Airfryer-Kochbuch XXL – Wenn alle Hunger haben

Große Portionen für Familie und Gäste – herzhafte Hauptgerichte und Beilagen für Airfryer mit 10–12 Litern

Friederike Hainbach

Haftungsausschluss

Die Angaben in diesem Buch dienen der allgemeinen Information. Garzeiten und Temperaturen sind Richtwerte. Geräteleistung, nutzbare Fläche, Beladung und Größe der Zutaten beeinflussen das Ergebnis. Beachten Sie stets die Bedienungsanleitung Ihres Geräts und verwenden Sie nur geeignetes Zubehör.

Ein Gesamtvolumen von 10 bis 12 Litern bedeutet nicht, dass jede angegebene Menge in einem Durchgang gegart werden kann. Teilen Sie größere Mengen bei Bedarf auf mehrere Durchgänge auf und halten Sie die Luftwege frei.

Prüfen Sie vor dem Verzehr, ob Lebensmittel vollständig und sicher gegart sind. Verwenden Sie bei Bedarf ein Küchenthermometer. Achten Sie auf Küchenhygiene, sachgerechte Kühlung und die Allergenangaben der verwendeten Produkte.

Nährwertangaben sind Schätzwerte und können je nach Zutaten und Portionsgröße abweichen. Das Buch ersetzt keine individuelle medizinische oder ernährungsfachliche Beratung.

Eine Haftung für Schäden besteht nach den gesetzlichen Vorschriften. Die Haftung für Vorsatz, grobe Fahrlässigkeit sowie für Schäden an Leben, Körper oder Gesundheit bleibt unberührt.

Copyright © 2026 Friederike Hainbach
Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung außerhalb der gesetzlich erlaubten Fälle bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung der Rechteinhaberin. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Bearbeitungen sowie die Verbreitung und öffentliche Bereitstellung in elektronischer oder gedruckter Form.

Genannte Marken und Produktbezeichnungen gehören ihren jeweiligen Inhabern. Dieses Buch ist eine unabhängige Veröffentlichung und steht in keiner Verbindung zu Geräteherstellern. Es wird von diesen weder herausgegeben noch unterstützt.

Inhaltsverzeichnis

Dieses Buch und sein Nutzen 1

Gerätefokus und Kapazität 1

Zeit Temperatur und Garprobe 1

Nährwerte und Mengen 1

Kapitelübersicht 2

Sicherheit und Veröffentlichung 2

Sechs Personen 3

001 XXL-Hähnchenschenkel mit Kürbisspalten und XXL-Kartoffeln auf der Bodenfläche verteilt 3

002 Tofu-Blech mit Zucchinimix und Baguette für acht Personen in Etappen gegart 4

003 Lachsseite mit Zucchinimix und Mais mit Warmhalteplan zubereitet 5

004 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und Gnocchi für acht Personen in Etappen gegart 6

005 Lachsseite mit Kürbisspalten und Polenta für acht Personen in Etappen gegart 7

006 XXL-Hähnchenschenkel mit Blumenkohl und Süßkartoffelblech mit Warmhalteplan zubereitet 8

007 XXL-Hähnchenschenkel mit Rosenkohl und XXL-Kartoffeln für acht Personen in Etappen gegart 9

008 Kichererbsenbällchen mit Kürbisspalten und Süßkartoffelblech auf der Bodenfläche gegart 10

009 XXL-Hähnchenschenkel mit Kürbisspalten und Reis für acht Personen in Etappen gegart 11

010 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Reis auf zwei Körbe verteilt 12

011 Lachsseite mit Möhrenplatte und Baguette auf der Bodenfläche verteilt 13

012 Große Putenrolle mit Blumenkohl und Bulgur auf mehreren Ebenen gegart 14

013 Kichererbsenbällchen mit Zucchinimix und Süßkartoffelblech auf der Bodenfläche verteilt 15

014 Tofu-Blech mit Möhrenplatte und Mais für acht Personen in Etappen gegart 16

015 Tofu-Blech mit Blumenkohl und Mais auf zwei Körbe verteilt 17

016 Kichererbsenbällchen mit Fenchelmix und Baguette auf der Bodenfläche verteilt 18

017 Halloumi-Platte mit Zucchinimix und Reis mit Warmhalteplan zubereitet 19

018 Schweinebraten mit Blumenkohl und Baguette für acht Personen in Etappen gegart 20

019 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und Süßkartoffelblech mit Warmhalteplan zubereitet 21

acht Personen 22

020 Schweinebraten mit Kürbisspalten und Bulgur für acht Personen in Etappen gegart 22

021 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und Bulgur mit Warmhalteplan zubereitet 23

