

COSO®
DESIGN

COSO
DESIGN

COOKBOOK
HEISSLUFTFRITTEUSE
HOT AIR FRYER
AF 400





**SEITE
PAGE**

**INHALT
CONTENTS**

8 - 13

KARTOFFELGERICHTE

POTATO DISHES

14 - 17

FLEISCHGERICHTE

MEAT DISHES

18 - 21

FISCHGERICHTE

FISH DISHES

22 - 31

SPECIALS

SPECIALS

VORWORT

FOREWORD

Liebe Kundin, lieber Kunde!

Vielen Dank, dass Sie sich für eine CASO Fritteuse entschieden haben. Wir versichern Ihnen, dass Sie damit die richtige Wahl getroffen haben, um eine Anzahl von leckeren Rezepten schnell und einfach zubereiten zu können.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß damit und einen guten Appetit!

Bei Fragen zu unserem Gerät können Sie gerne jederzeit unseren Kundenservice kontaktieren. Bitte beachten Sie auch die dem Produkt beigelegte Bedienungsanleitung.

Dear customer!

Thank you for choosing a CASO fryer. We assure you that you have made the right choice to make a number of delicious recipes quickly and easily.

Have fun and enjoy your meal!

If you have any questions concerning our product you can surely contact our customer service at any time. Please consider also the operation manual of the device.

BASICS

TIPPS ZUM ZUBEREITEN

- Das Durchschütteln kleiner Lebensmittel nach der Hälfte der Frittierzeit optimiert das Endergebnis und verhindert ungleichmäßig gegarte Lebensmittel.
- Fügen Sie zu frischen Kartoffeln vor dem Frittieren etwas Öl hinzu, damit diese knusprig werden.
- Gerichte, die im Umluft-Ofen zubereitet werden, können auch in diesem Gerät zubereitet werden.
- Verwenden Sie Fertigteig, um gefüllte Snacks schnell und einfach herzustellen. Dieser braucht eine geringere Frittierzeit als selbstgemachter Teig.
- Legen Sie ein Stück Backpapier bei paniertem Gargut oder Käse mit in den Frittierkorb, um die Reinigung zu erleichtern.

TIPS FOR PREPARING

- *Shaking small food after half of the cooking time optimizes the final result and prevents unevenly cooked food.*
- *Add some oil to fresh potatoes before frying to make them crispy.*
- *Dishes that can be prepared in a convection oven, can also be prepared in this appliance.*
- *Use a premade dough to make filled-snacks quickly and easy. This needs a shorter frying time than homemade dough.*
- *Place a piece of parchment paper along with breaded food or cheese into the frying basket for an easy cleaning.*

IM DETAIL *IN DETAIL*

Bedienfeld
control panel

Frittierkorb
frying basket



Behälter für Frittierkorb
frying pot for frying basket



Entriegelung für die
obere Gerätehälfte
*release of upper
device*

Taste zum Lösen
des Frittierkorbs
*release button for
frying basket*

Griff des Frittierkorbs
handle of frying basket





KARTOFFELGERICHTE

POTATO DISHES

POMMES FRITES

FRENCH FRIES

ZUTATEN

2 mittelgroße mehligkochende Kartoffeln
1 EL Olivenöl

INGREDIENTS

2 medium-sized floury potatoes
1 tbsp. olive oil

ZUBEREITUNG PREPARATION

STEP 1

Die Kartoffeln schälen und in 1,5 cm dicke Streifen schneiden. Anschließend die Streifen 30 Min. lang in ein kaltes Wasserbad legen und danach mit einem Papiertuch abtrocknen. *Peel the potatoes and cut them into 1.5 cm thick strips. Then place the strips in a cold water bath for 30 minutes and then dry them with a paper towel.*

STEP 2

Die AF 400 auf 170 °C erhitzen. Die Kartoffelstreifen in eine große Schale füllen und das Öl hinzufügen, sodass die Kartoffeln leicht umhüllt sind. Die Kartoffeln für 5 Min. in den Frittierkorb geben. Zum Abkühlen die Pommes auf ein Grillrost legen. *Preheat the AF 400 to 170 °C. Fill the potato strips into a large bowl and add the oil so that the strips are covered. Place the potatoes in the frying basket for 5 minutes. To cool down, place the fries on a grill grate.*

