

Τεχνολογία για τη ζωή



BOSCH

Μαγείρεψε υγιεινά #LikeABosch
με τα νέα Air Fryers.



Air Fryer | Σειρά 4 & 6

Πεντανόστιμα πιάτα, πιο γρήγορα από ποτέ!

Γνώρισε τα Air Fryers της Bosch
και ανακάλυψε συνταγές που θα σε
βοηθήσουν να απολαύσεις τη γεύση
που σου αξίζει.



Ξέχασε την προθέρμανση, ξεκίνα το μαγείρεμα αμέσως.

Με τα Air Fryers της Bosch, μαγειρεύεις πιο γρήγορα χωρίς να περιμένεις να προθερμανθεί ο φούρνος. Κερδίζεις χρόνο, εξοικονομείς ενέργεια και απολαμβάνεις νόστιμα γεύματα χωρίς καθυστέρηση.

Μαγειρέψε έως και 65% πιο γρήγορα, με έως 70% λιγότερη ενέργεια*.

Ετοίμασε τα γεύματά σου πιο γρήγορα και με μικρότερη κατανάλωση ρεύματος.

Τα Air Fryers της Bosch ψήνουν έως 65% πιο γρήγορα από έναν φούρνο και καταναλώνουν έως 70% λιγότερη ενέργεια, εξοικονομώντας χρόνο και χρήματα.

*Δοκιμασμένα με μεσαίου βάρους φαγητό (300gr) και σε σύγκριση με τη λειτουργία θέρμανσης πάνω/κάτω ενός συμβατικού φούρνου με ενεργειακή κλάση A+ και χωρητικότητα 71 λίτρων.



Καθάρισε πιο γρήγορα, πιο εύκολα, χωρίς κόπο.

Ξέχασε το τρίψιμο! Τα αποσπώμενα μέρη πλένονται στο πλυντήριο πιάτων, για να καθαρίζεις εύκολα και να έχεις περισσότερο χρόνο για σένα.

Air Fryer | Σειρά 6

Ετοίμασε οικογενειακά δείπνα χωρίς κόπο και σε χρόνο μηδέν.

Μαγειρεύε εύκολα τα αγαπημένα σου φαγητά με το Air Fryer Bosch Σειρά 6, χωρητικότητας 7,2 λίτρων, ιδανικό για έως 5 μερίδες. Είτε φτιάχνεις ένα υγιεινό γεύμα, είτε συνοδευτικά, μπορείς να παρακολουθείς την πρόοδο του μαγειρέματος μέσα από το φωτιζόμενο παράθυρο και να απολαμβάνεις γρήγορη προετοιμασία χωρίς να σε απασχολεί ο καθαρισμός.



Φωτιζόμενο
Παράθυρο

7,2 L

Έως 5 Μερίδες

7

Ρυθμίσεις

Shake
Alarm

Air Fryer | Σειρά 4

Γρήγορο, πρακτικό και τέλεια σχεδιασμένο για να χωράει στην κουζίνα σου.

Με το Air Fryer Bosch Σειρά 4, χωρητικότητας 6,1 λίτρων, για έως και 4 μερίδες, θα ετοιμάζεις τις αγαπημένες σου συνταγές μέσα στην εβδομάδα γρήγορα και εύκολα. Η διπλή αντίσταση εξασφαλίζει ομοιόμορφο ψήσιμο πάνω και κάτω, για τέλεια τραγανά αποτελέσματα κάθε φορά.



Διπλή θέρμανση
(πάνω & κάτω)

6,1 L

Έως 4 μερίδες

7

Ρυθμίσεις

Λειτουργία
Απόψυξης



- Χοιρινές μπιριζόλες λαιμού με ψητές γλυκοπατάτες
- Τσιπούρα φιλέτο με αμπελοφάσουλα & λαδολέμονο
- Μπιφτέκια γαλοπούλας με δροσερή σαλάτα εποχής
- Γεμιστά μανιτάρια με σπανάκι, κρέμα τυριών και πράσο
- Πατάτες τηγανητές

- Tortilla pizza special
- Σουβλάκι κοτόπουλο μπουύτι με σάλτσα “Teriyaki” και ρύζι “Basmati” (μόνο για Σειρά 6)
- Κεφτεδάκια με τραγανές πατάτες baby και σάλτσα “BBQ”
- Mac 'N' Cheese με νιόκι και τραγανό bacon
- Brownies