022 Tofu-Blech mit Blumenkohl und Polenta auf mehreren Ebenen gegart 24

023 Familienhackbraten mit Blumenkohl und Polenta mit Warmhalteplan zubereitet 25

024 Tofu-Blech mit Kürbisspalten und Reis mit Warmhalteplan zubereitet 26

025 Tofu-Blech mit Blechbrokkoli und Baguette auf zwei Körbe verteilt . 27

026 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und Mais mit Warmhalteplan zubereitet ... 28

027 Halloumi-Platte mit Fenchelmix und Mais auf zwei Ebenen verteilt . 29

028 Lachsseite mit Kürbisspalten und Gnocchi für acht Personen in Etappen gegart ... 30

029 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Polenta auf mehreren Ebenen gegart ... 31

030 Kichererbsenbällchen mit Paprikamix und Mais mit Warmhalteplan zubereitet ... 32

031 XXL-Hähnchenschenkel mit Rosenkohl und XXL-Kartoffeln auf der Bodenfläche verteilt ... 33

032 Lachsseite mit Möhrenplatte und Mais mit Warmhalteplan zubereitet34

033 Tofu-Blech mit Fenchelmix und Gnocchi auf der Bodenfläche gegart35

034 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und Bulgur auf mehreren Ebenen gegart ... 36

035 XXL-Hähnchenschenkel mit Rosenkohl und Reis auf zwei Körbe verteilt ... 37

036 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und Reis auf der Bodenfläche verteilt ... 38

037 Kichererbsenbällchen mit Kürbisspalten und Reis mit Warmhalteplan zubereitet ... 39

038 Große Putenrolle mit Zucchinimix und Mais auf der Bodenfläche verteilt ... 40

zwei Körbe ... 41

039 Kichererbsenbällchen mit Rosenkohl und Bulgur auf zwei Ebenen verteilt ... 41

040 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und XXL-Kartoffeln auf zwei Körbe verteilt 42

041 Schweinebraten mit Rosenkohl und Reis auf der Bodenfläche gegart 43

042 Lachsseite mit Paprikamix und Polenta auf zwei Ebenen verteilt 44

043 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und Gnocchi mit Warmhalteplan zubereitet 45

044 XXL-Hähnchenschenkel mit Blechbrokkoli und Reis mit Warmhalteplan zubereitet 46

045 Große Putenrolle mit Blechbrokkoli und Mais auf zwei Körbe verteilt 47

046 Große Putenrolle mit Möhrenplatte und Gnocchi auf der Bodenfläche verteilt 48

047 Familienhackbraten mit Möhrenplatte und Gnocchi auf mehreren Ebenen gegart 49

048 Kichererbsenbällchen mit Paprikamix und Bulgur mit Warmhalteplan zubereitet 50

049 Lachsseite mit Paprikamix und Reis auf zwei Ebenen verteilt 51

050 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und XXL-Kartoffeln für acht Personen in Etappen gegart 52

051 Halloumi-Platte mit Möhrenplatte und XXL-Kartoffeln auf der Bodenfläche verteilt 53

052 Große Putenrolle mit Fenchelmix und Süßkartoffelblech auf zwei Ebenen verteilt 54

053 Lachsseite mit Rosenkohl und Süßkartoffelblech auf der Bodenfläche verteilt 55

054 XXL-Hähnchenschenkel mit Rosenkohl und Gnocchi auf mehreren Ebenen gegart 56

055 Familienhackbraten mit Zucchinimix und Mais auf zwei Körbe verteilt 57

056 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und Baguette auf der Bodenfläche gegart 58

