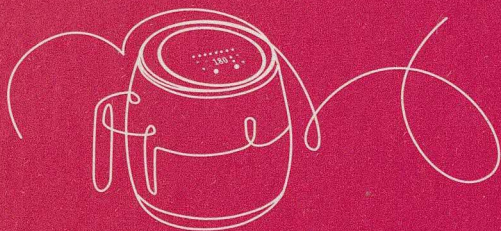


25-2029

НА ДОМ НЕ ВЫДАЕТСЯ

АЭРОГРИЛЬ

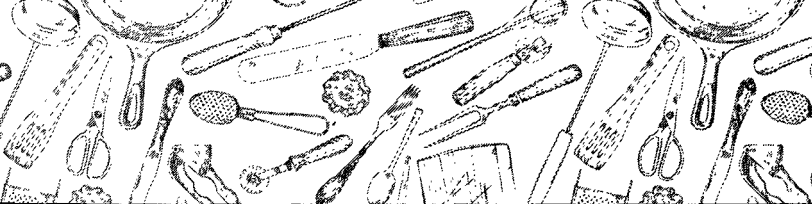
25-02029



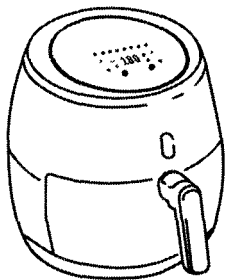
РЕЦЕПТЫ

ДЛЯ ДОМА





АЭРОГРИЛЬ



Издательство АСТ
Москва

УДК 641.55
ББК 36.997
А99
Р45

А99 **Аэрогриль для дома / Рецепты для аэрогриля** — Москва: Изда-
Р45 тельство АСТ, 2025. — 128 с.

ISBN 978-5-17-171077-4 (Серия «Коротко и ясно»)
ISBN 978-5-17-171071-2 (Серия «Четко и по делу»)

Откройте для себя рецепты как для повседневного меню, так и для праздничного стола, экспериментируйте с различными новыми вкусами и текстурами и взгляните на процесс готовки уже знакомых блюд по-новому с помощью аэрогриля!

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-17-171077-4
(Серия «Коротко и ясно»)
ISBN 978-5-17-171071-2
(Серия «Четко и по делу»)

© Оформление. ООО «Издательство АСТ». 2025

Содержание

| | |
|--------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 10 |
| РЕЦЕПТЫ С ОВОЩАМИ | 16 |
| Картофель по-кайенски | 16 |
| Суп из томатов и перцев | 16 |
| Картофель по-деревенски | 17 |
| Хрустящие палочки из баклажанов | 18 |
| Запеченные яйца в авокадо | 18 |
| Лодочки из батата | 19 |
| Картофельная лодочка с сырной шапкой | 19 |
| Запеченные овощи | 20 |
| Яйца с овощами и сыром | 21 |
| Овощной микс с чесноком | 21 |
| Фаршированные перцы | 22 |
| Запеченные баклажаны с сыром | 22 |
| Овощи гриль с пряными травами | 23 |
| Цветная капуста в панировке | 23 |
| Омлет со шпинатом | 23 |
| Капрезе | 24 |
| Овощные котлеты | 25 |
| Запеченная кукуруза | 25 |
| Картофельные чипсы | 26 |
| Запеченный картофель с сыром фета | 26 |

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ АЭРОГРИЛЯ

| | |
|-------------------------------------------------|----|
| Жюльен | 27 |
| Овощные шашлычки | 27 |
| Запеченные картофельные дольки с паприкой | 28 |
| Овощи на гриле с соусом терияки | 28 |
| Спаржа с лимоном | 29 |
| Яичные маффины с шпинатом | 29 |
| Вяленые помидоры | 30 |
| Запеченные помидоры с сыром..... | 30 |
| Брокколи с чесноком..... | 31 |
| Овощи с соевым соусом | 31 |
| Запеченная свекла | 31 |
| Цветная капуста с куркумой..... | 32 |
| Грибы гриль | 32 |
| Лук в аэрогриле | 33 |
| Морковь с медом | 33 |
| Запеченные кабачки | 33 |
| Тыква с корицей..... | 34 |

РЕЦЕПТЫ С МЯСОМ

| | |
|--------------------------------------|----|
| Куриные рулетики с беконом | 35 |
| Свиной шашлык | 35 |
| Говяжий стейк | 36 |
| Рулетики из кабачков с курицей | 37 |
| Запеченные куриные ножки | 37 |
| Авокадо в беконе..... | 38 |
| Говяжьи медальоны..... | 38 |
| Утка с медом и соевым соусом..... | 39 |
| Утка с яблоками и розмарином..... | 39 |

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--------------------------------------------|----|
| Утка с апельсинами и пряностями..... | 40 |
| Индейка с пряностями и картофелем | 40 |
| Куриные крылышки..... | 41 |
| Запеченная ветчина | 41 |
| Запеченное бедро индейки..... | 42 |
| Свиная рулька | 42 |
| Бараньи ребрышки..... | 43 |
| Печень в горшочках..... | 44 |
| Фаршированная курица..... | 44 |
| Люля-кебаб..... | 45 |
| Голубцы | 46 |
| Котлеты | 47 |
| Запеченные яйца с беконом..... | 47 |
| Куриные грудки с лимоном и розмарином..... | 48 |
| Свинина с медом и горчицей | 48 |
| Говядина с овощами | 49 |
| Куриные бедра с паприкой..... | 49 |
| Манты | 50 |
| Индейка с пряностями | 51 |
| Фаршированные перцы с фаршем | 51 |
| Куриные ножки с морковью | 52 |
| Курица с брокколи..... | 52 |
| Картофельная запеканка с фаршем..... | 52 |
| Свинина с ананасом | 53 |
| Курица с цветной капустой | 54 |
| Говядина с морковью и картофелем | 54 |
| Курица с картофелем и зелеными бобами..... | 55 |
| Куриные шашлыки с овощами | 55 |
| Говядина с кабачками | 56 |

