

Continue



de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 8. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur MD. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Mélanger les ingrédients, puis ajouter les boulettes de viande et laisser mijoter pendant 10 minutes. Baisser la température si la sauce commence à bouillir. 9. Au bout de 10 minutes, incorporer la ricotta. Recouvrir le mélange de pâtes avec la mozzarella. 10. Sélectionner BAKE/ROAST, régler la température à 160 °C et la durée de cuisson à 5 minutes, ou jusqu'à obtention d'un fromage fondu et légèrement doré. 11. Lorsque la cuisson est terminée, servir immédiatement. 60 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 61 Plats principaux Poulet surgelé à la marocaine et riz TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | CUISSON : 37 À 40 MINUTES | QUANTITÉ : 2 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ASTUCE : cette recette est adaptée uniquement au poulet surgelé. Ingrédients Instructions 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, à ajouter séparément 1. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur HL. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Laisser préchauffer pendant 5 minutes. 2. Au bout de 5 minutes, ajouter 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et l'oignon. Cuire pendant 3 minutes, en mélangeant de temps à autre, jusqu'à ce que l'oignon dégage d'agréables fumets. Ajouter le riz sauvage, 2 cuillères à café de sel et l'assaisonnement marocain. Cuire en mélangeant de temps à autre, jusqu'à ce que le riz soit enrobé d'huile et brillant. Ajouter le bouillon de poulet et mélanger pour incorporer. 3. Placer les blancs de poulet surgelés sur la grille réversible, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer la grille dans la cuve, au-dessus du mélange de riz. 4. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. 5. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 22 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 6. Pendant la cuisson du poulet et du riz, mélanger les haricots verts dans un bol avec le reste d'huile, de sel et de poivre. 7. Lorsque la cuisson sous pression est terminée, laisser la pression s'évacuer naturellement pendant 10 minutes. Au bout de 10 minutes, relâcher rapidement la pression restante en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 8. Retirer la grille réversible de la cuve. Incorporer le persil avec le riz. 9. Badigeonner les blancs de poulet de sauce miel et moutarde, puis remettre la grille réversible dans la cuve, au-dessus du riz et des haricots verts. 10. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner GRILL et régler la durée de cuisson sur 10 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 11. Lorsque la cuisson est terminée, vérifier que le poulet est bien cuit. Servir le poulet avec les haricots verts et le riz. 1 petit oignon, pelé et coupé en dés 160 g de riz sauvage 3 cuillères à café de sel de mer, à ajouter séparément 1 cuillère à soupe de ras el-hanout (assaisonnement marocain) 175 ml de bouillon de poulet 2 blancs de poulet crus et surgelés (env. 220 à 280 g chacun) 340 g de haricots verts, équeutés 1 cuillère à soupe de poivre noir, à ajouter séparément 5 g de persil frais haché 50 g de sauce miel et moutarde 62 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 63 Plats principaux Saumon glacé au miso et chou pak Choi TEMPS DE PRÉPARATION AVEC LA DÉCONGÉLATION : 10 MINUTES | CUISSON : 7 À 9 MINUTES QUANTITÉ : 4 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ASTUCE : envie d'utiliser du saumon frais à la place du saumon surgelé ? Cuisinez sous pression uniquement le riz. Ajoutez les filets de saumon frais comme indiqué à l'étape 6. À l'étape 7, faites griller le saumon pendant maximum 15 minutes, ou jusqu'à ce que la température interne atteigne 63 °C. Ingrédients Instructions 200 g de riz au jasmin, rincé 1. Placer le riz et 110 ml d'eau dans la cuve. Remuer pour bien mélanger. Placer la grille réversible dans la cuve, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. 180 ml d'eau, à ajouter séparément 4 filets de saumon surgelés et sans la peau (env. 113 g et 2,5 cm d'épaisseur chacun) 1 cuillère à café de sel de mer 2 cuillères à soupe de pâte de miso rouge 2 cuillères à soupe de beurre mou 2 têtes de pak Choi nain, avec les côtes, rincées et coupées en deux 6x 10 cm de mirin 1 cuillère à café d'huile de sésame Graines de sésame, pour la garniture 2. Assaisonner le saumon avec le sel, puis le disposer sur la grille. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. 3. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 2 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 4. Pendant la cuisson du saumon et du riz, incorporer le miso et le beurre pour former une pâte. Mélanger le pak Choi avec le mirin et l'huile de sésame. 5. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 6. Sécher délicatement le saumon en tamponnant avec de l'essuie-tout. Puis étaler uniformément le mélange de miso et de beurre au-dessus des filets. 7. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 30 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 8. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. Si besoin, ajouter plus de granulés instantanés pour épaissir davantage. 9. Placer la grille réversible dans la cuve sur le râgoût, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer les tranches de pain sur la grille. 10. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner GRILL et régler la durée de cuisson sur 5 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 11. Lorsque la cuisson est terminée, servir le râgoût de bœuf avec le pain grillé. Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 67 Plats principaux Râgoût de pennes et saucisses TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MINUTES | CUISSON : 28 MINUTES | QUANTITÉ : 6 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE Ingrédients Instructions 2 cuillères à soupe d'huile végétale 500 g de saucisses de porc crues, sans la peau (ou utiliser de la chair à saucisse) 500 g de saucisses fumées, coupées en dés 1 cuillère à café de cumin 1 cuillère à café de graines de fenouil 1 cuillère à café de coriandre ½ cuillère à café d'ail en poudre ½ cuillère à café d'oignon en poudre 2 carottes, pelées et coupées en dés 4 branches de céleri, coupées en dés 1 gros oignon blanc, pelé et coupé en dés 4 gousses d'ail, pelées et émincées 3 bocaux de poivrons rouges grillés de 460 g, égouttés et réduits en purée 250 ml de bouillon de poulet 250 ml de crème fraîche épaisse 1 cuillère à soupe de sel de mer 1 cuillère à soupe de romarin frais, haché 500 g de pennes 125 g de mozzarella au lait entier, coupée en dés 110 g de mozzarella râpée 1. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur HL. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Laisser préchauffer pendant 5 minutes. 68 | Les festins Food! 2. Au bout de 5 minutes, ajouter l'huile végétale et les deux sortes de saucisses dans la cuve, au-dessus du riz et des haricots verts. 10. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner GRILL et régler la durée de cuisson sur 7 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson et vérifier au bout de 5 minutes. 8. Lorsque la cuisson est terminée, retirer le saumon de la grille, puis servir avec le pak Choi et le riz. Garnir de graines de sésame, selon les goûts. 64 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 65 Plats principaux Râgoût de bœuf à la moutarde TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MINUTES | CUISSON : 1 HEURE ET 8 MINUTES | QUANTITÉ : 4 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE Ingrédients Instructions 1 gros oignon, pelé, coupé en deux. 1. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur MD:HL. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Laisser préchauffer pendant 5 minutes. 2 cuillères à soupe d'huile d'olive 2. Au bout de 5 minutes, mettre l'oignon et l'huile d'olive dans la vraie xtrier cuve. Cuire pendant 2 minutes, puis ajouter le sel, l'origan, le basilic, 1 cuillère à café de sel de mer fin le poivre noir et le piment rouge broyé. Poursuivre la cuisson en remuant de temps à autre, jusqu'à ce que les oignons soient ½ cuillère à soupe de romarin séché légèrement caramélisés et translucides, pendant environ 5 minutes. ½ cuillère à café de basilic séché 3. Ajouter les ingrédients restants dans la cuve, à l'exception de la ½ de cuillère à café de poivre mozzarella et des tranches de pepperoni. Placer le couvercle de noir moulu cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. ¼ de cuillère à café de piment 4. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 30 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 5. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner BAKE/ROAST, régler la température à 190 °C et la durée de cuisson entre 7 et 10 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Vérifier régulièrement la cuisson pour éviter de brûler le fromage. 6. Lorsque la cuisson est terminée, servir immédiatement. 