STEP 3

Die Hitze der Fritteuse auf 200 °C erhöhen und die vorfrittierten Pommes zurück in den Korb geben. Für weitere 15-17 Min. frittieren bis die Pommes goldbraun sind. Dicker geschnittene Kartoffeln benötigen ggf. eine längere Garzeit. *Increase the heat of the fryer to 200 °C and return the pre-fried french fries to the basket. Fry them for another 15-17 minutes until the french fries are golden brown. Thick sliced potatoes may require a longer cooking time.*

KARTOFFELECKEN

POTATO SKIN WEDGES

ZUTATEN

2 festkochende Kartoffeln
3 EL Rapsöl
1 TL Paprikagewürz
Salz, Pfeffer

INGREDIENTS

2 waxy potatoes
3 tbsp. rapeseed oil
1 tsp. paprika spice
salt, pepper

STEP 1

Die Kartoffeln im Wasser säubern und anschließend im gesalzenen Wasser für mind. 20 Min. bzw. bis sie weich sind, kochen lassen. Danach die Kartoffeln vollständig im Kühlschrank abkühlen lassen. *Clean the potatoes with water. Then cook them in salted water for at least 20 minutes or until they are soft boiled. Let them cool down completely in the refrigerator.*

STEP 2

In einer Schüssel das Rapsöl mit Paprikagewürz, Salz und Pfeffer mischen. Die Kartoffeln in Viertel schneiden und mit dem Gemisch aus Öl und Gewürzen marinieren. Die Fritteuse auf 170 °C vorheizen. Die Hälfte der Ecken in den Frittierkorb geben und darauf achten, dass die Kartoffelschalen nach unten zeigen und der Korb nicht überfüllt ist. Jede Portion für 15 - 18 Min. frittieren bis die Kartoffelecken goldbraun sind. *Mix the rapeseed oil, paprika spice, salt and pepper in a bowl. Cut the potatoes into quarters and marinate them with the mixture of oil and spices. Preheat the fryer to 170 °C. Add half of the potato wedges skin side down to the frying basket, being careful not to overload it. Cook each portion for 15 to 18 minutes or until they are golden brown.*

KARTOFFELKROKETTEN

POTATO CROQUETTES

ZUTATEN

2 mehlig kochende Kartoffeln
1 Eigelb
1 EL Parmesan, gerieben
100 g Mehl
2 EL Schnittlauch, gehackt
Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat
4 EL Pflanzenöl
2 Eier, gequirlt
100 g Brotbrösel

INGREDIENTS

2 floury potatoes
1 egg yolk
1 tbsp. Parmesan, grated
100 g wheat flour
2 tbsp. chives, chopped
salt, pepper
1 pinch nutmeg
4 tbsp. vegetable oil
2 eggs, beaten
100 g breadcrumbs

STEP 1

Die Kartoffeln schälen, würfeln und anschließend für 15 Min. in gesalzenem Wasser kochen. Das Wasser abgießen und die Kartoffelwürfel mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken und vollständig abkühlen lassen. Danach das Eigelb zusammen mit dem Käse, Mehl und Schnittlauch unter die Kartoffelmasse rühren. Diese mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Kartoffelmasse in der Größe von Golfbällen formen und zur Seite stellen. *Peel and dice the potatoes and cook them for 15 minutes in salted water. Drain the water and mash the potato cubes with a potato masher and allow to cool completely. Add the egg yolk, cheese, flour and the chives. Season with salt, pepper and nutmeg. Form the potato dough into the size of golf balls and set aside.*

STEP 2

Die AF 400 auf 170 °C erhitzen. Öl und Brotbrösel verrühren bis diese locker krümelig werden. Die einzelnen Kartoffelbälle zuerst im Mehl, danach in den Eiern und zuletzt in den Brotbröseln wenden. Nun die Bällchen zu Zylindern formen und die Panade fest andrücken, damit diese fest haften bleibt. *Preheat the AF 400 to 170 °C. Mix the oil and breadcrumbs until they become crumbly. At first toss the potato balls in the flour, then in the eggs and finally in the bread crumbs. Now form the balls to small cylinders and press the cover tightly to make sure that it holds together.*