- Pizza rolls
- Τυρόπιτα αρωματική με φέτα χωρίς φύλλο
- Τραγανές κοτομπουκιές με σάλτσα “Aioli”
- Banana bread
- Soft Cookies με αλεύρι ολικής, μέλι και σοκολάτα



Χοιρινές Μπριζόλες Λαιμού με Ψητές Γλυκοπατάτες



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 6: 29 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
3-4

Υλικά

Μπριζόλες:

• 700γρ. (3τμχ.) Χοιρινές μπριζόλες λαιμού με κόκκαλο

Μαρινάδα:

- 20γρ. Ελαιόλαδο
- 25γρ. Μέλι
- 15γρ. Σόγια
- 10γρ. Μουστάρδα
- 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
- 3γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- 1γρ. Πιπέρι
- Αλάτι

Γλυκοπατάτες:

- 600γρ. Γλυκοπατάτες

Μαρινάδα:

- 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
- 5γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- 1γρ. Πιπέρι
- Αλάτι

Εκτέλεση

1. Ξεφλουδίζουμε και κόβουμε τις γλυκοπατάτες σε μικρούς κύβους.
2. Βάζουμε ένα αντικολλητικό χαρτί στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** και ρίχνουμε τις γλυκοπατάτες με τη μαρινάδα τους και ανακατεύουμε.
3. **Ψήνουμε** τις γλυκοπατάτες στους **190°C** για **10'**.
4. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε τα υλικά της μαρινάδας για τις μπριζόλες και αφού γίνουν μείγμα, το αλείφουμε στις μπριζόλες.
5. Προσθέτουμε πάνω από τις γλυκοπατάτες, τις μπριζόλες και **ψήνουμε** στους **190°C** για **8'**.
6. Τις γυρνάμε ανάποδα και **ψήνουμε** στην ίδια θερμοκρασία για **11'** ακόμη.
7. Σερβίρουμε.

Chef's tip:

Προαιρετικά αφήνουμε τις μπριζόλες στη μαρινάδα τους στο ψυγείο για **4-5** ώρες. Τις αφήνουμε για **20'** εκτός ψυγείου πριν το ψήσιμο. Σε αυτήν την περίπτωση, το αλάτι μπαίνει πριν τις ψήσουμε και όχι μέσα στη μαρινάδα!



Τσιπούρα Φιλέτο με Αμπελοφάσουλα & Λαδολέμονο



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 6: 12 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
4

Υλικά

- 600γρ. Τσιπούρα φιλέτο χωρίς κόκκαλο
- 500γρ. Αμπελοφάσουλα
- 20γρ. Ελαιόλαδο
- 3γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- ½ Λεμόνι ξύσμα
- 10γρ. Κρεμμύδι φρέσκο
- Αλάτι
- Πιπέρι

Λαδολέμονο:

- 30γρ. Μουστάρδα
- 40γρ. Ελαιόλαδο
- 25γρ. Χυμό λεμόνι
- 10γρ. Μέλι

Εκτέλεση

1. Σε μία κατσαρόλα βάζουμε νερό και όταν πάρει βράση προσθέτουμε τα αμπελοφάσουλα, **τα βράζουμε για 5'** και ύστερα τα σουρώνουμε.
2. Ρίχνουμε τα αμπελοφάσουλα στο καλάθι του **Bosch Air Fryer**, συμπληρώνουμε το ελαιόλαδο, το αλάτι, το πιπέρι και ανακατεύουμε.
3. Τοποθετούμε από πάνω τα φιλέτα τσιπούρας και ρίχνουμε το ξύσμα λεμονιού, αλάτι και πιπέρι.
4. **Ψήνουμε** στους **200°C** για **12'**.
5. Ανακατεύουμε όλα τα υλικά για το λαδολέμονο σε ένα μπολ και περιχύνουμε στο σερβίρισμα.
6. Ψιλοκόβουμε το φρέσκο κρεμμύδι και γαρνίρουμε από πάνω.
7. Σερβίρουμε.



