Panasonic

Guide sommaire et **livre de cuisson** avec **recettes**

Four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1

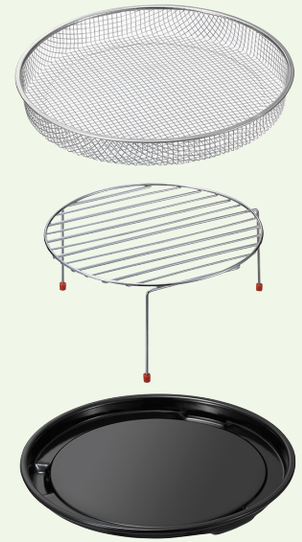
Friteuse à air ∘ Cuisson par convection ∘ Grilloir ∘ Micro-ondes

Bienvenue à la maison!

Dites bonjour à la puissance et à la commodité du **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1** de Panasonic. Le seul appareil qui vous offre la polyvalence de la **FRITEUSE À AIR,** la **CUISSON,** du **GRILLOIR** et des **MICRO-ONDES.**

Utilisez l'une de ces quatre méthodes de cuisson individuellement pour des aliments et des collations rapides et délicieux, ou en combinaison pour une somptueuse variété de repas rapides, sains et nutritifs que tous les membres de votre famille apprécieront.

Avec quatre méthodes de cuisson distinctes, un tout nouveau monde d'aventures culinaires vous attend. Le **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1** de Panasonic comprend tous les accessoires personnalisés nécessaires pour faire un chef-d'œuvre de chaque mets au menu.

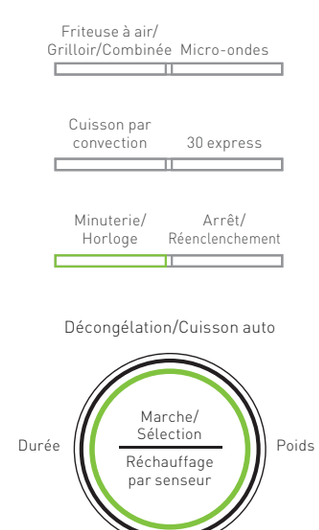


Accessoires fournis

PANIER À FRITURE
- Friteuse à air

GRILLE
- Friteuse à air
- Grilloir
- Cuisson par convection
- Cuisson combinée

PLATEAU ÉMAILLÉ
- Friteuse à air
- Grilloir
- Cuisson par convection
- Cuisson combinée



Réglage de l'horloge

1. Avec le four en veille, appuyer deux fois sur **Minuterie/Horloge** – le deux points (**:**) clignote.
2. Régler l'heure du jour en **tournant le sélecteur.** L'heure apparaît à l'écran – le deux points (**:**) continue à clignoter
3. Appuyer sur **Minuterie/Horloge** pour terminer le paramétrage – le deux points (**:**) cesse de clignoter

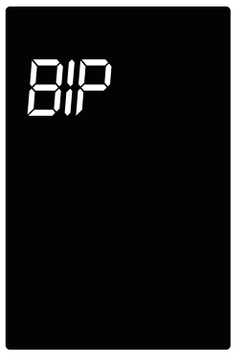
- Pour régler de nouveau l'horloge, recommencer les étapes.
- L'horloge fonctionne tant que le four est branché et alimenté en énergie électrique.
- L'horloge fonctionne selon un système de 12 heures.
- Le four ne peut fonctionner pendant que le deux-points (:) clignote.

Mode silencieux

Parfois, vous voulez être tranquille, c'est pourquoi nous avons mis au point un mode silencieux pour désactiver l'avertisseur sonore des boutons et des signaux de cuisson.

Pour activer le mode silencieux :

1. Appuyer trois fois sur **Marche / Sélection**. « BIP OUI/NON » défile à l'écran. Par défaut, l'avertisseur est activé (BIP OUI).
2. Appuyer une fois sur **Minuterie/Horloge** et l'avertisseur est désactivé (BIP NON).
3. Appuyer sur **Arrêt/Réenclenchement** pour quitter.

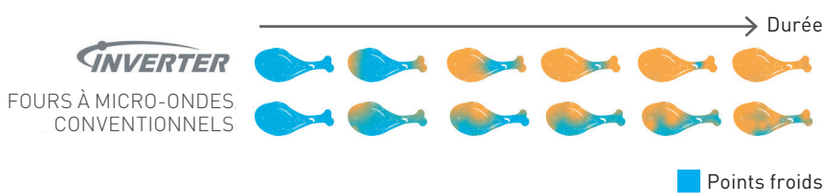


Cuisson par micro-ondes

INVERTER

Technologie Inverter® brevetée – *toujours en marche!*

Grâce à l'avantage indéniable de la technologie Inverter®, vous pouvez non seulement cuisiner rapidement et à point tout ce que vous voulez, des collations surgelées aux omelettes savoureuses en passant par les soupes, les sauces, les accompagnements et autres, mais aussi pocher, braiser et cuire à la vapeur les aliments à la perfection, tout en préservant les vitamines et les nutriments essentiels que vous souhaitez intégrer dans vos repas.



S'utilise pour :

- Décongélation
- Réchauffage
- Fonte de beurre, chocolat, fromage
- Cuisson de poissons, légumes, œufs, riz, gruau
- Cuisson lente de soupe, ragoût, plats préparés
- Préparation de fruits cuits, confitures, sauces, crèmes anglaises, pâtisseries, caramel, viande, poisson
- Maintien des aliments cuits au chaud

Son de refroidissement

Lorsque la cuisson est terminée, vous pouvez remarquer que le **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1** émet un son comme s'il était encore en marche. Ne vous inquiétez pas, c'est le système de ventilation qui refroidit le four. Cette période de refroidissement qui peut durer de 1 à 6 minutes est une fonction normale du four multifonction.

Caractéristiques

Senseur de cuisson auto Genius®

Avec le senseur Genius®, il est facile de faire de bonnes collations. Prenez le maïs éclaté par exemple. Placez le sac de maïs pour micro-ondes dans le four, tournez le sélecteur à la position « Maïs éclaté » et appuyez sur Marche. Le four détecte la taille du sac et règle automatiquement la durée optimale pour que les grains soient parfaitement éclatés.

Réchauffage sur simple pression

Chaque ingrédient a sa propre température de cuisson idéale… celle qui fait naturellement ressortir sa véritable saveur, sa texture et sa valeur nutritive. Sur simple pression de Réchauffage par senseur Genius®, le **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1** surveille la quantité de vapeur générée par le plat, puis règle et ajuste automatiquement la durée pour éviter la surcuisson ou la sous-cuisson.

Décongélation Turbo

Cette fonction décongèle et prépare les aliments surgelés de manière uniforme pour une cuisson encore plus efficace. Grâce à un système intelligent de séquençage des micro-ondes basé sur la puissance continue de la technologie Inverter®, la décongélation Turbo protège et préserve également la saveur, la texture et les nutriments des aliments – pas de centre congelé ni de bords cuits.

Appuyer 7 fois

Fonction Maintien au chaud

Gardez les aliments préparés, comme les petits pains, les légumes, les soupes, les hors-d'œuvre, les sauces, les sauces d'accompagnement et les desserts, au chaud, délicieux et prêts à servir jusqu'à 30 minutes après la cuisson.

Fonction 30 express

Régler ou augmenter le temps de cuisson par tranches de 30 secondes pour chauffer les boissons, les collations et les restes, ou ajouter un peu plus de temps de cuisson si nécessaire.

Friteuse à air pour une cuisine plus saine

La fonction **FRITEUSE À AIR** fait rapidement circuler de l'air chaud autour des aliments, ce qui donne un résultat croustillant et brun. Les aliments frits à l'air sont plus sains que les aliments frits car ils nécessitent moins d'huile pour un goût et une texture similaires.
Aucun préchauffage nécessaire.

S'utilise pour :

- Frites
- Steaks, côtelettes de porc et hamburgers
- Aliments panés surgelés comme les pépites de poulet, les ailes de poulet et autres

S'utilise avec : Panier à friture + grille + plateau émaillé

Cuisson par convection

La fonction **CUISSON PAR CONVECTION** fait circuler de l'air chaud dans le four et autour des aliments pour une cuisson rapide et facile. La température varie de 101 à 218 °C (215 à 425 °F)*.
Le préchauffage est facultatif.

S'utilise pour :

- Petites pâtisseries avec durées de cuisson courtes : feuilletés, pâtisseries, biscuits, pâtes brisées, gâteaux roulés.
- Rôtis : steak, poulet et autres
- Pizzas et autres

S'utilise avec : Grille + plateau émaillé

*38 °C (100 °F) également disponible pour la fermentation.

Grilloir

Friteuse à air/
Grilloir/Combinée

Appuyer 2 fois

La fonction **GRILLOIR** utilise deux éléments chauffants au quartz à haut rendement à l'intérieur du four. Ce procédé unique est particulièrement adapté au chauffage, au brunissage et au croquant des macaronis au fromage, des gratins, des fines tranches de viande, des fruits de mer et autres, y compris le pain et les repas. Choisissez parmi deux niveaux de puissance.
Aucun préchauffage nécessaire.