STEP 3

Die Hälfte der Kroketten in den Frittierkorb füllen und für 13-17 Min. goldbraun frittieren. Danach die restlichen Kroketten ebenfalls frittieren. *Fill half of the croquettes into the frying basket and fry until golden brown for 13-17 minutes. Then also fry the remaining croquettes.*

KARTOFFEL CHIPS GERÖSTET

ROASTED POTATO CRISPS

ZUBEREITUNG

PREPARATION

STEP 1

Die Kartoffeln reinigen und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Anschließend in eine Schale mit Wasser legen. Die Scheiben für 30 Min. im Wasser tränken, dabei das Wasser mehrmals wechseln. Das Wasser abgießen und die Kartoffeln mit einem Papiertuch trocken tupfen. *Wash the potatoes and cut them lengthwise into thin slices. Then put them into a bowl full of water. Soak the potatoes for 30 minutes, change the water several times. Pour off the water and dry the potatoes with paper towel.*

STEP 2

Die Fritteuse auf 170 °C erhitzen. Die Kartoffelscheiben in Öl wälzen und in den Frittierkorb füllen. Für 30 Min. frittieren bis diese goldbraun sind. Für ein gleichmäßiges Ergebnis regelmäßig den Frittierkorb schütteln. Die fertigen, noch warmen Chips in eine große Schüssel geben und in Rosmarin und Salz gleichmäßig wenden. *Preheat the fryer to 170 °C. Cover the potatoes with olive oil. Place them into the cooking basket and fry for 30 minutes or until they are golden brown. For regular results, shake the frying basket regularly. Put the finished and warm crisps into a bowl and mix them with rosemary and salt.*

ZUTATEN

2 mittelgroße Kartoffeln
1 EL Olivenöl
1 TL Rosmarin, gehackt
1 Prise Salz

INGREDIENTS

2 medium sized potatoes
1 tbsp. olive oil
1 tsp. rosemary, chopped
1 pinch salt



FLEISCHGERICHTE

MEAT DISHES

MINI CHEESE BURGER

MINI CHEESEBURGER

ZUTATEN

250 g Hackfleisch
2 Scheiben Cheddar Käse
2 kleine Brötchen
Salz, Pfeffer

INGREDIENTS

250 g ground beef
2 slices of cheddar cheese
2 small buns
salt, pepper

ZUBEREITUNG

PREPARATION

STEP 1

Die AF 400 auf 200 °C erhitzen. Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und zu Frikadellen formen. Die Frikadellen für 10 - 15 Min. im Korb frittieren. Aus der Fritteuse nehmen, mit dem Käse belegen und für eine weitere Minute überbacken.
Preheat the AF 400 to 200 °C. Flavor the ground beef with salt and pepper and form them into patties. Add them to the frying basket and fry them for 10 to 15 minutes. Remove them from the fryer, place the cheese on top of the patties and return to the fryer to fry them for one more minute.

STEP 2

Die Frikadellen aus der Fritteuse nehmen und direkt mit einem Belag Ihrer Wahl (z.B. Salat, Mayonnaise etc.) belegen und in den Brötchen servieren. Wir empfehlen dazu die selbstgemachten Pommes Frites. *Remove the patties from the fryer and serve them with a topping of your choice (e.g. salad, mayonnaise, etc.) and the buns. We recommend the homemade french fries.*

HÄHNCHEN SNACKS

CHICKEN TENDERS

ZUTATEN

500 g Hähnchenschnitzel
2 Eier, geschlagen
50 g Brotbrösel
40 g Weizenmehl
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

INGREDIENTS

500 g chicken breast
2 eggs, beaten
50 g breadcrumbs
50 g wheat flour
2 tbsp. olive oil
salt, pepper