Μπιφτέκια Γαλοπούλας με Δροσερή Σαλάτα Εποχής



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
15 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 4: 18 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 6)



Μερίδες
4

Υλικά

Μπιφτέκια:

- 300γρ. Κιμά γαλοπούλας
- 100γρ. Κιμά κοτόπουλο μπούτι

Μαρινάδα:

- 20γρ. Ελαιόλαδο
- 40γρ. Κρεμμύδι λευκό
- 50γρ. Τομάτα
- 20γρ. Καρότο
- 1 Αβγό μέτριο
- 100γρ. Ψωμί τοστ
- 5γρ. Πελτέ σκόρδου
- 5γρ. Μαϊντανό φρέσκο
- 3γρ. Κάρυ
- 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
- Αλάτι
- Πιπέρι

Σαλάτα:

- 500γρ. Σαλάτα εποχής
- 220γρ. Ντοματίνια
- 100γρ. Αγγούρι
- 50γρ. Πράσινο μήλο
- 50γρ. Παρμεζάνα flakes

Dressing:

- 50γρ. Ηλιέλαιο
- 40γρ. Χυμό λεμονιού
- 25γρ. Μουσάρδα
- 25γρ. Μέλι

Εκτέλεση

1. Βάζουμε όλα τα υλικά της μαρινάδας σε ένα πολυκόπτη και τα χτυπάμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.
2. Σε ένα μπολ βάζουμε τους κιμάδες και τη μαρινάδα που φτιάξαμε και ζυμώνουμε το μείγμα.
3. Πλάθουμε και χωρίζουμε σε 4 μπιφτέκια.
4. **Ψήνουμε** στους **185°C** για **15'**.
5. Τα γυρνάμε ανάποδα και **ψήνουμε** στους **200°C** για επιπλέον **3'**.
6. Κόβουμε το μήλο, τα ντοματίνια, το αγγούρι και τα προσθέτουμε μαζί με τη σαλάτα και την παρμεζάνα σε ένα μπολ.
7. Ανακατεύουμε τα υλικά του dressing, τα περιχύνουμε στη σαλάτα και ανακατεύουμε.
8. Σερβίρουμε.



Γεμιστά Μανιτάρια με Σπανάκι, Κρέμα Τυριών και Πράσο



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 6: 15 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
3-4

Υλικά

- 380γρ. (7τμχ.) Porto Bello μανιτάρια
- 200γρ. Κρέμα τυρί
- 50γρ. Mozzarella τριμμένη
- 20γρ. Παρμεζάνα τριμμένη
- 50γρ. Πράσο
- 40γρ. Σπανάκι
- 1γρ. Θυμάρι
- 3γρ. Πελτέ σκόρδου
- 1/2 Λεμόνι ξύσμα
- Πιπέρι
- 10γρ. Ηλιέλαιο (για το ψέκασμα των μανιταριών)

Εκτέλεση

1. Βγάζουμε τα κοτσάνια από τα μανιτάρια και με ένα κουτάλι αφαιρούμε από τη μέσα πλευρά το μαύρο μέρος του μανιταριού για να χωρέσει περισσότερη γέμιση.
2. Αφήνουμε στην άκρη 20γρ. τριμμένη mozzarella.
3. Ψιλοκόβουμε το σπανάκι και το πράσο και τα ρίχνουμε σε ένα μπολ. Βάζουμε όλα τα υλικά, εκτός από το ηλιέλαιο, στο μπολ και τα ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
4. Γεμίζουμε τα μανιτάρια μέχρι πάνω και τα τοποθετούμε στο καλάθι **Bosch Air Fryer**.
5. Πασπαλίζουμε από πάνω τη mozzarella που αφήσαμε στην άκρη και ψεκάζουμε με το ηλιέλαιο γύρω γύρω τα μανιτάρια.
6. **Ψήνουμε** στους **190°C** για **15'**.
7. Σερβίρουμε.



Πατάτες Τηγανητές



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
15 λεπτά



Χρόνος Ψησίματος
Air Fryer 6: 25 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
3-4

Υλικά

- 700γρ. Πατάτες
 - 30γρ. Κορν Φλάουρ
 - 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
 - 5γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
 - Αλάτι
 - 25γρ. Ηλιέλαιο
- (για το ψέκασμα στις πατάτες)

