Lieblingsessen aus der Form

Airfryer-Kochbuch für Einzelkorbgeräte: Herzhafte Gerichte und Aufläufe in Metall-, Silikon- und Keramikformen

Paula Grünwald

Hinweise zur Anwendung und Verantwortung

Dieses Kochbuch enthält herzhafte Rezepte für Airfryer mit Einzelkorb und geeignete Back- und Auflaufformen. Ob eine Form verwendet werden kann, hängt von ihren Außenmaßen, dem Material, ihrer Temperaturbeständigkeit und den Vorgaben des Geräte- und Formherstellers ab. Das angegebene Gerätevolumen allein reicht zur Beurteilung nicht aus.

Beachten Sie stets die Bedienungsanleitung Ihres Geräts. Halten Sie die erforderlichen Luftwege und den Abstand zum Heizelement frei. Verwenden Sie nur ausdrücklich geeignetes Zubehör und bewegen Sie heiße Formen mit passenden Hitzeschutzhandschuhen. Keramikformen vor starken Temperaturwechseln schützen.

Garzeiten und Temperaturen sind Richtwerte. Gerät, Formmaterial, Füllhöhe, Zutatenmenge und Ausgangstemperatur können das Ergebnis verändern. Prüfen Sie den Garzustand und verlängern Sie die Garzeit bei Bedarf. Bei rohen tierischen Lebensmitteln ersetzt die äußere Bräunung keine Kontrolle der sicheren Kerntemperatur.

Prüfen Sie Zutaten und Fertigprodukte auf Allergene und beachten Sie deren Lagerungs- und Zubereitungshinweise. Die Auswahl und Verwendung der Zutaten erfolgt unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Bedürfnisse.

Diese Hinweise ersetzen weder die Herstelleranleitung noch eine individuelle medizinische oder ernährungsbezogene Beratung. Gesetzliche Rechte und Ansprüche bleiben unberührt.

Copyright

© 2026 Paula Grünwald. Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk einschließlich seiner Texte und Gestaltung ist urheberrechtlich geschützt. Eine Vervielfältigung, Verbreitung, Übersetzung oder Veröffentlichung bedarf der Zustimmung der jeweiligen Rechteinhaber, soweit die Nutzung nicht gesetzlich erlaubt ist.

Dieses Kochbuch ist eine unabhängige Veröffentlichung. Es besteht keine Verbindung zu einem Gerätehersteller; eine Empfehlung oder Freigabe durch einen Hersteller wird nicht behauptet.

Inhaltsverzeichnis

Beladung ohne Luftstau 1
Kurzer Praxischeck 1
Formgrößen und Luftabstand 2
Kurzer Praxischeck 2
Zeitversatz und Garreihenfolge 3
Kurzer Praxischeck 3
Die Gerätearchitektur verstehen 4
Kurzer Praxischeck 4
Lebensmittelsicherheit 5
Luftstrom und Ebenenwirkung 6
Kurzer Praxischeck 6
Einleitung und Leseführung 7
Kurzer Praxischeck 7
Formen messen 8
Linsenbällchen mit Süßkartoffelwürfeln und Knoblauchdip – Dill und Meerrettich, bissfest 9
Paprika mit Rosenkohl und Sesamdip – Zitrone und Petersilie, bissfest 10
Mais mit Apfelspalten und Senfdip – Rosmarin und Knoblauch, bissfest 11
Rinderhackbällchen mit Kürbiswürfeln und Bohnencreme – Thymian und Zitrone, bissfest 12
Tofu mit weißen Bohnen und Apfel-Senf-Dip – Fenchel und Orange, bissfest 13
Weiße Bohnen mit Champignons und Kräuterjoghurt – Salbei und Apfel, bissfest 14
Zucchini mit Polentaschnitten und Paprikacreme – Muskat und Schnittlauch, bissfest 15
Rosenkohl mit Blumenkohlröschen und Ajvarjoghurt – Tomate und Basilikum, bissfest 16

