GUSTO



BRAUN

KÖSTLICHES
AUS DEM AIRFRYER



MEHR ALS NUR HEISSE LUFT!

Es ist unbestritten: Heißluftfritteusen sind das praktischste Küchen-Upgrade des Jahres und gekommen, um zu bleiben. Sie ermöglichen fettarmes und vielseitiges Kochen, sind wahre Zeitwunder und sparen auch noch Energie. Knusprig, saftig, flott – einfach ideal für die zeitgemäße Feierabendküche!

Nun setzt Braun noch eines drauf: Die MultiFry 5 bietet nicht nur zahlreiche Extra-Features, sie kommt auch ohne PFAS aus.

Bei vielen Antihaft-Beschichtungen sind problematische Chemikalien ein Thema, dank einer hochwertigen Keramikbeschichtung ist dies bei der MultiFry 5 nicht der Fall. So geht Genuss ohne Kompromisse – für ein gutes Gefühl bei jeder Mahlzeit.

GUSTO hat den Alleskönner aus dem Hause Braun (Wir sagen nur: 3-in-1, also Airfryer, Ofen und Grill!) in der GUSTO-Küche auf Herz und Nieren getestet und zeigt auf den kommenden Seiten neue Lieblingsrezepte.
Übrigens: Auf den letzten beiden Seiten wird noch mehr darüber verraten, was die MultiFry 5 ausmacht. Dass darin Pizza, Kuchen und Pommes dank Ober-/Unterhitzefunktion gleich köstlich gelingen, sei aber schon jetzt verraten.



Viel Freude beim Entdecken der endlosen Airfryer-Möglichkeiten,

Ihr GUSTO-Team

IMPRESSUM – Verleger: GUSTO GmbH & Co KG, Hersteller: Sandler GesmbH & Co KG, Fotos: Dieter Brasch, Rezepte: Charlotte Cerny

HIGH-PROTEIN-BISCUITS MIT COTTAGE CHEESE

18 Stück **ZUBEREITUNG:** ca. 35 Minuten

2 Jungzwiebeln
80 g getrocknete Paradeiser *(in Öl eingelegt)*
6 mittlere Eier
250 g Cottage Cheese
1 Knoblauchzehe *(gepresst)*
100 g Cheddar *(gerieben)*
80 g Mandelmehl
50 g Kokosmehl
2 EL Leinsamen *(geschrotet)*
1 TL Backpulver

Salz, Pfeffer

1. Jungzwiebeln putzen und fein schneiden. Paradeiser abtropfen lassen und hacken. Eier, Cottage Cheese und Knoblauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Jungzwiebeln, Paradeiser und Käse untermischen. Mehlsorten, Leinsamen und Backpulver einrühren.
2. Mit einem Eisportionierer (oder einem Esslöffel) Häufchen auf den Boden der Airfryer-Lade setzen und leicht flachdrücken. Bei 180 °C (Air-Fry-Funktion, ohne Gitter) ca. 20 Minuten goldbraun backen.
3. Biscuits herausnehmen und warm oder kalt genießen.





PILZ-KNÖDEL-GRATIN MIT KOHL

2 Portionen **ZUBEREITUNG:** ca. 50 Minuten

¼ Kohl *(ca. 200 g)*
100 g Pilze *(z.B. Eierschwammerl, Champignons)*
2 Schalotten *(geschält)*
2 EL Öl
2 kleine Rollen Serviettenknödel *(siehe Rezept rechts)*
2 EL Schnittlauchröllchen

GUSS
3 mittlere Eier
100 ml Schlagobers
80 g Crème fraîche
1 TL Majoran
1 MS Muskat
50 g Bergkäse *(gerieben)*

Salz, Pfeffer

TIPP
Wenn Sie das Rezept verdoppeln oder verdreifachen, können Sie das Gratin auch direkt in der Airfryer-Lade (ohne Gitter) backen.

1 Kohlblätter klein schneiden. Pilze je nach Größe ganz lassen oder halbieren. Schalotten fein würfeln.
2 Pilze im Airfryer auf dem Gitter verteilen und bei 180 °C (Air-Fry-Funktion) ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen und beiseitestellen.
3 Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Kohl zugeben und unter gelegentlichem Rühren ca. 15 Minuten goldgelb anschwitzen, dann in einer Auflaufform (22 x 14 x 5 cm) verteilen. Knödel in Scheiben schneiden und darauflegen.
4 Für den Guss alle Zutaten verrühren. Kräftig salzen und pfeffern. Über die Knödel gießen.
5 Im Airfryer (Air-Fry- oder Fast-Oven-Funktion, mit Gitter) bei 180 °C ca. 30 Minuten goldbraun backen.
6 Mit Schnittlauch bestreuen.