Εκτέλεση

1. Πλένουμε τις πατάτες πολύ καλά με τη φλούδα και τις κόβουμε σε λεπτές μακρόστενες λωρίδες.
2. Τις βάζουμε σε ένα μπολ και τις καλύπτουμε με νερό και μερικά παγάκια για 5'. Στραγγίζουμε και επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία άλλη μία φορά.
3. Τις απλώνουμε πάνω σε μία πετσέτα και τις στεγνώνουμε πολύ καλά.
4. Τις ρίχνουμε μέσα σε ένα μπολ μαζί με το κορν φλάουρ και ανακατεύουμε.
5. Στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** ρίχνουμε τις πατάτες και ψεκάζουμε με λίγο ηλιέλαιο. **Τηγανίζουμε** στους **180°C** για **10'**.
6. Ψεκάζουμε ξανά με ηλιέλαιο και τώρα **τηγανίζουμε** στους **200°C** για **10'** ακόμα. Όταν περάσουν τα πρώτα **5'** κάνουμε ένα ανακάτεμα στο καλάθι του **Bosch Air Fryer**. Ψεκάζουμε πάλι με ηλιέλαιο και **κάνουμε** ένα **τελευταίο τηγάνισμα** στους **200°C** για **5'** ακόμα.
7. Τις ρίχνουμε σε ένα μπολ και προσθέτουμε το αλάτι, τη ρίγανη, την πάπρικα και ανακατεύουμε.
8. Σερβίρουμε.

Chef's tip:

Προαιρετικά προσθέτουμε στο σερβίρισμα τριμμένο τυρί της αρεσκείας μας, για να γίνουν πιο λαχταριστές οι πατάτες μας!



Tortilla Pizza Special



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
5 λεπτά



Χρόνος Ψησίματος
Air Fryer 6: 12 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
6 Κομμάτια

Υλικά

- 3τμχ. Τορτίγιες μεγάλες
- 100γρ. Σάλτσα τομάτας για πίτσα
- 80γρ. Mozzarella τριμμένη
- 60γρ. Bacon
- 20γρ. Κρεμμύδι κόκκινο
- 20γρ. Πιπεριά πράσινη
- 20γρ. Μανιτάρια φρέσκα
- 2γρ. Ρίγανη αποξηραμένη

Εκτέλεση

1. Στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** τοποθετούμε τη μία τορτίγια και απλώνουμε 20γρ. σάλτσα και 20γρ. mozzarella. Επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία άλλες 2 φορές.
2. Κόβουμε σε λεπτές φέτες όλα τα υλικά και τα τοποθετούμε ομοιόμορφα από πάνω. Τέλος, ρίχνουμε από πάνω το υπόλοιπο τυρί και τη ρίγανη.
3. **Ψήνουμε** στους **195°C** για **12'**.
4. Σερβίρουμε.



Σουβλάκι Κοτόπουλο Μπούτι με Σάλτσα “Teriyaki” & Ρύζι Basmati



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 6: 30 λεπτά



Μερίδες
4-5

Υλικά

Κοτόπουλο:

- 500γρ. Κοτόπουλο μπούτι φιλέτο

Μαρινάδα:

- 50γρ. Σάλτσα “Teriyaki”
- 10γρ. Κρεμμύδι φρέσκο
- 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
- 1γρ. Λεμόνι ξύσμα
- 10γρ. Αλάτι
- 5γρ. Πιπέρι

Ρύζι Basmati:

- 130γρ. Ρύζι basmati
- 340γρ. Νερό ή ζωμό λαχανικών
- 10γρ. Ελαιόλαδο
- Αλάτι
- Πιπέρι

Εκτέλεση

1. Κόβουμε το κοτόπουλο σε μικρά κομμάτια.
2. Αφήνουμε στην άκρη 10γρ. σάλτσα “Teriyaki”. Ρίχνουμε την υπόλοιπη σε ένα μπολ μαζί με όλα τα υλικά της μαρινάδας και το κοτόπουλο και ανακατεύουμε.
3. Περνάμε τα κομμάτια κοτόπουλου στις μεταλλικές σούβλες του **Bosch Air Fryer** και τα στήνουμε στο ειδικό εξάρτημα για τα σουβλάκια.
4. Ξεπλένουμε το ρύζι με κρύο νερό και το ρίχνουμε σε ένα μεταλλικό ταψάκι.
5. Ρίχνουμε ζεστό νερό ή ζωμό και όλα τα υπόλοιπα υλικά μέσα. Ανακατεύουμε.
6. Το σκεπάζουμε με αλουμινόχαρτο κλείνοντάς το πολύ καλά γύρω γύρω στις άκρες και το τοποθετούμε στο καλάθι του **Bosch Air Fryer**.
7. Στήνουμε από πάνω το ειδικό εξάρτημα με τα σουβλάκια.
8. **Ψήνουμε** στους **195°C** για **15'**.
9. Γυρνάμε τα σουβλάκια και με ένα πινέλο αλείφουμε τη σάλτσα “Teriyaki” που αφήσαμε στην άκρη. **Ψήνουμε** στους **195°C** για **15'** ακόμα.
10. Σερβίρουμε.