3 petits pains au lait, coupés en cubes de 2,5 cm x 10 tranches de provolone (peut être remplacé par de l'emmental ou de la mozzarella) 72 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 73 Plats principaux Porc effiloché TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | CUISSON : 53 À 55 MINUTES | QUANTITÉ : 6 À 8 PORTIONS RECETTE NIVEAU DÉBUTANT ASTUCE : si vous préférez des saveurs BBQ légèrement plus sucrés, ajoutez 1 à 2 cuillères à soupe de sucre roux à l'étape 5. Ingrédients Instructions 1 à 1,3 kg d'épaule de porc cru, sans os et sans gras, coupé en cubes de 5 cm 1. Placer le porc, les épices et le vinaigre dans la cuve. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. 3 cuillères à soupe de mélange d'épices pour barbecue 2. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 35 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 1 cuillère à soupe d'ail en poudre 2 cuillères à café de sel de mer 240 ml de vinaigre de cidre de pomme 170 g de concentré de tomate 3. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 4. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur MD:HL. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 5. Ajouter le concentré de tomate et mélanger pour incorporer. Laisser le porc mijoter pendant 10 minutes, ou jusqu'à ce que le liquide réduise de moitié. Remuer de temps à autre à l'aide d'une cuillère en bois ou d'une spatule pour effiloche le porc. 6. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner BAKE/ROAST, régler la température à 180 °C et la durée de cuisson à 10 minutes. 7. Lorsque la cuisson est terminée, servir immédiatement. Servir avec de la salade de chou dans des pains à burger briochés. 74 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 75 Plats principaux Travers de porc caramélisés style St-Louis TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 42 MINUTES QUANTITÉ : 4 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ASTUCE : le support de rôtiissage Ninja® permet de maintenir facilement les travers de porc lors de la cuisson. Accessoire vendu séparément. Ingrédients Instructions 30 g d'épices barbecue à badigeonner 1. Dans un petit bol, incorporer les épices barbecue à badigeonner, le sel et le sucre roux. Assaisonner uniformément les travers avec le mélange d'épices. 1 cuillère à soupe de sel de mer fin Pour garnir 6. Retirer la feuille d'aluminium et répartir uniformément la garniture sur les fruits. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner AIR CRISP, régler la température sur 200 °C et la durée de cuisson sur 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 9. Au bout de 10 minutes, ouvrir le couvercle de rôtiissage et badigeonner généreusement les travers de sauce barbecue. Refermer le couvercle et continuer la cuisson pendant 5 minutes de plus. 7. La cuisson est terminée lorsque la température interne atteint 85 °C. Les travers sont alors prêts à être servis. 76 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 77 Plats principaux Poulet teriyaki, brocoli et riz TenderCrisp® 101 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 32 MINUTES QUANTITÉ : 2 PORTIONS RECETTE NIVEAU DÉBUTANT Ingrédients Instructions 200 g de riz blanc à grain long, rincé 1. Dans la cuve, placer le riz, le bouillon de poulet, les légumes surgelés, ½ cuillère à café de sel et 1 cuillère à café de poivre. Mélanger pour incorporer. 225 ml de bouillon de poulet 100 g de légumes variés surgelés 1 cuillère à café de sel de mer fin, à ajouter séparément 2 cuillères à café de poivre noir moulu, à ajouter séparément 2 blancs de poulet crus et frais, sans peau ni os (env. 200 g chacun) ½ tête de brocoli, coupée en fleurettes de 5 cm 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge 120 ml de sauce teriyaki 2. Placer les blancs de poulet sur la grille réversible, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer la grille dans la cuve, au-dessus du mélange de riz. 3. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 19 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 4. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 5. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner AIR CRISP, régler la température sur 200 °C et la durée de cuisson sur 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 9. Au bout de 10 minutes, ouvrir le couvercle de rôtiissage et badigeonner généralement les travers de sauce barbecue. Refermer le couvercle et continuer la cuisson pendant 5 minutes de plus. 7. La cuisson est terminée lorsque la température interne atteint 85 °C. Les travers sont alors prêts à être servis. 76 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 77 Plats principaux Poulet teriyaki, brocoli et riz TenderCrisp® 101 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 32 MINUTES QUANTITÉ : 2 PORTIONS RECETTE NIVEAU DÉBUTANT Ingrédients Instructions 200 g de riz blanc à grain long, rincé 1. Dans la cuve, placer le riz, le bouillon de poulet, les légumes surgelés, ½ cuillère à café de sel et 1 cuillère à café de poivre. Mélanger pour incorporer. 