

PREPROSTI

recepti

DO CVRTNIKA



29 navdihujočih receptov za zdravo
kuhanje v cvrtniku na vroč zrak

Hrustljave krompirjeve četrtine



40 minut



1 ura 40 minut



vsaj 4 porcije

*4 srednje veliki krompirji
1 skodelica vode
1 čajna žlička repičnega
olja
1 čajna žlička paprike
½ čajne žličke črnega
popra
½ čajne žličke soli*

1. Krompir sperite pod tekočo vodo. Kuhajte ga v slani vodi približno 40 minut, dokler se ne zmehča. Pustite, da se popolnoma ohladi v hladilniku približno 30 minut.

2. V skledi zmešajte repično olje, papriko, sol in poper. Ohlajen krompir narežite na četrtine in ga povaljajte v mešanici olja in popra. Cvrtnik segrejte na 200 °C in polovico krompirja položite v košaro; stran s kožo naj bo obrnjena navzgor; košarice ne napolnite preveč. Vsako košaro cvrite 13–15 minut oziroma dokler krompir ni zlato rjav.

Krompirjev čips



10 minut



1 ura



4 porcije

*2 srednje velika
krompirja, olupljena
1 čajna žlička olivnega
olja*

1. Krompir olupite in ga narežite na 1,25 x 7,50 cm dolge pomfrite. Namakajte ga v vodi vsaj 30 minut, nato pa ga dobro osušite s papirnato brisačo.

2. Cvrtnik segrejte na 165 °C. Pomfri dajte v veliko skledo in ga premešajte z malo olivnega olja. Pomfri postavite v košaro cvrtnika za 5 minut, da postane hrustljiv. Nato ga vzemite iz košare in pustite, da se ohladi na rešetki.

3. Temperaturo v cvrtniku povečajte na 200 °C in pripravljen krompirček pecite še 10–15 minut, da postane zlato rjav. Debelejše rezine krompirčka se pečejo dlje, tanjše pa manj.

Krompirjevi kroketi



30 minut



45 minut



4 porcije

Za nadev:

2 srednje velika krompirja, olupljena in narezana na kocke

1 rumenjak

½ skodelice naribanega parmezana

2 čajni žlički moke

1 žlica drobno sesekljanega drobnjaka

ščepec soli

ščepec črnega popra

ščepec muškatnega oreščka

Za premaz:

2 žlici rastlinskega olja

1 skodelica moke

2 stepeni jajci

½ skodelice drobtin

1. Kocke krompirja kuhajte v slani vodi približno 15 minut. Vodo odcedite in krompir v veliki skledi pretlačite, dokler ni gladek. Pustite, da se popolnoma ohladi. Zmešajte rumenjak, sir, moko in drobnjak, dodajte sol, poper in muškatni orešek. Nadev oblikujte v kroglice velikosti žogice za golf in jih postavite na stran..

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Olje in drobtine zmešajte, da postanejo drobtine. Vsako krompirjevo kroglico najprej pomočite v moko, nato v jajca in na koncu v drobtine ter oblikujte v valj. Dobro pritisnite ovoj, da se oprime kroketov. Polovico kroketov dajte v košarico in vsako košarico cvrite 7–8 minut oziroma dokler kroketi niso zlato rjavi.

Kozice, zavite v šunko



30 minut



45 minut



4 porcije

½ kg olupljenih in brez žil kozic ½ kg šunke, na tanko narezane, sobne temperature

1. Vzemite rezino šunke in jo ovijte okoli kozice, začnši od glave do repa. Zavito kozico postavite v hladilnik za 20 minut.

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Kozice vzemite iz hladilnika in polovico položite v košaro cvrtnika. Vsako košaro cvrite 5–7 minut. Pred serviranjem jih odcedite na papirnatih brisačah.

Gratiniran krompir



10 minut



25 minut



4 porcije

3 srednje veliki
krompirji, olupljeni $\frac{1}{4}$
skodelice mleka
 $\frac{1}{4}$ skodelice smetane
1 žlica črnega popra
 $\frac{1}{2}$ čajne žličke
muškatnega oreščka
 $\frac{1}{4}$ skodelice naribanega
sira Gruyère

1. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Krompir narežite na tanke rezine. V skledi zmešajte mleko in smetano ter dodajte sol, poper in muškatni orešček. To mešanico prelijte čez rezine krompirja.