SERVIETTENKNÖDEL

8 kleine Rollen *(oder 4 große)*
ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde
ZUM ZIEHENLASSEN: ca. 30 Minuten

2 Zwiebeln *(geschält)*
2 EL Butter
500 g Semmelwürfel
40 g Petersilie *(gehackt)*
4 mittlere Eier
500 ml Milch

Salz, Pfeffer, Muskat

1 Zwiebeln fein würfeln. Butter in einer Pfanne aufschäumen. Zwiebeln darin goldbraun dünsten, vom Herd nehmen. Semmelwürfel, Petersilie und Zwiebeln vermischen. Eier und Milch verrühren. Alles vermengen. Mit Salz, Pfeffer und 1 MS Muskat würzen. 30 Minuten ziehen lassen.
2 Masse zu 8 (oder 4) Rollen formen. In Frischhaltefolie wickeln, Enden fest eindrehen. Rollen jeweils mit Alufolie umwickeln, Enden eindrehen.
3 Wasser aufkochen, Knödel einlegen, ca. 30 Minuten schwach wallend köcheln.

TIPPS
- Die Länge der Rollen können Sie an Ihren Kochtopf anpassen.
- Die Knödel lassen sich problemlos tiefkühlen. Vor Gebrauch auftauen lassen. Im Wasserbad (oder in der Mikrowelle – Alufolie entfernen) erwärmen.

TAHINI-SCHNITZEL MIT ROMANA-JALAPEÑO-SALAT

4 Portionen **ZUBEREITUNG:** ca. 45 Minuten

4 Hühnerbrüste
2 Eier
100 g Tahini
50 ml Milch
200 g Pankomehl
4 EL Sesam
100 g Mehl

SALAT
1 Knoblauchzehe *(gepresst)*
2 EL Tahini
2 EL Zitronensaft
2 EL Wasser
1 TL Senf
2 EL Jalapeño-Marinade *(aus dem Glas)*
4 Romanasalatherzen
2 EL Jalapeño-Ringe *(eingelegt)*

Salz, Pfeffer

1 Hühnerbrüste horizontal einschneiden (Schmetterlings-Schnitt) und aufklappen. Fleisch leicht klopfen. Mit Salz und Pfeffer beidseitig würzen.
2 Eier, Tahini und Milch mit einem Schneebesen glatt rühren. Pankomehl und Sesam vermischen. Fleisch im Mehl wenden, durch die Eimischung ziehen und in der Pankomischung panieren.
3 Schnitzel einzeln im Airfryer bei 220 °C (Air-Fry-Funktion, ohne Gitter) ca. 15 Minuten goldbraun backen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
4 Knoblauch, Tahini, Zitronensaft, Wasser, Senf und Jalapeño-Marinade verrühren. Mit Salz abschmecken. Salatherzen putzen und je nach Größe halbieren oder ganz lassen. Mit dem Dressing vermengen. Jalapeño-Ringe untermischen. Tahini-Schnitzel mit dem Salat anrichten.





SCHWEINSBRATEN MIT KNUSPRIGER SCHWARTE

6 Portionen
ZUBEREITUNG:
ca. 1 ½ Stunden
ZUM ZIEHENLASSEN:
ca. 24 Stunden

1 ½ kg Schweinsschulter
(mit Schwarte, ohne Knochen)
½ TL Knoblauchpulver
½ TL Kümmel *(gemahlen)*
½ TL Pfeffer
½ TL Salz
1 EL Öl
1 TL Meersalzflocken

Grobes Salz

TIPP FÜR DIE PERFEKTE GARZEIT
Orientieren Sie sich an der Farbe der Kruste. Diese sollte schön braun sein. Gleichzeitig können Sie das Fleisch mit Hilfe eines Thermometers beobachten. Die Kerntemperatur sollte bei ca. 70 °C liegen.

Beilagen gesucht? 15 Ideen von Kürbisgemüse bis Krautsalat: *GUSTO.at/beilagen-braten*

1. Schwarte mit einem sehr scharfen Messer einschneiden und mit grobem Salz bedecken. Im Kühlschrank 24 Stunden offen ziehen lassen. Fleisch ca. 30 Minuten vor Kochbeginn aus dem Kühlschrank nehmen. Grobes Salz gründlich abputzen.
2. Knoblauchpulver, Kümmel, Pfeffer und Salz mischen. Fleischseite damit einreiben. Schwarte mit Öl bepinseln und mit Meersalzflocken bestreuen.
3. 2 große Stücke Alufolie übereinanderlegen. Schweinsschulter daraufsetzen. Folie an den Rändern hochziehen, damit das Fleisch bedeckt ist, aber die Schwarte frei bleibt. Auf diese Weise bleibt das Fleisch saftig und der Bratensaft sammelt sich in der Alufolien-Schale.
4. Im Airfryer bei 160 °C ca. 50 Minuten (Air-Fry-Funktion, mit Gitter) garen. Temperatur auf 200 °C erhöhen und 30 Minuten garen. Damit die Schwarte richtig knusprig wird, die Temperatur auf 220 °C erhöhen (Grillfunktion) und den Schweinsbraten 15–20 Minuten ankrusten lassen.
5. Herausnehmen und mindestens 20 Minuten rasten lassen. Mit dem entstandenen Saft servieren.



