

# Receitas Incríveis



Receitas deliciosas  
Air Fryer



# Olá, amigos da cozinha !

## Receitas Incríveis para Air Fryer

Você é uma pessoa que gosta de gastronomia e quer inovar nesse mercado que está sempre em ascensão?

Então por que não fazer isso oferecendo **Receitas de Air Fryer Incríveis** para seus amigos ou clientes?!

**Se você não conhece esse método gastronômico, saiba que esse tipo de serviço está se tornando cada vez mais popular, portanto, não há hora melhor para entrar nesse mercado e lucrar fazendo aquilo que você gosta.**

Vale ressaltar que, mesmo que você não queira trabalhar na área, oferecer esses pratos em datas comemorativas o tornará muito popular. **Está curioso não é mesmo?!**



# Sumário

# Receitas Air Fryer

Omelete na Air Fryer	04	Costelinha de Porco	46
Ovo Cozido	05	Bife à Milanesa	47
Ovo Frito	06	Lasanha ao Sugo	48
Omelete c/ presunto e queijo	07	Lasanha de Berinjela	49
Abobrinha	08	Canelone Quatro Queijos	50
Tomate Recheado	09	Lasanha de Abobrinha	51
Tomate Recheado com ricota	10	Bacon Sequinho	52
Batata Crocante	11	Hamburguer Temperado	53
Cenoura Crocante	12	Hamburguer com Creem Cheese	54
Banana Crocante	13	Hamburguer Vegano	55
Maça Crocante	14	Almôndegas	56
Abobrinha Crocante	15	Suflê de Queijo	57
Batata Doce Crocante	16	Arroz Maluco Cremoso	58
Mandioca Frita	17	Pão Fit	59
Legumes e Ervas	18	Mix de Legumes Fit	60
Abobrinhas	19	Pão Artesanal	61
Batatas Rústicas	20	Pão de Aveia	62
Batatas Rústicas	21	Massa de Torta	63
Anéis de Cebola	22	Abacaxi com Sorvete de Creme	64
Beringela	23	Banana com Canela	65
Pasta de Beringela	24	Banana com Calda	66
Couve Flor	25	Mini Tortinhas de Banana c/ pastel	67
Milho Assado	26	Pudim de Calda	68
Queijo Coalhado	27	Brigadeiro	69
Pão de Alho c/ queijo	28	Bolinho de Chuva	70
Legumes	29	Rosquinha de Açúcar	71
Couve Crispy	30	Massa Neutra p/ Churros	72
Cogumelo Shimeji	31	Rabanada	73
Iscas de Peixe	32	Doce de Abóbora	74
Peixe Empanado Crocante	33	Petit Gateou	75
Camarão	34	Bolinhos Integrais	76
Frango Empanado c/ farofa	35	Biscoito de Polvilho	77
Filé de Frango Grelhado	36	Cookies de Manteiga de Amendoim	78
Frango Inteiro	37	Bolo Integral	79
Frango à passarinho	38	Bolo de Laranja	80
Churrasco de Picanha c/ carvão	39	Bolo de Chocolate	81
Churrasco de Contra Filé	40	Bolo de Fubá	82
Medalhão de Filé Mignon	41	Bolo de Cenoura c/ Chocolate	83
Iscas de File Mignon	42		
Costela Bovina	43		
Costela de Porco Frita	44		
Bife	45		



# Omelete na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

3 Ovos  
Legumes picados  
Queijo a gosto  
Sal a gosto  
Orégano

Temperos a gosto  
1 colher (chá) de fermento  
em pó

## Modo de Preparo

1. Bata levemente os ovos, acrescente os legumes picados, o queijo, temperos, orégano e o sal.
2. Misture tudo, adicione o fermento por ultimo e mexa lentamente.
3. Coloque dentro de uma forma que possa ir a sua fritadeira.
4. Asse de 10 a 15 minutos a 180 °C.
5. Bom apetite!

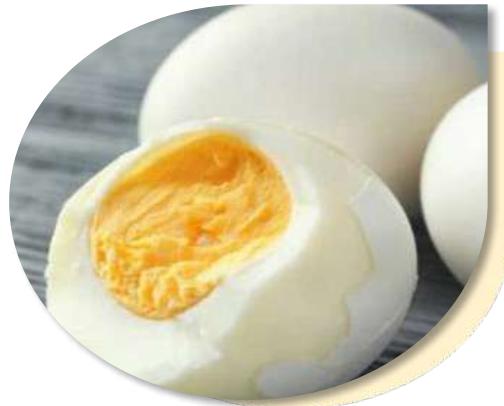


# Ovo Cozido na Air Fryer

TEMPERATURA  
160°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
8min.



## Ingredientes

4 Ovos

## Modo de Preparo

1. Colocar os ovos (inteiro) dentro da cestinha da fritadeira.
2. Programar o time para 8 minutos em 160 °C.
3. Retire os ovos da sua Airfryer e espere esfriar.
4. Bom apetite !



# Ovo Frito na Air Fryer



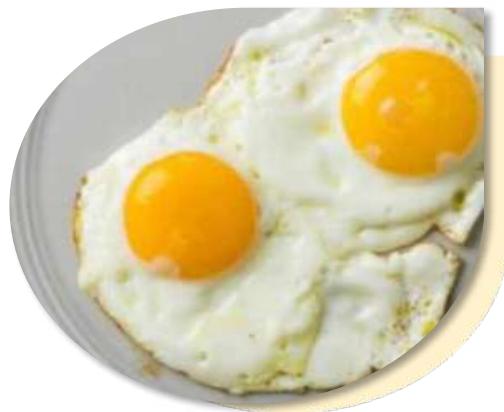
TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
6 a 10min.



## Ingredientes

1 ovo  
Sal a gosto  
Temperos a gosto  
Azeite para untar

## Modo de Preparo

1. Escolha um recipiente que possa ir a Airfryer, ele deve suportar altas temperaturas. Pode ser um pratinho ou um recipiente de vidro temperado. Ele tem que ser fundo, com as bordas mais altas.
2. Pré-aqueça sua Airfryer por 5 minutos a 180 °C.
3. Unte o recipiente com azeite, óleo de coco ou manteiga. Coloque dentro da cesta da Airfryer.
4. Quebre o ovo no centro delicadamente.
5. Salpique sal e programe a 200 °C por: 6 minutos = gema mole 8 minutos = no ponto 10 minutos = gema firme.
6. Bom apetite !



# Omelete c/ presunto e queijo na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

4 Ovos  
Presunto picado em cubos  
Queijo muçarela picado em cubos  
1 cebola pequena  
Orégano  
Pimenta-do-reino  
Sal

## Modo de Preparo

1. Em um recipiente, bata os ovos com um garfo.
2. Pique a cebola e acrescente aos ovos, juntamente com a quantidade desejada de presunto e muçarela em cubos.
3. Tempere com orégano, pimenta e sal.
4. Coloque em uma forma untada que caiba no cesto de sua Airfryer e leve para assar por 15 minutos a temperatura de 180 °C.
5. Bom apetite!



# Abobrinha na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15a 20  
min.



## Ingredientes

Óleo para fritura

Farinha de rosca (ou nacho moído) para empanar  
Farinha de trigo para empanar  
2 ovos batidos

Sal a gosto

Pimenta a gosto  
1 Abobrinha grande

## Modo de Preparo

1. Corte a abobrinha em fatias medias.
2. Tempere as fatias com sal, pimenta ou qualquer outro tempero escolhido e deixe descansar por 15 minutos.
3. Apos o tempo de descanso, passe as fatias na farinha de trigo, depois nos ovos e então na farinha de rosca ou farelos de nacho para empanar a abobrinha.
4. Se preferir uma camada mais grossa, repita o processo.
5. Acomode as fatias na cesta da Airfryer e frite por 15 ou 20 minutos a 200°.
6. Bom apetite !



# Tomate Recheado na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
4min.



## Ingredientes

4 unidades tomates  
2 colheres de sopa de parmesão ralado (opcional)  
1 colher de sobremesa de azeite

Sal e pimenta do reino  
Salsinha, cebolinha, manjericão e orégano a gosto.  
1 fatia grossa de queijo branco ou ricota  
1 lata de atum solido

## Modo de Preparo

1. Lave bem os tomates, retire a tampa do tomate, retire as sementes com a ajuda de uma colher de cha, corte a uma tampinha pequena no fundo apenas para nivelar os tomates para nao tombar, adicione uma pitadinha de sal (nao muito) dentro dos tomates, espalhe bem com os dedos.
2. Num bowl misture o atum, o queijo branco picadinho e os demais ingredientes, finalize com azeite e a pimenta do reino e misture bem.
3. Recheie os tomates e leve para assar.
4. Pre aqueqa a sua Airfryer, coloque na cestinha os tomates recheados por 4 minutos a 200 °C ou ate que estejam macios, com a casca soltando do tomate.
5. Bom apetite !

# Tomate Recheados com ricota na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
4min.



## Ingredientes

10 unidades de tomate maduro(s)  
200 g de ricota  
3 dentes de alho picado (s)  
2 colheres (sopa) de azeite extra virgem  
2 colheres (sopa) de castanha-de-caju  
Queijo ralado a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave bem os tomates. Corte a tampa e retire a polpa de cada um. Para que fiquem de pé, corte uma pequena ponta da outra extremidade e reserve.
2. Aqueça uma frigideira e coloque o azeite. Refogue o alho por alguns minutos, ate que fique dourado, adicione castanha, misture, ate que fique um pouco tostado. Apague o fogo e junte a ricota. Misture bem.
3. Recheie os tomates um a um, e coloque num refratário previamente untado com um pouco de azeite, para não grudar.
4. Polvilhe um pouco de queijo ralado em cada um, e coloque no forno médio para gratinar.
5. Pre-aqueça a sua Airfryer, coloque na cestinha os tomates recheados por 4 minutos a 200 °C ou ate que estejam macios, com a casca querendo sair.
6. Bom apetite !