2. Rezine krompirja položite v majhno ponev in jih prelijte s preostalo smetano iz sklede. Sir enakomerno razporedite po krompirju. Ponev postavite v košaro cvrtnika in košaro potisnite in cvrtnik na vroč zrak. Nastavite časovnik na 15 minut in pecite gratinirano jed, dokler ni lepo zlato rjava.

Kroketi iz cheddarja in šunke



40 minut



50 minut



6 porcij

Za nadev:

$\frac{1}{2}$ kg ostrega cheddar
sira, celega
 $\frac{1}{2}$ kg šunke, tanko
narezane, sobne
temperature

Za paniranje:

2 žlici olivnega olja
1 skodelica moka
2 stepeni jajci
 $\frac{1}{2}$ skodelice drobtin

1. Čedar narežite na 6 enakih kosov, vsakega približno 2,5 cm x 4,5 cm. Vzemite dva kosa šunke in vsak kos sira popolnoma ovijte okoli njiju. Odrežite odvečno maščobo. Porcije sira in šunke za 5 minut postavite v zamrzovalnik, da se strdijo. Ne zamrzujte.

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Olje in drobtine dobro zmešajte. Vsak del najprej povaljajte v moki, nato v jajcih in na koncu v drobtinah. Dobro pritisnite na krokete, da se dobro primejo. Krokete položite v košaro za cvrtje in cvrite 7–8 minut oziroma dokler niso zlato rjavi.

Krompirjevi čips z rožmarinom



40 minút



1 hod. 10 minút



2 porcie

*2 srednje velika
krompirja
1 čajna žlička olivnega
olja
1 čajna žlička
sesekljanega rožmarina
ščepec soli*

1. Krompir sperite pod tekočo vodo. Prerežite ga po dolgem in ga takoj narežite na tanke krompirjeve rezine. Postavite ga v skledo z vodo. Krompir pustite, da se namaka 30 minut, pri čemer vodo večkrat zamenjajte. Pustite, da se krompir odcedi, in ga osušite s papirnato brisačo.

2. Cvrtnik segrejte na 165 °C. Čips dajte v skledo in zmešajte z oljem. Postavite ga v košaro za cvrtje in cvrite 30 minut oziroma dokler se ne zapeče zlato rjavo, občasno ga pretresite, da se enakomerno cvre. Ko je čips pečen in še topel, ga dajte v skledo in potresite s soljo in rožmarinom.

Feta trikotniki



20 minut



30 minut



5 porcij

*1 rumenjak
120 g feta sira
2 čajni žlički drobno
sesekljanega peteršilja
1 mlada čebula, drobno
sesekljana
5 listov odtajanega
listnatega testa
2 žlici olivnega olja
črni poper po okusu*

1. V skledi stepite rumenjak in vmešajte feto, peteršilj in mlado čebulo ter začinite s črnim poprom. Vsak list listnatega testa narežite na 3 trakove. Na spodnjo stran vsakega traku položite polno čajno žličko mešanice s feto. Konice listnatega testa prepognite čez nadev, da oblikujete trikotnik, trak pa prepognite v cikcak vzorec, dokler trikotnik ne prekrije nadeva. Postopek ponavljajte, dokler ne porabite nadeva in testa.

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Listnato testo premažite z malo olivnega olja in v košarico položite 5 trikotnikov. Košarico postavite v cvrtnik za 3 minute oziroma dokler testo ne postane zlato rjavo. Postopek ponovite s preostalimi sestavinami in postrezite.