Putenhackbällchen mit Wirsingstreifen und Dillcreme – Paprika und Oregano, bissfest 17
Forellenfilet mit Paprikastreifen und Tomatensalsa – Kreuzkümmel und Koriander, bissfest 18
Kichererbsen mit Kirschtomaten und Petersilienöl – Rauchpaprika und Majoran, bissfest 19
Brokkoli mit Möhrenstiften und Kräutersalsa – Kümmel und Petersilie, bissfest 20
Rote Bete mit Maisstücken und Tomatenvinaigrette – Chili und Limette, bissfest 21
Putenmedaillons mit Kartoffelspalten und Tahinisauce – Sumach und Petersilie, bissfest 22
Garnelen mit Pastinakenstiften und Meerrettichjoghurt – Senf und Estragon, bissfest 23
Feta mit Linsenpuffern und Orangenjoghurt – Dill und Senf, bissfest 24
Blumenkohl mit Fenchelspalten und Zitronenquark – Sesam und Ingwer, bissfest 25
Pastinaken mit Kichererbsen und Gurkenjoghurt – Curry und Limette, bissfest 26
Hähnchenschenkel mit grünen Bohnen und Knoblauchdip – Basilikum und Zitrone, bissfest 27
Seelachs mit Vollkornbrotwürfeln und Sesamdip – Zimt und Kardamom, bissfest 28
Halloumi mit Zucchinihalbmonden und Senfdip – Dill und Meerrettich, bissfest 29
Metall 30
Aubergine mit Kohlrabistiften und Bohnencreme – Zitrone und Petersilie, bissfest 31
Süßkartoffeln mit Möhrenstiften und Apfel-Senf-Dip – Rosmarin und Knoblauch, bissfest 32
Hähnchenbrust mit Auberginenwürfeln und Kräuterjoghurt – Thymian und Zitrone, bissfest 33

Kabeljau mit Süßkartoffelwürfeln und Paprikacreme – Fenchel und Orange, bissfest 34
Seitan mit Rosenkohl und Ajvarjoghurt – Salbei und Apfel, bissfest 35
Champignons mit Apfelspalten und Dillcreme – Muskat und Schnittlauch, bissfest 36
Kartoffeln mit Kürbiswürfeln und Tomatensalsa – Tomate und Basilikum, bissfest 37
Spargel mit weißen Bohnen und Petersilienöl – Paprika und Oregano, bissfest 38
Lachsfilet mit Champignons und Kräutersalsa – Kreuzkümmel und Koriander, bissfest 39
Tempeh mit Polentaschnitten und Tomatenvinaigrette – Rauchpaprika und Majoran, bissfest 40
Ei mit Blumenkohlröschen und Tahinisauce – Kümmel und Petersilie, bissfest 41
Kürbis mit Wirsingstreifen und Meerrettichjoghurt – Chili und Limette, bissfest 42
Fenchel mit Paprikastreifen und Orangenjoghurt – Sumach und Petersilie, bissfest 43
Schweinefilet mit Kirschtomaten und Zitronenquark – Senf und Estragon, bissfest 44
Räuchertofu mit Brokkoliröschen und Gurkenjoghurt – Dill und Senf, bissfest 45
Linsenbällchen mit Maisstücken und Knoblauchdip – Sesam und Ingwer, bissfest 46
Paprika mit Kartoffelspalten und Sesamdip – Curry und Limette, bissfest 47
Mais mit Pastinakenstiften und Senfdip – Basilikum und Zitrone, bissfest 48
Rinderhackbällchen mit Linsenpuffern und Bohnencreme – Zimt und Kardamom, bissfest 49
Tofu mit Fenchelspalten und Apfel-Senf-Dip – Dill und Meerrettich, bissfest 50

