletas de ½ pulgada (1.5 cm) de grueso**
- 1 huevo**
- 2 cucharadas (30 g) de suero de leche (“buttermilk”)**
- ½ **taza (60 g) de pan rallado japonés “panko” de trigo integral**
- ¼ **taza (25 g) de queso Parmigiano-Reggiano rallado**
- ½ **cucharadita de orégano seco**
- ¼ **cucharadita de ajo en polvo**
- ½ **cucharadita de sal**
- ¼ **cucharadita de pimienta negra recién molida**
- Spray vegetal**
- Aceite de oliva para rociar**
- ½ **taza (120 ml) de salsa marinara casera o comprada**
- 3 onzas (85 g) de queso Mozzarella fresco, rallado**
- Hojas de albahaca fresca, rebanadas sin son grandes**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Reservar.
2. Colocar el huevo y el suero de leche en un cuenco poco profundo; batir para revolver. Colocar el pan rallado, el queso Parmigiano-Reggiano, el orégano seco, el ajo en polvo, la sal y la pimienta en otro cuenco; revolver. Sumergir las chuletas de pollo en la mezcla de huevo, dejando gotear el exceso. Rebozar con la mezcla de pan rallado.
3. Colocar las chuletas rebozadas en la cesta para freír con aire. Rociar ligeramente ambos lados con aceite de oliva. Hornear (BAKE) en 400°F (200 °C) por 10 minutos, volteándolas a la mitad del tiempo.
4. Cubrir cada chuleta con ¼ de taza (60 ml) de salsa marinara y rociar con queso Mozzarella. Dorar/Gratinar (BROIL) en 450 °F (230 °C) por 1 a 2 minutos, hasta que estén doradas y burbujeantes.

5. Decorar con hojas de albahaca fresca. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (basada en 2 porciones):

*Calorías 478 (35 % de grasa) • Carbohidratos 19 g • Proteínas 58 g • Grasa 18 g
Grasa saturada 7 g • Colesterol 231 mg • Sodio 606 mg • Calcio 388 mg • Fibra 3 g*

Alitas de pollo, de dos maneras con 3 salsas

Freír las alitas de pollo con aire es más saludable que freírlas en aceite. Aquí le proponemos dos versiones, una simple y otra (más crujiente) en rebozado de cerveza, con tres deliciosas salsas.

Rinde aprox. 20 alitas

Spray vegetal

Alitas de pollo en rebozado de cerveza:

2 libras (910 g) de alitas* de pollo

¾ cucharadita de sal kosher

½ taza (60 g) de harina común

½ taza (120 ml) de cerveza “light”

Alitas de pollo simples:

2 libras (910 g) de alitas* de pollo

¾ cucharadita de sal kosher

Muchas alas ya vienen separadas, pero si solo tiene alas enteras, cerciórese de quitar las puntas y separar las alas en dos partes.

1. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja para hornear y engrasar generosamente con spray vegetal. Reservar.
2. Si quiere usar rebozado de cerveza: mezclar la harina y la cerveza en un tazón grande. Agregar las alitas de pollo. Cubrir con la mezcla y sazonar con sal. Colocar las alitas en la cesta.
3. Si no quiere usar rebozado de cerveza: colocar las alitas directamente en la cesta. Rociar con sal.
4. Meter al horno, en la posición superior. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 20 a 25 minutos, hasta que estén doradas y crujientes.

5. Cuando las alitas estén cocinadas, revolverlas inmediatamente en salsa y agregar la cobertura de su elección, p. ej., mantequilla, ajo, hierbas frescas o especias.

Información nutricional por media alita (simple):

*Calorías 94 (39 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 14 g • Grasa 4 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 39 mg • Sodio 127 mg • Calcio 7 mg • Fibra 0 g*

Información nutricional por media alita (en rebozado de cerveza):

*Calorías 101 (36 % de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 14 g • Grasa 4 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 39 mg • Sodio 127 mg • Calcio 7 mg • Fibra 0 g*

Salsa “Buffalo” para alitas de pollo

Una salsa clásica para alitas de pollo, hecha con aceite de coco en vez de mantequilla.