# Batata Crocante na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
60 min.



## Ingredientes

5 batatas grandes  
1 colher de sopa de azeite  
Sal marinho ou sal rosa do Himalaia a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave, descasque e corte as batatas em rodelas bem finas.
2. Pré-aqueça sua Airfryer a 200 °C; regue os vegetais com fio de azeite e misture bem, colocando-os em seguida na bandeja da sua fritadeira.
3. Abaixe a temperatura para 180 °C e programe o timer para 1 hora.
4. O tempo de fritura vai depender do alimento, por isso fique atento e, se for necessário, retire antes ou deixe na fritadeira por mais alguns minutos.
5. Procure virar ou mexer as batatas a cada 10 minutos, evitando que elas queimem e, ao retirar, salgue e sirva em seguida.
6. Bom apetite !



# Cenoura Crocante na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
40 min.



## Ingredientes

6 cenouras grandes  
1 colher de sopa de azeite  
Sal marinho ou sal rosa do Himalaia a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave, descasque e corte as cenouras em rodelas bem finas.
2. Pré-aqueça sua Air Fryer por cinco minutos a 200 °C, regue os vegetais com um fio de azeite e misture bem, colocando-os em seguida na bandeja da sua fritadeira.
3. Abaixe a temperatura para 180 °C e programe o timer para 40 minutos.
4. Procure virar ou mexer os vegetais a cada 10 minutos, evitando que eles queimem e, ao retirar, salgue e sirva em seguida.
5. Bom apetite !



# Banana Crocante na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
40 min.



## Ingredientes

6 bananas verdes

Suco de limão

Sal marinho ou sal rosa do Himalaia a gosto (para fazer chips doces basta trocar sal por açúcar)

## Modo de Preparo

1. Lave, descasque e corte as bananas em rodelas bem finas.
2. Pré-aqueça sua Airfryer por cinco minutos a 200 °C, regue os vegetais com o suco de limão e misture bem, colocando-os em seguida na bandeja da sua fritadeira. Abaixe a temperatura para 180 °C e programe o timer para 40 minutos.
3. Procure virar ou mexer os vegetais a cada 10 minutos, evitando que eles queimem e, ao retirar, salgue e sirva em seguida.
4. Bom apetite !



# Maçã Crocante na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
40 min.



## Ingredientes

2 maçãs  
Suco de limão

## Modo de Preparo

1. Lave as maçãs. Se forem orgânicas, não precisa descasca-las.
2. Corte em fatias finas, regue com suco de limão e deixe escorrer o suco. Disponha as fatias de maçã no cesto da fritadeira de preferencia sem ficarem empilhadas, faça aos poucos.
3. Cozinhe-as por cerca de 40 minutos a 180 °C, virando a cada dez minutos para evitar queimar.
4. Bom apetite !



# Abobrinha Crocante na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
40 min.



## Ingredientes

4 abobrinhas médias  
1 colher de sopa de azeite  
Sal marinho ou sal rosa do Himalaia a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave, descasque e corte as abobrinhas em rodelas bem finas.
2. Pré-aqueça sua Airfryer por cinco minutos a 200 °C, regue a abobrinha com um fio de azeite e misture bem, colocando-os em seguida na bandeja da sua fritadeira.
3. Abaixe a temperatura para 180 °C e programe o timer para 40 minutos.
4. Procure virar ou mexer os vegetais a cada 10 minutos, evitando que eles queimem e, ao retirar, salgue e sirva em seguida.
5. Bom apetite !



# Batata Doce Crocante na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
40 min.



## Ingredientes

5 unidades de batata doce grandes  
1 colher de sopa de azeite  
Sal marinho ou sal rosa do Himalaia a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave, descasque e corte as batatas em rodelas bem finas.
2. Pré-aqueça sua Airfryer por cinco minutos a 200 °C, regue as fatias de batata com um fio de azeite e misture bem, colocando-os em seguida na bandeja da sua fritadeira.
3. Abaixe a temperatura para 180 °C e programe o timer para 40 minutos.
4. Procure virar ou mexer os vegetais a cada 10 minutos, evitando que eles queimem e, ao retirar, salgue e sirva em seguida.
5. Pode salpicar ervas aromática ou erva fresca como cebolinha ou tomilho.
6. Bom apetite !



# Mandioca Frita na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
FOGÃO

PREPARO  
10 min.



## Ingredientes

1 mandioca  
2 colheres de sopa de manteiga  
1 colher de sopa de páprica doce  
1 colher de chá de sal

## Modo de Preparo

1. Comece descascando a mandioca e cortando em pedaços, sem esquecer-se de tirar o filamento duro do meio.
2. Coloque numa panela, cubra com agua e adicione o sal.
3. Cozinhe a mandioca no fogo médio por 10-15 minutos ou ate ficar macia, mas não desmanchando.
4. Escorra a agua, adicione-lhe a manteiga e a páprica e misture com cuidado, para não despedaçar.
5. Coloque os pedaços de mandioca no cesto da Airfryer, cuidado para não amontoar.
6. Asse a 200 °C por 10 minutos ou ate dourar e ficar sequinha.
7. Bom apetite !



# Legumes e Ervas na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

1 cenoura grande picada em fatias  
3 batatas grandes cortada em fatias grossas  
Sal a gosto  
Lemon pepper a gosto  
Páprica picante a gosto  
Ervas a gosto  
1 colher de sopa de azeite de oliva

## Modo de Preparo

1. Corte a cenoura e a batata em fatias de um centímetro cada.
2. Deixe de molho em uma tigela com agua por 10 minutos.
3. Depois retire toda a agua, adicione os temperos e o azeite misturando bem.
4. Coloque os legumes na cesta da Airfryer e programe para 15 minutos a 200 °C.  
Na metade do tempo, vire os legumes para cozinhar por igual, evitando queimar.
5. Passado esse tempo, retire e sirva.
6. Bom apetite !



# Abobrinhas na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

1 abobrinha cortada em palitos  
2 colheres de sopa de queijo ralado  
1 colher de sopa de óleo de gergelim  
Sal a gosto  
Pimenta-do-reino a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave a abobrinha em agua corrente.
2. Corte em três ou quatro fatias de um centímetro de largura no sentido do comprimento.
3. Corte essas fatias em palitos compridos, também com um centímetro de largura.
4. Corte os palitos em três partes.
5. Tempere com sal pimenta do reino a gosto.
6. Distribua óleo de gergelim e o queijo ralado nos palitos envolvendo bem. Coloque na cesta e programe para 15 minutos a 200 °C, aos oito minutos, vire os legumes para que cozinhe igualmente e não queime.
7. Bom apetite !



# Batatas Rústicas na Air Fryer



TEMPERATURA  
100°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
30 min.



## Ingredientes

2 batatas médias  
1 colher (sopa) de azeite  
1 colher de sal (grosso)  
2 colheres (sopa) de farinha de trigo

## Modo de Preparo

1. Lave bem as batatas e faça os cortes no sentido do comprimento.
2. Corte em formato de meia-lua deixar com casca.
3. Em seguida, coloque as batatas em um recipiente e despeje azeite e o sal grosso. Misture bem tudo, para que o azeite cubra as batatas.
4. Depois vá salpicando a farinha de trigo sobre as batatas e mexa bastante.
5. Para finalizar, coloque as batatas na Airfryer e programe por 30 minutos em uma temperatura de 100 °C; vire as batatas aos 15 minutos para que não queime e cozinhe por igual.
6. Bom apetite !



# Batata Doce Rústica na Air Fryer

 TEMPERATURA  
220°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

 PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

500 g de batata-doce  
1 colher (sopa) de farinha de trigo  
1 dente de alho bem picado  
Ervas a gosto (alecrim, ervas finas, orégano, tomilho)  
1/2 colher (sopa) de azeite de oliva  
Páprica picante (a gosto)  
Sal

## Modo de Preparo

1. Aqueça a sua fritadeira Airfryer a 220 °C.
2. Descasque as batatas e corte em palitos uniformes.
3. Coloque o dente de alho picado, regue com fios de azeite de oliva e misture para que todas as batatas fiquem levemente untadas.
4. Em uma pequena tigela misture a farinha, a páprica e as ervas escolhidas, misture bem e polvilhe sobre as batatas.  
Misture bem para que todas as faces sejam tocadas pela farinha temperada.
5. Coloque na Airfryer por 20 minutos ou deixe ate que as batatas fiquem macias por dentro e levemente douradinhas e crocantes por fora. Polvilhe sal e pimenta e sirva.
6. Poderão servir as batatas acompanhadas de uma salada de folhas de rúcula rasgadas, tomates secos, muçarela de búfala e castanha.
7. Bom apetite !



# Anéis de Cebola na Air Fryer

 TEMPERATURA  
200°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
8min.