ZUBEREITUNG PREPARATION

STEP 1

Das Hähnchenfleisch in Stücke schneiden. Die Fritteuse auf 170 °C erhitzen. In einer Schale die Brotbrösel mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl vermengen. In einer weiteren Schüssel das Mehl geben und in einer dritten Schale die geschlagenen Eier. Das geschnittene Hähnchen zuerst im Mehl, dann in den Eiern und zuletzt in den Brotbröseln wenden. Jeweils die Hälfte der panierten Hähnchenschnitzel für 10-15 Min. frittieren. *Cut the chicken into pieces. Preheat the fryer to 170 °C. Season the breadcrumbs with salt and pepper and mix it with the olive oil. Put the flour into another bowl and put the beaten eggs into a third bowl. Toss the chicken at first into the flour, then the eggs and finally into the bread crumbs. Fry the half of the chicken for 10-15 minutes and repeat.*

STEP 2

Die Hähnchen-Snacks z.B. mit Pommes Frites servieren. *Serve the chicken tenders for example with french fries.*

FRITTIERTE HÄHNCHENFLÜGEL

FRIED GOLDEN CHICKEN WINGS

ZUTATEN

500 g Hähnchenflügel
Sojasauce
Ingwer
Olivenöl

INGREDIENTS

500 g chicken wings
soy sauce
ginger
olive oil



ZUBEREITUNG PREPARATION

STEP 1

Sojasauce, Ingwer und Olivenöl verrühren bis die Zutaten gut verbunden sind. Die Marinade über die Hähnchenflügel verteilen und 20 Min. einwirken lassen. *Mix the soy sauce, ginger and olive oil and blend them until they are well combined. Brush the chicken wings with the marinade. Let the marinade absorb for 20 minutes.*

STEP 2

Die AF 400 auf 180 °C erhitzen. *Preheat the AF 400 to 180 °C.*

STEP 3

Die Hähnchenflügel in den Frittierkorb geben und in die Fritteuse schieben. Die Temperatur auf 150 °C senken und die Hähnchenflügel für ca. 10-12 Min. rösten bis sie goldbraun sind. *Place the chicken wings into the frying basket and slide it into the fryer. Lower the temperature to 150 °C and roast the chicken wings for ca. 10-12 minutes until they are golden brown.*



FISCHGERICHTE

FISH DISHES

TINTENFISCHRINGE

CALAMARI

ZUTATEN

1 kg Tintenfischtuben
etwas Zitronensaft
2 Eier
100 ml Milch
2 EL Dill
etwas Mehl

INGREDIENTS

1 kg squid tubes
some lemon juice
2 eggs
100 ml milk
2 tbsp. dill
some flour

ZUBEREITUNG PREPARATION

STEP 1

Die Fritteuse auf 180 °C erhitzen. *Preheat the fryer to 180 °C.*

STEP 2

Die Tintenfischtuben waschen und trocken tupfen. Calamari in dicke Ringe schneiden. Anschließend mit Zitronensaft beträufeln, leicht salzen und mit dem Dill würzen. *Wash the squid tubes and pat them dry. Cut the calamari into thick rings. Then sprinkle them with lemon juice, lightly salt them and season them with dill.*

STEP 3

Die Eier mit Milch vermengen. Das Ei-Milch-Gemisch sowie das Mehl in zwei separaten Schüsseln bereit stellen. Anschließend die Calamari kurz durch das Ei-Milch-Gemisch ziehen und anschließend mit dem Mehl panieren. *Mix the eggs with the milk. Add the egg-milk mixture and the flour in two separate bowls. After that dip the calamari briefly into the egg-milk mixture and then crumb them with the flour.*

STEP 4

Die Calamari in den Frittierkorb geben und in die AF 400 schieben. Für 4 - 6 Min. bei 200 °C frittieren. *Place the calamari into the frying basket and slide it into the AF 400. Fry them for 4 to 6 minutes at 200 °C.*

FISCH IM BIERMANTEL

FISH IN BEER COAT

ZUTATEN

4 Fischfilets (z.B. Seelachsfilets)
Saft von 1 Zitrone
150 g Mehl
2 Eier
75 ml Bier
Salz, Pfeffer

INGREDIENTS

4 fish fillets (e.g. salmon fillets)
juice of 1 lemon
150 g flour
2 eggs
75 ml beer
salt, pepper