Kroketi



20 minut



35 minut



6 porcij

Za nadev:

*½ kg rakovega mesa
2 stepena beljaka
1 žlica olivnega olja
½ skodelice drobno sesekljanega rdeč
čebule
¼ drobno sesekljanega rdeč paprike
2 žlici drobno sesekljanega zelene
¼ čajne žličke drobno sesekljanega
pehtrana
½ čajne žličke drobno sesekljanega
drobnjaka*

*½ čajne žličke peteršilja, drobno sesekljanega
½ čajne žličke kajenskega popra
¼ skodelice majoneze
¼ skodelice kisle smetane
Za posip:
3 stepena jajca
1 skodelica moka
1 skodelica drobtin
1 čajna žlička olivnega olja
½ čajne žličke soli*

1. V majhni ponvi na srednji temperaturi 4–5 minut prepražite olivno olje, čebulo, papriko, papriko in zeleno. Nato odstavite s štedilnika in pustite, da se ohladi.
2. Drobtine, olivno olje in sol zmešajte do gladkega. Drobtine, jajca in moko stresite na 3 ločene krožnike. Preostale sestavine: rakovo meso, beljake, majonezo, kisló smetano, začimbe in zelenjavo zmešajte v večji skledi.
3. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Rakovo meso oblikujte v kose velikosti žogice za golf, nato ga povaljajte v moki, nato v jajcih in na koncu v drobtinah ter jih oblikujte v kroketi. Položite jih v košaro, ne prenatrpajte. Vsako košaro cvrite približno 8–10 minut oziroma dokler kroketi niso zlato rjavi.

Cajunske kozice



5 minut



10 minut



2 porcije

*¼ kg kozic (16–20 kosov)
¼ čajne žličke kajenskega
popra*

*½ čajne žličke
mešanice začimb za
morske sadeže ¼ čajne
žličke dimljene paprike*

*ščepec soli
1 žlica olivnega olja*

1. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Vse sestavine dajte v skledo, kozice pokapajte z oljem in poprajte. Kozice dajte v košaro in pražite 5 minut. Postrezite z rižem.

Hrustljavi spomladanski zavitki



20 minut



25 minut



4 porcije

Za nadev:

120 g dušenih piščančjih prsi, narezanih na koščke

1 steblo zelene, tanko narezano

1 srednje velik korenček, tanko narezan

½ skodelice tanko narezanih gob

½ čajne žličke drobno sesekljanega ingverja

1 čajna žlička sladkorja

1 čajna žlička začimb za perutnino

Za zavitek:

1 stepeno jajce

1 čajna žlička koruznega škroba

8 zavitkov za rolade/rižev papir/

½ čajne žličke rastlinskega olja

1. Priprava nadeva: Koščke piščanca dajte v skledo in jih zmešajte z zeleno, korenjem in gobami. Perutnini dodajte ingver, sladkor in začimbe ter enakomerno premešajte..

2. Jajce zmešajte s koruznim škrobom, da se zgosti, nato pa postavite na stran. Na vsak zavitek dajte malo nadeva in zvijte, pri čemer konce zaprite z jajčno mešanico. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Zavitke premažite z malo olja in jih položite v košaro za cvrtje. Cvrtnite v dveh košaricah, 3–4 minute v vsaki, dokler ne postanejo zlato rjavi. Postrezite s čili omako ali sojino omako..

Klobase v kopalni plašču



15 minut



30 minut



4 porcije

1 paket 340 g koktajl klobas

1 paket 230 g testa za rolado

1. Klobase vzemite iz embalaže in pustite, da se odcedijo, nato pa jih posušite s papirnatimi brisačami. Testo narežite na pravokotne trakove, velike približno 2,5 cm x 3,8 cm. Trakove ovijte okoli klobas, tako da konci visijo ven. Za 5 minut postavite v zamrzovalnik, da se strdijo..

2. Cvrtnik segrejte na 160 °C. Klobase vzemite iz zamrzovalnika in jih polovico položite v košaro za cvrtje. Vsako košaro pecite 6–8 minut oziroma dokler niso zlato rjave..