S'utilise pour :

- Grillage de poulet, fruits de mer ou hamburgers
- Rôtis
- Brunissage des gratins croustillants, nachos et bien d'autres

S'utilise avec : Grille + plateau émaillé

Cuisson combinée

Cuisine nutritive et délicieuse grâce aux programmes de cuisson combinée

Le contrôle évolué de la technologie Inverter® permet l'utilisation simultanée de deux sources de chaleur pour des repas rapides, savoureux et sains. Sur le **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1,** des boutons simples et spécifiques sur le panneau de commandes rendent la cuisson combinée facile et sans tracas.

Friteuse à air/
Grilloir/Combinée

Appuyer 4 fois

Combinée 1 :
Grilloir + Micro-ondes

Cette combinaison est idéale pour les plats qui nécessitent une couche supérieure croustillante, comme les casseroles. Combinez la puissance et le contrôle des micro-ondes avec la technologie Inverter® avec le brunissement et le croustillant du grilloir intégré pour cuisiner des plats comme les fruits de mer, les pommes de terre, le thon en casserole, les viandes et les légumes grillés.

Friteuse à air/
Grilloir/Combinée

Appuyer 5 fois

Combinée 2 :
Convection + Micro-ondes

Cette combinaison de cuisson associe la puissance de cuisson aux micro-ondes avec technologie Inverter® et la cuisson par convection. Elle est parfaite pour cuisiner des aliments surgelés comme les ailes de poulet et les pépites de poulet, les pizzas surgelées, les entrées surgelées et bien d'autres choses encore.

S'utilise avec : Grille + plateau émaillé

Panasonic drop collaboration

Panasonic s'est associée à Drop, une application de recettes de premier plan qui vous aide à gagner du temps et à mieux réussir en cuisine. Ensemble, nous vous proposons des recettes rapides, faciles et délicieuses dans un format guidé qui peut être réalisé à l'aide de votre nouveau **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1**. Inscrivez-vous et trouvez d'autres délicieuses recettes en numérisant le code QR ou en visitant **https://drop.recipes/panasonic-usa**

NUMÉRISEZ

Mise en garde : Utiliser des gants de cuisine pour retirer les aliments du four. Le contenu est très chaud.

Bol de nouilles udon

Par une froide journée d'hiver, rien ne satisfait autant qu'un grand bol chaud de légumes frais et sains, accompagné de nouilles udon dans un savoureux bouillon de bœuf. Ces nouilles sont si bonnes que n'importe quel jour ou saison fera l'affaire.

Ingrédients

500 ml (2 t)	bouillon de bœuf
500 ml (2 t)	nouilles udon précuites
60 ml (¼ t)	champignons cremini (en petits dés)
60 ml (¼ t)	tête de pak-choï (en petits dés)
60 ml (¼ t)	carottes (râpées)
60 ml (¼ t)	germes de haricots
20 ml (4 c. à thé)	sauce soya
2,5 ml (½ c. à thé)	sauce chili (facultatif)
30 ml (2 c. à soupe)	oignons verts (en petits dés)

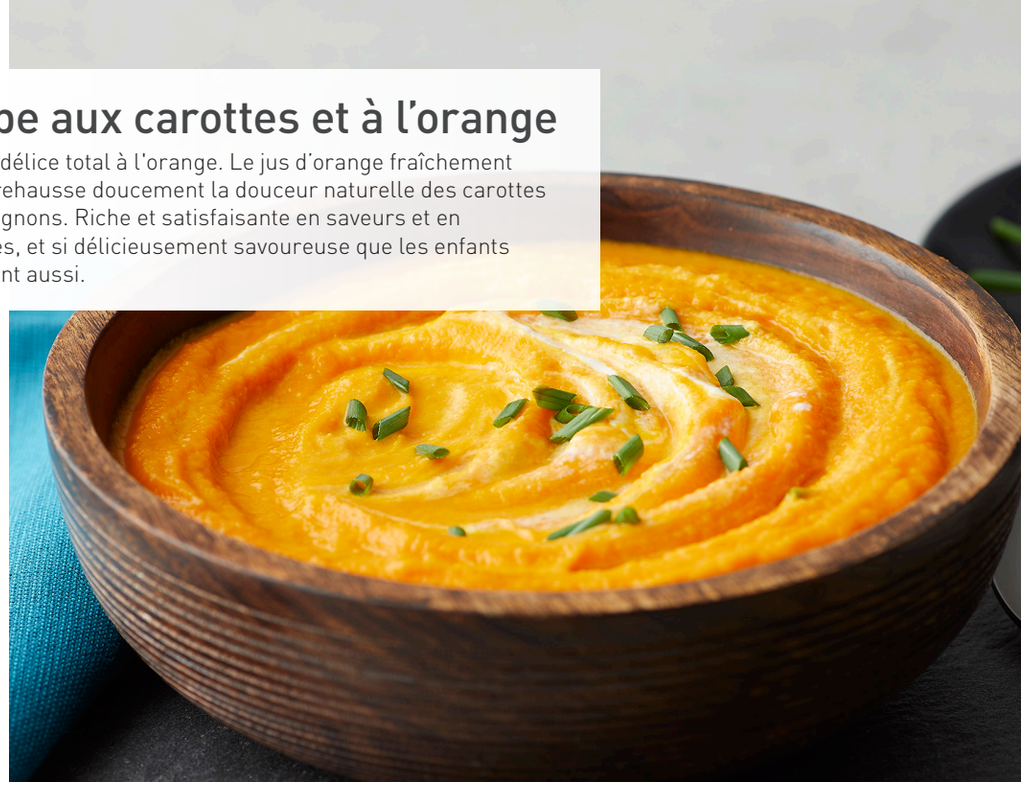
Préparation

1. Ajouter tous les ingrédients dans un grand bol.
2. Placer le bol dans le four, fermer la porte. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 5 minutes. Appuyer sur **Marche**.
3. Une fois la cuisson terminée, retirer soigneusement du four.

Servir et déguster!

Soupe aux carottes et à l'orange

Voici un délice total à l'orange. Le jus d'orange fraîchement pressé rehausse doucement la douceur naturelle des carottes et des oignons. Riche et satisfaisante en saveurs et en vitamines, et si délicieusement savoureuse que les enfants l'aimeront aussi.



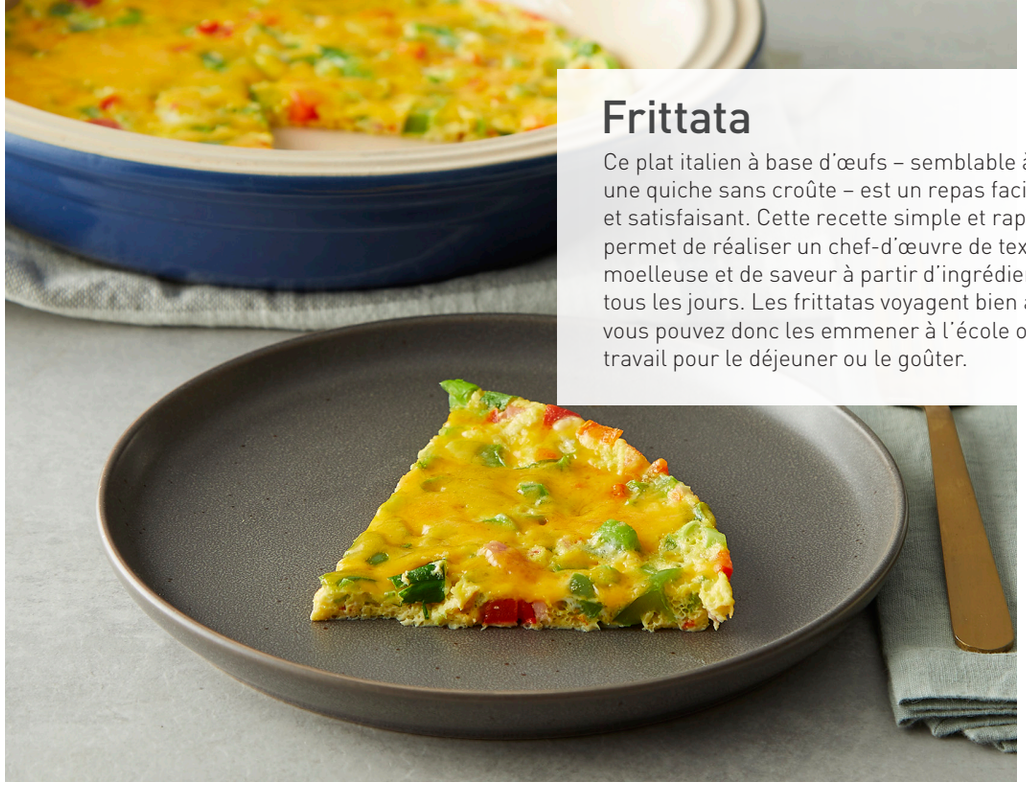
Ingrédients

90 ml (6 c. à soupe)	jus d'orange
60 ml (4 c. à soupe)	crème fraîche
30 ml (2 c. à soupe)	beurre
60 ml (¼ t)	ciboulette fraîche (hachée)
1 L (4 t)	bouillon de légumes
	sel et poivre (au goût)
1	oignon moyen (grossièrement haché)
680 g (1 ½ lb)	carottes (pelées et coupées en tranches épaisses)
½	orange (avec zeste et jus)

Préparation

1. Mettre le beurre et les oignons dans une cocotte et couvrir. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée pour 3 à 4 minutes (ou jusqu'à ce qu'il soit ramolli). Appuyer sur **Marche**.
2. Ajouter les carottes dans la cocotte et couvrir. Remettre au four et appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée pour 8 à 10 minutes (ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres). Appuyer sur **Marche**. Remuer à mi-cuisson.
3. Lorsque la cuisson est terminée, ajouter le bouillon de légumes et le zeste d'orange à la casserole de légumes attendris. Couvrir et remettre au four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 5 minutes. Appuyer sur **Marche**. Lorsque la durée est écoulée, appuyer 4 fois sur **Micro-ondes** (440 W). Régler la durée à 15 minutes. Appuyer sur **Marche**.
4. Mettre le mélange de bouillon et de légumes attendris dans un mélangeur et réduire en purée jusqu'à consistance onctueuse.
5. Remettre le mélange en purée dans un bol et ajouter le jus d'orange. Incorporer la crème fraîche et assaisonner de sel et de poivre. Couvrir et remettre au four. Appuyer 3 fois sur **Micro-ondes** (600 W). Régler la durée pour 3 à 4 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Sortir du four et garnir de ciboulette fraîche.