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit dem Zitronensaft beträufeln und 30 Min. zugedeckt ziehen lassen. Für den Bierteig das Mehl in eine Schüssel geben, mit den Eiern, Salz, Pfeffer und Bier verrühren, sodass ein zähflüssiger Teig entsteht. Die Fritteuse auf 200 °C erhitzen. Die Fischfilets salzen, nacheinander in dem Bierteig wenden und für 10 Min. frittieren. Die frittierten Filets aus der Fritteuse nehmen und anrichten.

Wash the fish fillets, pat dry, sprinkle with the lemon juice and allow them to rest for 30 minutes. For the beer dough, put the flour into a bowl, mix it with the eggs, salt, pepper and beer until a viscous batter forms. Preheat the fryer to 200 °C. Salt the fish fillets, toss them in the beer dough and fry for 10 minutes. Remove the fried fillets from the fryer and arrange it.

FISCHSTÄBCHEN

FISH NUGGETS

ZUTATEN

500 g Fisch (z. B. Kabeljau)
4 EL Olivenöl
75 g Weizenmehl
2 Eier, geschlagen
150 g Paniermehl
1 Prise Salz

INGREDIENTS

500 g fish (e.g. codfish)
4 tbsp. olive oil
75 g wheat
2 eggs, beaten
150 g breadcrumbs
1 pinch salt

STEP 1

Die AF 400 auf 200 °C erhitzen. Den Fisch in ca. 2,5 cm dicke und 6 cm lange Streifen schneiden. In einem Mixer Paniermehl, Olivenöl und Salz zu feinen Bröseln verarbeiten. In drei verschiedenen Schalen Paniermehl, Eier und Mehl vorbereiten. Preheat the AF 400 to 200 °C. Cut the fish into approximately 2.5 cm thick and 6 cm long strips. Mix the breadcrumbs, olive oil and salt in a blender into fine crumbs. Place the breadcrumbs, the eggs and the flour into three separate bowls.

STEP 2

Die Fischstreifen nacheinander im Mehl, den geschlagenen Eiern und den Brotbröseln wenden. Die Panade gut andrücken. Die Hälfte der Fischstäbchen für 10 - 12 Min. frittieren bis diese goldbraun sind. Anschließend die restliche Hälfte frittieren. Toss the fish strips firstly in the flour, then in the beaten eggs and lastly in the breadcrumbs. Press the breading well onto the fish. Fry half of the fish nuggets for 10 to 12 minutes until they are golden brown. Then fry the remaining fish nuggets.



SPECIALS SPECIALS

ZUTATEN

12 Champignons
60 g Semmelbrösel
1 EL Petersilie, gehackt
2 EL Olivenöl
Pfeffer
1 Knoblauchzehe
etwas Parmesan,
gerieben

INGREDIENTS

12 mushrooms
60 g breadcrumbs
1 tbsp. parsley, chopped
2 tbsp. olive oil
pepper
1 clove of garlic
some Parmesan, grated

ZUBEREITUNG

PREPARATION

STEP 1

Die Fritteuse auf 200 °C erhitzen.
Semmelbrösel, Petersilie, Pfeffer und
Knoblauch abschmecken.

*Preheat the fryer to 200 °C. Season the crumbs,
parsley, pepper and garlic.*

STEP 2

Die Stängel der Pilze abschneiden, die
Köpfe mit den Brotbröseln füllen und
die Masse andrücken. Die gefüllten
Champignonköpfe in den Frittierkorb
geben und mit etwas Parmesan be-
streuen. Anschließend in die Fritteuse
schieben. Für 12 Min. frittieren, bis die
Füllungen golden und knusprig sind.