Rinde aprox. ¼ de taza (60 ml) de salsa, suficiente como para cubrir 20 alitas.

¼ cucharadita de salsa picante
1 cucharada de aceite de coco

1. Poner la salsa picante y el aceite de coco en un tazón grande. Revolver para mezclar.
2. Cuando las alitas estén listas, colocarlas en el tazón y revolver para cubrir uniformemente. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de salsa “Buffalo” (basada en 20 porciones):

*Calorías 6 (100 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 1 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 28 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g*

Salsa de jengibre-sésamo para alitas de pollo

Si le gusta la salsa picante, añada hojuelas de chile a esta sabrosa salsa.

Rinde aprox. ⅔ de taza (160 ml) de salsa

¼ taza (60 ml) de aceite de sésamo/ajonjolí
2 cucharadas de salsa de soja

- 2** cucharadas (30 g) de miel (regular o picante)
- 1** pedazo de jengibre de 2 x 2 in. (5 x 5 cm), pelado y rallado
- 3** dientes de ajo, rallados
- ¼** taza (30 g) de semillas de sésamo/ajonjolí tostadas
- 2 a 3** cebolletas (“green onions”), finamente rebanadas

1. Colocar el aceite de ajonjolí/sésamo, la salsa de soya, la miel, el jengibre rallado y el ajo en un tazón grande. Batir para revolver. Agregar las semillas de sésamo/ajonjolí.
2. Cuando las alitas estén listas, colocarlas en el tazón y revolver para cubrir uniformemente. Salpicar con las cebolletas rebanadas. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de salsa de jengibre-sésamo (basada en 20 porciones):

*Calorías 39 (78 % de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 3 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 68 mg • Calcio 4 mg • Fibra 0 g*

Alitas de pollo con cinco especias y salsa para mojar

No omita la salsa con estas alitas crujiente con cinco especias. Cualquier resto de salsa se puede rociar sobre una taza de arroz al vapor.

Suficiente condimento para 20 alitas de pollo. Rinde aprox. ⅔ de taza (160 ml) de salsa.

- 1** cucharadita de sal kosher
- 1** cucharadita de polvo de cinco especias

Salsa para mojar:

- ¼** taza (60 ml) de salsa de pescado
- ¼** taza (50 g) de azúcar granulada
- 1** diente de ajo, finamente picado
- ½** chile tailandés finamente rebanado (o ½ jalapeño, sin semillas y finamente rebanado)
- 1** cucharada de jugo de lima/limón verde fresco
- 1** cucharada de cilantro fresco picado
- 1** cucharada de menta fresca picada

- 1** cucharada de zanahoria rallada
- 2** cucharadas de cebolleta (“green onion”) finamente rebanada

1. Rociar la sal y el polvo de cinco especias sobre las alitas de pollo (simples o con rebozado de cerveza). Cocinar las alitas según las instrucciones en la receta anterior.
2. Mientras las alitas se están cocinando, preparar la salsa para mojar. Colocar la salsa de pescado, el azúcar, el ajo y el chile en una cacerola pequeña; calentar a fuego medio-lento. Cocinar hasta que el azúcar esté disuelto. Retirar del fuego y dejar enfriar a temperatura ambiente. Una vez fría, agregar los ingredientes restantes; revolver. Colocar la salsa en un bol para servir y servir al lado de las alitas calientes.

Información nutricional por porción (1 cucharadita de salsa):

*Calorías 39 (78 % de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 3 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 68 mg • Calcio 4 mg • Fibra 0 g*

“Hamburguesas” con queso y cebolla caramelizada

El sándwich americano por excelencia en toda su deliciosa exquisitez.