TÜRKISCHE EIER AUF LANGOS

4 Portionen
ZUBEREITUNG:
ca. 2 Stunden
ZUM GEHENLASSEN:
ca. 1 Stunde

GERMTEIG
200 g glattes Dinkelmehl
1 TL Trockengerm
1 TL Kristallzucker
1 gestr. TL Salz
110 ml warmes Wasser
25 g weiche Butter
2 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe *(gepresst)*

TÜRKISCHE EIER
120 g Joghurt *(10 % Fett)*
1 Knoblauchzehe *(gepresst)*
1 EL Zitronensaft
½ TL Zitronenschale
50 g Butter
1 TL Paprikaflocken
1 Prise Paprikapulver *(geräuchert)*
4 mittlere Eier

SALAT
2 EL Gartenkresse
20 g Kräuter *(Dille, Petersilie, Koriander, Basilikum, Minze)*
1 EL Olivenöl
1 TL Zitronensaft

Mehl, Salz, Pfeffer, Essig

1 Mehl, Germ, Zucker, Salz, Wasser und Butter ca. 10 Minuten verkneten. Abgedeckt in einer Schüssel an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
2 Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz verkneten. In 4 Stücke teilen. Mit den Fingerspitzen flach drücken, zu Langos formen. Im Airfryer bei 200 °C (Air-Fry-Funktion, ohne Gitter) ca. 12 Minuten goldbraun backen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
3 Olivenöl und Knoblauch verrühren, die heißen Langos damit bestreichen.
4 Joghurt, Knoblauch, Zitronensaft und -schale verrühren. Salzen und pfeffern.
5 Butter aufschäumen, Paprikaflocken und -pulver unterrühren. Warmhalten.
6 Eier in Tassen schlagen. Wasser mit 1 Prise Salz und 1 Schuss Essig aufkochen, Hitze reduzieren. Eier ins Wasser gleiten und ca. 4 Minuten ziehen lassen. Mit einem Siebschöpfer vorsichtig herausheben und abtropfen lassen.
7 Joghurtsauce auf die Langos streichen.
8 Alle Salatzutaten vermengen, salzen, pfeffern. Auf den Langos verteilen. Eier vorsichtig in die Mitte setzen. Mit Paprikabutter beträufeln, heiß servieren.

DAZU PASSEN
SCHNELL GEPICKELTE ZWIEBELN
3 rote Zwiebeln in Ringe schneiden und in ein Glas füllen. **1 TL Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 1 TL Kristallzucker** und **1 TL Salz** zugeben. **250 ml Weißweinessig** und **100 ml Wasser** aufkochen und einfüllen. Glas verschließen und auskühlen lassen.



TORTILLAS
AUF DREI ARTEN

THUNFISCH-PIZZA **ZUBEREITUNG:** ca. 20 Minuten

1. **1 Weizen-Tortilla** (Ø 22–24 cm) mit **1 EL Olivenöl** beträufeln und mit **1 EL geriebenem Mozzarella** bestreuen. Eine **zweite Tortilla** darauflegen, leicht andrücken. **1 kl. rote Zwiebel** schälen, in Ringe schneiden. **80 g eingelegten Thunfisch** abtropfen lassen.
2. Tortilla mit **3 EL Passata** bestreichen. Thunfisch, Zwiebel, **2 EL geriebenen Mozzarella** und **1 EL geriebenen Parmesan** darauf verteilen. Salzen und pfeffern.
3. Im Airfryer (Pizza-Funktion, ohne Gitter) bei 190 °C ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen, mit **Basilikum** garnieren.

TORTILLA-QUICHE **ZUBEREITUNG:** ca. 30 Minuten

1. **2 Weizen-Tortillas** (Ø 22–24 cm) übereinander in eine Tortenform (ca. Ø 22 cm) drücken. Im Airfryer bei 180 °C (Air-Fry-Funktion, mit Gitter) ca. 5 Minuten anbacken. Herausnehmen und beiseitestellen.
2. **1 fein geschnittene Jungzwiebel** mit **100 g TK-Erbsen** (aufgetaut) mischen. Auf den Tortillas verteilen. **3 mittlere Eier** und **100 ml Obers** verrühren. Salzen, pfeffern. **50 g geriebenen Bergkäse** untermischen. Über die Erbsen gießen, mit **4 Speckstreifen** belegen.
3. Im Airfryer bei 180 °C (Air-Fry-Funktion, mit Gitter) ca. 20 Minuten goldbraun backen. Schmeckt warm und kalt.