Servir et déguster!



Frittata

Ce plat italien à base d'œufs – semblable à une quiche sans croûte – est un repas facile et satisfaisant. Cette recette simple et rapide permet de réaliser un chef-d'œuvre de texture moelleuse et de saveur à partir d'ingrédients de tous les jours. Les frittatas voyagent bien aussi, vous pouvez donc les emmener à l'école ou au travail pour le déjeuner ou le goûter.

Ingrédients

15 ml (1 c. à soupe)	beurre
15 ml (1 c. à soupe)	jambon ou bacon (haché)
15 ml (1 c. à soupe)	poivron vert (finement haché)
15 ml (1 c. à soupe)	poivron rouge (finement haché)
60 ml (¼ t)	fromage cheddar, râpé
4	œufs (battus)
1	oignon vert (tranché finement)

Préparation

1. Déposer le beurre dans un plat allant au four à micro-ondes, appuyer 3 fois sur **Micro-ondes** (600 W). Régler la durée à 1 minute. Appuyer sur **Marche**.
2. Ajouter le jambon, les poivrons et les oignons dans le plat et mettre au four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée pour 1 à 2 minutes. Appuyer sur **Marche**.
3. Lorsque la durée est écoulée, verser les œufs battus sur le dessus et saupoudrer de cheddar.
4. Remettre au four et appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée pour 4 minutes et 30 secondes. Appuyer sur **Marche**. Laisser reposer pendant 2 minutes avant de servir.

Servir et déguster!

Gâteau au citron dans une grande tasse

C'est un gâteau pour une personne. Sucré, délicieux, débordant de saveur et de qualité des agrumes. Facile à faire, à soi pour le pur plaisir.

Ingrédients

1,25 ml (¼ c. à thé)	poudre à pâte
0,6 ml (⅛ c. à thé)	sel
5 ml (1 c. à thé)	zeste de citron
60 ml (4 c. à soupe)	farine tout usage
15 ml (1 c. à soupe)	sucre
45 ml (3 c. à soupe)	lait entier
15 ml (1 c. à soupe)	huile d'olive
15 ml (1 c. à soupe)	jus de citron

Préparation

1. Mélanger l'huile, le lait, le jus et le zeste dans une grande tasse.
2. Ajouter la farine, le sel et la poudre à pâte dans la grande tasse et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit lisse. Si le mélange semble sec, ajouter 0,6 ml (⅛ c. à thé) de lait et répéter si nécessaire.
3. Mettre la grande tasse dans le four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 1 minute et appuyer sur **Marche**.
4. Une fois la durée écoulée, laisser reposer au micro-ondes pendant 30 secondes.

Servir chaud dans la grande tasse avec des garnitures au choix, et savourer!

Frites de légumes

C'est l'une des plus belles choses qui soit arrivée aux carottes et aux pommes de terre. Idéal comme plat d'accompagnement, en complément des hamburgers, des collations et de tout ce à quoi vous pouvez penser.

Ingrédients

15 ml (1 c. à soupe)	huile végétale
7,5 ml (½ c. à soupe)	assaisonnement pour fruits de mer (facultatif)
1	patate douce moyenne (pelée et coupée en lanières)
1	pomme de terre moyenne (pelée et coupée en lanières)
2	grosses carottes (pelées et coupées en lanières)
	sel et poivre au goût

Préparation

1. Déposer les légumes coupés dans un bol moyen. Ajouter l'huile, les assaisonnements, le sel et le poivre, bien mélanger.
2. Disposer les légumes dans le PANIER À FRITURE de manière uniforme et en une seule couche.
3. Mettre le PANIER À FRITURE sur la GRILLE et dans le PLATEAU ÉMAILLÉ.
4. Appuyer une fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (FRITEUSE AIR). Régler la durée à 25 minutes. Appuyer sur **Marche**.
5. Après 12 minutes, retourner les légumes.
6. Lorsque la cuisson est terminée, sortir du four.

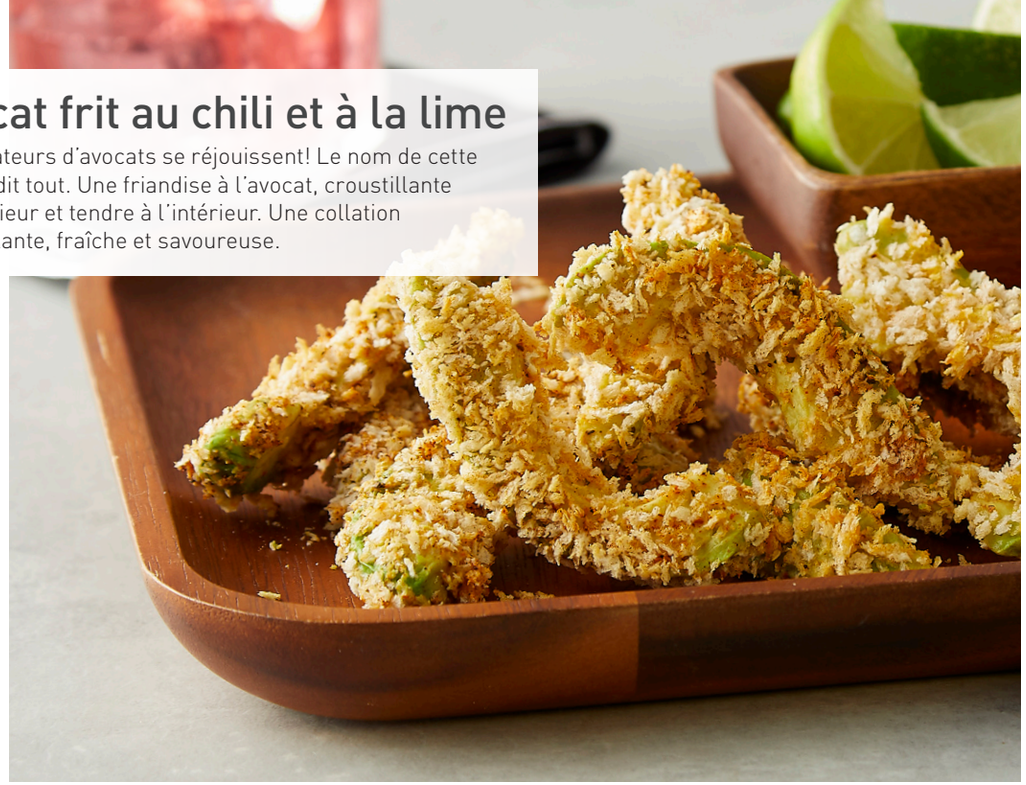
Assaisonner au goût (ou si nécessaire) et savourer!

Conseil

Pour une cuisson plus uniforme et plus complète, couper les pommes de terre et les carottes à une taille similaire. Ne pas laisser le four sans surveillance après avoir retourné les légumes; vérifier régulièrement.

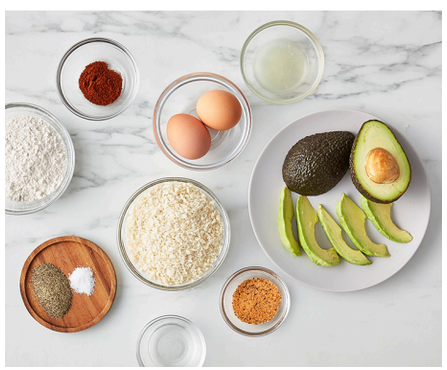
Avocat frit au chili et à la lime

Les amateurs d'avocats se réjouissent! Le nom de cette recette dit tout. Une friandise à l'avocat, croustillante à l'extérieur et tendre à l'intérieur. Une collation croustillante, fraîche et savoureuse.