*Cut the stems off the mushrooms and fill the heads
with the bread crumbs and press them in. Put the
stuffed mushrooms into the basket and sprinkle with
some Parmesan cheese. Then push it into the fryer.
Fry for 12 minutes until the fillings are golden and
crispy.*



GEFÜLLTE CHAMPIGNONS

STUFFED GARLIC MUSHROOMS



FRITTIERTER MAIS *FRIED CORNS*

ZUTATEN

2 Maiskolben
Olivenöl

INGREDIENTS

2 corncobs
olive oil

ZUBEREITUNG

PREPARATION

STEP 1

Die AF 400 auf 200 °C erhitzen. *Preheat the AF 400 to 200 °C.*

STEP 2

Die Maiskolben dünn mit Öl bestreichen und in den Frittierkorb legen. Anschließend für ca. 12-15 Min. frittieren. Nach dem Frittieren etwas Salz auf die Kolben streuen. *Brush the corncobs thinly with oil and place them in the frying basket. Then fry for about 12-15 minutes. After frying put some salt on the corncobs.*



FETA TASCHEN

FETA BAGS

ZUTATEN

1 Eigelb
125 g Feta
2 EL Petersilie
1 Frühlingszwiebel
5 Lagen Blätterteig
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

INGREDIENTS

1 egg yolk
125 g feta cheese
2 tbsp. parsley
1 scallion
5 sheets of puff pastry
2 tbsp. olive oil
salt, pepper

ZUBEREITUNG

PREPARATION

STEP 1

Das Eigelb aufschlagen und mit Feta, Petersilie und der gehackten Frühlingszwiebel vermengen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Blätterteiglagen in kleine Quadrate schneiden und jeweils einen Teelöffel der Fetamixtur in die Mitte geben. Den Teig über der Füllung zu einem Dreieck falten.

Crack the egg yolk and mix with the feta cheese, parsley and the chopped scallions. Then season with salt and pepper. Cut the puff pastry into small squares and place a teaspoon of the feta mixture in the center. Fold the dough over the filling into a triangle.

STEP 2

Die Fritteuse auf 200 °C erhitzen. Den Teig mit etwas Öl bestreichen und die Feta Taschen im Frittierkorb für 5 Min. in die Fritteuse geben bis diese goldbraun frittiert sind. *Preheat the fryer to 200 °C. Brush the dough with a little oil and put the feta bags in the frying basket in the deep fryer for 5 minutes until they are fried until golden brown.*

FLAMMKUCHEN-RÖLLCHEN

TARTE ROLLS

ZUBEREITUNG

PREPARATION

ZUTATEN

1 Pk. Flammkuchen Fertigteig
1 Pk. Frischkäse
Schalotten, in Scheiben geschnitten
geräucherter Speck / Lachs
Schnittlauch, feingeschnitten

INGREDIENTS

1 pck. premade tarte dough
1 pck. cream cheese
shallots, cut in slices
smoked bacon / salmon
chives, finely chopped

STEP 1

Den Teig ausrollen und in ca. 15 cm breite Streifen schneiden. Anschließend jeden Streifen mittig mit Frischkäse bestreichen und darauf achten, dass der Rand auf ca. 2 cm nicht belegt ist. Darauf den Speck oder Lachs verteilen sowie darüber die Schalotten und den Schnittlauch streuen. Den Streifen zusammenrollen, in drei gleich große Teile schneiden und die Enden zudrücken. *Roll out the dough and cut it into strips about 15 cm wide. Then coat each strip in the middle with cream cheese and make sure that the edge is not covered to approx. 2 cm. Then spread the bacon or salmon and sprinkle the shallots and the chopped salmon over it. Roll the strip together, cut into three equal parts and press the ends.*

STEP 2

Bei 200 °C 12 Min. lang in der Fritteuse frittieren.
Fry at 200 °C for 12 minutes in the fryer.

FRITTIERTER RUCOLA

FRIED RUCOLA

ZUTATEN

1 Pk. gewaschenen Rucola
3 Esslöffel Kräuter- oder Olivenöl
(alternativ auch das Öl von eingelegten getrockneten Tomaten)

INGREDIENTS

1 pck. of washed rocket
3 tablespoons of herbal or olive oil
(alternatively the oil of pickled dried tomatoes)

ZUBEREITUNG PREPARATION

STEP 1

Öl unter den Rucola mischen und das Ganze in den Frittierkorb geben.