## Ingredientes

2 cebolas grandes  
2 colheres (chá) de sal  
1 colher (sopa) de vinagre  
1 colher (chá) de pimenta do reino  
Farinha de rosca

2 xícaras de farinha de trigo  
Orégano a gosto (opcional)  
2 ovos  
1 xícara de água gelada

## Modo de Preparo

1. Descasque as cebolas e corte rodelas de aproximadamente um cm de espessura. Solte os anéis e mergulhe-os na mistura de água gelada, sal e vinagre. Deixe descansar por 15 minutos.
2. Separe as claras das gemas dos ovos, bata as claras em ponto de neve. Adicione as gemas às claras e bata até obter consistência. Acrescente o sal, pimenta, orégano e a farinha de trigo e misture delicadamente para obter uma mistura homogênea.
3. Em outro recipiente, coloque a farinha de rosca. Seque os anéis de cebola com a ajuda de guardanapos para que eles fiquem bem secos. Mergulhe os anéis na massa e então na farinha de rosca. Coloque-os direto na Airfryer, evitando amontoar.
4. Frite os anéis por 8 minutos a 200 °C ou até dourar. Bom apetite !



# Beringela na Air Fryer

 TEMPERATURA  
180°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
15a 20  
min.



## Ingredientes

1 berinjela média  
1 xícara de farinha de trigo ou de aveia  
1 xícara de farinha de rosca ou fubá fino  
2 ovos batidos Pimenta do reino Sal

## Modo de Preparo

1. Comece por lavar a berinjela e cortarem rodelas com 1cm de espessura ou um pouco menos. Coloque em uma bacia com agua e sal e reserve por 15 minutos, para eliminar o amargor.
2. Depois do tempo indicado retire as rodelas de berinjela da agua e seque com papel absorvente. Tempere a gosto com sal e pimenta e prepare os ingredientes para empanar: numa tigela coloque a farinha de trigo/aveia, noutra os ovos batidos e em outra a farinha de rosca/fubá.
3. Prepare a berinjela empanada: passe no trigo/aveia, depois nos ovos e, por fim, na farinha de rosca/fubá. Coloque as rodelas de berinjela na cesta da Airfryer formando uma ou duas camadas.
4. Dica: Pressione ligeiramente o trigo/aveia e a farinha de rosca/fubá na berinjela para grudar bem. Se você quiser, pode misturar oréganos ou tomilho na farinha de rosca.
5. Cozinhe a berinjela a milanesa na Airfryer por 15-20 minutos a 180 °C ou ate que fique dourada e crocante. Bom apetite !



# Pasta de Beringela na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
10a 15  
min.



## Ingredientes

2 berinjelas médias  
1 colher (chá) de alho  
1 colher (sopa) de suco de limão  
2 colheres (sopa) de pasta de gergelim árabe  
2 colheres (sopa) de azeite de oliva extravirgem  
Sal Páprika e pimenta do reino a gosto

## Modo de Preparo

1. Lave bemas berinjelas e seque.
2. Coloque-as na Airfryer e programe por 15 minutos a 200 °C.
3. Depois abra e vire as berinjelas, feche e programe por mais 10 minutos a 200 °C.
4. Em seguida, retire as berinjelas da Airfryer, coloque em um prato ou travessa, corte cada uma ao meio e com auxilio de uma colher de sopa retire toda a polpa delas.
5. Irão sobrar apenas as cascas bem finas, pode descartar.
6. Coloque a polpa das berinjelas e os outros ingredientes em um processador de alimentos, bata ate virar uma pasta, que pode ser mais lisa ou com pedaços.
7. Leve a geladeira para resfriar antes de servir, regue com um fio de azeite e cebolinha picada.
8. Bom apetite !



# Couve Flor na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

1 couve flor  
Sal a gosto  
Pimenta do reino a gosto  
Azeite ou manteiga sem sal  
Ervas desidratada a gosto  
Queijo ralado (opcional)

## Modo de Preparo

1. Lave bem a couve flor e corte em pedaços pequenos.
2. Coloque dentro de um recipiente e adicione um pouco de azeite ou manteiga.
3. Em seguida adicione sal, ervas desidratados, pimenta do reino e outros temperos a gosto.
4. Coloque tudo dentro do cesto da Airfryer e regue com azeite ou manteiga derretida. Programe sua fritadeira em 15 minutos a 180 °C ate dourar.
5. Agite o cesto na metade do tempo do cozimento para mover as peças e frita-las mais uniformemente.
6. Depois de pronto cubra com queijo ralado fresco e deixe gratinar por mais 4 minutos (opcional).
7. Bom apetite !



# Milho Assado na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

2 espigas de milho  
Margarina ou manteiga a gosto  
Sal a gosto  
Azeite ou manteiga (opcional)

## Modo de Preparo

1. Lave bem as espigas de milho.
2. Quebre-as ao meio, polvilhe sal e azeite ou manteiga se preferir.
3. Pré-aqueça sua Air fryer por 5 minutos a 200 °C.
4. Coloque as espigas dentro da cesta.
5. Programe para 20 minutos a 180 °C.
6. Vire as espigas aos dez minutos para assar por igual.
7. Bom apetite !



# Queijo Coalhado na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
10 min.



## Ingredientes

5 tiras de queijo coalho Orégano(opcional)  
Ervas aromática (opcional)  
Manteiga, margarina ou azeite (opcional)

## Modo de Preparo

1. Pré-aqueça sua Airfryer por 6 minutos a 180°C.
2. Coloque as tiras de queijo na cesta, pincele manteiga, margarina ou azeite se preferir.
4. Programe por 10 minutos a 180 °C.
5. OBS: A manteiga garante umidade, conferindo ainda mais sabor ao queijo.
6. Bom apetite !



# Pão de Alho c/ queijo na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
7min.



## Ingredientes

4 fatias de pão dormido  
2 dentes de alho graúdos  
1 colher (sobremesa) de maionese.  
1 colher (sobremesa) de margarina, com ou sem sal.  
3 a 4 fatias de queijo muçarela  
Orégano a gosto

## Modo de Preparo

1. Inicialmente amasse bem os dentes de alho.
2. Em um pequeno recipiente acrescente a maionese e a margarina junto com o alho.
3. Misture tudo ate ficar bem homogêneo.
4. Coloque o orégano.
5. Pegue os pães e passe o creme em cada um deles, espalhando bem.
6. Coloque as fatias de queijo em cima do creme de alho.
7. Coloque os pães na Airfryer, um ao lado do outro, por aproximadamente 7 minutos a 200 °C.
8. Bom apetite !



# Legumes na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

Couve-flor  
Brócolis  
Mandioquinha  
Vagem  
Abobrinha  
Pimentão

Cúrcuma  
Salsinha  
Azeite  
Sal

## Modo de Preparo

1. Cozinhe o brócolis, a couve-flor, a mandioquinha e a vagem no vapor, deixando al dente.
2. Corte a abobrinha e o pimentão.
3. No cesto da Airfryer, coloque todos os vegetais e os temperos.
4. Asse por 20 minutos a 180 °C, virando-as na metade do tempo.
5. Sirva em seguida.
6. Bom apetite !



# Couve Crispy na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
5min.



## Ingredientes

Couve picada  
Azeite  
Sal

## Modo de Preparo

1. Coloque a couve picada no cesto da Airfryer.
2. Regue com azeite.
3. Salpique o sal.
4. Asse por 5 minutos a 180 °C ou até ficar crocante.
5. Bom apetite !



# Cogumelo Shimeji na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
8min.



## Ingredientes

200 g de Shimeji  
½ xícara de shoyu  
1 colher de sopa de manteiga  
½ xícara de água

## Modo de Preparo

1. Coloque em um bowl (tigela) o Shimeji com uma colher de manteiga.
2. Misture o shoyu com a água e derrame sobre o Shimeji, leve para Airfryer em temperatura de 180 °C, por 8 minutos.
3. Mexa na metade do tempo para que cozinhe por igual.
4. Bom apetite !



# Isca de Peixe na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
8min.



## Ingredientes

360 g de file de peixe  
2 ovos  
300 g de farinha de rosca  
300 g de farinha de trigo  
1 limão  
Sal a gosto

## Modo de Preparo

1. Primeiro corte o filé em tiras.
2. Coloque em um recipiente e tempere com sal e limão, misture bem.
3. Passe as tiras de peixe uma a uma na farinha de trigo, nos ovos e na farinha de rosca.
4. Coloque as iscas no cesto da Airfryer.
5. Ajuste o timer por 8 minutos em 200 °C.
6. Bom apetite !



# Peixe Empanado Crocante na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15a 20  
min.

## Ingredientes

2 filés de peixe limpo  
1 dente de alho amassado  
Pimenta do reino a gosto  
Sal a gosto

Suco de 1 limão  
1 xícara de farinha de aveia  
1 ovo  
1 xícara de flocos de aveia

## Modo de Preparo

1. Coloque os filés dentro de um recipiente, tempere com sal, alho, pimenta e o limão.
2. Deixe descansar por 20 minutos para que pegue bem o sabor.
3. Depois bata levemente o ovo, passe os filés na farinha de aveia, no ovo e depois nos flocos de aveia.
4. Coloque os filés de peixe na cesta da sua Airfryer de 15 a 20 minutos a 200 °C, ou ate ficar douradinho.
5. Bom apetite!