Κεφτεδάκια με Τραγανές Πατάτες Baby και Σάλτσα BBQ



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 6: 33 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
4

Υλικά

Κεφτεδάκια:

- 300γρ. Κιμά μοσχαρίσιο
- 200γρ. Κιμά χορινό
- 200γρ. Σάλτσα BBQ

Μαρινάδα:

- 50γρ. Κρεμμύδι λευκό
- 40γρ. Τομάτα
- 60γρ. Ψωμί του τوست
- 20γρ. Γάλα φρέσκο πλήρες
- 15γρ. Μουστάρδα
- 4γρ. Σουμάκ
- 5γρ. Μαϊντανό φρέσκο
- 3γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- 3γρ. Πάπρικα καπνιστή
- 1 Αβγό μέτριο
- 15γρ. Μουστάρδα
- 15γρ. Αλάτι

Πατάτες baby:

- 600γρ. Πατάτες baby

Μαρινάδα:

- 50γρ. Βούτυρο
- 20γρ. Μέλι
- 4γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- 5γρ. Πελτέ σκόρδου
- 4γρ. Πιπέρι
- Αλάτι

Εκτέλεση

1. Πλένουμε καλά τις πατάτες baby και τις κόβουμε σε μικρούς κύβους.
2. Βάζουμε ένα αντικολητικό χαρτί στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** και ρίχνουμε τις πατάτες με τη μαρινάδα τους και ανακατεύουμε.
3. **Ψήνουμε** τις πατάτες στους **190°C** για **15'**. Όταν περάσουν τα πρώτα **10'** κάνουμε ένα **ανακάτεμα** στο καλάθι και συνεχίζουμε το **ψήσιμο** για τα υπόλοιπα **5'**.
4. Βάζουμε όλα τα υλικά της μαρινάδας για τα κεφτεδάκια σε ένα πολυκόπτη και τα χτυπάμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.
5. Σε ένα μπολ βάζουμε τους κιμάδες και τη μαρινάδα που φτιάξαμε και ζυμώνουμε το μείγμα.
6. Πλάθουμε σε κεφτεδάκια των 45γρ. - 50γρ.
7. Τα βάζουμε πάνω από τις πατάτες και **ψήνουμε** στους **200°C** για **15'**.
8. Με ένα κουτάλι τα γυρίζουμε και **συνεχίζουμε** το **ψήσιμο** στην ίδια θερμοκρασία για **3'** ακόμα.
9. Σερβίρουμε με σάλτσα BBQ.

Chef's tip:

Προαιρετικά κόβουμε σε μικρά κυβάκια gouda και βάζουμε ένα κυβάκι στο κέντρο του κάθε κεφτέ για να γίνουν γεμιστοί!



Μαc 'N' Cheese με Νιόκι και Τραγανό Bacon



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
5 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 4: 18 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 6)



Μερίδες
4-5

Υλικά

- 500γρ. Νιόκι πατάτας
- 400γρ. Κρέμα γάλακτος
- 200γρ. Bacon
- 200γρ. Cheddar τριμμένο
- 50γρ. Mozzarella τριμμένη
- 10γρ. Κρεμμύδι φρέσκο
- 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
- 10γρ. Αλάτι
- 5γρ. Πιπέρι

Εκτέλεση

1. Κόβουμε το bacon σε λεπτές λωρίδες και αφήνουμε τα 100γρ. στην άκρη.
2. Αφήνουμε στην άκρη και τα 25γρ. mozzarella.
3. Ψιλοκόβουμε το φρέσκο κρεμμύδι.
4. Σε ένα αλουμινένιο σκεύος βάζουμε όλα τα υλικά εκτός από τα νιόκι και **ψήνουμε** στους **180°C** για **10'**.
5. Προσθέτουμε τα νιόκι και ανακατεύουμε το μείγμα.
6. Ρίχνουμε από πάνω το υπόλοιπο bacon και την υπόλοιπη mozzarella.
7. **Ψήνουμε** στους **200°C** για **8'** ακόμα.
8. Αφήνουμε να κρυώσει λίγο και σερβίρουμε.