Marinirana piščančja krilca



15 minut



45 minut



6 porcij

2 kg piščančjih krilc
2 žlici olivnega olja
2 žlici sojine omake
6 strokov česna, drobno sesekljanih
1 habanero (čili), brez semen in žil
1 žlica pimenta
1 čajna žlička cimeta
1 žlica kajenskega popra

1 čajna žlička belega popra
1 čajna žlička soli
2 čajni žlički rjavega sladkorja
1 čajna žlička drobno sesekljanega svežega timijana
1 čajna žlička naribanega svežega ingverja
4 drobno sesekljanne mlade čebule
5 čajnih žličk limetinega soka
½ skodelice rdečega vinskega kisa

1. Vse sestavine dajte v veliko skledo. Perutničke premažite z začimbami in marinado. Nato jih položite v plastično vrečko, ki jo je mogoče ponovno zapreti, in postavite v hladilnik za 2–24 ur.

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Vzemite perutničke iz vrečke in jih odcedite. Posušite s papirnato brisačo. Polovico perutničk položite v košarico in vsako košarico pecite 14–16 minut. Postrezite s sirovo omako ali prelivom.

Korejski BBQ satay



15 minut



30 minut



4 porcije

½ funta piščanca brez kosti in kože
½ skodelice sojine omake z nizko vsebnostjo natrija
½ skodelice ananasovega soka
¼ skodelice sezamovega olja
4 stroki česna, sesekljeni

drobno
4 mlade čebule, drobno sesekljan
1 žlica sveže naribanega ingverja
2 čajni žlički praženih sezamovih semen, ščepec črnega popra

1. Vsak kos mesa previdno nabodite na manjši lesen nabodalo. V večji skledi zmešajte vse ostale sestavine, dodajte nabodeno meso, dobro premešajte in pokrito postavite v hladilnik za 2–24 ur..

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Mesni nabodal osušite s papirnato brisačo in ga do polovice položite v košaro, pri čemer vsako košaro pecite 5–7 minut..

Maroške mesne kroglice z metinim jogurtom



25 minut



40 minut



4 porcije

Za mesne kroglice:

½ kg mlete jagnjetine
120 g puranjega mesa
1 ½ žlice peteršilja, drobno sesekljanega
1 žlica mete, drobno sesekljanega
1 čajna žlička mlete kumine
1 čajna žlička mletega koriandra
1 čajna žlička kajenskega popra
1 čajna žlička čili paste
2 stroka česna, drobno sesekljana

¼ skodelice olivnega olja

1 čajna žlička soli

1 beljak

Za metin jogurt:

½ skodelice grškega jogurta z nizko vsebnostjo maščob
½ skodelice kisle smetane
2 žlici pinjenca
½ skodelice drobno sesekljanega mete
1 strok česna, drobno sesekljan
2 ščepe soli

1. Cvrtnik segrejte na 200 °C. V veliki skledi zmešajte vse sestavine za mesne kroglice. Z rokami oblikujte mesne kroglice v velikosti žogice za golf. Polovico kroglic položite v košaro in cvrite 6–8 minut.
2. Vse sestavine za metin jogurt dajte v skledo in dobro premešajte, medtem ko se mesne kroglice pečejo v cvrtniku. Postrezite mesne kroglice z jogurtom in okrasite s svežo meto in olivami.

Pizza Portobello Pepperoni



5 minut



10 minut



1 porcija

1 portobello goba, očiščene glave
1 žlica olivnega olja
1 žlica paradižnikove omake

1 žlica naribane mocarele
4 trakovi feferonov
ščepec soli
ščepec suhih italijanskih začimb

1. Cvrtnik segrejte na 165 °C. Obe strani portobella premažite z olivnim oljem, notranjost potresite s soljo in italijanskimi začimbami. Enakomerno premažite s paradižnikovim sokom in potresite s sirom.
2. Portobello dajte v košaro in ga popecite, po 1 minuti ga odstranite in na portobello pico položite trakove feferona. Pecite še 3–5 minut. Na koncu potresite s sveže naribanim parmezanom in mleto rdečo papriko.

Polnjene gobe s česnom



10 minut



20 minut



4 porcije

12 gob

Za nadev:

1 rezina belega kruha

1 strok česna,
zdrobljen

1 žlica peteršilja, drobno
sesekljanega

črni poper po okusu

1 žlica olivnega olja

1. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Kruh narežite na drobne drobtine in dodajte česen, peteršilj in poper. Ko so sestavine premešane, jih zmešajte z olivnim oljem.

