

## CONSEJOS PARA EL USO DE LA FREIDORA DE AIRE SIN ACEITE

### **Es mejor precalentar la freidora**

Precalentar la freidora durante 5 minutos antes de colocar los alimentos en el interior. Conseguiremos un resultado y cocción más uniforme y ahorraremos tiempo.

### **No cargar en exceso la cesta**

Antes de llenar la cesta hasta el límite es mejor dividir las cantidades a realizar en diferentes tongadas. Un espacio holgado dentro de la canasta ayudará a que el aire circule mejor entre los alimentos y el resultado sea mejor.

### **Temperaturas y tiempos de cocción**

Las temperaturas y tiempos que se indican en los programas son una orientación, dependerá del tamaño de la pieza a cocinar, la cantidad que haya en la cesta y como nos guste la comida. Es por ello que podemos variarlos a nuestro antojo, poner o quitar tiempo y variar la temperatura para obtener los resultados que nos gusten. Con la experiencia sabrás cuales son tus ajustes favoritos para un resultado a tu gusto.

### **Engrasa la parrilla de la cesta y los alimentos**

Siempre obtendrás mejores resultados si pones un poco de aceite, mejor en espray, sobre la parrilla de la cesta, así evitarás que se peguen los alimentos. Igualmente, si pones un poco de aceite en spray sobre los alimentos obtendrás un acabado más crujiente.

### **Puedes agitar la cesta en la mitad de la cocción**

Para tener una cocción más uniforme de los alimentos, dependiendo de los mismos, puedes agitar la cesta si son pequeños, o si son más grandes darles la vuelta directamente a la mitad del tiempo de cocción. Conseguirás un acabado más uniforme y crujiente en toda la superficie de los ingredientes.

### **Como colocar los ingredientes como carne, rebozados, croquetas**

Siempre es mejor que los alimentos formen una sola capa y no se superpongan. Si tienes mucha cantidad a cocinar es mejor hacerlos en varias tongadas, los resultados de la cocción serán mucho más uniformes.

### **Trucos para que los alimentos queden crujientes**

Patatas fritas congeladas: Directamente a la freidora, lubricar con aceite en spray y agitar a la mitad del tiempo de cocción para darles la vuelta.

Patatas fritas naturales: Ponerlas en remojo de agua fría durante unos minutos. Después secar bien con papel de cocina, introducir a la cesta, lubricar con aceite en spray y a la mitad del tiempo de cocción agitar la cesta para darles la vuelta.

Congelados como croquetas, nuggets y otros: Directamente del congelador a la freidora, lubricar con aceite en spray y a la mitad del tiempo de cocción agitar la cesta para darles la vuelta, si son delicados podemos darles la vuelta con unas pinzas o tenedor.

Carne o Verduras: Deberemos secar bien estos alimentos, antes de ponerlos en la cesta, después lubricamos con aceite en espray y a la mitad del tiempo de cocción les damos la vuelta.

# Make *Cuisine*

## **Trucos para postres y dulces**

Para que no se nos doren en exceso los bizcochos, pasteles o galletas por la parte superior podemos taparlos con un papel de aluminio, así conseguiremos una cocción adecuada y no se nos quemarán por arriba.

## **Los alimentos congelados se cocinan directamente**

Obtendrás mejores resultados si los alimentos congelados del tipo croquetas, nuggets, palitos de pescado y en general todos los rebozados, los cocinas directamente en la freidora sin dejarlos descongelar.

## **Cocinando con especias**

Para que el aire de la freidora no elimine las especias es mejor que los alimentos estén antes lubricados con un poco de aceite / mantequilla (al gusto), así las especias quedarán fijadas a los alimentos.

## **Muy práctica para recalentar**

La freidora es una buena solución para recalentar alimentos o sobras ya que quedarán más crujientes y no se humedecerán como podría pasar si lo haces en el microondas.

## **Limpieza de tu freidora de aire**

Para limpiar la canasta puedes hacerlo con agua y jabón, no utilices productos químicos que puedan dañar la capa anti-adherente de la misma. Para la parte interna, estando sin la cesta colocada, primero espera a que esté fría y luego basta con pasar un paño húmedo por todas las partes interiores y techo de rejilla.

## **Evite los humos excesivos durante la cocción**

Si cocinas alimentos muy grasos puede generarse un denso humo que se produce al quemarse gotas de grasa en el fondo de la cesta. Para evitarlo basta con poner un poco de agua en el fondo de la cesta, que el nivel de la misma quede siempre por debajo de la parrilla, así las gotas de grasa caerán sobre el agua y evitaremos el desagradable humo.