Brownie



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψησίματος
Air Fryer 4: 16 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 6)



Μερίδες
6

Υλικά

- 100γρ. Κουβερτούρα σοκολάτας κλασσική
- 115γρ. Βούτυρο
- 200γρ. Ζάχαρη λευκή κρυσταλλική
- 2 Αβγά μέτρια
- 80γρ. Αλεύρι γ.ο.χ.
- 55γρ. Κακάο
- 10γρ. Βανίλια εκχύλισμα
- 1γρ. Αλάτι

Εκτέλεση

- 1.** Σε ένα μπολ βάζουμε το βούτυρο και τη μισή ποσότητα της κουβερτούρας κομμένη σε χοντρά κομμάτια και τη **λιώνουμε** στον φούρνο μικροκυμάτων για **20-30 δευτερόλεπτα**.
- 2.** Σε ένα άλλο μπολ βάζουμε τη ζάχαρη, τα αβγά, τη βανίλια και τα χτυπάμε με ένα σύρμα χειρός για **1'**.
- 3.** Προσθέτουμε το μείγμα που λιώσαμε και ομογενοποιούμε.
- 4.** Συμπληρώνουμε το αλεύρι, το κακάο, το αλάτι και την υπόλοιπη κουβερτούρα σε χοντρά κομμάτια και ανακατεύουμε απαλά.
- 5.** Στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** τοποθετούμε ένα αντικολλητικό χαρτί (με ύψος στα πλάγια) και απλώνουμε ομοιόμορφα το μείγμα.
- 6. Ψήνουμε** στους **165°C** για **16'**.
- 7. Αφήνουμε** το brownie να **κρυώσει**, κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε.

Chef's tip:

Σερβίρουμε με παγωτό της αρεσκείας μας!



Pizza Rolls



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
5 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 6: 20 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
7

Υλικά

- 200γρ. Ζύμη σφολιάτας
- 150γρ. Κέτσαπ
- 380γρ. Gouda φέτες
- 350γρ. Γαλοπούλα καπνιστή
- 50γρ. Mozzarella τριμμένη
- 2γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- 20γρ. Ηλιέλαιο (για το ψέκασμα στο αντικολλητικό χαρτί)

Εκτέλεση

1. Ανοίγουμε τη ζύμη σφολιάτας. Με ένα πινέλο απλώνουμε σε όλη την επιφάνεια την κέτσαπ και πασπαλίζουμε τη ρίγανη.
2. Απλώνουμε σε όλη την επιφάνεια το τυρί και μετά από πάνω τη γαλοπούλα.
3. Τυλίγουμε τη ζύμη για να δημιουργηθεί ένα μεγάλο ρολό και το κόβουμε σε 7 ίσα κομμάτια.
4. Στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** τοποθετούμε ένα αντικολλητικό χαρτί. Το ψεκάζουμε με λίγο ηλιέλαιο και βάζουμε τα ρολάκια με λίγο κενό ανάμεσα τους. Πασπαλίζουμε με την τριμμένη mozzarella.
5. **Ψήνουμε** στους **200°C** για **12'**.
6. **Γυρίζουμε** ανάποδα τα ρολάκια και **ψήνουμε** στους **200°C** για **8'** ακόμα.
7. Σερβίρουμε.



Τυρόπιτα Αρωματική με Φέτα χωρίς Φύλλο



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
12 λεπτά



Χρόνος Ψησίματος
Air Fryer 4: 24 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 6)



Μερίδες
6

Υλικά

- 150γρ. Φέτα
- 120γρ. Regato τριμμένο
- 100γρ. Γιαούρτι πλήρες
- 100γρ. Γάλα πλήρες
- 100γρ. Αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 Αβγό μέτριο
- 20γρ. Ελαιόλαδο
- 4γρ. Ρίγανη αποξηραμένη
- 1γρ. Θυμαρί φρέσκο
- 5γρ. Κρεμμύδι φρέσκο
- 2-3 Φύλλα βασιλικό φρέσκο
- 1-2 Φύλλα δυόσμο φρέσκο
- 2γρ. Σουσάμι λευκό
- 2γρ. Σουσάμι μαύρο
- Αλάτι
- Πιπέρι
- 20γρ. Ηλιέλαιο (για το ψέκασμα στο αντικολλητικό χαρτί)

Εκτέλεση

1. Θρυμματίζουμε τη φέτα και ψιλοκόβουμε τα φρέσκα μυρωδικά.
2. Τα προσθέτουμε σε ένα μπολ και ρίχνουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά εκτός από το λευκό και μαύρο σουσάμι και 20γρ. από το regato. Τα ανακατεύουμε με σύρμα χειρός, ώστε να ομογενοποιηθούν.
3. Στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** τοποθετούμε ένα αντικολλητικό χαρτί (με ύψος στα πλάγια) και ψεκάζουμε το ηλιέλαιο να πάει παντού στα τοιχώματα. Απλώνουμε το μείγμα και πασπαλίζουμε με τα 20γρ. regato και το λευκό - μαύρο σουσάμι.
4. **Ψήνουμε** στους **190°C** για **16'**.
5. **Αναποδογυρίζουμε** και **ψήνουμε** στους **190°C** για **8' ακόμα**.
6. Τη γυρίζουμε από την πλευρά του σουσαμιού, κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε.