Mix the oil under the rocket and put it into the frying basket.

STEP 2

Anschließend 7 Min. auf 180 °C ausbacken. Den Rucola die letzten 2 Min. regelmäßig wenden. Eignet sich perfekt als extra Crunch auf Salat oder als Beilage zu einem gegrillten Steak oder zu Fisch.

Then bake at 180 °C for 7 minutes. Turn the rocket regularly for the last 2 minutes.

Perfect as an extra crunch on salad or as a side dish to a grilled steak or fish.

FRITTIERTER BLUMENKOHL

FRIED CAULIFLOWER

ZUTATEN

1 Blumenkohl
200 g Semmelbrösel
3 Eier, verquirlt
Salz

INGREDIENTS

1 cauliflower
200 g breadcrumbs
3 eggs, whisked
salt

STEP 1

Den Strunk vom Blumenkohl entfernen. Den Blumenkohl in kleine Röschen teilen und diese in ca. 3 Liter kochendem Salzwasser bissfest kochen. Dann den Blumenkohl abgießen. *Remove the stalk from the cauliflower. Divide the cauliflower into small sprouts. Boil the cauliflower pieces in about 3 liters of boiling salt water until they are al dente. Drain the cauliflower.*

STEP 2

Einen Teller mit den drei verquirlten Eiern und einen Teller mit frischen Semmelbröseln nebeneinander stellen. Die Blumenkohlstücke nacheinander erst in den Semmelbröseln, dann in den Eiern und zum Abschluss wieder in den Semmelbröseln wälzen. Die Blumenkohlröschen sollten komplett bedeckt sein. Anschließend den Blumenkohl für ca. 7 Min. bei 175 °C in der AF 400 frittieren. Nach dem Frittieren die Blumenkohlstücke zum Abtropfen auf ein Stück Küchenpapier legen und anschließend anrichten. *Put a plate with the three whisked eggs and a plate of fresh breadcrumbs next to each other. Toss the sprouts first in breadcrumbs, then in the eggs and then again in breadcrumbs. The cauliflowers should be completely covered. Then fry the cauliflower in the fryer for approx. 7 minutes at 175 °C in the AF 400. After frying, place the cauliflower pieces on a piece of kitchen paper for draining and then serve them.*

FRITTIERTE BANANE

FRIETED BANANA

ZUBEREITUNG

PREPARATION

STEP 1

Mehl, Salz, Eigelb, Wasser und Öl zu einem glatten Teig verrühren und 30 Min. ruhen lassen. Das Eiweiß steif schlagen und mit unter den Teig heben. Die Bananen in 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit der Zitrone beträufeln. Anschließend die Bananenscheiben in dem Teig wenden. *Mix the flour, salt, egg yolk, water and oil to a smooth batter and let it rest for 30 minutes. Beat the egg whites until stiff and place them under the dough. Cut the bananas into 2 cm slices and drizzle with the lemon. Then turn the banana slices in the dough.*

STEP 2

Die Fritteuse auf 170 °C erhitzen. Die Bananenstücke für 3-5 Min. frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Puderzucker bestäuben. **Soßen-Tipp:** Warmer Honig mit Orangensaft.

Preheat the fryer to 170 °C. Fry the banana pieces for 3 to 5 minutes. Pour on a paper towel and dust with powdered sugar. Sauce-tip: Warm honey with orange juice.



ZUTATEN

INGREDIENTS

75 g Mehl	75 g flour
etwas Salz	a bit of salt
1 Eigelb	1 egg yolk
1 Eiweiß	1 egg white
4 EL Wasser	4 tbsp. of water
1 EL Öl	1 tbsp. oil
600 g Bananen, geschält	600 g bananas, peeled
½ Zitrone	½ lemon
Puderzucker	powdered sugar

COSO®

D E S I G N

HEISSLUFTFRITTEUSE *HOT AIR FRYER*

AF 400

Braukmann GmbH
Raiffeisenstraße 9
D-59757 Arnsberg

Fon +49 (0) 2932.547 66 0
Fax +49 (0) 2932.547 66 77
info@caso-design.de

www.caso-design.com