# Camarão na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
10 min.



## Ingredientes

300 g de camarão descascado limpo  
Sal a gosto  
3 dentes de alho amassados  
Pimenta do reino a gosto  
Azeite a gosto

## Modo de Preparo

1. Comece limpando os camarões.
2. Coloque-os dentro de um recipiente, adicione o alho amassado e a pimenta do reino, misture.
3. Transfira os camarões para uma vasilha que caiba dentro do cesto da sua Airfryer, salpique sal a gosto e regue com azeite.
4. Com a fritadeira já pré-aquecida por 5 minutos a 180 °C, programe-a agora a 10 minutos a 180 °C.
5. Vire-os na metade do tempo, adicionando mais sal e azeite se desejar.
6. Caso queira mais dourado, basta deixar por mais tempo.
7. Bom apetite !



# Frango Empanado c/ farofa na Air Fryer

 TEMPERATURA  
200°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

 PREPARO  
20 a 40 min.



## Ingredientes

600 g de peito de frango (sem osso)  
1 colher (sopa) mostarda escura  
1 colher (chá) de páprica defumada  
2 dentes de alho amassados  
1 colher (sopa) de suco de limão  
Uma pitada de canela em pó  
Pimenta preta moída na hora Sal  
2 ovos (para empanar)

### Farofa temperada:

2 xícaras de farinha de rosca  
30 g de manteiga Ervas desidratada 2  
dentes de alho amassados  
1 colher (chá) de páprica defumada  
Pimenta preta moída na hora Sal

## Modo de Preparo

1. Corte o peito de frango, a fim de obter tiras longas de filés de tamanho uniforme.
2. Tempere com mostarda, suco de limão, páprica, alho, canela, pimenta e sal.  
Misture bem e deixe descansando por no mínimo meia hora.
3. Enquanto isso prepare a farofa, em uma frigideira coloque a manteiga, assim que estiver quente, coloque o alho e deixe refogar sem queimar.
4. Acrescente a farinha de rosca e os outros temperos e refogue em fogo baixo ate que a farinha esteja dourada e sequinha, mexendo sempre para não queimar.
5. Reserve a farofa para esfriar. Em um bowl bata os dois ovos.
6. Coloque um pouco de farofa em outro bowl.
7. Em seguida, passe cada pedaço de frango pelo ovo e depois pela farofa e pressione levemente a fim de deixar cada pedaço bem envolto pela farinha.
8. Assim que todos os pedaços estiverem empanados, coloque na Airfryer a 200 °C, durante o cozimento vire para que eles fiquem cozidos uniformemente.
9. Bom apetite !



# Filé de Frango Grelhado na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

1 kg de peito de frango desossado  
1 colher (sopa) de páprica doce  
2 dentes de alho  
1 colher (sopa) de azeite de oliva  
1 colher (chá) de orégano  
1 colher (chá) de sal  
Pimenta-do-reino em grãos moída a gosto

## Modo de Preparo

1. Corte o peito de frango em filés.
2. Tempere os filés com páprica, alho picado, orégano, azeite, sal e pimenta.
3. Deixe por 20 minutos, marinando.
4. Coloque os files na Airfryer e asse em 180 °C por 15 minutos, com oito minutos, vire os filés, para que cozinhem por igual.
5. Retire da fritadeira, se os filés ainda não estiverem no ponto desejado, deixe por mais 5 minutos.
6. Bom apetite !



# Frango Inteiro na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
40 min.



## Ingredientes

1 Frango inteiro limpo  
1 pimentão verde pequenopicado  
1 colher (sopa) de sal  
2 dentes de alho triturado  
1 maço de Salsa picada  
1 colher (café) de colorífico  
5 folhas de louro picadas

2 cebolas medias picadas  
1 tablete de Caldo de Frango 50 ml  
de vinho branco seco  
Vinagre vermelho para lavar o frango

## Modo de Preparo

1. Antes de começar, lave bem o frango com água corrente.
2. No liquidificador, bata todos os ingredientes, exceto o vinagre e reserve.
3. Em seguida lave o frango com o vinagre, por dentro e por fora.
4. Passe a mistura do liquidificador no frango, por dentro e por fora.
5. Coloque o frango dentro de um saquinho com o tempero e deixe repousar de um dia para o outro. Passado esse tempo, retire o frango do saquinho, desprezando o tempero que ficou.
6. Coloque o frango na cesta da Airfryer com o peito virado para baixo. Programe a sua Airfryer por 20 minutos a 200 °C.
7. Passado esse tempo, vire o frango e com o peito para cima e programe por mais 20 minutos a 200 °C.
8. Depois desse tempo verifique se esta no ponto desejado, caso queira ainda mais passado, deixe por mais dez minutos e abra a fritadeira, caso queira deixar mais, vire novamente, deixando por mais 10 minutos. Continue esse procedimento ate ficar como desejado. Bom apetite !



# Frango à passarinho na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
30 min.



## Ingredientes

1 kg de frango cortado a passarinho  
1 colher (chá) de sal Pimenta-do-reino preta a gosto  
2 colheres (sopa) de farinha de trigo  
1 colher (sopa) de azeite

## Modo de Preparo

1. Retire o frango da geladeira e deixe por cerca de 10 minutos em temperatura ambiente.
2. Pré-aqueça a Airfryer a 200 °C por 5 minutos.
3. Passado o tempo, coloque o frango numa tigela e seque com um papel-toalha.
4. Tempere com sal e pimenta a gosto.
5. Polvilhe a farinha no frango e misture bem para envolver todos os pedaços.
6. Regue com o azeite e misture novamente.
7. Transfira o frango para a Airfryer e programe 30 minutos, a cada 10 minutos abra o cesto e com a ajuda de um pegador de massa vire os pedaços de frango para dourar por igual.
8. Retire da fritadeira e sirva a seguir com o molho de sua preferência.
9. Bom apetite !



# Churrasco de Picanha c/ carvão na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

1 kg picanha  
Sal grosso a gosto  
1 pedaço bem pequeno (cuidado) de carvão

## Modo de Preparo

1. Primeiro prepare a picanha cortando um pouco da gordura, deixando o suficiente apenas para dar um gostinho. Faça pequenos cortes nesta área para que o sal grosso penetre bem.
2. Evite cortar a picanha contra as fibras, pois o suco da carne sai todo e ela perde o gosto, além de ficar mais seca.
3. Coloque sal grosso a gosto e deixe descansar por 5 minutos. Enquanto isso pré aqueça a Airfryer a 200 °C.
4. Bata um pouco a carne depois de descansa-la para tirar o excesso de sal.
5. Então coloque a picanha na Airfryer de um lado e deixe fritar por 5 minutos. Acenda o carvão, pode ser no fogão mesmo, pra iniciar uma brasinha, a Airfryer irá fazer a fumaça circular dentro do cesto dando o sabor e odor tradicional.
6. Acomode o carvão na cesta da Airfryer de um lado e a picanha virada do outro lado. Então coloque para assar por mais 10 minutos.
7. Bom apetite !



# Churrasco de Contra Filé na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
12 min.



## Ingredientes

600 g de contra filé grill  
Sal grosso a gosto

## Modo de Preparo

1. Aqueça a fritadeira elétrica por cinco minutos.
2. Deposite a carne temperada com cuidado de deixar a gordura para baixo.
3. Regule em 12 minutos a 200 °C.
4. Bata o excesso de sal e se estiver no ponto basta tirar do cesto e servir.
5. Caso prefira mais passado, volte carne a fritadeira, aumentando o tempo de preparo em 6 minutos, olhando sempre para verificar o ponto da carne.
6. Bom apetite !



# Medalhão de Filé Mignon c/ molho Gorgonzola na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
12 min.



## Ingredientes

4 medalhões de filé mignon  
1 xícara de queijo rachado  
1 colher (sopa) de queijo gorgonzola  
2 colheres (sopa) de leite Pimenta-do-reino Sal

## Modo de Preparo

1. Tempere a carne com pimenta e sal agusto.
2. Coloque na Airfryer preaquecida e cozinhe por 10 minutos a 200 °C, virando-os aos cinco minutos, para que fritem por igual.
3. Enquanto isso prepare o molho.
4. Pegue uma panela e, em fogo baixo, derreta o gorgonzola junto com o leite.
5. Quando os medalhões ficarem prontos, sirva-os cobertos com o molho.
6. Bom apetite !



# Iscas de File Mignon na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

400 g de filé mignon cortado em tiras  
2 colheres (sopa) de molho inglês  
2 dentes de alho amassado  
Pimenta Sal

## Modo de Preparo

1. Misture o molho inglês e o alho.
2. Cubra a carne com a mistura e mexa bem, para que fique uniforme.
3. Coloque na geladeira e reserve por 15 minutos.
4. Tempere com a pimenta e o sal, e coloque na Airfryer.
5. Cozinhe por 20 minutos em temperatura media.
6. Mexa a carne na metade do tempo para que cozinhe por igual.
7. Bom apetite !



# Costela Bovina na Air Fryer



TEMPERATURA  
180° / 200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
70 min.



## Ingredientes

500 g de costela bovina  
Pimenta do reino  
Sal a gosto

## Modo de Preparo

1. Tempere a costela com sal e pimenta agusto.
2. Utilize um papel alumínio para fazer um envelope embrulhando as costelas, deixando as dobras do papel para baixo.
3. Em seguida, coloque na Airfryer de sua preferencia e siga as duas etapas de tempo e temperatura: deixe 60 minutos a 180 °C com o envelope de alumínio e por 10 minutos sem envelope a 200 °C.
4. Retire e sirva.
5. Bom apetite !



# Costela de Porco Frita na Air Fryer



TEMPERATURA  
180° / 200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
30 min.