225 ml de bouillon de poulet 100 g de légumes variés surgelés 1 cuillère à café de sel de mer fin, à ajouter séparément 2 cuillères à café de poivre noir moulu, à ajouter séparément 2 blancs de poulet crus et frais, sans peau ni os (env. 200 g chacun) ½ tête de brocoli, coupée en fleurettes de 5 cm 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge 120 ml de sauce teriyaki 2. Placer les blancs de poulet sur la grille réversible, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer la grille dans la cuve, au-dessus du mélange de riz. 3. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 2 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 4. Pendant la cuisson du poulet et du riz, mélanger dans un saladier le brocoli avec l'huile d'olive et le reste de sel et de poivre. 5. Lorsque la cuisson sous pression est terminée, laisser la pression s'évacuer naturellement pendant 10 minutes. Au bout de 10 minutes, relâcher rapidement la pression restante en tournant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 6. Badigeonner généralement le dessus des blancs de poulet avec la sauce teriyaki. Ajouter le brocoli sur la grille, autour du poulet. 7. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner GRILL et régler la durée de cuisson sur 10 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 8. Au bout de 8 minutes, vérifier si le contenu a le rendu souhaité. La cuisson est terminée lorsque la température interne du poulet atteint 74 °C. Servir le poulet avec le riz et le brocoli. 78 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 79 Plats principaux Pain de viande style tex-mex SEAR/SAUTÉ et régler sur MD:HL. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 5. Ajouter le concentré de tomate et mélanger pour incorporer. Laisser le porc mijoter pendant 10 minutes, ou jusqu'à ce que le liquide réduise de moitié. Remuer de temps à autre à l'aide d'une cuillère en bois ou d'une spatule pour effiloche le porc. 6. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner BAKE/ROAST, régler la température à 180 °C et la durée de cuisson à 10 minutes. 7. Lorsque la cuisson est terminée, servir immédiatement. Servir avec de la salade de chou dans des pains à burger briochés. 74 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 75 Plats principaux Travers de porc caramélisés style St-Louis TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 42 MINUTES QUANTITÉ : 4 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ASTUCE : le support de rôtiissage Ninja® permet de maintenir facilement les travers de porc lors de la cuisson. Accessoire vendu séparément. Ingrédients Instructions 30 g d'épices barbecue à badigeonner 1. Dans un petit bol, incorporer les épices barbecue à badigeonner, le sel et le sucre roux. Assaisonner uniformément les travers avec le mélange d'épices. 1 cuillère à soupe de sel de mer fin Pour garnir 6. Retirer la feuille d'aluminium et répartir uniformément la garniture sur les fruits. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner AIR CRISP, régler la température sur 200 °C et la durée de cuisson sur 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 9. Au bout de 10 minutes, ouvrir le couvercle de rôtiissage et badigeonner généralement les travers de sauce barbecue. Refermer le couvercle et continuer la cuisson pendant 5 minutes de plus. 7. La cuisson est terminée lorsque la température interne atteint 85 °C. Les travers sont alors prêts à être servis. 76 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 77 Plats principaux Poulet teriyaki, brocoli et riz TenderCrisp® 101 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 32 MINUTES QUANTITÉ : 2 PORTIONS RECETTE NIVEAU DÉBUTANT Ingrédients Instructions 200 g de riz blanc à grain long, rincé 1. Dans la cuve, placer le riz, le bouillon de poulet, les légumes surgelés, ½ cuillère à café de sel et 1 cuillère à café de poivre. Mélanger pour incorporer. 225 ml de bouillon de poulet 100 g de légumes variés surgelés 1 cuillère à café de sel de mer fin, à ajouter séparément 2 cuillères à café de poivre noir moulu, à ajouter séparément 2 blancs de poulet crus et frais, sans peau ni os (env. 200 g chacun) ½ tête de brocoli, coupée en fleurettes de 5 cm 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge 120 ml de sauce teriyaki 2. Placer les blancs de poulet sur la grille réversible, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer la grille dans la cuve, au-dessus du mélange de riz. 3. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 19 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 4. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 5. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner AIR CRISP, régler la température sur 200 °C et la durée de cuisson sur 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 9. Au bout de 10 minutes, ouvrir le couvercle de rôtiissage et badigeonner généralement les travers de sauce barbecue. Refermer le couvercle et continuer la cuisson pendant 5 minutes de plus. 7. La cuisson est terminée lorsque la température interne atteint 85 °C. Les travers sont alors prêts à être servis. 76 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 77 Plats principaux Poulet teriyaki, brocoli et riz TenderCrisp® 101 TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | DURÉE TOTALE DE CUISSON : 32 MINUTES QUANTITÉ : 2 PORTIONS RECETTE NIVEAU DÉBUTANT Ingrédients Instructions 200 g de riz blanc à grain long, rincé 1. Dans la cuve, placer le riz, le bouillon de poulet, les légumes surgelés, ½ cuillère à café de sel et 1 cuillère à café de poivre. Mélanger pour incorporer. 225 ml de bouillon de poulet 100 g de légumes variés surgelés 1 cuillère à café de sel de mer fin, à ajouter séparément 2 cuillères à café de poivre noir moulu, à ajouter séparément 2 blancs de poulet crus et frais, sans peau ni os (env. 200 g chacun) ½ tête de brocoli, coupée en fleurettes de 5 cm 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge 120 ml de sauce teriyaki 2. Placer les blancs de poulet sur la grille réversible, en veillant à ce qu'elle soit en position haute. Placer la grille dans la cuve, au-dessus du mélange de riz. 3. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 19 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 4. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 5. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner AIR CRISP, régler la température à 180 °C et la durée de cuisson à 15 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 7. Pendant la cuisson du pain de viande, incorporer dans un bol les chips de maïs émietées avec les 2 cuillères à soupe de sauce barbecue restantes. 8. Au bout de 7 minutes, ouvrir le couvercle et recouvrir le pain de viande avec le mélange de chips tortillas. Fermer le couvercle pour continuer la cuisson. 9. Lorsque la cuisson est terminée, retirer le pain de viande de la cuve et laisser refroidir 10 minutes avant de servir. 80 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 81 Plats principaux Nachos au poulet renversés TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | CUISSON : 25 À 30 MINUTES | QUANTITÉ : 8 PORTIONS RECETTE NIVEAU AVANCE Ingrédients Instructions 4 blancs de poulet crus surgelés, sans peau (env. 220 à 340 g chacun) 1. Placer le poulet surgelé et la salsa dans la cuve. Placer le couvercle de cuisson sous pression. Vérifier que la soupape de décompression se trouve sur la position SEAL. 1 bocal de red salsa (salsa mexicaine) de 450 g 2. Sélectionner PRESSURE et régler sur HIGH. Régler la durée de cuisson sur 12 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 435 g de frites/les frits (haricots frits) en boîte 1 cuillère à soupe de sel de mer 2 cuillères à soupe d'assaisonnement pour tacos 110 g de chips tortillas, à ajouter séparément 340 g de fromage râpé, à ajouter séparément Garnitures Guacamole Sour cream (crème aigre) Oignons nouveaux, émincés 82 | Les festins Food! 3. Lorsque la cuisson est terminée, relâcher rapidement la pression en déplaçant la soupape de décompression sur la position VENT. Retirer le couvercle avec précaution lorsque l'appareil a fini de relâcher la pression. 50 g de flocons d'avoine 50 g de sucre roux 2 cuillères à soupe de sucre semoule 100 g de beurre doux 1 cuillère à café de cannelle moulue ¼ de cuillère à café de sel de mer fin Pour garnir 6. Retirer la feuille d'aluminium et répartir uniformément la garniture sur les fruits. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner AIR CRISP, régler la température sur 180 °C et la durée de cuisson sur 10 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. Cuire jusqu'à ce que le dessus soit doré et que les fruits fassent des bulles. Retourner à mi-cuisson. Si besoin, couvrir de feuille d'aluminium pour éviter de brûler. Si besoin, cuire 5 minutes de plus. 7. Lorsque la cuisson est terminée, retirer la grille avec le plat de la cuve et servir avec la crème glacée à la vanille. Crème glacée à la vanille 86 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 87 Desserts Popcorn au caramel TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MINUTES | CUISSON : 20 MINUTES | QUANTITÉ : 1 À 6 PORTIONS RECETTE NIVEAU INTERMÉDIAIRE Veuillez noter qu'il faudra utiliser le couvercle d'une autre cuve de cuisson, adapté à la partie supérieure de la cuve Foodi. Ingrédients Instructions 130 g de maïs à éclater 1. Placer l'huile végétale dans la cuve, sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur MD:HL. Appuyer sur START/STOP et laisser chauffer l'huile pendant 2 minutes. 