Ingrédients

7,5 ml (1 ½ c. à thé)	poivre noir
1,25 ml (¼ c. à thé)	sel kosher
5 ml (1 c. à thé)	poudre de chili
15 ml (1 c. à soupe)	eau
15 ml (1 c. à soupe)	jus de lime
15 ml (1 c. à soupe)	assaisonnement au chili et à la lime
125 ml (½ t)	farine tout usage
250 ml (1 t)	panko (chapelure à la japonaise)
2	gros œufs
2	avocats (coupés en 8 quartiers chacun)
	enduit à cuisson antiadhésif



Préparation

1. Mélanger la farine et le poivre dans un plat peu profond.
2. Battre légèrement les œufs, le jus de lime et l'eau dans un second plat peu profond.
3. Placer la chapelure panko, l'assaisonnement au chili et à la lime, ainsi que la poudre de chili dans un troisième plat peu profond.
4. Enfariner l'avocat en secouant l'excédent. Ensuite, plonger dans le mélange d'œufs et de lime, en laissant l'excédent s'égoutter. Enfin, enrober du mélange de chapelure panko et de chili, en pressant pour faire adhérer.
5. Bien enduire l'avocat d'un enduit à cuisson antiadhésif, puis le placer dans le PANIER À FRITURE.
6. Déposer le PLATEAU ÉMAILLÉ dans le four, ajouter la GRILLE, puis le PANIER À FRITURE sur la GRILLE.
7. Appuyer une fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (FRITEUSE AIR). Régler la durée à 12 minutes. Appuyer sur **Marche**.
8. Sortir du four et saupoudrer de sel au goût.

Servir avec la trempette préférée et savourer!

Conseil

Les avocats doivent être à peine mûrs, mais suffisamment fermes pour garder leur forme pendant la cuisson.

Saumon glacé teriyaki

Ce repas d'inspiration japonaise est un véritable joyau. Avec des ingrédients frais et sains et un assaisonnement parfait, votre palais vous remerciera de la première à la dernière bouchée.

Ingrédients

2	filets de saumon, avec peau, 170 g (6 oz) chacun
15 ml (1 c. à soupe)	huile d'olive
3,7 ml (¼ c. à soupe)	sel kosher
3,7 ml (¼ c. à soupe)	poivre arc-en-ciel moulu
500 ml (2 t)	petits fleurons de brocolis (taille similaire)
1	oignon vert (en fines tranches pour la garniture)
	riz pilaf cuit (pour le service)

Marinade :

10 ml (2 c. à thé)	gingembre (fraîchement pelé et râpé)
15 ml (1 c. à soupe)	huile d'olive
15 ml (1 c. à soupe)	eau
60 ml (¼ t)	glaçage teriyaki

Marinade pour le saumon

1. Mélanger les ingrédients de la marinade dans un plat moyen.
2. Déposer le saumon dans le mélange, en l'enrobant entièrement. Laisser le saumon mariner pendant 20 à 30 minutes.

Préparation du saumon

1. Mélanger les fleurons de brocoli avec l'huile d'olive dans un bol moyen distinct jusqu'à ce qu'ils soient bien enrobés, puis saler et poivrer.
2. Placer les brocolis sur le PANIER À FRITURE, puis ajouter le saumon sur les brocolis, la peau vers le haut.
3. Déposer le PLATEAU ÉMAILLÉ dans le four, ajouter la GRILLE, puis le PANIER À FRITURE sur la GRILLE.
4. Appuyer une fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (FRITEUSE AIR). Régler la durée à 18 minutes. Appuyer sur **Marche**.
5. Une fois la cuisson terminée, retirer avec précaution du four. Saupoudrer les tranches d'oignon vert sur le saumon et les brocolis cuits.

Servir avec du riz pilaf (si désiré) et savourer!

Gâteaux méditerranéens au chou frisé de quinoa avec sauce tzatziki

Le burger végétarien par excellence. Ces délicieuses galettes sont savoureuses et divines – incroyablement satisfaisantes. Saine et super légère, la recette incluse de la sauce tzatziki relève ce divin sandwich.

Ingrédients pour les galettes de quinoa

5 ml (1 c. à thé)	sel
2,5 ml (½ c. à thé)	poivre noir
30 ml (2 c. à soupe)	jus de citron
30 ml (2 c. à soupe)	farine tout usage
30 ml (2 c. à soupe)	huile d'olive
125 ml (½ t)	fromage féta (émietté)
180 ml (¾ t)	chapelure (finement moulue)
600 ml (2 ½ t)	quinoa cuit (refroidi)
500 ml (2 t)	chou frisé vert (finement haché)
½	oignon jaune (en petits dés)
2	gousses d'ail (émincées)
3	gros œufs

Papier parchemin (coupé pour s'adapter au PANIER À FRITURE)

Pour faire le quinoa (facultatif)

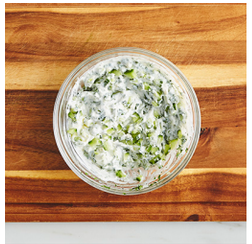
1. Dans un grand bol allant au four à micro-ondes, ajouter 250 ml (1 t) de quinoa non cuit à 500 ml (2 t) d'eau.
2. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 10 minutes. Appuyer sur **Marche**.
3. Après la cuisson, retirer soigneusement et égoutter. Laisser refroidir (environ 30 minutes).

Ingrédients pour la sauce tzatziki :

0,6 ml (⅛ c. à thé)	poivre noir
5 ml (1 c. à thé)	huile d'olive
5 ml (1 c. à thé)	sel
30 ml (2 c. à soupe)	jus de citron
60 ml (¼ t)	persil (haché)
250 ml (1 t)	yogourt grec nature
1	concombre de taille moyenne (petits dés/ épépiné)
1	gousse d'ail (émincée)

Pour faire de la sauce tzatziki :

Combiner tous les ingrédients dans un bol moyen et bien mélanger.



Pour faire des galettes :

1. Dans un plat peu profond allant au four à micro-ondes, ajouter l'huile d'olive, les oignons et l'ail. Bien mélanger.
2. Déposer le plat dans le four, appuyer 4 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 1). Régler la durée à 7 minutes. Appuyer sur **Marche**.
3. Lorsque la cuisson est terminée, ajouter le chou frisé haché et remuer. Remettre le plat au four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 3 minutes. Appuyer sur **Marche**.
4. Une fois terminé, laisser refroidir pendant 5 minutes (le chou frisé doit être vert vif et doux).
5. Dans un grand saladier, battre les œufs, le sel, le poivre et le jus de citron pour obtenir un mélange homogène.
6. Incorporer le quinoa refroidi et le féta au mélange d'œufs. Ensuite, ajouter la chapelure et la farine. Bien mélanger, ajouter au chou frisé.
7. Former le mélange en 5 galettes (utiliser 225 ml (½ t) du mélange de quinoa pour chaque galette)
8. Déposer une feuille de papier parchemin sur le PANIER À FRITURE, y mettre les galettes.
9. Mettre le PLATEAU ÉMAILLÉ dans le four, puis ajouter la GRILLE. Ensuite, installer le PANIER À FRITURE sur la GRILLE.
10. Appuyer une fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (FRITEUSE AIR). Régler la durée à 10 minutes. Appuyer sur **Marche**.
11. Lorsque la durée est écoulée, retourner les galettes et remettre au four. Appuyer une fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (FRITEUSE AIR). Régler la durée à 10 minutes. Appuyer sur **Marche**.

Servir avec la sauce tzatziki et savourer!

Conseil

Si le mélange est trop fluide, ajouter 7,5 ml (½ c. à soupe) supplémentaire de farine pour former les galettes.

Bœuf Negimaki

Version amusante des traditionnels rouleaux japonais au bœuf et oignons, le grillage est le secret pour rendre délicieux le repas de chacun avec des saveurs copieuses, une sauce spéciale et un délice à savourer.

Ingrédients

Pour la viande :

60 ml (¼ t)	sauce soja (pour badigeonner la viande)
8 à 10	oignons verts
225 g (½ lb)	cubes de bœuf dans la ronde
	sel et poivre (au goût)
	enduit à cuisson antiadhésif

Pour la sauce :

1,25 ml (¼ c. à thé)	huile de sésame
10 ml (2 c. à thé)	gingembre (fraîchement pelé et râpé)
125 ml (½ t)	sauce soya

Préparation de la trempette :

Dans un petit bol, fouetter tous les ingrédients de la sauce. Mettre de côté.

Préparation du bœuf Negimaki :

1. À l'aide d'un attendrisseur à viande, piler le bœuf à environ 3,5 mm (⅛ po) d'épaisseur.
2. Assaisonner la viande des deux côtés avec du sel et du poivre.
3. Couper les extrémités blanches des oignons verts.
4. Étaler 3 ou 4 oignons verts le long d'un bord du bœuf et rouler le bœuf fermement autour des oignons verts. Badigeonner la viande roulée de sauce soja.
5. Vaporiser la GRILLE avec de l'huile de canola, puis y déposer la viande roulée. Placer dans le PLATEAU ÉMAILLÉ, puis mettre au four.
6. Appuyer deux fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (GRILL 1). Régler la durée à 8 minutes. Appuyer sur **Marche**.
7. Lorsque le temps de cuisson est écoulé, retourner le bœuf.
8. Remettre le bœuf au four, appuyer deux fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (GRILL 1). Régler la durée à 10 minutes. Appuyer sur **Marche**.
9. Sortir du four. Trancher le bœuf en sections d'environ 2,5 cm (1 po).

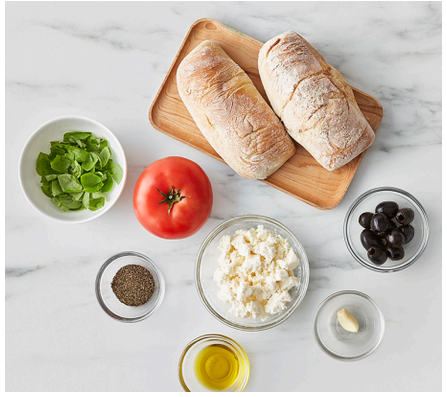
Servir avec la trempette et savourer!