## Ingredientes

700 g de costela suína cortada em ripas  
1 dente de alho amassado  
1/2 limão espremido  
1 colher (chá) de sal  
1 colher (chá) de ervas finas desidratadas

1 colher (chá) de páprica defumada ou picante  
1 colher (café) de pimenta do reino  
1 colher (café) de louro moído ou 1 folha de louro rasgada  
1 colher (café) de mostarda em pó ou de molho de mostarda  
1 colher (sopa) de alho fatiado

## Modo de Preparo

1. Misture bem os temperos e espalhe a mistura nos pedaços de costela.
2. Cubra e deixe descansar na geladeira por pelo menos 60 minutos.
3. Enquanto isso, pré-aqueça a Airfryer por 10 minutos em 200 °C.
4. Espalhe os pedaços da costela no cesto da Airfryer.
5. Coloque a gaveta na Airfryer por 10 minutos em 180 °C.
6. Abra a gaveta e vire os pedaços, retornando para mais 10 minutos em 180 °C.
7. Retire novamente a gaveta, vire mais uma vez e distribua o alho por cima. Retorne para mais 10 minutos em 200 °C e sirva em seguida.
8. A carne deve ficar dourada.
9. Bom apetite !



# Bife na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
14 min.



## Ingredientes

500 g de bifes de sua preferência  
Pimenta  
Sal.

## Modo de Preparo

1. Tempere o bife com pimenta e sal.
2. Na Airfryer pré-aquecida, ajuste a temperatura para 200 °C e programe para 7 minutos.
3. Vire os bifes e cozinhe por mais 7 minutos.
4. Verifique o ponto e sirva em seguida.
5. Bom apetite !



# Costelinha de Porco ao molho Barbecue na Air Fryer

 TEMPERATURA  
200°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
35 min.



## Ingredientes

1/2 kg de costelinha de porco  
Molho tipo barbecue  
Suco de 1/2 limão  
1 colher (sopa) de alho  
espremido ou triturado  
1 colher (sopa) de alecrim  
fresco ou seco

1 colher (sopa) de azeite  
1 pitada de pimenta calabresa  
1 pitada de pimenta-do-reino  
Sal a gosto

## Modo de Preparo

1. Primeiro faça um marinado com o suco do limão, o alho, alecrim, azeite, as pimentas e o sal, misture tudo em uma vasilha pequena, e reserve.
2. Depois corte a costela de porco em pedaços entre os ossinhos.
3. Coloque os pedaços de costela dentro um saquinho plástico grosso e despeje sobre eles o tempero, feche bem o saco retirando o máximo de ar de dentro e deixe marinando por no mínimo uma hora.
4. Após marinar, retire as costelas do saquinho e coloque na cesta da Airfryer, depois pincele generosamente com molho barbecue.
5. Programe a Airfryer por 35 minutos a 200 °C, na metade do tempo vire as costelinhas e pincele com mais molho barbecue.
6. Bom apetite !



# Bife à Milanesa na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

4 bifes finos  
2 ovo  
Farinha de rosca  
Tempero a gosto

## Modo de Preparo

1. Tempere os bifes da forma como desejar, com os temperos que mais gosta, e deixe reservado por alguns minutos para absorver bem o marinado.
2. Em uma vasilha, bata os ovos.
3. Em outra, coloque a farinha de rosca.
4. Passe a carne pelo ovo e depois pela farinha de rosca.
5. Retire o excesso de ovo e farinha e coloque os bifes na Airfryer.
6. Programe para cozinhar por 20 minuto as 200 °C.
7. Vire a carne quando der 10 minutos para que cozinhe por igual.
8. Quando a carne estiver no ponto, basta servir com o acompanhamento que mais lhe agradar.
9. Bom apetite !



# Lasanha ao Sugo na Air Fryer



TEMPERATURA  
160°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
17 min.



## Ingredientes

1 pacote de massa de lasanha  
1 caixinha de molho de tomate  
200 g de presunto  
200 g de muçarela  
Queijo parmesão fresco ralado

## Modo de Preparo

1. Em um recipiente com água coloque a massa da lasanha uma a uma e deixe por 5 minutos.
2. Agora em uma forminha fechada (sem furos), faça uma leve camada de molho. Em seguida faça uma camada com a massa, se for preciso quebre um pedacinho da massa se não couber.
3. Depois faça uma camada de molho, uma camada de muçarela e uma camada de presunto. Repita o processo ate terminar com uma camada de massa e por cima o molho.
4. Finalize com parmesão ralado.
5. Aqueça a Airfryer por 3 minutos em 160 °C.
6. Em seguida coloque a forminha fechada dentro da cesta com furinhos na Airfryer.
7. Ajuste o timer por 17 minutos na temperatura de 160 °C.
8. Depois desse tempo a lasanha esta pronta para ser servida. Bom apetite !



# Lasanha de Berinjela na Air Fryer



TEMPERATURA  
160° / 200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 / 20min.



## Ingredientes

2 berinjelas pequenas  
500 ml de molho de tomate  
Couve-flor e brócolis cozidos a gosto  
500 g de muçarela

## Modo de Preparo

1. Corte as berinjelas no sentido do cumprimento vertical, coloque na Airfryer por 15 minutos a 200 °C.
2. Retire e inicie a montagem em camadas em um refratário resistente ao calor e que caiba na sua fritadeira, colocando primeiro o molho e, em seguida, intercalando as camadas de berinjela, molho, legumes e queijo até acabar.
3. Coloque na Airfryer por 20 minutos a 160 °C e sirva em seguida.
4. Bom apetite !



# Canelone Quatro Queijos na Air Fryer



TEMPERATURA  
160°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

1 rolo de massa fresca para pastéis  
100 g de queijo muçarela  
50 g de queijo gorgonzola  
50 g de queijo provolone  
100 g de requeijão culinário  
Azeite a gosto  
300 ml de molho branco

## Modo de Preparo

1. Abra a massa e corte em tiras largas, de cerca de 10 cm.
2. Recheie as porções com os queijos, enrole e feche as pontas, pincelando com azeite.
3. Coloque na assadeira da Airfryer, cubra com o molho e leve para assar a 160 °C por 20 minutos.
4. Sirva em seguida.
5. Bom apetite !



# Lasanha de Abobrinha na Air Fryer



TEMPERATURA  
160°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

3 a 4 abobrinhas  
300 g de ricota  
5 tomates maduros Ervas, frescas ou secas.  
Queijo parmesão ralado para gratinar  
Pimenta-do-reino  
Sal  
Azeite

## Modo de Preparo

1. Lave bem as abobrinhas e seque-as. Fatie em laminas no sentido do comprimento, com espessura máxima de 0,5 cm.
2. Coloque as fatias na fritadeira Air Fryer e salpique com sal e pimenta. Programe o timer para 3 a 5 minutos para que cozinhem levemente.
3. Em uma tigela ou prato, amasse bem a ricota, tempere com ervas, sal, azeite e reserve.
4. Após lavar bem e secar os tomates, retire as sementes e pique em pedaços bem pequenos. Se preferir, triture-os rapidamente em um processador de alimentos.
5. Tempere com sal, azeite, ervas e pimenta, e reserve.
6. Em uma travessa que caiba dentro da fritadeira, inicie a montagem da lasanha, fazendo uma camada de abobrinha, em seguida, de ricota, molho de tomates frescos, repetindo as camadas ate preencher todo o recipiente.
7. Finalize com parmesão ralado e leve para assar e gratinar na fritadeira Airfryer, programando o tempo para 15 a 20 minutos, a 180 °C ou ate que fique bem dourada.
8. Bom apetite !



# Bacon Sequinho na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

300 g de Bacon em fatias finas

## Modo de Preparo

1. Compre o bacon em fatias finas e longas, ou compre uma peça e corte em fatias bem finas.
2. Coloque o bacon na cesta da sua fritadeira elétrica.
3. Programe o tempo para 200 °C por 15 minutos.
4. A cada 5 minutos, com a ajuda de um pegador de salada vire as fatias de bacon.
5. Depois deixe esfriar por 1 minuto e sirva em seguida; Bom apetite !



# Hamburguer Temperado na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
7 a 15min.



## Ingredientes

500 g de carne moída  
½ cebola pequena bem picada  
1 dentes de alho pequeno  
Ervas finas  
Sal

## Modo de Preparo

1. Pique a cebola e o alho.
2. Coloque todos os ingredientes em uma vasilha e misture bem.
3. Modele os hambúrgueres, coloque na Airfryer e programe para 180 °C, de 7 a 15 minutos, dependendo da altura dos seus hambúrgueres e do ponto de preferência da carne.
4. Bom apetite !



# Hamburguer com Cream Cheese na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
9min.



## Ingredientes

500 g de alcatra moída  
1/2 cebola  
1 dente de alho  
1 colher de mostarda Cream Cheese  
Eervas finas  
Azeite  
Sal

## Modo de Preparo

1. Em um recipiente, misture a carne, a cebola picada, o alho amassado, a mostarda e tempere com ervas fina, sal e um fio de azeite.
2. Leve a geladeira e deixe descansar por 15 minutos.
3. Na hora de modelar os hambúrgueres, recheie-os com uma colher de cream cheese cada.
4. Coloque os hambúrgueres modelados na Airfryer e coloque para cozinhar a 200 ° C durante 9 minutos.
5. Bom apetite !



# Hamburguer Vegano na Air Fryer

 TEMPERATURA  
180°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
10 min.