2. Odrežite peclje gob in klobuke gob napolnite z mešanico za kruh. Mešanico dobro pritisnite v klobuke, da preprečite, da bi majhni koščki prišli v ventilator. Klobuke gob položite v košaro za cvrtje in jo vstavite v cvrtnik. Cvtite približno 10 minut oziroma dokler gobe niso zlato rjave in hrustljave.

Chimichurri steak



15 minut



35 minut



3 porcije

1 goveji zrezek

Za chimichurri:

1 skodelica peteršilja,
drobno sesekljanega

¼ skodelice mete,
drobno sesekljanega

2 žlici origana,
drobno sesekljanega

3 stroki česna, drobno sesekljeni

1 čajna žlička mlete rdeče paprike

1 žlica kumine

1 čajna žlička kajenskega popra

2 čajni žlički dimljene paprike

1 čajna žlička soli

¼ čajne žličke črnega popra

¾ skodelice olivnega olja

3 žlice rdečega vinskega kisa

1. Sestavine za chimichurri zmešajte v skledi. Zrezek narežite na 2 kosa po 230 g in ju skupaj z ¼ skodelice chimichurrija dajte v vrečko, ki jo je mogoče ponovno zapreti. Hladite 2–24 ur. Pred peko vzemite iz hladilnika 30 minut.

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Zrezek osušite s papirnato brisačo. Postavite ga v košaro in pecite 8–10 minut na srednji temperaturi. Okrasite z 2 žlicama chimichurrija in postrezite.

Pečeni stari paradižniki s feto



20 minut



35 minut



4 porcije

Za bazilikino pesto: ½ skodelice peteršilja, grobo sesekljanega
½ skodelice bazilike, grobo sesekljanega
½ skodelice naribanega parmezana
3 žlice praženih pinjol
1 strok česna
½ skodelice olivnega olja
ščepec soli

Za paradižnik:

1 stari paradižnik
230 g fete
½ skodelice tanko narezane rdeče čebule
1 žlica olivnega olja
1 ščepec soli

1. Pripravite pesto. V mešalnik dajte peteršilj, baziliko, parmezan, česen, pražene pinjole in sol. Mešajte na nizki temperaturi in počasi dodajajte olje. Ko se olivno olje zmeša z ostalimi sestavinami, pesto postavite v hladilnik.
2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Paradižnik narežite na rezine, feto pa na 1,2 cm debele kolobarje. Paradižnik osušite s papirnato brisačo. Na vsako rezino paradižnika namažite 1 žlico pesta in nanjo položite feto. Potresite z rdečo čebulo in pokapajte z 1 žlico olivnega olja.
3. V košarico dajte rezine paradižnika in feto ter pecite 12–14 minut, dokler feta ni mehka in rjava. Na koncu potresite s soljo in še eno žlico bazilikinega pesta.

Losos z omako iz kopra



15 minut



25 minut



2 porcije

Za koprno omako:

½ skodelice grškega jogurta z nizko vsebnostjo maščob
½ skodelice kisle smetane
ščepec soli
2 žlici drobno sesekljanega kopra

Za lososa:

340 g lososa
2 čajni žlički olivnega olja
ščepec soli

1. Cvrtnik segrejte na 135 °C. Lososa narežite na 2 enaka dela in vsakemu porciji dodajte 2 čajni žlički olivnega olja. Začinite s soljo in ga položite v košaro cvrtnika ter kuhajte 15–17 minut.
2. Pripravite omako iz kopra: v skledi zmešajte jogurt, kisko smetano, sesekljan koper in sol. Lososa postrezite z omako in okrasite z več kopra.