Rinde 4 sándwiches

- 1** cebolla grande, en rodajas finas
- Aceite para rociar**
- 1** libra (455 g) de carne de res molida
- Sal kosher**
- Pimienta negra recién molida**
- 4** cucharaditas de mayonesa
- 8** rebanadas de pan de centeno
- 8** rebanadas de queso, suizo o Cheddar
- Spray vegetal**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Disponer la cebolla finamente rebanada en una sola capa, sin superponerla. Rociar con aceite de oliva.

2. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 10 a 12 minutos, revolviendo ocasionalmente, hasta que esté dorada y caramelizada. Colocar en un cuenco y reservar. No lavar la cesta.
3. Dividir la carne molida en 4 porciones y formar 4 hamburguesas ovaladas delgadas. Aliñar ambos lados con sal y pimienta. Colocar las hamburguesas en la cesta para freír con aire. Asar (BROIL) en 450 °F (230 °C) por 4 a 5 minutos por lado, hasta que las orillas estén doradas y crujientes.
4. Armar los sándwiches: colocar cuatro rebanadas de pan en un plato y cubrir con una rebanada de queso y una hamburguesa. Dividir uniformemente la cebolla caramelizada entre las cuatro hamburguesas y cubrir con el queso restante. Cerrar las hamburguesas con otra rebanada de pan y untar la parte superior con ½ cucharadita de mayonesa.
5. Disponer las hamburguesas en la cesta para freír con aire. Asar (BROIL) por 1 a 2 minutos, hasta que el queso esté derretido y que el pan esté dorado. **NOTA:** puede que tenga que asar las hamburguesas poco a poco, dependiendo del tamaño de las rebanadas de pan.
6. Servir inmediatamente.

Información nutricional por sándwich:

*Calorías 605 (36 % de grasa) • Carbohidratos 34 g • Proteínas 35 g • Grasa 36 g
Grasa saturada 16 g • Colesterol 117 mg • Sodio 827 mg • Calcio 388 mg
Fibra 3 g*

“Tacitas” de macarrones con queso y pimentones

Un plato de la infancia clásico con un toque sureño. Estas “tacitas” son sumamente reconfortantes.

Rinde 6 porciones

- ½ **taza (120 ml) de leche entera**
- 4 **onzas (115 g) de queso crema regular o baja en grasa**
- 2 **tazas (115 g) de queso Cheddar fuerte rallado**

- 1/8 **cucharadita de pimienta de Cayena**
- 1 a 2 **pizcas de salsa picante**
- 4 **onzas (115 g) de macarrones, cocinados según las instrucciones**
- 2 **onzas (55 g) de pimentones, escurridos y picados**
- 2 **cucharadas de mayonesa**
- Sal kosher y pimienta negra, a gusto**
- 5 **galletas de soda molidas**
- Mantequilla, para engrasar**

1. Colocar la leche y el queso crema en una cacerola pequeña. Calentar a fuego medio-lento, revolviendo con un cucharón de madera, hasta que esté suave. Agregar el queso Cheddar y seguir cocinando, revolviendo de vez en cuando, hasta conseguir una mezcla espesa y cremosa. Retirar del fuego y agregar la pimienta de Cayena y la salsa picante.
2. Agregar la pasta cocinada, los pimentones y la mayonesa; revolver bien. Sazonar con sal y pimienta.
3. Engrasar bien un molde para seis “muffins” con mantequilla y cubrir con la mitad las galletas molidas. Dividir los macarrones con queso entre los moldecitos y cubrir con el resto de las galletas molidas.
4. Meter al horno, sobre la rejilla. Hornear (BAKE) en 350 °F (180 °C) por 10 minutos, hasta que la parte superior esté dorada y burbujeante. Dejar enfriar ligeramente, por aprox. 5 a 10 minutos. Pasar un cuchillo alrededor del borde de cada moldecito para desmoldar. Servir tibio.