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ АЭРОГРИЛЯ

| | |
|--------------------------------------------|----|
| Куриные ножки в кока-коле | 56 |
| Курица с картофельными дольками | 57 |
| Свинина с цветной капустой и брокколи..... | 58 |
| Рулеты из спаржи с ветчиной | 58 |
| Баранина с чесноком и розмарином | 59 |
| Куриные наггетсы | 60 |
| Баранина с медом и соевым соусом..... | 60 |
| Шашлыки из баранины | 61 |
| Запеченная баранина с картофелем..... | 61 |
| Куриный рулет в аэрогриле..... | 62 |
| Баранина с овощами | 63 |
| Кролик, запеченный с картофелем..... | 63 |
| Кролик в томатном соусе..... | 64 |
| Кролик с овощами | 64 |
| Кролик с грибами | 65 |
| Кролик с лимоном и чесноком | 65 |

РЕЦЕПТЫ С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ..... 67

| | |
|-------------------------------------------|----|
| Рыба с картошкой | 67 |
| Стейк из семги | 68 |
| Запеченный кальмар | 68 |
| Стейк из минтая | 69 |
| Запеченная скумбрия..... | 69 |
| Запеченная форель | 70 |
| Семга с медом и горчицей | 70 |
| Рыба, запеченная с лимоном и укропом..... | 71 |
| Гребешки в мисо-глазури | 71 |
| Палтус с овощами | 72 |

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|----------------------------------------|----|
| Тунец с соевым соусом..... | 72 |
| Окунь с оливками | 73 |
| Форель с грецкими орехами | 73 |
| Камбала с томатами | 73 |
| Запеченный карп с зеленью..... | 74 |
| Скумбрия, запеченная с картофелем..... | 74 |
| Рыба в пряном маринаде..... | 75 |
| Крабовые палочки с сыром | 75 |
| Мидии с сырной шапкой | 76 |

РЕЦЕПТЫ БРУСКЕТТ И ТАРТАЛЕТОК

77

| | |
|----------------------------------------------|----|
| Тарталетки с курицей и грибами | 77 |
| Тарталетки с овощами и сыром | 77 |
| Тарталетки с творожным кремом и ягодами..... | 78 |
| Тарталетки с лососем и шпинатом..... | 78 |
| Тарталетки с беконом и яйцом..... | 79 |
| Чесночные гренки | 79 |
| Чипсы из лаваша..... | 80 |
| Классическая брускетта с помидорами..... | 80 |
| Брускетта с авокадо | 81 |
| Брускетта с грибами..... | 81 |
| Брускетта с сыром фета и оливками | 82 |
| Брускетта с грушей и горгонзолой | 82 |
| Брускетта с лососем | 83 |
| Брускетта с моцареллой и помидорами | 83 |
| Брускетта со шпинатом и рикоттой | 84 |
| Брускетта с артишоками..... | 84 |
| Брускетта с куриным филе | 84 |

| | |
|---------------------------------------------|----|
| Брускетта с тунцом | 85 |
| Брускетта с морепродуктами | 86 |
| Брускетта с вялеными томатами | 86 |
| Брускетта с беконом и яйцом | 87 |
| Брускетта с персиками и моцареллой | 88 |
| Брускетта с грибным паштетом | 88 |
| Брускетта с яблоком и корицей | 89 |
| Брускетта с творожным сыром и огурцом | 90 |
| Брускетта с шоколадом и бананом | 91 |
| Сэндвич с джемом и сыром бри | 91 |

РЕЦЕПТЫ ДЕСЕРТОВ И ВЫПЕЧКИ..... 93

| | |
|-------------------------------------------|-----|
| Французские тосты | 93 |
| Шарлотка в аэрогриле | 93 |
| Творожная запеканка с рисовой мукой | 94 |
| Ананас на гриле с медом | 95 |
| Шоколадные маффины | 95 |
| Яблоки, запеченные с корицей | 96 |
| Банановое суфле | 96 |
| Шотландское песочное печенье | 97 |
| Сырники | 97 |
| Творожная запеканка с изюмом | 98 |
| Кекс с апельсином | 99 |
| Банановый хлеб | 99 |
| Шоколадный пудинг | 100 |
| Тарт с ягодами | 100 |
| Творожное печенье | 101 |
| Морковный торт | 102 |

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Домашний йогурт..... | 103 |
| Кокосовое печенье | 104 |
| Чизкейк без выпечки | 105 |
| Песочное печенье..... | 106 |
| Запеченные груши с медом..... | 107 |
| Мусс из манго | 107 |
| Крем-брюле..... | 107 |
| Пирог с черникой..... | 108 |
| Кекс с изюмом и орехами | 109 |
| Пирожное «Наполеон»..... | 110 |
| Банановый десерт с шоколадом..... | 111 |
| Песочный пирог с вареньем..... | 111 |

ЗАКРУТКИ

113

Консервированные помидоры с чесноком и базиликом.....

113

Консервированные огурцы с укропом.....

113

Консервированные грибы

114

Консервированная свекла

114

Варенье из клубники.....

115

Варенье из вишни.....

115

Варенье из абрикосов.....

115

Варенье из яблок и корицы.....

116

Варенье из малины.....

116

Варенье из черники.....

117

ЛАЙФХАКИ.....

118