Weiße Bohnen mit Kichererbsen und Kräuterjoghurt – Zitrone und Petersilie, bissfest 51
Silikon 52
Zucchini mit grünen Bohnen und Paprikacreme – Rosmarin und Knoblauch, bissfest 53
Rosenkohl mit Vollkornbrotwürfeln und Ajvarjoghurt – Thymian und Zitrone, bissfest 54
Putenhackbällchen mit Zucchinihalbmonden und Dillcreme – Fenchel und Orange, bissfest 55
Forellenfilet mit Kohlrabistiften und Tomatensalsa – Salbei und Apfel, bissfest 56
Kichererbsen mit Möhrenstiften und Petersilienöl – Muskat und Schnittlauch, bissfest 57
Brokkoli mit Auberginenwürfeln und Kräutersalsa – Tomate und Basilikum, bissfest 58
Rote Bete mit Süßkartoffelwürfeln und Tomatenvinaigrette – Paprika und Oregano, bissfest 59
Putenmedaillons mit Rosenkohl und Tahinisauce – Kreuzkümmel und Koriander, bissfest 60
Garnelen mit Apfelspalten und Meerrettichjoghurt – Rauchpaprika und Majoran, bissfest 61
Feta mit Kürbiswürfeln und Orangenjoghurt – Kümmel und Petersilie, bissfest 62
Blumenkohl mit weißen Bohnen und Zitronenquark – Chili und Limette, bissfest 63
Pastinaken mit Champignons und Gurkenjoghurt – Sumach und Petersilie, bissfest 64
Hähnchenschenkel mit Polentaschnitten und Knoblauchdip – Senf und Estragon, bissfest 65
Seelachs mit Blumenkohlröschen und Sesamdip – Dill und Senf, bissfest 66
Halloumi mit Wirsingstreifen und Senfdip – Sesam und Ingwer, bissfest 67

Aubergine mit Paprikastreifen und Bohnencreme – Curry und Limette, bissfest 68
Süßkartoffeln mit Kirschtomaten und Apfel-Senf-Dip – Basilikum und Zitrone, bissfest 69
Hähnchenbrust mit Brokkoliröschen und Kräuterjoghurt – Zimt und Kardamom, bissfest 70
Kabeljau mit Maisstücken und Paprikacreme – Dill und Meerrettich, bissfest 71
Seitan mit Kartoffelspalten und Ajvarjoghurt – Zitrone und Petersilie, bissfest 72
Keramik 73
Hirse-Pilz-Auflauf mit Frühlingszwiebeln 74
Kartoffeln mit Linsenpuffern und Tomatensalsa – Thymian und Zitrone, bissfest 75
Spargel mit Fenchelspalten und Petersilienöl – Fenchel und Orange, bissfest 76
Lachsfilet mit Kichererbsen und Kräutersalsa – Salbei und Apfel, bissfest 77
Tempeh mit grünen Bohnen und Tomatenvinaigrette – Muskat und Schnittlauch, bissfest 78
Ei mit Vollkornbrotwürfeln und Tahinisauce – Tomate und Basilikum, bissfest 79
Kürbis mit Zucchinihalbmonden und Meerrettichjoghurt – Paprika und Oregano, bissfest 80
Fenchel mit Kohlrabistiften und Orangenjoghurt – Kreuzkümmel und Koriander, bissfest 81
Schweinefilet mit Möhrenstiften und Zitronenquark – Rauchpaprika und Majoran, bissfest 82
Räuchertofu mit Auberginenwürfeln und Gurkenjoghurt – Kümmel und Petersilie, bissfest 83
Spinat-Ricotta-Nocken in Tomatensauce 84
Gefüllte Paprikahälften mit Couscous und Feta 85