Información nutricional por taza:

*Calorías 264 (58 % de grasa) • Carbohidratos 18 g • Proteínas 9 g • Grasa 17 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 47 mg • Sodio 285 mg • Calcio 170 mg • Fibra 1 g*

Acompañamientos

“Tots” (mini croquetas) de camote

Una alternativa nutritiva a los “tots” de papa originales.

Rinde aprox. 15 “tots”

- 1 libra (455 g) de camote/batatas/ñame**
- ¼ cucharadita de sal kosher**
- ¼ cucharadita de pimienta negra recién molida**
- 1/8 cucharadita de p prika**
- Spray vegetal**
- Aceite de oliva para cepillar**

1. Pelar el camote y cocinarlo al vapor por aprox. 15 minutos, hasta que está casi cocinado. Permitir que se enf en antes de tocarlos. Cuando est n fríos, rallar los camotes con un rallador de cuatro lados. Agregar la sal, la pimienta y la p prika. Formar mini croquetas del tamaño de medio dedo.
2. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja para hornear y engrasar generosamente con spray vegetal. Disponer los “tots” uniformemente en el fondo de la cesta. Cepillar ligeramente con aceite de oliva.
3. Freír con aire (AIRFRY) en 400  F (200  C) por 12 a 15 minutos, volteándolos a la mitad del tiempo, hasta que las orillas est n doradas.

Información nutricional por “tot”:

*Calorías 29 (10 % de grasa) • Carbohidratos 6 g • Proteínas 0 g • Grasa 0 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 52 mg • Calcio 9 mg • Fibra 1 g*

Coles de Bruselas “fritas”

La sabrosa salsa dulce y picante hace de estas coles de Bruselas un plato favorito.

Rinde 4 porciones

- 1 libra (455 g) de coles de Bruselas**
- Spray vegetal**
- 3/4 cucharadita de sal kosher**
- Aceite de oliva para rociar**
- 2 cucharadas de miel**
- 2 cucharadas de salsa sriracha**
- 1 cucharadita de jugo de lima/limón verde fresco**

1. Colocar la cesta para freír en la bandeja para hornear y engrasar con spray vegetal. Cortar la parte de abajo de cada col de Bruselas, y luego cortarlas longitudinalmente a la mitad. Disponer las mitades de col de Bruselas en la cesta para freír. Rociar con aceite de oliva y sazonar con sal.
2. Freír con aire (AIRFRY) en 300  F (150  C) por 20 minutos, Después de este tiempo, ajustar la temperatura a 350  F (180  C) y freír con aire (AIRFRY) por 10 minutos adicionales, hasta que las coles est n suaves y crujientes.
3. Mientras las coles se est n cocinando, preparar la salsa, combinando la miel, la salsa sriracha y el jugo de lima/limón verde en un tazón mediano. Cuando las coles de Bruselas est n listas, cubrir con salsa, revolver y servir inmediatamente.

Información nutricional por porción:

*Calorías 89 (3 % de grasa) • Carbohidratos 19 g • Proteínas 4 g • Grasa 2 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 443 mg • Calcio 48 mg • Fibra 4 g*

Pancitos con sabor a mantequilla

Nunca más comprará pancitos después de probar estos.

Rinde 12 pancitos

- 1/3 taza (80 ml) de leche entera + 1 cucharada para cepillar**
- 4 cucharadas (55 g) de mantequilla sin sal + 1 cucharada (15 g) para cepillar y engrasar la placa**
- 2 cucharadas de azúcar granulada**
- 1 3/4 cucharaditas de levadura seca activa**
- 3 cucharadas de agua tibia**
- 2 1/2 tazas (340 g) de harina para hacer pan**
- 3/4 cucharadita de sal kosher**
- 1 huevo grande, ligeramente batido**
- Spray vegetal**
- Copos de sal marina (opcional)**

