

MUFFINS ΜΕ ΚΟΜΜΑΤΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

4 ✨ 15 min. 🥄 20 min. 🍳



ΥΛΙΚΑ

125 γρ αλεύρι
½ φακελάκι μαγιά
30 γρ βούτυρο
30 γρ ζάχαρη

50 γρ σταγόνες σοκολάτας
1 αυγό
120 ml γάλα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- 1| Ανακατέψτε το γάλα, το λιωμένο βούτυρο και τα αυγά μαζί σε ένα μεγάλο μπολ. Ανακατέψτε τα υπόλοιπα υλικά σε ένα δεύτερο μπολ.
- 2| Ρίξτε το υγρό μείγμα μέσα στο στεγνό ανακατεύοντας καλά για να μην σχηματιστούν σβώλοι.
- 3| Μοιράστε το μείγμα σε ελαφρώς βουτυρωμένα φορμάκια για μάφιν και βάλτε τα στο καλάθι.
- 4| **Ψηφιακή συσκευή:** Επιλέξτε τη ρύθμιση επιδόρπιο και ψήστε στους 170°C για 20 λεπτά.
Αναλογική συσκευή: Ψήστε στους 170°C για 20 λεπτά.

ΣΟΥΦΛΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

4 ✨

20
min.



12
min.



ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ

ΥΛΙΚΑ

100 γρ μαύρη σοκολάτα
3 αυγά (1 κρόκος + 3 ασπράδια)
100 ml γάλα πλήρες

40 γρ ζάχαρη
1 κ.γλ. κορν φλάουρ
25 γρ βούτυρο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- 1| Σπάστε τη σοκολάτα σε κομμάτια και λιώστε σε μπεν μαρί ή φούρνο μικροκυμάτων σε χαμηλή ισχύ. Χωρίστε τα ασπράδια από τους κρόκους και κρατήστε 3 ασπράδια και 1 κρόκο.
- 2| Ανακατέψτε τον κρόκο με το κορν φλάουρ σε ένα μπολ. Βράστε το γάλα και 30 γραμμάρια ζάχαρης και ανακατέψτε το στο μείγμα κρόκου αυγού-κορν φλάουρ. Ξαναβάλτε το μείγμα στη κατσαρόλα και ανακατεύετε συνεχώς σε χαμηλή φωτιά. Ρίξτε τη σοκολάτα και αφήστε το μείγμα στην άκρη να κρυώσει.
- 3| Χτυπήστε τα ασπράδια μέχρι να σφίξουν και ανακατέψτε απαλά μέσα στη ζεστή κρέμα σοκολάτας.
- 4| Βουτυρώστε 4 μεγάλα ραμεκίν, πασπαλίστε 10 γρ ζάχαρης και ρίξτε το μείγμα μέχρι τα 2/3 του ύψους των φορμών. Τοποθετήστε τα ραμεκίν στο καλάθι του Easy Fry & Grill.
- 5| **Ψηφιακή συσκευή:** Επιλέξτε τη ρύθμιση DESSERT σε 12 λεπτά στους 160°C.
Αναλογική συσκευή: Ρυθμίστε σε 12 λεπτά στους 160°C.

ΡΟΛΑΚΙΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ

4/6 

30
min.



11
min.



ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ



ΥΛΙΚΑ

190 γρ αμύγδαλα αλεσμένα
30 γρ βούτυρο
6 φύλλα ζαχαροπλαστικής

2 κ.γλ. άρωμα άνθους πορτοκαλιού
1 αυγό
120 γρ. μέλι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- 11 Αφήστε στην άκρη 3 κ.σ. μέλι. Σε ένα μεγάλο μπολ, ανακατέψτε τα αλεσμένα αμύγδαλα, το λιωμένο βούτυρο, το άρωμα άνθους πορτοκαλιού και το μέλι. Πλάστε την πάστα σε ρολό και κόψτε σε κομμάτια 7 εκ.
- 21 Κόψτε τα φύλλα ζαχαροπλαστικής στη μέση και τοποθετήστε ένα ρολό από το μείγμα πάστας στο φύλλο. Αλείψτε παντού με χτυπημένο αυγό και μετά ξεκινήστε να τυλίγετε, διπλώνοντας τις άκρες και τελειώνοντας τυλίγοντας σε σχήμα πούρου. Επαναλάβετε τη διαδικασία μέχρι να τα ρολάρετε όλα.

Τοποθετήστε χαρτί ψησίματος στο Easy Fry & Grill και τοποθετήστε τα ρολά στο καλάθι.

- 31 **Ψηφιακή συσκευή:** Επιλέξτε τη ρύθμιση ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ και μαγειρέψτε στους 180°C για 8 λεπτά, στη συνέχεια προσθέστε το μέλι και συνεχίστε το μαγείρεμα για άλλα 3 λεπτά.

Αναλογική συσκευή: Ψήστε στους 180°C για 8 λεπτά, προσθέστε το μέλι και συνεχίστε το μαγείρεμα για άλλα 3 λεπτά.

ΤΣΙΓΣ ΑΠΟΞΗΡΑΜΕΝΩΝ ΜΗΛΩΝ

4 ✨

15
min.



1
hr.



ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ

ΥΛΙΚΑ

1 μήλο
½ λεμόνι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- 11 Στύψτε το μισό λεμόνι. Πλύντε το μήλο και αφαιρέστε τον πυρήνα και μετά κόψτε το φρούτο σε λεπτές λωρίδες με ένα μαντολίνο ή ένα κοφτερό μαχαίρι.
- 21 Χρησιμοποιήστε ένα πινέλο για να αλείψετε και τις δύο πλευρές των φετών μήλου με χυμό λεμονιού και στη συνέχεια τοποθετήστε τις στο καλάθι του Easy Fry & Grill, με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη απόσταση μεταξύ τους.

- 31 **Μόνο για την ψηφιακή έκδοση:** Ρυθμίστε χειροκίνητα τη θερμοκρασία στους 80°C για 4 ώρες. Μόλις ολοκληρωθεί το πρόγραμμα, αφήστε τα μήλα στο καλάθι και απενεργοποιήστε τη μηχανή σας. Αφήστε τα να στεγνώσουν όλη τη νύχτα πριν τα φάτε την επόμενη μέρα.

TIP

Αποθηκεύστε τις αποξηραμένες φέτες μήλου σε ένα αεροστεγές δοχείο και φάτε με γκρανόλα ή ως υγιεινό σνακ.