Ciabatta au fromage de chèvre et basilic

Pour une collation rafraîchissante, une délicieuse entrée ou tout simplement un repas léger, notre sandwich ciabatta est aussi simple à préparer qu'à déguster. La saveur du fromage de chèvre, de l'huile d'olive et du basilic frais se marie à merveille avec la tomate et les olives.

Ingrédients

2	petits pains ciabatta
0,6 ml (⅛ c. à thé)	poivre noir
15 ml (1 c. à soupe)	basilic frais haché (pour saupoudrer)
15 ml (1 c. à soupe)	huile d'olive
125 ml (½ t)	fromage de chèvre (émietté)
1	gousse d'ail (coupée en deux)
1	tomate Beefsteak (en tranches)
8	olives noires (dénoyautées et coupées en quartiers)



Préparation

1. Couper les petits pains en deux et les placer directement sur la GRILLE dans le four.
2. Appuyer deux fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (GRILL 1). Régler la durée à 3 minutes. Appuyer sur **Marche**.
3. Frotter chaque moitié de gousse d'ail sur les petits pains légèrement grillés. Ensuite, garnir chaque moitié avec des tranches de tomate, du fromage de chèvre émietté et des olives.
4. Arroser d'huile d'olive et replacer les rouleaux sur la GRILLE dans le four.
5. Appuyer deux fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (GRILL 1). Régler la durée pour 6 à 8 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Lorsque la cuisson est terminée (ou jusqu'à ce que le fromage soit doré et bouillonnant), saupoudrer de basilic haché et assaisonner de poivre.

Burgers d'agneau

Plus tendre que le bœuf ou le porc, l'agneau est une alternative goûteuse et savoureuse. L'agneau haché et le féta peuvent être facilement transformés en burgers savoureux offrant un délicieux bouquet.

Ingrédients

454 g (1 lb)	agneau haché
60 ml (¼ t)	oignon (haché finement)
60 ml (¼ t)	persil frais
60 ml (¼ t)	origan frais
60 ml (¼ t)	menthe fraîche
125 ml (½ t)	fromage féta (émietté)
	sel et poivre au goût
	enduit à cuisson à l'huile

Préparation

1. Mélanger tous les ingrédients dans un bol moyen.
2. Former le mélange d'agneau en 4 ou 5 galettes de 1,2 cm (½ po) d'épaisseur.
3. Vaporiser la GRILLE et y déposer les galettes d'agneau.
4. Mettre le PLATEAU ÉMAILLÉ dans le four, puis ajouter la GRILLE avec les galettes d'agneau.
5. Appuyer deux fois sur **Friteuse à air/Grilloir/ Combinée** (GRILL 1), régler la durée à 8 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Lorsque la durée est écoulée, retourner les burgers d'agneau sur la GRILLE et remettre au four. Appuyer deux fois sur **Friteuse à air/Grilloir/ Combinée** (GRILL 1). Régler la durée à 7 minutes. Appuyer sur **Marche**.

Servir et déguster!

Croustilles de pommes au fromage cheddar

Si vous cherchez un substitut sain aux croustilles, une ou deux de ces croustilles de pommes au cheddar feront l'affaire. Les croustilles de pommes ont tout le croquant désiré dans une collation, et elles sont plus saines pour tout le monde.

Ingrédients

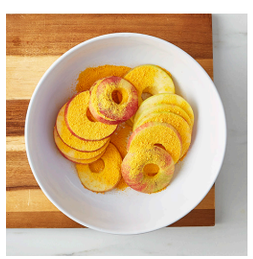
2	pommes Honeycrisp, épépinées et tranchées
30 ml (2 c. à soupe)	cheddar en poudre

Conseil

Pour des résultats plus uniformes, utiliser une mandoline

Préparation

1. Couper des pommes à 6 mm (¼ po) d'épaisseur.
2. Mettre les tranches de pommes dans un grand bol et ajouter le fromage. Bien mélanger, en enrobant toutes les pommes.
3. Disposer les tranches de pommes dans le PANIER À FRITURE.
4. Déposer la GRILLE dans le four, puis mettre dessus le PANIER À FRITURE.
5. Appuyer 11 fois sur **Cuisson par convection** [110 °C (230 °F)]. Régler la durée à 45 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Au bout de 45 minutes, retourner les pommes et appuyer 11 fois sur **Cuisson par convection** [110 °C (230 °F)]. Régler la durée à 25 minutes. Appuyer sur **Marche**. Vérifier périodiquement les pommes.
7. Après la cuisson, retirer du four et laisser refroidir pendant 30 à 45 minutes ou jusqu'à une texture croustillante.

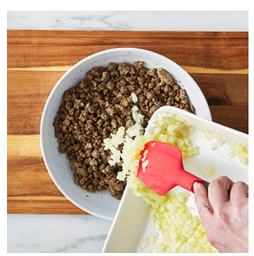


Lasagnes à la viande à base de plantes

Cette lasagne aux légumes super saine est consistante, pleine de légumes et a un goût exceptionnellement délicieux. Même les mangeurs de viande vont adorer cette recette!

Ingrédients

1,25 ml (¼ c. à thé)	poivre noir
2,5 ml (½ c. à thé)	ail en poudre
7,5 ml (½ c. à soupe)	assaisonnement italien
15 ml (1 c. à soupe)	sel kosher
30 ml (2 c. à soupe)	huile d'olive
250 ml (1 t)	oignon (haché)
250 ml (1 t)	fromage ricotta
500 ml (2 t)	fromage mozzarella (râpé)
125 ml (½ t)	fromage asiago
454 g (16 oz)	viande hachée à base de plantes (ou miettes de protéines végétariennes)
1 boîte	tomates en dés, 828 ml (28 oz)
9	pâtes à lasagnes prêtes à cuire
	fromage parmesan (au choix)
	enduit à cuisson antiadhésif



Préparation

1. Déposer les oignons hachés dans un plat allant au micro-ondes, ajouter l'huile d'olive et mélanger.
2. Mettre la GRILLE dans le four, puis y déposer le plat. Appuyer 4 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 1). Régler la durée à 8 minutes. Appuyer sur **Marche**.
3. Pendant la cuisson des oignons, déposer la viande hachée végétale dans un bol moyen allant au micro-ondes, ajouter la poudre d'ail, l'assaisonnement italien, le sel et le poivre, puis bien mélanger.
4. Retirer les oignons cuits du four. Incorporer au mélange de viande. Mettre le tout au four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 7 minutes. Appuyer sur **Marche**. À mi-cuisson, ouvrir le four et émietter le mélange à l'aide d'une fourchette, fermer la porte. Appuyer sur **Marche**.
5. Incorporer au mélange les tomates coupées en dés. Remettre le bol au four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 2 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Dans un bol séparé, mélanger la ricotta, le fromage asiago et 250 ml (1 t) de mozzarella.
7. Enduire un plat de cuisson de 23 x 23 cm (9 × 9 po) d'un enduit à cuisson. Mettre les pâtes l'une à côté de l'autre, en couvrant le fond du plat, étaler la moitié du mélange de ricotta sur les pâtes, puis une couche du mélange de viande (environ 375 ml (1 ½ t) et répéter. Étendre le reste du mélange de viande sur le dessus et saupoudrer de parmesan si désiré. Il est possible d'avoir plus ou moins de couches selon la quantité de viande entre les pâtes.
8. Mettre le plat au four. Appuyer 5 fois sur **Cuisson par convection** [190 °C (375 °F)]. Régler la durée à 30 minutes. Appuyer sur **Marche**.
9. Une fois les lasagnes cuites, les sortir avec précaution du four et les saupoudrer de mozzarella réservé [250 ml (1 t)]. Remettre au four et cuire encore 10 minutes à 190 °C (375 °F).

Laisser les lasagnes refroidir pendant cinq minutes avant de servir. Bon appétit!

Cuisson par convection

Pizza aux légumes rôtis et au gorgonzola sans gluten

Les légumes rôtis sur une croûte sans gluten sont un délice pour les amateurs de légumes. Cette recette est amoureusement chargée de légumes, d'épices et de fromages, et est garantie de satisfaire les palais, les passions et les appétits des amateurs de pizza végétarienne de votre foyer.