1. Colocar la leche, la mantequilla y el azúcar en una cacerola pequeña; revolver. Calentar a fuego lento hasta que la mantequilla esté derretida. Retirar del fuego y dejar enfriar.
2. Disolver la levadura en agua tibia. Dejar fermentar por 5 minutos, o hasta que la mezcla se ponga espumosa. Colocar la harina en el bol de una procesadora de alimentos Cuisinart® equipada con cuchilla amasadora y procesar por 10 segundos. Revolver la mezcla de mantequilla y el huevo con la mezcla de levadura. Encender la máquina y verter los ingredientes líquidos en la boca de alimentación. Procesar justo hasta que los ingredientes lleguen a formar una bola de masa. Procesar por 45 segundos adicionales. Formar una bola de masa suave, colocar la bola en un tazón limpio y cubrir con papel film/plástico. Dejar leudar al doble de su volumen, por 45 a 60 minutos.
3. Rociar la bandeja para hornear con spray vegetal. Aplastar la masa para desinflarla y dividirla en 12 porciones iguales de aprox. 1 1/2 onzas (40 g) cada una. Formar bolitas suaves y disponer estas en el molde, en 3 líneas de 4 bolitas. Cubrir sin apretar con papel film/plástico y dejar leudar casi al doble de su volumen, por 35 a 45 minutos.

4. Derretir el resto de la mantequilla y mezclar con la cucharada de leche restante. Cepillar suavemente la parte superior de los pancitos con la mezcla. Rociar con copos de sal marina si desea. Hornear (BAKE) en 325 °F (160 °C) por 8 a 10 minutos, hasta que los pancitos estén bien dorados y que la temperatura interna alcance 190 °F (88 °C).

5. Desmoldar y dejar enfriar 10 a 15 minutos antes de servir.

Información nutricional por pancito:

*Calorías 154 (33 % de grasa) • Carbohidratos 21 g • Proteínas 4 g • Grasa 6 g
Grasa saturada 3 g • Colesterol 29 mg • Sodio 52 mg • Calcio 12 mg • Fibra 1 g*

Papas “fritas” con alioli

Papas fritas estilo bistro. ¡Sírvalas en conos de papel caseros para completar el efecto!

Rinde 2 a 3 porciones

- 1 libra (455 g) de papas “Russet”, restregadas y secadas**
- 1 diente de ajo pequeño**
- 1 yema de huevo grande**
- 2 cucharaditas de jugo de limón fresco**
- 1/4 cucharadita de mostaza de Dijon**
- 1 pizca de sal kosher**
- 1/4 taza (60 ml) de aceite de oliva virgen extra**
- 2 cucharadas de aceite de oliva “light” o de aceite de colza**
- Spray vegetal**
- Aceite de oliva para rociar**
- Perejil fresco picado para decorar**

1. Cortar las papas en pedazos largos de 1/4 de pulgada (0.5 cm) de grueso. Remojar en un tazón de agua fría por un mínimo de 30 minutos y hasta un máximo de 24 horas.
2. Preparar el alioli (rinde aprox. 1/2 taza/120 ml): picar el ajo con una procesadora de alimentos equipada con cuchilla picadora. Agregar la yema, el jugo de limón, la mostaza y la sal; pulsar para mezclar. Sin apagar la máquina, agregar el aceite muy lentamente por el orificio en el empujador y procesar para emulsionar. Continuar hasta que se haya

incorporado todo el aceite. Nota: la mezcla puede ser bastante espesa. Si desea que tenga una consistencia más fluida, agregar aprox. 2 cucharaditas de agua al fin del procesado. Probar y ajustar la sazón al gusto.