3 cuillères à soupe d'huile végétale 200 g de beurre coupé en cubes (du beurre végétal peut être utilisé) 200 g de cassonade blonde 2 cuillères à café de flocons de sel de mer 2 cuillères à café d'extrait de vanille 1 cuillère à café de bicarbonate de soude 2. Verser le maïs à éclater dans la cuve chaude et refermer le couvercle de rôtiissage. 3. Le maïs va commencer à éclater au bout d'une minute environ. Cela va continuer jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grain à éclater. On peut savoir que le popcorn est prêt lorsque les bruits de grains qui éclatent s'espacent de 1 à 2 secondes. Le processus va prendre entre 5 et 8 minutes. 4. Verser le popcorn dans un plat au four et laisser refroidir. Nettoyer la cuve. 5. Sélectionner SEAR/SAUTÉ et régler sur MD/HL. Appuyer sur START/STOP. Faire fondre le beurre dans la cuve. Ajouter la cassonade blonde au beurre fondu et mélanger jusqu'à dissolution du sucre. Porter à ébullition le mélange de sucre et de beurre. Laisser mijoter 5 minutes sans mélanger. 6. Après avoir laissé mijoter pendant 5 minutes, ajouter l'extrait de vanille et le sel de mer. Puis ajouter le bicarbonate de soude. 7. Verser le caramel sur le popcorn et incorporer à l'aide d'une cuillère jusqu'à enrober complètement le popcorn. 88 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 89 Desserts Lemon Drizzle cake (gâteau moelleux au citron) au chocolat noir TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MINUTES | CUISSON : 30 À 35 MINUTES | QUANTITÉ : 6 À 8 RECETTE NIVEAU DÉBUTANT Veuillez noter que le récipient multiusage Ninja® est vendu séparément. Ingrédients Instructions 125 g de beurre mou 1. Fermer le couvercle de rôtiissage. Préchauffer l'appareil en sélectionnant BAKE/ROAST, et régler la température à 170 °C et la durée de cuisson à 5 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 125 g de sucre semoule 2 œufs 150 g de farine auto-levante 1 cuillère à café de levure chimique 1 citron, zeste 1 cuillère à soupe de lait 75 g de chocolat noir, grossièrement haché 50 g de sucre semoule 1 citron, jus 2. Pendant que l'appareil préchauffe, graisser un moule à gâteau de 20 cm de diamètre avec du beurre, puis couvrir le fond avec du papier cuisson. 3. Dans un grand saladier, fouetter le beurre et le sucre jusqu'à obtention d'une crème légère. Incorporer un œuf à la fois, puis la farine, la levure chimique, le zeste de citron et le lait. Ajouter le chocolat noir. Verser la pâte dans le moule avec une cuillère. 4. Une fois l'appareil préchauffé, placer la grille réversible dans la cuve de cuisson, en veillant à ce qu'elle soit en position basse. Disposer le moule à gâteau sur la grille. Fermer le couvercle de rôtiissage. Sélectionner BAKE/ROAST, régler la température à 170 °C et la durée de cuisson à 35 minutes. Appuyer sur START/STOP pour démarrer la cuisson. 5. Vérifier le gâteau au bout de 20 minutes. S'il commence à être un peu trop doré, couvrir de feuille d'aluminium. Vérifier de nouveau le gâteau au bout de 30 minutes, en utilisant un bâtonnet en bois pour vérifier qu'il est cuit. Poursuivre la cuisson si ce n'est pas le cas. 6. Lorsque le gâteau est cuit, sortir le moule de la cuve avec beaucoup de précaution. Mélanger le reste de sucre semoule avec le jus de citron et verser sur le gâteau chaud. 7. Laisser refroidir avant de déguster, bien qu'il soit aussi excellent chaud ! 90 | Les festins Food! Le robot de cuisson multi-fonctions Ninja Foodi | 91 Multicouleur Les festins Food! Inspiration culinaire pour le OP300 et collection pour le robot de cuisson multi-fonctions Foodi Envie d'élaborer chaque jour de délicieux plats, accompagnements et desserts pendant un mois entier ? C'est plus que possible, grâce à cette collection exclusive de recettes officielles pour le robot de cuisson multi-fonctions Foodi. Soupes, entrées, en-cas légers, plats principaux réconfortants, ou encore savoureuses petites douceurs... Ces succulentes recettes s'inspirent de la cuisine internationale. Rapides, simples et appétissantes. Le plus dur reste à savoir ce que vous allez cuisiner en premier ! Vous cherchez plus de recettes ? Pour encore plus d'inspiration, rendez-vous sur cookingcircle.com Cooking Circle est un espace qui réunit tous vos besoins en matière de recettes, que vous cherchiez des idées simples de plats en semaine ou d'incroyables menus pour épater vos convives. © 2021 SharkNinja Operating LLC. FOODI et NINJA sont des marques déposées de SharkNinja Operating LLC. Ninja_Foodi_OP300_CKKB_2110129_Mv1_FR-FR