## Ingredientes

2 xícaras de grão-de-bico cozido  
2 colheres de aveia em flocos  
1 colher de sopa de farinha de arroz  
1 talho de alho poro  
1 cebola  
1 dente de alho  
1 ovo

Farinha de rosca  
Salsinha  
Pimenta do reino  
Sal

## Modo de Preparo

1. Coloque o grão-de-bico no processador ou liquidificador e bata até tritura-lo (o objetivo é obter uma farofa, não uma pasta).
2. Adicione o alho e a cebola picada, o talo de alho poro bem picadinho, a salsinha, o sal e a pimenta.
3. Mexa bem. Bata o ovo e acrescente a massa.
4. Adicione a farinha de arroz e a aveia. Misture tudo muito bem e então vá adicionando a farinha de rosca, apenas o suficiente para dar liga.
5. Modele os hambúrgueres e coloque no congelador por uma hora antes de fritá-los. Para fritar, programe a Airfryer em temperatura de 180°C por 10 minutos.
6. Confira se o hambúrguer assou totalmente.
7. Caso não tenha assado como desejado, volte para a Airfryer por mais cinco minutos.
8. Bom apetite!



# Almôndegas na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

400 g de carne moída  
1 unidade de ovo  
1/2 xícara (chá) de farinha de rosca  
1/2 unidade de cebola

1 dente de alho  
1 colher (sopa) de cheiro-verde  
1 pitada de sal  
1 pitada de pimenta preta

## Modo de Preparo

1. Junte a carne moída, a cebola picada, o alho picado, a farinha de rosca, o cheiro-verde picado, o ovo batido, sal e pimenta a gosto em um recipiente resistente para misturar a massa.
2. Misture bem os ingredientes até terem um aspecto de massa e seja possível modelar.
3. Quanto mais misturada sua massa, mais saborosa e homogênea será sua receita.
4. Pré-aqueça a Fritadeira Airfryer por 3 min a 180 °C.
5. Coloque as almôndegas espaçadas na cesta, faça o possível para que elas não se toquem.
6. Frite por 15 minutos a 180 °C.
7. Bom apetite !



# Suflê de Queijo na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
7min.



## Ingredientes

- 3 Ovos
- 1 Colher (sopa) de manteiga derretida
- 2 Colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 Xícara de queijo ralado
- 1 Lata de creme de leite

## Modo de Preparo

1. Bater as claras em neve.
2. Misturar com as gemas e depois com os demais ingredientes.
3. Colocar em um recipiente com borda um pouco alta e leva para a Airfryer em temperatura de 200 °C, por 7 minutos.
4. Bom apetite !



# Arroz Maluco Cremoso na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
4min.



## Ingredientes

50 g de manteiga sem sal  
60 g de alho espremido  
120 g de frango cozido  
6 colheres (sopa) de creme de leite  
180 g de queijo muçarela  
100 g queijo cheddar  
3 xícaras de caldo de frango

150 g de cenoura picada  
Sal a gosto  
40 g de cebola picada  
90 g de cebola roxa picada  
2 xícaras de arroz branco  
Pimenta Rosa

## Modo de Preparo

1. Prepare o arroz com alho, manteiga, cebola roxa e o frango.
2. Cozinhe com o caldo de frango.
3. Quando pronto, adicione cenoura, sal e cebola.
4. Passe para um tabuleiro, cubra com creme de leite e queijo muçarela com cheddar.
5. Acrescente pimenta rosa.
6. Leve para a Airfryer por 4 minutos a 200 °C para gratinar o queijo.
7. Bom apetite !



# Pão Fit na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
13 min.



## Ingredientes

1 Fatia de pão de forma integral  
1 Fatia de Tomate  
1 Fatia de queijo  
Azeite  
Sal a gosto

## Modo de Preparo

1. Coloque afatia de pão de forma Integral na AirFryer.
2. Coloque azeite no pão, o tomate em cima e uma pitada de sal e asse por 180 °C por 10 minutos.
3. Após assar acrescente uma fatia de queijo, frite em 180 °C por mais 3 minutos.
4. Depois é só acrescentar mais um pouco de azeite e orégano a gosto. Bom apetite !



# Mix de Legumes Fit na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
25 min.



## Ingredientes

1 abobrinha  
1 cenoura  
1 batata doce  
1 batata salsa (baroa)  
Sal a gosto  
Azeite, pimenta do reino e páprica picante  
Cebolinha

## Modo de Preparo

1. Lave e pique os ingredientes e coloque-os em uma tigela sem casca.
2. Tempere os ingredientes com sal, azeite, pimenta e páprica.
3. Misture tudo muito bem.
4. Coloque a tigela com os ingredientes na Air Fryer e frite a 200 °C por 25 minutos.
5. A cada 5 minutos vc deve dar uma mexida para a fritura ficar homogênea.
6. Adicione a cebolinha no final da fritura.
7. Bom apetite !



# Pão Artesanal na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

1 xícara (chá) de leite morno  
1 ovo  
1 sachê de fermento de pão  
2 colheres (sopa) de óleo  
1 colher (chá) de sal  
1 colher (sopa) de açúcar  
3 xícaras (chá) de farinha de trigo

## Modo de Preparo

1. Misture no liquidificador o leite o ovo, fermento, óleo, sal e açúcar.
2. Misture bem até ficar branquinho.
3. Em um bowl acrescente o trigo, adicione o líquido, misture bem até a massa ficar mole e pegajosa, se necessário para chegar a esse ponto pode adicionar trigo.
4. Pré-aqueça a Airfryer por 3 min a 180 °C depois e desligue. Deixe crescer até dobrar de tamanho, depois de crescido asse por 15 min em uma temperatura de 180 °C.
5. Bom apetite !



# Pão de Aveia na Air Fryer



TEMPERATURA  
80° / 160°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
10 / 15min.



## Ingredientes

1 e ¼ de xícara (chá) de leite morno  
¼ xícara (chá) de óleo ou azeite  
1 envelope de fermento biológico seco

¼ de xícara (chá) de açúcar  
2 ovos  
1 e ½ xícara (chá) de farinha de trigo  
1 e ½ xícara (chá) de farelo de aveia  
1 colher (chá) de sal

## Modo de Preparo

1. Misture bem o leite morno com o azeite, o fermento, o açúcar e os ovos.
2. Acrescente a farinha, o farelo e o sal e misture até virar uma espécie de mingau.
3. Coloque a massa em uma fôrma untada e enfarinhada que caiba na Airfryer.
4. Coloque para assar por 10 minutos a 80 °C.
5. Após esse tempo, aumente para 160 °C e asse por mais 15 minutos.
6. Bom apetite !



# Massa de Torta na Air Fryer

 TEMPERATURA  
180°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

### Ingredientes

1 xícara (chá) de farinha de trigo  
1 1/3 xícara (chá) de leite  
1/3 xícara (chá) de óleo  
1 ovo  
½ colher (chá) de sal  
½ colher (sopa) de fermento em pó

### Recheio – Atum ou Sardinha

1 lata de atum ralado ou sardinha  
2 colher (sopa) de cebola  
½ tomate picado sem sementes  
Ervas de sua preferência (cebolinha, coentro, orégano)  
Obs.: Você pode acrescentar milho, ervilhas, brócolis. Esta massa combina com vários os tipos de recheios salgados.

## Modo de Preparo

### Modo de Preparo – Recheio

1. Misture todos os ingredientes do recheio

### Modo de preparo – Massa

1. No liquidificador coloque os ovos, o óleo, o sal, bata tudo por 3 minutos, desligue e acrescente o leite e a farinha de trigo, bata novamente até a mistura ficar homogênea, desligue o liquidificador. Acrescente o fermento em pó e bata novamente apenas para misturar.
2. Em um cesto na Airfryer, com um pouco de óleo, despeje metade da massa para a primeira camada, depois coloque a segunda camada com recheio de atum ou sardinha (ou outro de sua preferencia) e cubra com o restante da massa (última camada) e leve para assar a 180 °C por 20 minutos.
3. Bom apetite !



# Abacaxi com Sorvete de Creme na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

- 1 abacaxi maduro (sem casca e em rodelas)
- 4 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de canela em pó
- 1 bola de sorvete de creme do sabor de sua preferência

## Modo de Preparo

1. Pré-aqueça a Airfryer programando o timer para 5 minutos na temperatura para 200 °C.
2. Quando a maquina atingir a temperatura ideal a luz verde se apagara.
3. Misture o açúcar e a canela. Em uma vasilha polvilhe o abacaxi com a mistura de açúcar e canela.
4. Coloque as rodelas de abacaxi no cesto da Airfryer, programe o timer para 15 minutos e a temperatura em 200 °C.
5. Retire as rodelas da Airfryer, coloque-as numa travessa.
6. Sirva quente ou em temperatura ambiente, em seguida coloque a bola de sorvete.
7. Bom apetite !



# Banana com Canela na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
15a 20  
min.



## Ingredientes

2 bananas  
Canela em pó (opcional - quanto basta)  
Óleo de coco (opcional)

## Modo de Preparo

1. Fatie as bananas no sentido do comprimento ou em rodelas.
2. Pré-aqueça sua Airfryer por 5 minutos a 180° graus.
3. Distribua as fatias de banana dentro da cesta da Airfryer.
4. Pincele o óleo de coco sobre as fatias.
5. Salpique canela se preferir.
6. Programe sua Airfryer por 15 minutos a 180 °C.
7. Se for preciso deixe mais 5 minutos.
8. Bom apetite !



