

Ninja CRISPi

Heißluftfritteusen-Genuss

Von knusprig bis saftig: Über 100 einfache Lieblingsrezepte
für die ganze Familie



Inhaltsverzeichnis

- Kapitel 1: Klassiker & Einsteiger
- Kapitel 2: Frühstück & Brunch
- Kapitel 3: Snacks & Fingerfood
- Kapitel 4: Wraps, Sandwiches & Snacks to-go
- Kapitel 5: Fleischgerichte
- Kapitel 6: Fisch & Meeresfrüchte
- Kapitel 7: Vegetarisch & Vegan
- Kapitel 8: Beilagen & Bowls
- Kapitel 9: Aufläufe & One-Pot Quick Meals
- Kapitel 10: Süßes & Desserts



♥ Vorwort

Willkommen in deiner neuen Lieblingsküche!

Wenn du den Ninja CRISPi bereits besitzt, weißt du sicher, wie schnell er das Leben leichter macht. Kein langes Vorheizen, kein großer Abwasch, kaum Öl – und trotzdem herrlich knusprige Ergebnisse. Genau dieses Gefühl möchte ich dir mit diesem Kochbuch schenken:

einfach kochen, wenig Aufwand, viel Geschmack.

Dieses Buch richtet sich an alle, die

- ◆ **im Alltag wenig Zeit haben,**
- ◆ **gesünder kochen möchten,**
- ◆ **ihre Familie glücklich machen wollen**

und trotzdem nicht auf Genuss verzichten möchten.

Du findest hier 100 Rezepte, die schnell gelingen, aus einfachen Zutaten bestehen und sich perfekt anpassen lassen – vegetarisch, herzhaft, für Kinder, Gäste oder für die Snack-Laune zwischendurch.

Also: Klappe zu, Airfryer an. Lass uns loskochen!

Ich wünsche dir viel Freude beim Ausprobieren – und noch mehr Genuss beim Essen.



Warum der Ninja CRISPi?

Der Ninja CRISPi gehört zu den modernsten Airfryer-Geräten – vielseitig, leistungsstark und ideal für den Familienalltag. Besonders hervorzuheben ist der Glasbehälter, mit dem man das Essen während des Garens sehen kann. Kein Öffnen, kein Wärmeverlust: Du behältst immer den Überblick.

Vorteile auf einen Blick:

Vorteil	Warum er wichtig ist
Wenig bis kein Öl nötig	Leichter und gesünder als
Viel Platz im Korb	Ideal für Familienportionen
Schneller als der Backofen	Spart Zeit & Energie
4-in-1 Funktion: Frittieren, Backen,	Ein Gerät – viele Möglichkeiten
Glasbehälter zum Beobachten	Perfektes Timing für Knusprigkeit

Tipps für perfekte Ergebnisse

Damit deine Gerichte knusprig, saftig und goldbraun werden:

- ✓ nicht zu voll beladen
- ✓ Lebensmittel vorher trocken tupfen
- ✓ ein Hauch Öl bringt den Crunch
- ✓ zwischendurch schütteln oder wenden
- ✓ gleichmäßig große Stücke schneiden
- ✓ Temperatur hoch für Knusper, niedriger für zarten Garpunkt

Und ganz wichtig: Trau dich zu variieren!

Viele Rezepte lassen sich mit Gemüse, Fleisch oder Gewürzen deiner Wahl abwandeln.

Kapitel 1:

Klassiker & Einsteiger

2

Hausgemachte Pommes Frites

Zutaten:

- 800 g festkochende Kartoffeln
- 2 EL Öl
- 1 TL Salz

 **Kochzeit:** 10 Minuten

 **Zeit:** 30 Minuten

Zubereitung:

- Kartoffeln schälen oder ungeschält verwenden und in gleichmäßige Stifte schneiden.
- 20 Minuten in kaltem Wasser einlegen, gut abtrocknen.
- Mit Öl und Salz mischen.
- In den Korb der Heißluftfritteuse geben und bei 180 °C 20–25 Minuten garen, zwischendurch schütteln.
- Nach Geschmack nachwürzen.



3

Knusprige Kartoffelspalten mit Rosmarin

Zutaten:

- 700 g Kartoffeln
- 2 EL Öl
- 1 TL Paprika edelsüß
- 1 TL Rosmarin (frisch oder getrocknet)
- Salz, Pfeffer



Kochzeit: 10 Minuten



Zeit: 30 Minuten

Zubereitung:

- Kartoffeln in Spalten schneiden.
- Mit Öl und Gewürzen vermengen.
- Bei 190 °C etwa 18–22 Minuten knusprig backen.
- Sofort servieren.



4

Chicken Wings extra kross

Zutaten:

- 1 kg Hähnchenflügel
- 1 EL Öl
- 1 TL Paprika edelsüß
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- Hähnchenflügel trocken tupfen.
- Mit Öl und Gewürzen vermischen.
- Bei 200 °C 25–30 Minuten garen, nach der Hälfte wenden.
- Nach Wunsch mit Sauce servieren.



Kochzeit: 10 Minuten



Zeit: 30 Minuten



Crispy Chicken Nuggets

Zutaten:

- 500 g Hähnchenbrust
- 1 Ei
- 80 g Paniermehl
- 40 g Mehl
- Salz, Pfeffer



Kochzeit: 10 Minuten



Zeit: 30 Minuten

Zubereitung:

- Fleisch in Stücke schneiden.
- Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Erst in Mehl, dann Ei, dann Paniermehl wenden.
- Bei 190 °C 12–15 Minuten goldbraun backen.



6

Bratkartoffeln mit Zwiebeln

Zutaten:

- 600 g vorgekochte Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- HKartoffeln in Scheiben schneiden, Zwiebel würfeln.
- Alles mit Öl, Salz und Pfeffer mischen.
- Bei 180 °C 15–20 Minuten braten, gelegentlich schütteln.



Kochzeit: 10 Minuten



Zeit: 30 Minuten



7 Paniertes Schnitzel

Zutaten:

- 4 Schnitzel
- 80 g Mehl
- 2 Eier
- 120 g Paniermehl
- Salz, Pfeffer
- 1-2 EL Öl

Zubereitung:

- Schnitzel flach klopfen, würzen.
- In Mehl, Ei und Paniermehl panieren.
- Mit etwas Öl besprühen.
- Bei 190 °C 12–14 Minuten knusprig garen.



Kochzeit: 10 Minuten



Zeit: 30 Minuten



Heißluftfritteusen- Brötchen Grundteig

Zutaten:

- 500 g Mehl
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 TL Salz
- 300 ml lauwarmes Wasser

Zubereitung:

- Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten.
- 1 Stunde gehen lassen.
- Brötchen formen.
- Bei 160 °C 12–15 Minuten backen.



Kochzeit: 10 Minuten



Zeit: 30 Minuten