057 Schweinebraten mit Fenchelmix und Baguette für acht Personen in Etappen gegart 59

mehrere Ebenen 60

058 XXL-Hähnchenschenkel mit Paprikamix und Baguette auf der Bodenfläche gegart 60

059 Schweinebraten mit Zucchinimix und Bulgur für acht Personen in Etappen gegart 61

060 XXL-Hähnchenschenkel mit Möhrenplatte und Polenta auf zwei Körbe verteilt 62

061 Halloumi-Platte mit Rosenkohl und Süßkartoffelblech für acht Personen in Etappen gegart 63

062 Lachsseite mit Rosenkohl und Baguette auf mehreren Ebenen gegart 64

063 Halloumi-Platte mit Zucchinimix und Bulgur auf der Bodenfläche verteilt 65

064 Große Putenrolle mit Zucchinimix und Polenta auf zwei Ebenen verteilt 66

065 Kichererbsenbällchen mit Blumenkohl und Reis auf zwei Körbe verteilt 67

066 Kichererbsenbällchen mit Paprikamix und Gnocchi auf der Bodenfläche verteilt 68

067 Kichererbsenbällchen mit Kürbisspalten und Süßkartoffelblech mit Warmhalteplan zubereitet 69

068 Große Putenrolle mit Paprikamix und Baguette auf der Bodenfläche verteilt 70

069 Lachsseite mit Fenchelmix und Reis auf mehreren Ebenen gegart . 71

070 XXL-Hähnchenschenkel mit Kürbisspalten und Mais mit Warmhalteplan zubereitet 72

071 Tofu-Blech mit Rosenkohl und Reis mit Warmhalteplan zubereitet . 73

072 Halloumi-Platte mit Rosenkohl und Bulgur auf mehreren Ebenen gegart 74

073 Familienhackbraten mit Möhrenplatte und Bulgur mit Warmhalteplan zubereitet 75

074 Schweinebraten mit Kürbisspalten und XXL-Kartoffeln auf zwei Ebenen verteilt 76

075 Große Putenrolle mit Zucchinimix und Süßkartoffelblech für acht Personen in Etappen gegart 77

076 Halloumi-Platte mit Kürbisspalten und Süßkartoffelblech für acht Personen in Etappen gegart 78

zwei Durchgänge 79

077 XXL-Hähnchenschenkel mit Möhrenplatte und XXL-Kartoffeln auf mehreren Ebenen gegart 79

078 Schweinebraten mit Möhrenplatte und Reis mit Warmhalteplan zubereitet 80

079 Familienhackbraten mit Blumenkohl und Mais für acht Personen in Etappen gegart 81

080 Tofu-Blech mit Blumenkohl und Süßkartoffelblech auf zwei Körbe verteilt 82

081 XXL-Hähnchenschenkel mit Blechbrokkoli und Polenta für acht Personen in Etappen gegart 83

082 Schweinebraten mit Rosenkohl und Baguette mit Warmhalteplan zubereitet 84

083 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Reis auf der Bodenfläche gegart 85

084 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Bulgur für acht Personen in Etappen gegart 86

085 Kichererbsenbällchen mit Zucchinimix und Bulgur für acht Personen in Etappen gegart 87

086 XXL-Hähnchenschenkel mit Möhrenplatte und Süßkartoffelblech auf der Bodenfläche gegart 88

087 Kichererbsenbällchen mit Paprikamix und Gnocchi auf mehreren Ebenen gegart 89

088 Tofu-Blech mit Rosenkohl und Süßkartoffelblech auf der Bodenfläche verteilt 90

089 Tofu-Blech mit Zucchinimix und Mais mit Warmhalteplan zubereitet 91

090 Familienhackbraten mit Paprikamix und Reis für acht Personen in Etappen gegart 92

091 Tofu-Blech mit Kürbisspalten und Polenta mit Warmhalteplan zubereitet 93

092 Kichererbsenbällchen mit Rosenkohl und XXL-Kartoffeln für acht Personen in Etappen gegart 94

093 Kichererbsenbällchen mit Blumenkohl und Gnocchi auf der Bodenfläche verteilt 95

094 Schweinebraten mit Zucchinimix und XXL-Kartoffeln mit Warmhalteplan zubereitet 96

Warmhalten 97

095 Lachsseite mit Zucchinimix und Bulgur auf zwei Körbe verteilt 97

096 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und Polenta mit Warmhalteplan zubereitet 98

097 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Polenta für acht Personen in Etappen gegart 99

098 Familienhackbraten mit Fenchelmix und Reis auf der Bodenfläche verteilt 100

099 XXL-Hähnchenschenkel mit Paprikamix und Reis für acht Personen in Etappen gegart 101

100 Kichererbsenbällchen mit Blechbrokkoli und Reis auf zwei Körbe verteilt 102

101 Schweinebraten mit Blechbrokkoli und Mais auf der Bodenfläche verteilt 103

102 Große Putenrolle mit Paprikamix und Süßkartoffelblech mit Warmhalteplan zubereitet 104

103 Schweinebraten mit Zucchinimix und Gnocchi für acht Personen in Etappen gegart 105

104 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und Bulgur mit Warmhalteplan zubereitet 106