3. Escurrir y enjuagar las papas; secarlas bien con toallas de papel o un trapo de cocina limpio.
4. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Engrasar generosamente la cesta con spray vegetal. Colocar las papas en la cesta. Rociar con aceite de oliva. Sazonar con sal y revolver. Extender en una capa uniforme.
5. Freír con aire (AIRFRY) en 400 °F (200 °C) por 15 minutos, revolviendo ocasionalmente, hasta que estén crujientes al gusto.
6. Una vez listas, colocar las papas fritas en un bol para servir. Aderezar con perejil picado si desea. Servir inmediatamente, con alioli para remojar.

Información nutricional por porción de papas “fritas” (basada en 3 porciones):

Calorías 138 (10 % de grasa) • Carbohidratos 27 g • Proteínas 4 g • Grasa 2 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 389 mg • Calcio 0 mg • Fibra 2 g

Información nutricional por porción de alioli (1 cucharada):

Calorías 99 (97 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 11 g
Grasa saturada 2 g • Colesterol 23 mg • Sodio 17 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g

Dulces y postres

“Crumble” de arándanos azules

Un postre rápido y simple. Cerciórese de dejar enfriar ligeramente, para que el relleno se cuaje, antes de servir.

Rinde 6 porciones

Relleno:

- ¼ **taza (50 g) de azúcar granulada**
- ¼ **taza (50 g) de azúcar rubia (azúcar de caña integral)**
- 1 **cucharada de almidón/fécula de tapioca**

- ¼ **cucharadita de sal kosher**
- 1 **pizca de canela en polvo**
- 1 **pizca de jengibre en polvo**
- ¼ **cucharadita de extracto natural de vainilla**
- 4 **tazas (280 g) de arándanos azules frescos**

Cobertura:

- ¾ **taza (95 g) de harina común**
- ½ **taza (40 g) de copos de avena (no utilice avena instantánea)**
- ½ **taza (100 g) llena de azúcar rubia (azúcar de caña integral)**
- ¼ **cucharadita de canela en polvo**
- ¼ **cucharadita de sal kosher**
- 6 **cucharadas (85 g) de mantequilla sin sal fría, en pedacitos**

1. Poner los azúcares, la fécula, la sal y las especias en un tazón mediano; batir para mezclar. Agregar la vainilla y los arándanos azules; revolver para cubrir. Usando un tenedor o un majador de papas, aplastar los arándanos azules hasta que la mitad estén abiertos; reservar.
2. Poner todos los ingredientes de la cobertura, excepto la mantequilla, en un tazón mediano. Revolver, batiendo. Agregar la mantequilla y, usando sus dedos, combinarla con los ingredientes hasta que se formen migajas grandes. Nota: también puede hacer esto en una procesadora de alimentos Cuisinart® equipada con cuchilla picadora. Colocar los ingredientes secos en el bol; pulsar para mezclar. Agregar la mantequilla y pulsar hasta que se formen migajas grandes).
3. Verter la mezcla de frutas en un molde redondo de 8 pulgadas (20 cm). Rociar la cobertura encima.
4. Meter al horno, sobre la rejilla. Hornear (BAKE) en 350 °F (180 °C) por 18 a 20 minutos, hasta que el relleno esté crujiente y que la cobertura esté uniformemente dorada.
5. Retirar del horno y dejar enfriar ligeramente antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 357 (29 % de grasa) • Carbohidratos 63 g • Proteínas 3 g • Grasa 12 g
Grasa saturada 7 g • Colesterol 30 mg • Sodio 191 mg • Calcio 7 mg • Fibra 3 g

Manzana al horno con canela

Ya sea como tentempié o postre libre de culpa, estas manzanas son deliciosas en cualquier momento.

Rinde 2 porciones

- 1 manzana mediana**
- ¼ cucharadita de canela en polvo**

1. Pelar y sacar el corazón de las manzanas. Cortar en 16 pedazos. Revolver con la canela para cubrir.
2. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Disponer las tajadas de manzana en el fondo, en una capa. Freír con aire (AIRFRY) en 350 °F (180 °C) por 15 minutos, hasta que las manzanas estén fragantes y ligeramente doradas.