Herzhafter Mais-Bohnen-Auflauf mit Käsekruste 86
Rinderhack-Tomaten-Gratin mit Kartoffelhaube 87
Tofu-Erdnuss-Gratin mit Spitzkohl 88
Weiße-Bohnen-Püree mit Pilzkruste 89
Zucchini-Röllchen mit Frischkäse und Tomate 90
Blumenkohl-Kartoffel-Gratin mit Senfsahne 91
Wirsingpäckchen mit Putenfüllung 92
Forelle unter Mandelkruste auf Lauch 93
Kichererbsen-Auberginen-Gratin mit Joghurthaube 94
Reinigung 95
Brokkoli-Nudelauflauf mit Erbsen 96
Rote-Bete-Linsen-Gratin mit Ziegenkäse 97
Putenstreifen in Lauch-Senf-Sauce 98
Garnelen-Reis-Auflauf mit Erbsen und Kokos 99
Gebackener Feta auf warmen Tomatenlinsen 100
Blumenkohl-Käse-Pudding 101
Pastinaken-Kartoffel-Stampf unter Pilzen 102
Hähnchen mit Möhren in Paprikasauce 103
Seelachs auf cremigem Spinat mit Käse 104
Halloumi-Apfel-Spieße auf roten Zwiebeln 105
Auberginenhälften mit Bulgur und Tomaten 106
Süßkartoffel-Taler mit Hafer und Feta 107
Hähnchen-Ricotta-Bällchen in Tomatensauce 108
Kabeljau mit Kartoffelpüreehaube 109
Seitan-Pilz-Ragout mit Brotkruste 110
Große Champignons mit Spinat-Käse-Füllung 111
Kartoffel-Spinat-Tortilla 112
Spargel-Schinken-Brotauflauf 113
Lachs mit Tomaten-Oliven-Sauce und Gnocchi 114
Tempeh-Gemüse-Auflauf mit Kokos-Curry 115
Fehlerdiagnose 116

Mengenübersicht 116
Garzeitentabelle 117
Zonenplan 118
Formgrößen-Übersicht 118
Rezeptregister A bis Z 119
Rezeptregister A bis Z Fortsetzung 120
Rezeptregister A bis Z Fortsetzung 121
Rezeptregister A bis Z Fortsetzung 122
Rezeptregister A bis Z Fortsetzung 123
Rezeptregister A bis Z Fortsetzung 124
Rezeptregister A bis Z Fortsetzung 124
Zutatenregister 125
Zutatenregister Fortsetzung 125
Zutatenregister Fortsetzung 126
Zutatenregister Fortsetzung 126
Eigene Notizen 127

Beladung ohne Luftstau

Dieses Kapitel gehört ausdrücklich zu „Kleine Formen im Airfryer“. Eine lockere Lage bräunt; dichte Schichten dämpfen und verlängern die Garzeit.

Für Back- und Auflaufformen im Airfryer gelten Herstellerfreigabe, Temperaturbeständigkeit und ein freier Luftweg.

Beladung	Eine lockere Lage bräunt; dichte Schichten dämpfen und verlängern die Garzeit.
Ziel im Buch	Back- und Auflaufformen passend auswählen
Geeignete Menge	Nach nutzbarer Korbfläche und Formaußenmaß planen; Literangaben allein reichen nicht.
Vor dem Start	Zubehör, Korbposition und sichere Entnahme prüfen
Während des Garens	Erste Garprobe früh durchführen und Ergebnis dokumentieren
Nicht übertragen	Nicht vorhandene Programme oder Zonen niemals voraussetzen

Kurzer Praxischeck

- Passt die geplante Konfiguration wirklich zum Airfryer mit Einzelkorb?
- Bleibt rund um die Zutaten genügend Luftweg frei?
- Ist der Kontrollzeitpunkt vor dem möglichen Übergaren festgelegt?

Formgrößen und Luftabstand

Dieses Kapitel gehört ausdrücklich zu „Kleine Formen im Airfryer“. Lassen Sie seitlich Luftabstand und füllen Sie Formen nicht bis an den Rand.

Für Back- und Auflaufformen im Airfryer gelten Herstellerfreigabe, Temperaturbeständigkeit und ein freier Luftweg.

Form	Lassen Sie seitlich Luftabstand und füllen Sie Formen nicht bis an den Rand.
Ziel im Buch	Back- und Auflaufformen passend auswählen
Geeignete Menge	Nach nutzbarer Korbfläche und Formaußenmaß planen; Literangaben allein reichen nicht.
Vor dem Start	Zubehör, Korbposition und sichere Entnahme prüfen
Während des Garens	Erste Garprobe früh durchführen und Ergebnis dokumentieren
Nicht übertragen	Nicht vorhandene Programme oder Zonen niemals voraussetzen

Kurzer Praxischeck

- Passt die geplante Konfiguration wirklich zum Airfryer mit Einzelkorb?
- Bleibt rund um die Zutaten genügend Luftweg frei?
- Ist der Kontrollzeitpunkt vor dem möglichen Übergaren festgelegt?