Ingrédients

- 1 croûte à pizza surgelée au chou-fleur
- 5 ml (1 c. à thé) huile d'olive
- 22 ml (1 ½ c. à soupe) crème épaisse
- 60 ml (¼ t) mascarpone
- 125 ml (½ t) gorgonzola effrité
- 125 ml (½ t) champignons cremini (tranchés)
- ¼ oignon rouge moyen (tranches de 3,5 mm (⅛ po))
- 1 petite/moyenne pomme de terre Russet (140 à 225 g (5 à 8 oz))
- sel et poivre (au goût)

Préparation

1. Préchauffer le four : Appuyer 4 fois sur **Cuisson par convection** [180 °C (350 °F)]. Appuyer sur **Marche** pour préchauffer (un « P » apparaît à l'écran. Lorsque le préchauffage est terminé, un « P FIN » apparaît à l'écran).
2. Trancher l'oignon à la mandoline [3,5 mm (1/8 po) d'épaisseur], le déposer dans un bol moyen avec [2,5 ml (½ c. à thé)] d'huile d'olive et une pincée de sel. Remuer pour bien enrober.
3. Laver et peler la pomme de terre. Trancher à 3,5 mm (1/8 po) d'épaisseur. Mettre dans un autre bol avec l'huile restante [2,5 ml (½ c. à thé)] et bien mélanger avec quelques grosses pincées de sel.
4. Dans un autre bol, mélanger le mascarpone et la crème épaisse. Incorporer le gorgonzola.
5. Sortir la croûte à pizza du congélateur, étaler le mélange de fromage de façon homogène sur la croûte. Disposer les tranches d'oignon sur le dessus, ajouter les tranches de pommes de terre et de champignons de manière qu'elles se chevauchent légèrement.
6. Moudre du poivre noir sur le dessus de la pizza à volonté.
7. Placer la pizza directement sur le PLATEAU ÉMAILLÉ, puis déposer sur la GRILLE dans le four.
8. Après le préchauffage, appuyer sur **Cuisson à convection**. Régler la durée pour 12 à 15 minutes. Appuyer sur **Marche**.

Conseil

Vérifier la pizza périodiquement après 12 minutes, ou jusqu'à ce que les pommes de terre brunissent et commencent à se recroqueviller.

Biscuits au pain d'épices au Bourbon

Ces biscuits au pain d'épices sont une version adulte d'un classique des fêtes de fin d'année. Ils contiennent la mélasse traditionnelle et la douceur du sucre brun, combinées à la saveur épicée du gingembre et de la cannelle, que tout le monde appréciera à coup sûr tout au long de l'année.

Ingrédients

- 1,25 ml (¼ c. à thé) sel
- 1,25 ml (¼ c. à thé) clous de girofle moulus
- 3,7 ml (¾ c. à thé) bicarbonate de soude
- 7,5 ml (1 ½ c. à thé) poudre à pâte
- 8,7 ml (1 ¾ c. à thé) cannelle moulue
- 10 ml (2 c. à thé) extrait de vanille
- 15 ml (1 c. à soupe) gingembre moulu
- 15 ml (1 c. à soupe) bourbon
- 90 ml (6 c. à soupe) beurre non salé (ramolli)
- 180 ml (¾ t) sucre brun foncé
- 750 ml (3 t) farine tout usage
- 1 gros œuf
- 125 ml (½ t) mélasse
- papier parchemin (coupé à la taille du plateau émaillé)
- gingembre confit en dés ou sucre en poudre

Préparation

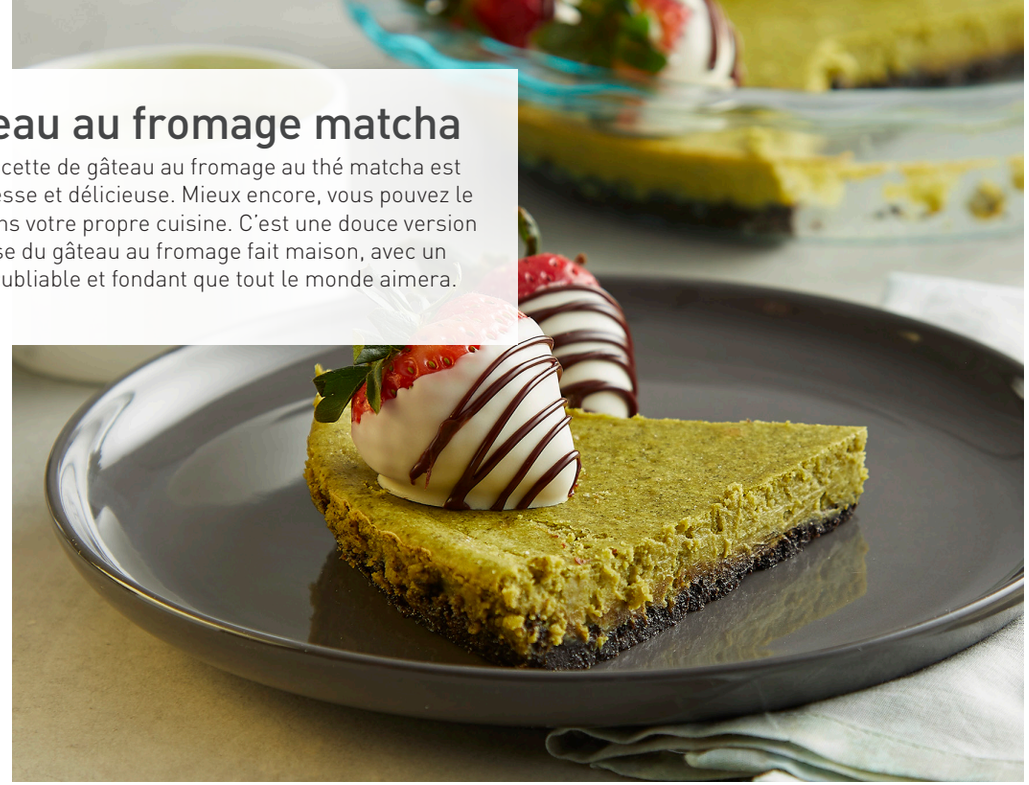
1. Dans un petit bol, fouetter ensemble la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude, le sel, le gingembre, la cannelle et les clous de girofle pour obtenir un mélange homogène.
2. Mélanger la mélasse, l'extrait de vanille et le bourbon dans un petit bol. Mettre de côté.
3. Dans un grand bol, à l'aide d'un mélangeur à main, battre le beurre, la cassonade et l'œuf à vitesse moyenne jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
4. Ajouter lentement la mélasse, l'extrait de vanille et le bourbon et continuer à mélanger jusqu'à ce que le tout soit homogène.
5. Incorporer progressivement les ingrédients secs en remuant jusqu'à ce que le mélange soit homogène et lisse.
6. Diviser la pâte en deux, rouler chaque moitié en forme de bûche et envelopper chaque morceau de pâte avec une pellicule plastique. Laisser reposer à température ambiante pendant au moins 2 heures, jusqu'à 6 heures.
7. Couper les rouleaux en tranches d'environ 6 mm (¼ po). Déposer les tranches sur du papier parchemin directement sur le PLATEAU ÉMAILLÉ. Recouvrir de dés de gingembre confit (si désiré).
8. Appuyer 5 fois sur **Cuisson par convection** [190 °C (375 °F)]. Régler la durée à 7 minutes. Appuyer sur **Marche**.

Servir et déguster!

Cuisson par convection

Gâteau au fromage matcha

Cette recette de gâteau au fromage au thé matcha est pécheresse et délicieuse. Mieux encore, vous pouvez le faire dans votre propre cuisine. C'est une douce version japonaise du gâteau au fromage fait maison, avec un goût inoubliable et fondant que tout le monde aimera.



Ingrédients

Pour la croûte

750 ml (3 t)	biscuits sandwich au chocolat à la crème (environ 20 à 22 biscuits)
45 ml (3 c. à soupe)	beurre non salé

Pour le gâteau au fromage

5 ml (1 c. à thé)	extrait de vanille
30 ml (2 c. à soupe)	thé vert matcha en poudre
150 ml (⅔ t)	sucre granulé
454 g (16 oz)	fromage à la crème (à température ambiante)
2	œufs (à température ambiante)

Facultatif :

Fraises enrobées de chocolat blanc

250 ml (1 t)	pépites de chocolat blanc
12	fraises (avec queues)

Ganache au chocolat

125 ml (½ t)	pépites de chocolat noir mi-sucré
60 ml (¼ t)	crème épaisse

Pour faire la croûte

1. Émiettre 20 à 22 biscuits au chocolat fourrés à la crème dans un robot culinaire jusqu'à ce qu'ils soient finement hachés.
2. Mettre le beurre dans un petit bol allant au four à micro-ondes et le déposer au four. Tourner le sélecteur pour afficher « 8 BEURRE » de la programmation auto à l'écran, appuyer pour confirmer. Tourner le sélecteur pour régler le poids sur 60 g (2 oz). Appuyer sur **Marche**.
3. Dans le même bol, incorporer 750 ml (3 t) de miettes de biscuits.
4. Déposer les miettes de biscuits et le mélange de beurre dans une assiette à tarte et les presser dans l'assiette, en veillant à couvrir le fond et les côtés.
5. Mettre l'assiette à tarte au four. Appuyer 4 fois sur **Cuisson par convection** [180 °C (350 °F)]. Régler la durée à 7 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Retirer délicatement la croûte cuite du four. Laisser refroidir (environ 20 à 30 minutes).

Pour faire le gâteau au fromage

1. Dans un grand bol, ajouter le fromage à la crème et le sucre, puis mélanger au batteur électrique jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
2. Ajouter les œufs, un à la fois, et continuer à battre. Ajoutez le thé vert matcha et l'extrait de vanille, puis mélangez le tout – en prenant soin d'éviter de trop mélanger.
3. Déposer à la cuillère la garniture de gâteau au fromage sur la croûte de biscuit, en la recouvrant complètement.
4. Mettre au four. Appuyer 1 fois sur **Cuisson par convection** [150 °C (300 °F)]. Régler la durée à 35 minutes. Appuyer sur **Marche**.
5. Sortir du four et laisser refroidir complètement. Réfrigérer pendant 2 à 3 heures.