# Banana com Calda na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

3 bananas de sua preferência  
200 g de açúcar (cristal ou refinado)  
2 bolas de sorvete de creme (opcional)

## Modo de Preparo

1. Faça uma calda de caramelo em uma panela com açúcar e água.
2. Distribua sobre as bananas e leve para caramelizar por 20 minutos em 180 °C na sua Airfryer.
3. Coloque ao lado duas bolas de sorvete de creme.
4. Bom apetite !



# Mini Tortinhas de Banana c/ massa de pastel na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
10a 15  
min.



## Ingredientes

5 bananas picadas

¼ xícara (chá) de açúcar refinado

½ xícara (para polvilhar)

¼ de colher (chá) de canela em pó

½ colher (chá) de essência de baunilha

½ colher (chá) de amido de milho

1 rolo de massa fresca para pastel

1 gema de ovo batida com

1 colher (sopa) de água para pincelar

### Ingredientes - Finalização

2 colheres (sopa) de manteiga sem sal derretida

⅓ xícara (chá) de açúcar refinado

1 colher (chá) de canela em pó

## Modo de Preparo

1. Pré-aqueça a Airfryer por 5 minutos em 200 °C. Unte uma assadeira com manteiga derretida.
2. Numa panela média, em fogo médio, misture as bananas, o açúcar, a canela, a água, a essência de baunilha e o amido. Cozinhe por 5 minutos ou até as bananas ficarem macias. Desligue o fogo e espere esfriar 5 minutos.
3. Corte a massa de pastel em retângulos de 12x10cm.
4. Coloque uma colher de sopa do recheio no meio de cada retângulo. Passe água nas bordas da massa e feche no sentido da largura, pressionando com a ponta de um garfo para selar e disponha as tortinhas na assadeira.
5. Pincele cada tortinha com a mistura de gema batida com água.
6. Coloque as tortinhas na cesta da Airfryer, por 10 a 15 minutos á 200 °C.
7. Retire da Airfryer as tortinhas e pincele com manteiga derretida. Em uma tigela, misture o açúcar e canela e polvilhe as tortinhas.
8. Sirva morna ou em temperatura ambiente.
9. Bom apetite !



# Pudim de Calda na Air Fryer

TEMPERATURA  
110° / 200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
20min. / 75min.



## Ingredientes

6 ovos  
150 g de açúcar  
1 colher (chá) baunilha  
1 lata ou caixinha de leite condensado  
300 ml de leite

## Modo de Preparo

### Modo de Preparo Calda

- Coloque o açúcar na forma e acrescente oito colheres de água, sete colheres de açúcar. Misture bem e leve à Airfryer por 20 minutos em 200 °C. Observe a cor do caramelo de tempos em tempos, não deixe ficar muito escuro. Não precisa ficar mexendo o açúcar.
- Com a calda pronta é hora de untar a forma do pudim. A forma sairá muito quente, então tome cuidado. Com um pincel de silicone, pincele toda a lateral e centro até formar uma boa camada de caramelo.
- Espalhe o caramelo bem na forma, com isso irá facilitar na hora de desenformar o pudim de leite.

### Modo de Preparo Creme

- Em uma tigela, acrescente dois ovos inteiros e quatro gemas. Misture com um fuet ou garfo. Acrescente o leite condensado, o leite e a baunilha. Misture bem. Se preferir pode usar o liquidificador, bata por quatro minutos, ou até misturar bem todos os ingredientes.
- Despeje o creme na forma já caramelizada para pudim. Embale a forma do pudim com papel alumínio, fechando bem. Coloque para assar na fritadeira elétrica de 1h15min em 110 °C.
- A cada 30 minutos, abra sua fritadeira para sair um pouco do calor. Basta tirar a gaveta esperar 20 segundos e colocar novamente. Após assar, deixe na geladeira por 5 horas.
- Em seguida, leve o pudim aberto a Airfryer de 2 a 3 minutos em 200 °C, para aquecer o caramelo. O pudim ficará solto na forma. Bom apetite !



# Brigadeiro na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
4 a 8 min.



## Ingredientes

1 lata de leite condensado  
3 colheres (sopa) de cacau em pó 70%  
1 colher (sopa) de margarina

## Modo de Preparo

1. Em um recipiente coloque todos os ingredientes, coloque na gaveta da Airfryer, por 4 minutos a 180 °C.
2. Abra a gaveta mexa o brigadeiro para ver o ponto, volte a fritadeira por mais 4 minutos e repita o mesmo procedimento até dar ponto.
3. Bom apetite !

# Bolinho de Chuva na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
6 a 10min.



## Ingredientes

### Ingredientes – Massa

2 ovos  
 ½ xícara (chá) de açúcar  
 ½ xícara (chá) de leite  
 1 e ½ xícaras (chá) farinha de trigo  
 1 colher (chá) de fermento em pó

### Ingredientes - Cobertura

½ xícara (chá) de açúcar (a gosto)  
 Canela em pó a gosto

## Modo de Preparo

### Modo de preparo- Massa

1. Em um recipiente misture todos os ingredientes, até obter uma massa homogênea de consistência cremosa e firme, caso seja necessário acrescente um pouco mais de trigo.
2. Pré-aqueça a Airfryer em 5 minutos em 200 °C
3. Utilize duas colheres para modelar a massa para assar direto no cesto da Airfryer.
4. Modele seus bolinhos deixando espaço entre eles, pois vão crescer, podendo grudar um no outro e programe a máquina a 200° por 6 minutos. Se for preciso deixa por mais alguns minutos.

### Modo de preparo - Cobertura

1. Após fritar os bolinhos na Airfryer, faça o preparo da cobertura.
2. Misture o açúcar e a canela em pó.
3. Passe no açúcar com canela e sirva em seguida.
4. Bom apetite !



# Rosquinha de Açúcar com Canela na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
7min.



## Ingredientes

### Ingredientes – Massa

4 colheres de açúcar  
 ½ kg de farinha de trigo  
 ½ colher (sopa) fermento em pó  
 3 ovos  
 ½ copo de água

### Ingredientes – Cobertura

Canela em pó a gosto  
 Açúcar de confeiteiro a gosto  
 (receita abaixo)

## Modo de Preparo

### Modo de preparo- Massa

1. Em um recipiente coloque os ovos e bata adicione o fermento em pó, o açúcar a farinha de trigo e a agua, misture bem até a massa ficar homogênea com textura suave.
2. Deixe repousar por 1 hora. Abra a massa em uma superfície enfarinhada e faça cortes circulares ou utilize cortador de biscoito e faça rosquinhas diferentes, deixe descansando por mais 20 minutos.
3. Pré-aqueça a Airfryer por cinco minutos a 180 °C. Depois coloque as rosquinhas no cesto da Airfryer e leve para assar por 180 °C por 7 minutos. Não se esqueça de deixar espaço entre elas.

### Modo de preparo do Açúcar de confeiteiro (Cobertura)

1. Bata no liquidificador uma xícara açúcar cristal ou refinado até obter uma textura bem fina, semelhante a polvilho, se precisar para de bater e mexa com uma colher.
2. O que sobrar da receita pode ser guardado em recipiente hermeticamente fechado. Bom apetite !



# Massa Neutra p/ Churros ou Salgados na Air Fryer

 TEMPERATURA  
180°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
15 min.



## Ingredientes

### Ingredientes – Massa

2 xícaras de água  
1 pitada de sal  
2 colheres de margarina ou manteiga  
2 xícaras de farinha de trigo

## Modo de Preparo

1. Em uma panela, adicione a água, o sal, a margarina ou manteiga, leve ao fogo até ferver, coloque a farinhadetrigo, mexendorápidoefirme, misturando bem, até desgrudar da panela.
2. Coloque numa modeladora de churros ou num saco de confeiteiro (corte a ponta na espessura que desejar). Após modelar, coloque os churros no cesto da Airfryer pincele com óleo, frite os churros por 15 minutos a 180 °C ou até dourar. Use os recheios a gosto. Bom apetite !

### Dicas de Recheios:

1. **Recheios Doces - Opcionais:** Doce de leite, Nutella, Geleia de morango, Brigadeiro, Brigadeiro branco, Doce de goiaba, Marmelada, Doce de abobora com coco.
2. **Recheios salgados – Opcionais:** Patês (atum, frango, calabresa, azeitona)  
Queijos (cheddar, prato, muçarela, cream cheese).
3. **Coberturas Doces – Opcionais:** Confetes, Amendoim, Gergelim torrado, Cream cheese, Granulado de Chocolate ou colorido, Coco ralado, Açúcar com canela.
4. **Coberturas Salgados – Opcionais:** Amendoim, Parmesão ralado, Cream cheese, Bacon cryspi.



# Rabanada na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
8min.



## Ingredientes

2 pães franceses dormidos  
Leite, pode usar o integral ou desnatado  
(ou o suficiente para molhar as fatias de pães)  
½ lata de leite condensado (pode usar o light)  
1 ovo batido  
1 pitada de canela  
Açúcar a gosto  
Manteiga para untar

## Modo de Preparo

1. Corte os pães em fatias médias.
2. Em um vasilhame misture o leite com o leite condensado e mergulhe as fatias de pão, até que elas estejam bem molhadinhas.
3. Em outro vasilhame bata o ovo e coloque uma pitada de canela.
4. Passe as fatias molhadas de leite no ovo batido. Pré-aqueça a Airfryer por 3 minutos a 200 °C.
5. Pincele manteiga no fundo do cesto para não grudar.
6. Coloque as fatias dentro do cesto uma do lado da outra. Programe 8 minutos, aos 4 minutos abra e vire a rabanada para que frite igualmente.
7. Ao retirar a rabanada do cesto, polvilhe com a mistura de canela e açúcar.
8. Bom apetite !