Pečena mlada kokoš



15 minut



30 minut



4 porcije

1 mlad piščanec, približno
1 kg

Za marinado:

½ skodelice olivnega olja

¼ čajne žličke mletega

črnega popra

1 čajna žlička sesekljanega
timijana

1 čajna žlička sesekljanega
rožmarina

¼ čajne žličke soli

¼ čajne žličke sladkorja

sok zelene limone

1. Piščanca položite s hrbtom proti sebi in na levi in desni strani naredite dva vzdolžna reza od zgoraj navzdol, da odstranite hrbtenico. Piščanca razrežite po dolžini, tako da prerežete skozi prsnico. Odstranite obe polovici piščanca in ju dajte na stran.

2. Vse sestavine dajte v skledo in dodajte piščanca. Pustite, da se ohladi 1-2 uri.

3. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Piščanca vzemite iz marinade, ga odcedite v cedilu in osušite s papirnatimi brisačami. Piščanca položite v košaro in kuhajte 14–16 minut oziroma dokler notranja temperatura mesa ne doseže približno 75 °C.

Glazirani zrezek teriyaki iz morskega lista



30 minut



40 minut



3 porcije

½ kg zrezka iverke

Za marinado:

2/3 skodelice sojine omake (z nizko
vsebnostjo natrija)

½ skodelice vina Mirin (japonsko vino za
kuhanje)

¼ skodelice sladkorja

2 žlici limetinega soka

¼ skodelice zdrobljene rdeče paprike

¼ čajne žličke ingverja

1 strok česna (zdrobljen)

1. Vse sestavine za marinado /teriyaki glazuro/ zmešajte v ponvi. Zavrite, nato polovico marinade odcedite in pustite, da se ohladi. Ko se marinada ohladi, jo skupaj z listom dajte v vrečko, ki jo je mogoče ponovno zapreti. Pustite, da se ohladi 30 minut.

2. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Marinirano listnato ribo cvrite v cvrtniku 911 minut. Ko je pečena, jo premažite s preostalo marinado. Postrezite z belim rižem in bazilikinim/metovim čatnijem.

Vanilijev sufle



20 minut



1 ura 30 minut



4 porcije

<i>¼ skodelice moke</i>	<i>1 strok vanilije</i>
<i>¼ skodelice zmehčanega masla</i>	<i>5 beljakov</i>
<i>1 skodelica mleka</i>	<i>4 rumenjaki</i>
<i>¼ skodelice sladkorja</i>	<i>30 g sladkorja</i>
<i>1 2 čajni žlički vanilijevega ekstrakta</i>	<i>31 g</i>
	<i>30 32 čajnih žličk vinskega kamna</i>

1. Moko in maslo zmešajte v mehko testo. V ponvi segrejte mleko in v njem raztopite sladkor. Dodajte strok vanilije in mleko zavrite. Mešanico moke in masla dodajte v vrelo mleko. Dobro premešajte z metlico, da se ne naredijo grudice. Mleko pustite vreti nekaj minut, da se zmes zgosti. Zmes odstavite s štedilnika. Iz lonca odstranite strok vanilije, ga zavrzite in pustite, da se zmes ohladi v hladni kopeli.
2. Medtem ko se zmes hladi, vzemite 6 pekačev ali modelčkov za sufle. Namažite jih z maslom in potresite s ščepecem sladkorja. V mlečno mešanico na hitro vmešajte rumenjake in vanilijev ekstrakt.
3. Beljake stepemo, dodamo sladkor in vinski kamen, da se stepejo trdno. Zmes beljakov vmešamo v zmes za sufle in napolnimo modelčke. Zgladimo vrh, da postane gladek.
4. Cvrtnik segrejte na 160 °C. V košarico dajte 2–3 sufleje in pecite vsakega 12–15 minut. Postrezite s sladkorjem v prahu in čokoladno omako.

Mini Cheeseburger



5 minut



15 minut



2 porcije

240 g mletega mesa
2 rezini cheddarja
2 žemljici za hamburger
sol
črni poper

1. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Iz mletega mesa oblikujte 2 mesni kroglici po 120 g in začinite s soljo in poprom. Polpete položite v košaro in cvrite 10 minut. Vzemite jih iz cvrtnika, potresite s sirom in skupaj cvrite v cvrtniku na vroč zrak še nekaj minut.