Pour faire la garniture :

1. Laver les fraises et les sécher en les tapotant.
2. Déposer les pépites de chocolat blanc dans un petit bol allant au four à micro-ondes et mettre le tout au four. Tourner le sélecteur pour afficher « 7 CHOCOLAT » de la programmation auto à l'écran, appuyer pour confirmer. Tourner le sélecteur pour régler le poids sur 225 g (8 oz). Appuyer sur **Marche**.
3. Sortir le chocolat blanc fondu et remuer.
4. Plonger délicatement les fraises dans le mélange de chocolat blanc et les déposer sur le gâteau au fromage. Répéter, en plaçant les fraises en cercle.

Ganache au chocolat en option

1. Placer les pépites de chocolat noir mi-sucré dans un autre bol et ajouter la crème épaisse. Mettre le bol au four.
2. Tourner le sélecteur pour afficher « 7 CHOCOLAT » de la programmation auto à l'écran, appuyer pour confirmer. Tourner le sélecteur pour régler le poids sur 120 g (4 oz). Appuyer sur **Marche**.
3. Sortir du micro-ondes et laisser refroidir pendant 1 à 2 minutes.
4. Utiliser une cuillère pour arroser les fraises de la ganache au chocolat.

Cuisson par convection

Poulet Yakitori

Ajoutez ces brochettes de poulet d'inspiration asiatique à votre menu. Cette recette n'est rien d'autre qu'amusante, savoureuse et délicieuse. Et une que vous pouvez facilement créer et apprécier tout au long de l'année.

Ingrédients

900 g (2 lb)	cuisses de poulet (désossées et sans peau)
1	oignon
1	poivron vert
	huile d'olive

brochettes en bois trempées dans l'eau, 20 à 30 minutes

Marinade :

180 ml (¾ t)	vin de riz pour la cuisson
180 ml (¾ t)	eau
375 ml (1 ½ t)	mirin
375 ml (1 ½ t)	sauce soya
2	oignons verts (parties vertes, finement tranchées)
30 ml (2 c. à soupe)	sucre brun clair

Pour faire la sauce/marinade :

1. Mélanger les ingrédients de la marinade dans une casserole moyenne et porter à ébullition à feu moyen-élevé. Réduire le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que la sauce ait réduit de moitié. Remuer quelques fois.
2. Retirer du feu et laisser refroidir. Diviser la sauce en deux, réserver pour le service.

Nota : S'assurer que la température interne du poulet a atteint 74 °C (165 °F).

Pour faire les brochettes de poulet :

1. Couper le poulet en morceaux d'environ 2,5 cm (1 po), le faire mariner dans la moitié du mélange de sauce pendant 45 à 60 minutes.
2. Couper l'oignon en quatre et le poivron vert en morceaux de 2,5 cm (1 po).
3. Plier un morceau de poulet en deux, puis insérer la brochette dans le poulet, suivi d'un morceau de légume (ou deux), puis d'un autre morceau de poulet, puis d'un autre morceau de légume jusqu'à ce que chaque brochette comporte environ 5 à 6 morceaux de poulet. Ne pas hésiter à ajouter autant de légumes que désiré.
4. Badigeonner les brochettes de poulet avec l'huile d'olive.
5. Badigeonner la GRILLE avec de l'huile d'olive, puis y déposer les brochettes de poulet. Mettre le PLATEAU ÉMAILLÉ sous la GRILLE pour récupérer le jus de cuisson.
6. Appuyer 4 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 1). Régler la durée à 15 minutes. Appuyer sur **Marche**.
7. Retirer le poulet du four, le retourner, puis l'arroser avec la même sauce marinade.
8. Remettre au four. Appuyez 4 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 1). Régler la durée à 10 minutes. Appuyer sur **Marche**.

Servir avec la sauce réservée et savourer!

Conseil

Pour éviter les brûlures, vérifier régulièrement les brochettes après les avoir retournées.

Macaroni au fromage

Dites au revoir aux macaronis au fromage en boîte et bonjour à cette version du grand classique américain, à la fois fromagée, acidulée, croustillante et si savoureuse.

Ingrédients

2,5 ml (½ c. à thé)	paprika
10 ml (2 c. à thé)	sauce piquante
60 ml (¼ t)	chapelure Panko
125 ml (½ t)	fromage à la crème
125 ml (½ t)	fromage cheddar (râpé)
250 ml (1 t)	crème épaisse
500 ml (2 t)	macaroni en coude cuit
	sel et poivre (au goût)

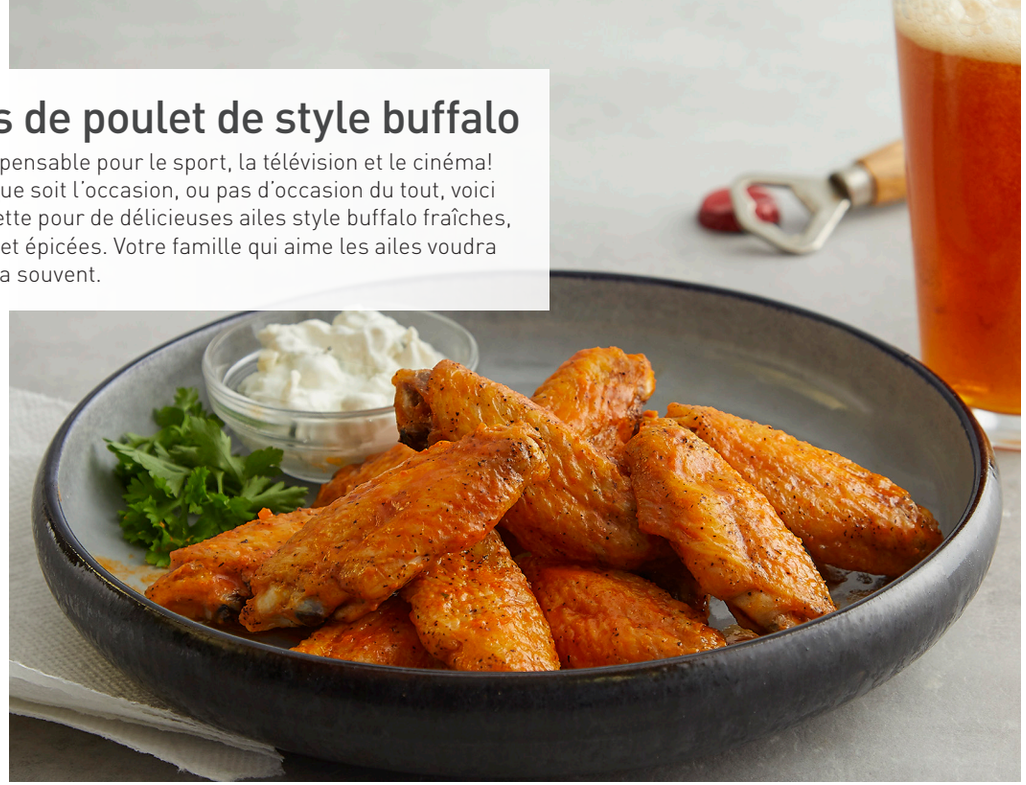
Préparation

1. Mélanger la crème épaisse, le fromage à la crème, le cheddar, la sauce piquante, le sel et le poivre dans un bol moyen allant au four à micro-ondes jusqu'à ce que le tout soit homogène. Mettre au four. Appuyer une fois sur **Micro-ondes** (1 000 W). Régler la durée à 2 minutes. Appuyer sur **Marche**.
2. Lorsque la durée est écoulée, retirer le bol du four et ajouter les macaronis cuits. Transférer le mélange de macaroni et de fromage dans un plat de cuisson de 23 x 23 cm (9 x 9 po) allant au four à micro-ondes et recouvrir de panko et saupoudrer de paprika.
3. Mettre la GRILLE dans le four. Déposer dessus le plat de cuisson. Appuyer 4 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 1). Régler la durée à 3 minutes. Appuyer sur **Marche**.

Servir et déguster!

Ailes de poulet de style buffalo

Un indispensable pour le sport, la télévision et le cinéma! Quelle que soit l'occasion, ou pas d'occasion du tout, voici une recette pour de délicieuses ailes style buffalo fraîches, tendres et épicées. Votre famille qui aime les ailes voudra faire cela souvent.



Ingrédients

12	ailes de poulet
30 ml (2 c. à soupe)	sauce piquante
30 ml (2 c. à soupe)	beurre
	sel et poivre (au goût)
	enduit à cuisson à l'huile

Nota : N'utiliser le PANIER À FRITURE que pendant le cycle de cuisson FRITEUSE À AIR.

S'assurer que la température interne du poulet a atteint 74 °C (165 °F).