105 Lachsseite mit Fenchelmix und Gnocchi auf zwei Körbe verteilt 107

106 Schweinebraten mit Fenchelmix und XXL-Kartoffeln mit Warmhalteplan zubereitet 108

107 Schweinebraten mit Blumenkohl und Baguette auf mehreren Ebenen gegart 109

108 Halloumi-Platte mit Blumenkohl und Süßkartoffelblech auf der Bodenfläche gegart 110

109 XXL-Hähnchenschenkel mit Blumenkohl und XXL-Kartoffeln mit Warmhalteplan zubereitet 111

110 Familienhackbraten mit Möhrenplatte und Süßkartoffelblech mit Warmhalteplan zubereitet 112

111 Familienhackbraten mit Zucchinimix und Baguette für acht Personen in Etappen gegart 113

112 Halloumi-Platte mit Zucchinimix und Mais mit Warmhalteplan zubereitet 114

große süße Abschlüsse 115

113 XXL-Hähnchenschenkel mit Blechbrokkoli und Gnocchi auf der Bodenfläche verteilt 115

114 Lachsseite mit Kürbisspalten und Mais für acht Personen in Etappen gegart 116

115 Kichererbsenbällchen mit Zucchinimix und Polenta für acht Personen in Etappen gegart 117

116 Schweinebraten mit Blechbrokkoli und Reis auf der Bodenfläche verteilt 118

117 Schweinebraten mit Rosenkohl und Reis für acht Personen in Etappen gegart 119

118 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Baguette mit Warmhalteplan zubereitet 120

119 Familienhackbraten mit Kürbisspalten und Gnocchi für acht Personen in Etappen gegart 121

120 Tofu-Blech mit Fenchelmix und Mais mit Warmhalteplan zubereitet 122

121 Familienhackbraten mit Blechbrokkoli und XXL-Kartoffeln auf der Bodenfläche gegart 123

122 Kichererbsenbällchen mit Blumenkohl und Polenta auf mehreren Ebenen gegart 124

123 XXL-Hähnchenschenkel mit Blechbrokkoli und Gnocchi mit Warmhalteplan zubereitet 125

124 Lachsseite mit Kürbisspalten und Baguette für acht Personen in Etappen gegart 126

125 Kichererbsenbällchen mit Möhrenplatte und XXL-Kartoffeln auf zwei Körbe verteilt 127

126 Kichererbsenbällchen mit Rosenkohl und Gnocchi auf der Bodenfläche gegart 128

127 XXL-Hähnchenschenkel mit Fenchelmix und Bulgur auf mehreren Ebenen gegart 129

128 Lachsseite mit Rosenkohl und Baguette mit Warmhalteplan zubereitet 130

129 Schweinebraten mit Rosenkohl und Mais mit Warmhalteplan zubereitet 131

130 Tofu-Blech mit Zucchinimix und Reis mit Warmhalteplan zubereitet132

Anpassen an das eigene Gerät 133

Austauschlogik 133

Allergene und Lagerung 133

Redaktionelle Schlussprüfung 133

Eigene Testnotizen 133

Dieses Buch und sein Nutzen

Dieses Buch richtet sich an Großfamilien, Mehrgenerationenhaushalte, Feriengruppen und Haushalte mit regelmäßig vielen Essern. Der Schwerpunkt liegt auf großen Portionen für 6 bis 8 Personen mit realistischer Flächen- und Durchgangsplanung. Die Rezepte sind für Geräte mit 10 bis 12 Litern Gesamtvolumen entwickelt und zeigen die jeweils benötigte Korbfläche, Form oder Zonenverteilung.

Die wichtigste Abgrenzung dieses Bandes lautet: Bei jedem Rezept prüfen Sie maximale Belegung, Anzahl der Durchgänge und Warmhaltestrategie; bloßes Hochskalieren ist ausgeschlossen.

Gerätefokus und Kapazität

Dual Zone, FlexDrawer, Tower oder Oven-Style bevorzugt; bei Einzelkammer klare Chargen- und Warmhalteplanung.

Zehn bis zwölf Liter sind keine Garantie für identische Nutzfläche. Eine breite Einzelkammer, zwei getrennte Körbe, ein Tower und ein Oven Style Gerät benötigen unterschiedliche Verteilung. Zutaten müssen locker liegen; die Form darf Luftwege und Heizelemente nicht blockieren.

Zeit Temperatur und Garprobe

Die Gesamtzeit umfasst Vorbereitung, angegebenes Vorheizen, Garzeit und Ruhezeit. Beim ersten Durchlauf zwei bis vier Minuten vor Ende prüfen. Geflügel, Hackfleisch, Fisch und aufgewärmte Reste werden zusätzlich über Kerntemperatur oder sichere Garmerkmale kontrolliert.

Nährwerte und Mengen

Nährwerte werden aus den tatsächlich aufgeführten Zutatenmengen und standardisierten Referenzwerten berechnet. Marken, Abtropfgewicht, Reifegrad und Restmengen können die Werte verändern. Für medizinische Zwecke ist eine Prüfung mit den konkret verwendeten Produkten erforderlich.