Chef's tip:

Προαιρετικά προσθέτουμε λίγο μέλι όσο η τυρόπιτα είναι ζεστή για μία διαφορετική πινελιά!



Τραγανές Κοτομπουκιές με Σάλτσα “Αιολί”



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
20 λεπτά



Χρόνος Ψήσιματος
Air Fryer 4: 30 λεπτά για 2 δόσεις*
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 6)



Μερίδες
4

Υλικά

- 400γρ. Κοτόπουλο φιλέτο στήθος
- 230γρ. Doritos
- 100γρ. Αλεύρι γ.ο.χ.
- 30γρ. Κορν φλάουρ
- 2 Αβγά μέτρια
- 5γρ. Πελτέ σκόρδου
- 5γρ. Πάπρικα καπνιστή
- Αλάτι
- Πιπέρι
- 20γρ. Ηλιέλαιο (για το ψέκασμα στις κοτομπουκιές)

Σάλτσα “Αιολί”:

- 150γρ. Μαγιονέζα
- 15γρ. Χυμό λεμόνι
- 10γρ. Ελαιόλαδο
- 5γρ. Πελτέ σκόρδου
- 3γρ. Μαϊντανό φρέσκο

Εκτέλεση

- 1.** Κόβουμε το κοτόπουλο σε λεπτές λωρίδες. Το βάζουμε σε ένα μπολ και προσθέτουμε την πάπρικα, το σκόρδο, το αλάτι και το πιπέρι και ανακατεύουμε.
- 2.** Θρυμματίζουμε τα doritos είτε με τα χέρια μας, είτε με ένα πολυκόπτη και τα βάζουμε σε ένα μπολ.
- 3.** Ανακατεύουμε το αλεύρι με το κορν φλάουρ και τα ρίχνουμε σε ένα δεύτερο μπολ.
- 4.** Χτυπάμε τα αβγά σε ένα τρίτο μπολ.
- 5.** Παίρνουμε τα κομμάτια του κοτόπουλου ένα ένα και τα περνάμε πρώτα από το αλεύρι, μετά από το αβγό και τέλος από τα doritos.
- 6.** Τοποθετούμε στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** 7-8 κομμάτια* με κενά μεταξύ τους και τα ψεκάζουμε με λίγο ηλιέλαιο.
- 7. Ψήνουμε** στους **200°C** για **15’***.
- 8.** Ψιλοκόβουμε τον μαϊντανό και τον βάζουμε σε ένα μπολ μαζί με τα υπόλοιπα υλικά για τη σάλτσα “Αιολί” και ανακατεύουμε.
- 9.** Σερβίρουμε με σάλτσα “Αιολί”.

*Η συνταγή θα βγάλει **σε 2 δόσεις ψησίματος των 15'**, από **7-8 κομμάτια** η κάθε μία!



Banana Bread



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
10 λεπτά



Χρόνος Ψησίματος
Air Fryer 4: 30 λεπτά
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 6)



Μερίδες
8

Υλικά

- 240γρ. Μπανάνες ώριμες (3τμχ.)
- 2 Αβγά μέτρια
- 50γρ. Ζάχαρη καστανή
- 100γρ. Σταγόνες σοκολάτας
- 80γρ. Κουβερτούρα σοκολάτα κλασική
- 150γρ. Αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 5γρ. Βανίλια εκχύλισμα
- 4γρ. Κανέλα σκόνη
- 1γρ. Αλάτι
- 10γρ. Ηλιέλαιο (για το ψέκασμα της φόρμας του κέικ)