Préparation

1. Déposer les ailes dans un bol, saler et poivrer.
2. Vaporiser la GRILLE avec un enduit à cuisson à huile et y disposer les ailes en une seule couche.
3. Mettre le PLATEAU ÉMAILLÉ dans le four, puis ajouter la GRILLE avec les ailes de poulets. Appuyer 5 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 2). Régler la durée à 15 minutes. Appuyer sur **Marche**.
4. Au bout de 15 minutes, sortir du four, retourner les ailes et les remettre dans le four. Appuyer 5 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 2). Régler la durée à 10 minutes. Appuyer sur **Marche**.
5. Lorsque la durée est écoulée, vaporiser le PANIER À FRITURE avec de l'huile, transférez les ailes semi-cuites dans le PANIER À FRITURE. Déposer sur la GRILLE. Appuyer une fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (FRITEUSE AIR). Régler la durée à 15 minutes. Appuyer sur **Marche**.
6. Lorsque la cuisson est terminée, enlever les ailes et réserver.
7. Mettre le beurre et la sauce piquante dans un bol moyen distinct allant au four à micro-ondes, tourner le sélecteur pour afficher « 8 BEURRE » de la programmation auto sur l'écran, appuyer sur le sélecteur pour confirmer, puis le tourner à 60 g (2 oz). Appuyez sur **Marche**.
8. Tremper les ailes dans la sauce au beurre épicée et bien mélanger.

Prendre beaucoup de serviettes et en profiter!

Pommes de terre au four

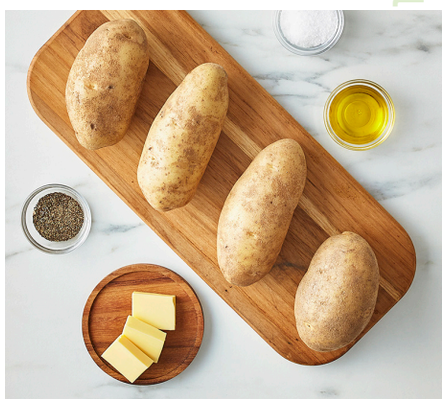
Il y a les pommes de terre au four et puis il y a les pommes de terre au four. Cette recette permet de cuire facilement des pommes de terre à l'intérieur moelleux et à la peau croustillante. Complétez avec des garnitures adaptées à votre repas ou à votre menu.

Ingrédients

4 pommes de terre Russet (taille moyenne 150 à 180 g (5 à 6 oz))
huile d'olive (pour enduire)
sel et poivre
beurre non salé
parmesan ou ciboulette (facultatif)

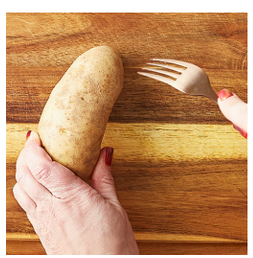
Conseil

En fonction de la taille des pommes de terre, il faudra peut-être augmenter ou réduire la durée de cuisson, laquelle est généralement de 25 à 30 minutes.



Préparation

1. Percer les pommes de terre tout autour avec une fourchette (pas profondément) et les frotter avec l'huile d'olive en les enrobant entièrement.
2. Assaisonner les pommes de terre avec du sel et du poivre à volonté.
3. Déposer les pommes de terre directement sur la GRILLE dans le four. Mettre le PLATEAU ÉMAILLÉ sous la GRILLE pour récupérer le jus de cuisson.
4. Appuyer 5 fois sur **Friteuse à air/Grilloir/Combinée** (COMBO 2). Régler la durée à 30 minutes. Appuyer sur **Marche**.
5. Vérifier les pommes de terre après 25 minutes en les perçant avec une fourchette pour vérifier leur tendreté. Si elles ne sont toujours pas prêtes, les remettre au four. Appuyer sur **Marche**.
6. Ouvrir chaque pomme de terre, saler et poivrer, puis garnir de beurre, de parmesan, de ciboulette ou de la garniture préférée.



Combinée 2

Guide de référence des préréglages et des modes de cuisson

PROGRAMMES AUTO :

Nous avons créé 21 programmes prédéfinis pour les tâches de préparation et les mets les plus populaires, afin que vous puissiez vous mettre à cuisiner d'une simple rotation du sélecteur!

1 Décongélation
2 Maïs éclaté
3 Pommes de terre
4 Légumes à la vapeur
5 Poisson frais
6 Fromage à la crème
7 Chocolat
8 Beurre
9 Gâteau
10 Biscuit
11 Pizza surgelée
12 Pizza fraîche
13 Poulet rôti
14 Cuisson lente/ragoût
15 Bœuf saignant
16 Bœuf à point
17 Thé/café
18 Lait/chocolat chaud
19 Baguette/Petits pains croutés
20 Croissants
21 Nettoyage à la vapeur

Tourner le sélecteur au préréglage souhaité, puis appuyer sur le sélecteur pour confirmer la sélection. Suivre les indications à l'écran pour la saisie de la durée, du poids ou du niveau de puissance.

Important : Pour les instructions d'utilisation complètes, étape par étape, et les consignes de sécurité, consulter la section « Utilisation » du manuel d'utilisation.

FRITEUSE À AIR / GRILLOIR / COMBINÉE

Appuyer pour choisir parmi 5 modes de cuisson :

1x FRITEUSE AIR
2x GRILL 1
3x GRILL 2
4x COMBO 1
5x COMBO 2

Tourner le sélecteur et suivre les indications de l'écran. Appuyer sur le sélecteur pour mettre l'appareil en marche.

CUISSON PAR CONVECTION

Appuyer pour régler la température :

1x 150 °C (300 °F)	8x 220 °C (425 °F)
2x 160 °C (325 °F)	9x 38 °C (100 °F)
3x 170 °C (340 °F)	10x 100 °C (215 °F)
4x 175 °C (350 °F)	11x 110 °C (230 °F)
5x 190 °C (375 °F)	12x120 °C (250 °F)
6x 205 °C (400 °F)	13x130 °C (270 °F)
7x 210 °C (410 °F)	14x140 °C (285 °F)

Appuyer sur le sélecteur pour préchauffer, ou le tourner pour régler la durée de cuisson. Appuyer sur le sélecteur pour mettre l'appareil en marche.

MICRO-ONDES

Appuyer pour régler le niveau de puissance

1x 1 000 W (Élevée)
2x 800 W (Moy.-élevée)
3x 600 W (Moyenne)
4x 440 W (Moy.-faible)
5x 300 W (Décong.)
6x 100 W (Faible)
7x Maintien au chaud

Régler la durée de cuisson en tournant le sélecteur. Appuyer sur le sélecteur pour mettre l'appareil en marche.

Raccourcis

Le manuel d'utilisation contient des **raccourcis pratiques pour le four à micro-ondes**. Cette section indique la puissance, la durée et les indications recommandées pour de nombreux aliments populaires.

Tableau de décongélation : indique la durée de décongélation, la méthode et le temps d'attente pour une variété d'aliments.

Tableaux de réchauffage et de cuisson : indiquent les niveaux de puissance recommandés, la durée approximative et les indications pour les divers aliments et poids.

Tableau des batteries de cuisine et des ustensiles : « Puis-je utiliser du papier d'aluminium? » Apprendre quel mode de cuisson permet son utilisation.

Nécessaire d'encastrement en option pour une apparence intégrée

Pour un look épuré et intégré, nous offrons en option un **nécessaire d'encastrement en acier inoxydable** (NN-TK81KCS, vendu séparément) à utiliser dans un espace d'armoire existant ou pour une rénovation personnalisée. Des vidéos éducatives sont disponibles pour aider à l'installation.

Four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1 Panasonic

Panasonic drop

collaboration

La collaboration de Panasonic avec Drop, la principale plateforme de cuisine intelligente, simplifie la vie des cuisiniers à domicile qui utilisent leurs appareils. Grâce à une navigation personnalisée adaptée spécifiquement au **four à cuisson combinée avec friteuse à air 4-en-1 de Panasonic**, les utilisateurs peuvent accéder à plusieurs fonctions évoluées conçues pour s'adapter à tous les styles de cuisson. Des fonctions utiles comme le redimensionnement des recettes ou la possibilité de remplacer les ingrédients manquants, à la recommandation de la durée exacte du temps de cuisson pour des résultats parfaits, l'intégration avec Drop a été lancée en pensant aux cuisiniers à domicile.

Pour plus de détails, visitez le site **https://drop.recipes/panasonic-usa**
ou numérisez le code ci-dessous.

Panasonic Canada
www.Panasonic.com

Le produit réel peut différer légèrement des photographies.

*En numérisant ce code QR, vous reconnaissez que vous comprenez que les informations personnellement identifiables (« IPI ») comme l'identifiant publicitaire, l'adresse IP, le code pays et les informations de géolocalisation peuvent être partagées avec Drop, un partenaire commercial de Panasonic, et le fournisseur de logiciels de technologie mobile Branch.
Politique de confidentialité de Drop : https://getdrop.com/privacy-policy et https://branch.io/discovery-policies/#privacy
Noter que Panasonic ne recueillera pas vos IPI et n'y aura pas accès, y compris, mais sans s'y limiter, les IPI recueillies par Drop. En utilisant l'application Drop Recipe, vous acceptez et reconnaissez que l'application Drop Recipe ainsi que les sites et applications de tiers ne sont pas sous le contrôle de Panasonic et ne sont pas soumis à la politique de confidentialité de Panasonic (www.panasonic.com/ca/privacy). L'application Drop Recipe (et tout autre site web/application de tiers) a sa propre politique de confidentialité, y compris celles indiquées dans ce livre. Panasonic n'est pas responsable de ces applications ou sites Web de tiers, y compris l'application Drop Recipe, et ne fournit ce livre que pour votre commodité. Vous reconnaissez que votre utilisation et votre accès à l'application Drop se font à vos propres risques. Il est de votre responsabilité de vérifier les politiques de confidentialité de Drop pour voir comment elles traitent vos IPI.