# Doce de Abóbora na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
5 a 15min.



## Ingredientes

½ kg abóbora de pESCOçópicada em pequenos cubos.  
5 colheres (sopa) de açúcar  
1 cravo

## Modo de Preparo

1. Coloque a abóbora na Airfryer por 5 minutos a 180 °C.
2. A parte coloque um pirex com dois dedos de água e misture as 5 colheres de açúcar junto com o cravo.
3. Coloque a abóbora no pirex e volte com tudo para a Airfryer por mais 5
4. minutos a 180 °C.
5. Mexa bem e esmague um pouco a abóbora.
6. Repita o ciclo de 5 minutos a 180 °C, até dar o ponto de doce.
7. Bom apetite !



# Petit Gateou na Air Fryer



TEMPERATURA  
200°



PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO



PREPARO  
8min.



## Ingredientes

120 g chocolate meio amargo 70%  
80 g manteiga sem sal  
80 g açúcar  
2 ovos  
20 g farinha  
10 gotas essência de baunilha

## Modo de Preparo

1. Derreta o chocolate com manteiga por um minuto no micro-ondas e deixe esfriar até a temperatura ambiente.
2. Em uma tigela, bata os ovos com o açúcar com um fouet, algumas gotas de essência de baunilha e uma pitada de sal, adicionar o chocolate derretido com a manteiga e misture bem.
3. Adicione a farinha peneirada e misturar sempre com o fouet para formar uma mistura homogênea.
4. Despeje a mistura nas forminhas de doces untadas e polvilhadas com cacau em pó, coloque-as no freezer por pelo menos 90 minutos.
5. Cozinhe-os no Airfryer pré-aquecido a 200 °C, por cerca de 8 minutos.
6. Sirva-os ainda quentes com uma pitada de açúcar de confeiteiro e com a decoração desejada.
7. Bom apetite !



# Bolinhos Integrais de Banana na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
8min.



## Ingredientes

2 ovos ½ xícara (chá) de açúcar mascavo  
2 bananas médias  
½ xícara (chá) de adoçante forno e fogão  
¼ xícara (chá) de óleo de coco  
Canela a gosto  
1 xícara (chá) de flocos finos de aveia  
½ colher (sopa) de fermento químico em pó

## Modo de Preparo

1. Coloque todos os ingredientes dentro do liquidificador, exceto o fermento.
2. Bata até ficar homogêneo; acrescente o fermento e misture com uma colher.
3. Distribua a massa deixando cerca de um dedo da borda (para quando a massa crescer não transborde). Pré-aqueça sua fritadeira por 5 minutos.
4. Leve os bolinhos para assar por 8 minutos a 180 °C.
5. Bom apetite !

# Biscoito de Polvilho na Air Fryer

TEMPERATURA  
200°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
8min.



## Ingredientes

3 xícaras de polvilho azedo  
1 xícara de óleo  
1 xícara de água  
1 xícara de leite  
2 ovos  
2 colheres (chá) de sal

## Modo de Preparo

1. Ferva o óleo com a água.
2. Derrame ainda quente sobre o polvilho e misture bem.
3. Acrescente o leite frio, os ovos e o sal e amasse.
4. Se preciso, acrescente polvilho até que a massa solte das mãos.
5. Enrole e dê formato de tirinhas ou outro formato de sua preferência.
6. Pré-aqueça a 200 °C por 3-5 minutos.
7. Asse os biscoitos por 8 minutos na temperatura a 200 °C.
8. Bom apetite !



# Cookies de Manteiga de Amendoim e Gotas de Chocolate na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
12 min.



## Ingredientes

1 xícara (chá) de pasta de amendoim  
1 xícara (chá) de açúcar mascavo – aperte-o na xícara na hora de medir  
1 unidade de ovo  
1 colher (chá) de bicarbonato de sódio  
½ colher (chá) de essência de baunilha  
1 xícara (chá) de gotas de chocolate meio amargo (com 70% de cacau)

## Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C.
2. Forre duas assadeiras grandes, de beiradas baixas, com papel manteiga.
3. Numa tigela média, misture os cinco primeiros ingredientes.
4. Acrescente as gotas de chocolate.
5. Com as palmas das mãos úmidas, forme bolas com uma colher (sopa) generosa de massa cada.
6. Coloque nas assadeiras preparadas, deixando cinco centímetros de distância entre uma e outra.
7. Asse os cookies até que estufem, dourem na base, mas, ainda estejam macios ao toque no centro, 12 minutos, verifique aos 8 minutos o ponto do cookie.
8. Deixe esfriar nas assadeiras por 5 minutos.
9. Transfira-os para uma grade, e deixe esfriar completamente.
10. Bom apetite !



# Bolo Integral na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

PREPARO  
25 min.



## Ingredientes

2 ovos  
2 bananas médias  
1 copo (americano) de farelo de aveia  
2 colheres (sopa) de pasta de amendoim (opcional)  
2 colheres (sopa) de mel ou açúcar mascavo  
2 colheres (sopa) de uva passas (opcional)  
1 colher (sopa) de fermento

## Modo de Preparo

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador.
2. Deixando para adicionar por ultimo o fermento, agora mexa lentamente com uma colher.
3. Despeje a massa em uma forma untada e enfarinhada.
4. Leve a Airfryer e programe para 25 minutos a 180 °C.
5. Decore o bolo com pedaços de banana com canela.
6. Bom apetite !



# Bolo de Laranja na Air Fryer

TEMPERATURA  
180°

PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM

PREPARO  
15a 20  
min.



## Ingredientes

$\frac{1}{4}$  xícara (chá) de óleo  
1 xícara (chá) de açúcar  
2 ovos  
 $\frac{1}{2}$  xícara (chá) de suco de laranja  
1 xícara (chá) de farinha de trigo  
 $\frac{1}{2}$  colher (sobremesa) de fermento em pó

## Modo de Preparo

1. Bater bem no liquidificador os ovos, óleo, açúcar e o suco.
2. Colocar numa vasilha com a farinha e o fermento, e misturar até ficar homogêneo.
3. Pré-aquecer a Air Fryer a 180 °C por 5 minutos.
4. Colocar na forma untada e enfarinhada e levar para assar por 15 minutos a 180 °C.
5. Se fizer o teste do palito e ainda estiver um pouco cru, deixe mais 5 minutos a 160 °C.
6. Bom apetite !



# Bolo de Chocolate na Air Fryer

 TEMPERATURA  
200°

 PRÉ-AQUECIMENTO  
NÃO

 PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

2 ovos  
3 colheres (sopa) de chocolate em pó  
2 colheres (sopa) de margarina  
1 ½ xícaras (chá) de farinha de trigo  
1 xícara (chá) de açúcar  
1 xícara (chá) de leite  
2 colheres (sopa) de fermento

## Modo de Preparo

### Cobertura:

1. Use a receita de BRIGADEIRO NA AIRFRYER.
2. Polvilhe chocolate granulado (opcional).

### Modo de preparo:

1. Bata no liquidificador, os ovos, a margarina, o açúcar, o leite por 5 minutos.
2. Enquanto isso peneire a farinha de trigo, o chocolate em pó e o fermento,
3. misturando bem, reservem.
4. Depois misture todos os ingredientes até obter uma massa homogênia, e
5. coloque na forma untada, leve para fritadeira em 200 °C por 20 minutos.
6. Bom apetite !

# Bolo de Fubá na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

1 xícara (chá) de leite  
1 ovo  
2/3 de xícara (chá) de açúcar  
1/3 de xícara (chá) de fubá  
1 colher (sopa) de farinha de trigo  
1 colher (sopa) de manteiga

1 colher (sopa) de queijo parmesão ralado  
1 colher (sopa) de coco ralado (opcional)  
1 pitada de sal  
1 colher (chá) de fermento químico

## Modo de Preparo

1. Misture todos os ingredientes deixando o fermento por último.
2. Unte e enfarinhe a forma e coloque pra assar na Airfryer pré-aquecida a 180 °C por 20 minutos.
3. Bom apetite !



# Bolo de Cenoura c/ Cobertura de Chocolate na Air Fryer



TEMPERATURA  
180°



PRÉ-AQUECIMENTO  
SIM



PREPARO  
20 min.



## Ingredientes

### Ingredientes – Massa

1 pitada de sal  
3 unidades de cenoura médias e cruas  
1 xícara (chá) de óleo de soja  
1 colher (sopa) de fermento químico em pó  
2 xícaras (chá) de farinha de trigo  
2 xícaras (chá) de açúcar  
3 ovos inteiros

### Ingredientes – Cobertura

1 pitada de sal  
1 colher (sopa) de amido de milho  
4 colheres (sopa) de cacau em pó  
1 copo (americano) de leite (pode ser de soja)  
1 copo (americano) de açúcar

## Modo de Preparo

### Modo de preparo – Massa

1. Bata no liquidificador os ovos, as cenouras (em pedaços), o óleo e o sal.
2. Numa tigela, misture o açúcar, o fermento e a farinha.
3. Despeje a mistura do liquidificador para a tigela e misture bem.
4. Leve para assar em forma untada e polvilhada com farinha por 20 minutos a 180 °C.

### Modo de Preparo – Cobertura

1. Bater tudo no liquidificador e levar ao fogo para engrossar.
2. O cacau deixa a cobertura bem pretinha e com brilho.
3. Cubra o bolo com a calda.
4. Bom apetite !





Muito Obrigada!