Medaljoni trske



15 minut



35 minut



4 porcije

½ kg trske

Za paniranje:

2 žlici olivnega olja

1 skodelica mleka

2 stepeni jajci

¼ skodelice drobtin

ščepec soli

1. Cvrtnik segrejte na 200 °C. Trsko narežite na trakove velikosti približno 2,5 x 6 cm. Olivno olje, drobtine in sol zmešajte v drobtinasto zmes. Drobline, jajca in moko dajte v tri sklede.

2. Vsak kos povaljajte v moki, jajcih in drobtinah. Dobro pritisnite na ribo, potresite s preostalimi drobtinami. Polovico piščančjih medaljončkov položite v košarico in pecite 8–10 minut, da se zlato rjavo zapečejo.

Piščančje meso



15 minut



35 minut



4 porcije

½ kg piščančjega mesa

Za nadev:

3 umešana jajca

½ skodelice drobtin

½ skodelice moke

½ čajne žličke soli

1 čajna žlička črnega popra

2 žlici olivnega olja

1. Cvrtnik segrejte na 165 °C. Drobline, jajca in moko stresite v tri ločene sklede. Drobline začinite s soljo in poprom. Dodajte olivno olje in dobro premešajte. Kose piščanca enega za drugim povaljajte v moki, jajcih in drobtinah. Dobro pritisnite in potresite s preostalimi drobtinami. Polovico mesa položite v košaro cvrtnika in pecite vsakič 10 minut, dokler vsi kosi niso zlato rjavi.

Pečen sir



10 minut



15 minut



2 porcije

4 rezine brioša ali belega kruha

½ skodelice ostrega cheddarja

½ skodelice stopljenega masla

1. Cvrtnik segrejte na 180 °C. Sir in maslo dajte v ločene sklede. Maslo namažite na vsako stran 4 rezin kruha. Sir položite med dve rezini kruha. Postavite v košaro cvrtnika. Pecite 4–5 minut oziroma dokler jed ni zlato rjava in se sir popolnoma ne stopi.

Vrečke z arašidovim maslom in marshmallowom



15 minut



20 minut



4 porcije

4 odtajani listi listnatega testa

4 žlice arašidovega masla

4 žlice nadeva iz marshmallowa

60 g stopljenega masla ščepec

morske soli

1. Cvrtnik segrejte na 180 °C. En list listnatega testa premažite s stopljenim maslom. Nanj položite drug list listnatega testa, ponovno premažite z maslom in ponovite z vsemi 4 plastmi. List listnatega testa narežite na trakove velikosti 7,5 cm x 30 cm.

2. Na dno vsakega lista listnatega testa namažite 1 žlico arašidovega masla in 1 čajno žličko nadeva iz marshmallowa. Konico listnatega testa prepognite čez nadev, da oblikujete trikotnik, in jo večkrat cikcakasto prepognite, dokler nadev ni popolnoma prekrit. Z malo masla zaprite prepognjene robove. Listnate testo položite v košarico cvrtnika na vroč zrak in cvrite 3–5 minut, dokler niso zlato rjavi in napihnjeni. Začinite z morsko soljo.

Omleta z gobami, čebulo in feto



15 minut



25 minut



3 porcije

3 jajca

2 skodelici očiščenih gob

½ rdeče čebule

1 žlica olivnega olja

3 žlice zdrobljene fete

ščepec soli

1. Polovico rdeče čebule olupite in narežite na 0,5 cm debele rezine. Gobe očistite in narežite na 0,5 cm debele rezine. Čebulo in gobe prepražite na olivnem olju na nizkem ognju. Ocvrte sestavine vzemite iz ponve na suho brisačo, da se ohladijo..

2. Cvrtnik segrejte na 165 °C. V skledi dobro stepite 3 jajca in dodajte sol. Pekač popržite s pršilom za peko. Dodajte jajca, nato mešanico čebule in gob ter na koncu sir. Posodo postavite v košaro cvrtnika in pecite omleto 10–12 minut. Omleta je pripravljena, ko vanjo lahko zapičite nož in je iz nje čista.



www.jurhan.si