

# **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, herhaft, 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



5

# 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.



## 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