Información nutricional por porción:

*Calorías 39 (2 % de grasa) • Carbohidratos 10 g • Proteínas 0 g • Grasa 0 g
Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 0 mg • Calcio 6 mg • Fibra 1 g*

“S’mores”

¡Estos “s’mores” no requieren hoguera!

Rinde 8 “s’mores”

- 8 galletas Graham, cortadas en cuadros de dos galletas**
- 16 pedazos de chocolate con leche o chocolate oscuro Hershey (1 ⅓ barras, o 2 onzas/55 g de su chocolate favorito)**
- 8 malvaviscos**

1. Colocar la cesta para freír con aire en la bandeja. Colocar 8 mitades de galleta Graham en la cesta. Colocar 2 pedazos de chocolate, y luego un malvavisco, en el centro de cada galleta.
2. Dorar (BROIL) en 450 °F (230 °C) por 1 a 2 minutos, hasta que los malvaviscos estén ligeramente tostados.

3. Con cuidado, retirar del horno y colocar en un plato. Cubrir con las galletas restantes.

Información nutricional por “s’more”:

*Calorías 202 (18 % de grasa) • Carbohidratos 40 g • Proteínas 3 g • Grasa 4 g
Grasa saturada 1 g • Colesterol 2 mg • Sodio 83 mg • Calcio 10 mg • Fibra 0 g*

Torta de lava de chocolate

Este postre que se hizo popular en los años 1980 ha sido un éxito desde entonces. El horno tostador/freidor Cuisinart® AirFryer hace que sea un postre fácil y rápido.

Rinde 4 porciones

- 8 cucharadas (115 g) de mantequilla sin sal**
- 6 onzas (340 g) de chocolate semidulce, picado**
- 2 huevos grandes**
- 2 yemas de huevo grande**
- ½ cucharadita de extracto natural de vainilla**
- ¼ taza (50 g) de azúcar granulada**
- ½ cucharadita de café expreso instantáneo**
- ¼ cucharadita de sal kosher**
- 2 cucharadas (20 g) de harina común**
- Mantequilla sin sal suave para engrasar los ramequines**
- Cacao en polvo para espolvorear**

1. Ponga la mantequilla y el chocolate en una cacerola para baño María y calentar a fuego medio (también puede colocarlos en un recipiente a prueba de calor, puesto encima de una olla de agua hirviendo a fuego lento). Revolver hasta que el chocolate y la mantequilla estén casi completamente derretidos. Retirar del fuego y dejar enfriar ligeramente.
2. Colocar los huevos, las yemas, la vainilla y el azúcar en un tazón; batir para mezclar. Agregar la mezcla de chocolate/mantequilla enfriada y los ingredientes restantes. Batir hasta obtener una mezcla suave.

-
3. Engrasar cuatro ramequines de 5 onzas (145 ml) con mantequilla y espolvorear con cacao en polvo. Golpear suavemente los ramequines para eliminar el exceso de chocolate.
 4. Dividir la mezcla entre los cuatro ramequines. Dar unos golpecitos en la encimera varias veces para eliminar las burbujas de aire. Meter al horno, sobre la rejilla. Hornear (BAKE) en 350 °F (180 °C) por 8 a 10 minutos, hasta que las orillas estén muy secas y el centro gelatinoso. Dejar reposar por 2 a 5 minutos, y luego invertir en un plato. Espolvorear con un poco de cacao en polvo si desea. Servir tibio.

Información nutricional por porción:

*Calorías 689 (50 % de grasa) • Carbohidratos 50 g • Proteínas 7 g • Grasa 39 g
Grasa saturada 23 g • Colesterol 245 mg • Sodio 192 mg • Calcio 45 mg • Fibra 3 g*

©2019 Cuisinart
150 Milford Road
East Windsor, NJ 08520
Impreso en China

19CE060009

IB-16211-ESP