Εκτέλεση

- 1.** Σε ένα μπολ βάζουμε τις μπανάνες και τα αβγά. Με ένα πιρούνι τα ανακατεύουμε και αφήνουμε μερικά χοντρά κομμάτια μπανάνας.
- 2.** Κρατάμε στην άκρη 20γρ. από τις σταγόνες σοκολάτας.
- 3.** Κόβουμε σε χοντρά κομμάτια την κουβερτούρα, την προσθέτουμε μαζί με όλα τα υπόλοιπα υλικά στο μπολ και ομογενοποιούμε.
- 4.** Στη φόρμα του κέικ ψεκάζουμε το ηλιέλαιο να πάει παντού στα τοιχώματα. Ρίχνουμε το μείγμα και χτυπάμε απαλά τη φόρμα για να απλωθεί.
- 5.** Πάνω από το μείγμα βάζουμε τις υπόλοιπες σταγόνες σοκολάτας που κρατήσαμε.
- 6. Ψήνουμε** στους **170°C** για **30'**.
- 7.** Αφήνουμε λίγο να κρυώσει, κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε.



Soft Cookies με Αλεύρι Ολικής, Μέλι και Σοκολάτα



Βαθμός δυσκολίας
Εύκολη



Χρόνος Προετοιμασίας
15 λεπτά



Χρόνος Ψησίματος
Air Fryer 6: 16 λεπτά για 2 δόσεις*
(Προσάρμοσε τον χρόνο για τη Σειρά 4)



Μερίδες
12

Υλικά

- 200γρ. Αλεύρι Ολικής
- 120γρ. Σοκολάτα κουβερτούρα κλασική
- 60γρ. Μέλι
- 55γρ. Ζάχαρη καστανή
- 50γρ. Βούτυρο
- 1 Αβγό μέτριο
- 3γρ. Σόδα μαγειρική (σκόνη)
- 3γρ. Εκχύλισμα βανίλιας
- 1γρ. Αλάτι

Εκτέλεση

- 1. Λιώνουμε** το βούτυρο στο φούρνο μικροκυμάτων για **10-15 δευτερόλεπτα**. Το ρίχνουμε σε ένα μπολ.
- 2.** Προσθέτουμε τη ζάχαρη και ανακατεύουμε με ένα σύρμα χειρός μέχρι να λιώσει.
- 3.** Συμπληρώνουμε το μέλι, τη βανίλια, το αβγό και τη σόδα και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.
- 4.** Κόβουμε σε χοντρά κομμάτια την κουβερτούρα και αφήνουμε στην άκρη 20γρ.
- 5.** Ρίχνουμε στο μπολ το αλεύρι και την υπόλοιπη κουβερτούρα και ανακατεύουμε απαλά με μία ξύλινη κουτάλα ή μαρίζ το μείγμα. Το σκεπάζουμε με μία μεμβράνη και το βάζουμε στο ψυγείο για 5'.
- 6.** Στο καλάθι του **Bosch Air Fryer** τοποθετούμε ένα αντικολλητικό χαρτί και με ένα scoop παγωτού βάζουμε **6 μερίδες*** από το μείγμα, αφήνοντας κενά μεταξύ τους. Δεν το πατάμε, το μπισκότο θα ανοίξει στο ψήσιμο.
- 7.** Βάζουμε πάνω από κάθε μπισκότο λίγα κομμάτια κουβερτούρας, από αυτήν που είχαμε κρατήσει στην αρχή.
- 8. Ψήνουμε** στους **165°C** για **8'**.
- 9.** Αφήνουμε λίγο να κρυώσουν (θα σφίξουν μετά το ψήσιμο) και σερβίρουμε.

* Η συνταγή θα βγάλει **σε 2 δόσεις ψησίματος των 8'**, από **6 μπισκότα** η κάθε μία!



ΕΚΘΕΣΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Αθήνα: 17ο χλμ. Εθνικής οδού Αθηνών-Λαμίας και Ποταμού 20,
145 64 Κηφισιά, τηλ: 210 4277500

Service και Εξυπηρέτηση Πελατών

Τηλέφωνο: **210 4277500**

bosch-home.gr

Κάνε Like στη σελίδα μας στο facebook:

Επισκέψου το  **facebook.com/BoschHomeGreece**

Ακολουθήσέ μας στο Instagram:

Επισκέψου το  **instagram.com/boschhomegr**

Καταχώρισε το προϊόν σου:

bosch-home.gr/myBosch

Η BSH Οικιακές Συσκευές Α.Ε. διατηρεί το δικαίωμα να κάνει αλλαγές και τροποποιήσεις στα προϊόντα χωρίς προειδοποίηση.

Η εταιρεία δεν ευθύνεται για τυχόν τεχνικά, τυπογραφικά ή ορθογραφικά λάθη στα χαρακτηριστικά των προϊόντων.