CHEDDAR-BROT **ZUBEREITUNG:** ca. 20 Minuten

1. **1 gepresste Knoblauchzehe** und **2 EL Olivenöl** mischen. **1 kl. Jungzwiebel** putzen und fein schneiden. **10 g Koriander** hacken. Jungzwiebel, Koriander und **80 g geriebenen Cheddar** vermengen. **1 Weizen-Tortilla** (Ø 22–24 cm) mit der Hälfte vom Knoblauchöl bestreichen. Mit der Hälfte von der Käsemasse bestreuen. Eine **zweite Tortilla** darauflegen und andrücken. Mit restlichem Knoblauchöl bestreichen. Mit der übrigen Käsemasse bestreuen. Salzen, pfeffern.
2. Im Airfryer bei 200 °C (Fast-Oven-Funktion, mit Gitter) ca. 10 Minuten backen. Mit **Chiliöl** beträufeln.



HIMBEER-NOUGAT-KUCHEN

8 Stück
ZUBEREITUNG: ca. 45 Minuten

250 g Topfen
250 g Joghurt
200 ml Milch
3 mittlere Eier
80 g Feinkristallzucker
1 Pkg. Vanillepuddingpulver
125 g Himbeeren

DEKO
120 g Nougat
50 g Himbeeren

Butter

1. Eine Kuchenform (Ø 20 cm) mit Butter ausstreichen.
2. Topfen, Joghurt, Milch, Eier, Zucker und Puddingpulver glatt rühren. Himbeeren unterheben. Masse in der Form verstreichen. Im Airfryer bei 160 °C (Kuchenfunktion) ca. 35 Minuten backen.
3. Nougat klein schneiden. Kuchen herausnehmen, Nougat darauf verteilen und schmelzen lassen. Mit einem Löffel verstreichen.
4. Je nach Belieben noch warm und mit Himbeeren garniert servieren, oder den Kuchen kühl stellen und kalt servieren.

DIE HIGHLIGHTS DER MULTIFRY 5

REAL-AIR-TECHNOLOGIE

Ein Airfryer ist nur so gut, wie die Zirkulation der Luft. Dank der Real-Air-Technologie bewegt sich die heiße Luft im Garkorb gleichmäßig, für gesunde und knusprige Ergebnisse.

FETT UND ENERGIE: SPARSAM AUF ALLEN EBENEN

Bis zu 90 Prozent weniger Fett kommt zum Einsatz, wenn im Airfryer frische Erdäpfel zubereitet werden (verglichen mit einer herkömmlichen Fritteuse), bis zu 70 Prozent Energie können Sie bei der Zubereitung von TK-Pommes-frites sparen (verglichen mit einem Elektro-Backrohr).

REAL-OVEN-TECHNOLOGIE

Schneller und knuspriger: Das gelingt dank zweier Heizelemente (eines über und eines unter dem Garkorb), die für eine ideale Wärmeverteilung sorgen.





GROSSE PORTIONEN? KEIN PROBLEM!

Mit einem Fassungsvermögen von 6 Litern werden alle satt. Zum Veranschaulichen: In der MultiFry 5 ist Platz für beeindruckende 1,6 kg Pommes frites!

DREI FUNKTIONEN, EIN GERÄT

Wer will schon viele Geräte in der Küche herumstehen haben? Die MultiFry 5 vereint Heißluftfritteuse, Grill und Ofen und ist dank des bewusst kompakten Designs auch für kleine Küchen oder zum Mitnehmen geeignet.



30 AUTOMATISCHE PROGRAMME

Früher dachte man, Heißluftfritteusen wären nur für Pommes und Hendlflügerl geeignet. Die 30 Funktionen der MultiFry 5 zeigen: Airfryer können viel mehr, und das gelingsicher.

KEIN PFAS, KEINE BEDENKEN

PFAS sind industriell hergestellte Chemikalien, die schmutz-, fett- und wasserabweisend wirken und im Verdacht stehen, gesundheitliche Risiken mit sich zu bringen. Die PFAS-freie* Keramikbeschichtung der MultiFry 5 sorgt für vollen Geschmack ohne Bedenken. **Basierend auf Tests von Dritten.*



LEICHT ZU REINIGEN

Für viele besonders nervig am Kochen: der Abwasch danach! Bei der MultiFry 5 sind Garkorb und Grillrost leicht abnehmbar und spülmaschinengeeignet. So praktisch!



BRAUN

Braun MultiFry 5

Viel mehr als eine Heißluftfritteuse.

Frittieren, Backen und Grillen.



PFAS-freie* Keramik-Antihaftbeschichtung. *basierend auf Tests von Dritten.

braunhousehold.com