

AIRFRYER BAKTIJDEN

aardappel bereidingen & snacks

Voedsel	Temperatuur	tijd (min)	Tip
Frietjes (vers, dun gesneden)	180°C	18-22 min	Schud halverwege en besprenkel met een beetje olie voor extra crunch.
Frietjes (diepvries)	200°C	15-18 min	Niet te veel tegelijk in de mand leggen!
Kroketten (diepvries)	200°C	10-12 min	Niet nodig om olie toe te voegen.
Aardappelwedges	190°C	20-25 min	Kruid ze met paprikapoeder voor extra smaak.
Bitterballen / frikandellen / kaaskroket (diepvries)	200°C	8-12 min	Niet stapelen voor een gelijkmatige garing.

AIRFRYER BAKTIJDEN

Groenten

Voedsel	Temperatuur	tijd (min)	Tip
Broccoli (roosjes)	180°C	8-10 min	Meng met olijfolie en knoflook voor extra smaak.
Bloemkool (roosjes)	180°C	10-12 min	Heerlijk met een snufje Parmezaan na het bakken.
Spruitjes (gehalveerd)	190°C	12-15 min	Rooster met spekjes voor een lekkere crunch.
Paprika & courgette	200°C	8-10 min	Goed schudden halverwege voor gelijkmatige garing.
Wortelen (in schijfjes of sticks)	180°C	10-12 min	Lekker met honing en tijm!
Aubergine (blokjes of plakjes)	190°C	10-12 min	Bestrijk met olijfolie om ze extra sappig te houden.

AIRFRYER BAKTIJDEN

Vis en vlees

Voedsel	Temperatuur	tijd (min)	Tip
Kipfilet	180°C	12-15 min	Marineer voor extra smaak en sappigheid.
Kippenvleugels	200°C	18-20 min	Schud tussendoor voor gelijkmatige garing.
Gehaktballen	180°C	12-15 min	Draai ze halverwege om.
Speklapjes	200°C	10-12 min	Laat ze even rusten na het bakken voor extra sappigheid.
Zalmfilet	180°C	10-12 min	Besprenkel met citroen voor extra frisheid.
Kabeljauwfilet	180°C	8-10 min	Wikkel in bakpapier als je een sappiger resultaat wilt.