



friggitrice ad aria



alimento	tempo (min)	temp. (gradi)	ricetta/note
bistecca	16	200	10 minuti per lato <ul style="list-style-type: none">• direttamente dal frigor senza portarla a temperatura ambiente• Oliare• polvere d'aglio• origano• sale• paprika• pepe nero• pre-riscaldare la friggitrice.• girare a metà

alimento	tempo (min)	temp. (gradi)	ricetta/note
patine fritte	25	195	<ul style="list-style-type: none"> • pre-riscaldare la friggitrice. • tagliare le patate a fettine sottili • oliare • non salare • mettere a mollo in acqua salata per almeno 15-30 minuti • a mentà cottura muovere le patatine nel cassetto • dopo la cottura salare
fettina di carne (scottona)	4	195	<ul style="list-style-type: none"> • pre-riscaldare la friggitrice. • direttamente dal frigor senza portarla a temperatura ambiente
uova al tegamino	8	180	<ul style="list-style-type: none"> • rompere l'uovo nel pirottono • aggiungere acqua
cosce di pollo	24	195	<p>il secondo va applicato dopo averle girate</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oliare • polvere d'aglio • origano • sale • paprika • pepe nero

alimento	tempo (min)	temp. (gradi)	ricetta/note
alette di pollo	20	190	<p>il secondo va applicato dopo averle girate</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oliare • polvere d'aglio • origano • sale • paprika • pepe nero
pesce spada	13	180	<ul style="list-style-type: none"> ○ spennella re il pesce spada con: ○ olio d'oliva ○ succo di limone, ○ sale ○ prezzemolo tritato. ○ Distribuia mo una generosa quantità di semi di sesamo su ciascuno facendoli aderire.
fettine di pollo 	12	190	

alimento	tempo (min)	temp. (gradi)	ricetta/note
Pezzi di carne di pollo  The image shows a package of Fileni BIO chicken pieces. The packaging is green and white, with the brand name 'Fileni BIO' at the top. Below it, it says 'SCELTA GIUSTA' and 'Carne biologica italiana'. The package contains several pieces of raw chicken meat. A small label on the package indicates 'PEZZI DI CARNE DI POLLO' and '1.45 kg'. Carne biologica italiana	14	195	

Revision #44

Created 2026-01-31 10:31:52 UTC by marco

Updated 2026-05-06 17:49:32 UTC by marco