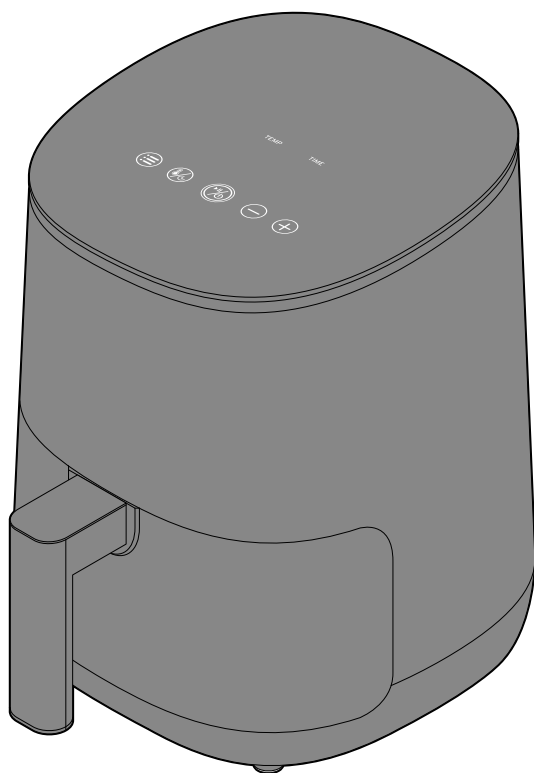


# Digitální horkovzdušná fritéza



## Recepty

### Mražené hranolky

#### Přísady pro 2 osoby

200 g mražených hranolků

5 ml olivového oleje

sůl podle chuti

#### Příprava

1. Hranolky vyjmeme přibližně 20 minut před začátkem přípravy z mrazničky a necháme je rozmrazit. Pokud bude třeba, odstraníme z hranolků případné krystalky ledu a potom hranolky osušíme opakovaným přikládáním papírových kuchyňských utěrek. Díky tomu budou hranolky později po fritování rovnoměrně křupavé.
2. Hranolky dáme do nějaké mísy a potřeme je pomocí mašlovačky olivovým olejem. Olivový olej můžeme také nalít přímo na hranolky a pak vše řádně promíchat tak, aby byly všechny hranolky rovnoměrně pokryté olejem.

#### Fritování

3. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
4. Hranolky vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy na 12-16 minut. Během procesu tepelné úpravy košík jednou nebo dvakrát protřepeme.
5. Než budeme hotové hranolky servírovat, podle chuti je osolíme.

### Domácí hranolky

#### Přísady pro 2 osoby

200 g brambor nakrájených na tyčinky

5 ml olivového oleje

sůl podle chuti

#### Příprava

1. Oloupáme brambory a nakrájíme je na tenké tyčinky. Bramborové tyčinky omyjeme a důkladně osušíme pomocí papírových kuchyňských utěrek.
2. Bramborové tyčinky dáme do nějaké mísy a potřeme je pomocí mašlovačky olivovým olejem. Olivový olej můžeme také nalít přímo na hranolky a pak vše řádně promíchat tak, aby byly všechny hranolky rovnoměrně pokryté olejem.

#### Fritování

3. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
4. Bramborové tyčinky vložíme do košíku. Teplotu snížíme na 180 °C a nastavíme dobu tepelné úpravy na 18-25 minut. Během procesu tepelné úpravy košík přibližně každých 10 minut protřepeme.
5. Než budeme hotové hranolky servírovat, podle chuti je osolíme.

## **Domácí čtvrtky brambor (bramborové měsíčky)**

### **Přísady pro 2 osoby**

200 g brambor nakrájených na měsíčky

5 ml olivového oleje

sůl podle chuti

### **Příprava**

1. Neoloupané brambory nakrájíme tak, abychom z každé brambory získali 6 měsíčků. Bramborové měsíčky omyjeme a důkladně osušíme pomocí papírových kuchyňských utěrek.
2. Bramborové měsíčky dáme do nějaké mísy a potřeme je pomocí mašlovačky olivovým olejem. Olivový olej můžeme také nalít přímo na bramborové měsíčky a pak vše řádně promíchat tak, aby byly všechny bramborové měsíčky rovnoměrně pokryté olejem.

### **Fritování**

3. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
4. Bramborové měsíčky vložíme do košíku. Teplotu snížíme na 180 °C a nastavíme dobu tepelné úpravy na 18-25 minut. Během procesu tepelné úpravy košík přibližně každých 10 minut protřepeme.
5. Než budeme hotové bramborové měsíčky servírovat, podle chuti je osolíme.

## **Mražené bramborové krokety**

### **Přísady pro 4 osoby**

200 g mražených bramborových krocket

### **Příprava**

1. Mražené bramborové krockety vyjmeme z mrazničky až před začátkem přípravy - nenecháme je rozmrazit. Pokud bude třeba, odstraníme z bramborových krocket případné krystalky ledu a potom bramborové krockety osušíme opakovaným přikládáním papírových kuchyňských utěrek. Díky tomu budou bramborové krockety později po fritování rovnoměrně křupavé.

### **Fritování**

2. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
3. Bramborové krockety vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy na 5-10 minut. Během procesu tepelné úpravy košík jednou nebo dvakrát protřepeme, aby byly bramborové krockety rovnoměrně křupavé.

## **Mražené kuřecí nugetky**

### **Přísady pro 3 osoby**

200 g mražených kuřecích nugetek

### **Příprava**

1. Kuřecí nugetky vyjmeme přibližně 20 minut před začátkem přípravy z mrazničky a necháme je rozmrazit. Pokud bude třeba, odstraníme z kuřecích nugetek případné krystalky ledu a potom kuřecí nugetky osušíme opakovaným přikládáním papírových kuchyňských utěrek. Díky tomu budou kuřecí nugetky později po fritování rovnoměrně křupavé.

### **Fritování**

2. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
3. Kuřecí nugetky vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy na 10-15 minut. Během procesu tepelné úpravy košík jednou nebo dvakrát protřepeme, aby byly kuřecí nugetky rovnoměrně hnědé.

## **Domácí kuřecí nugetky s medovo-horčičnou omáčkou**

### **Přísady pro 4 osoby**

Na nugetky:

2 plátky rozdrobeného bílého chleba  
trochu mleté pálivé papriky  
5 ml olivového oleje  
250 g kuřecích filetů nakrájených na kostičky

1 lisovaný stroužek česneku

1 žloutek

sůl a černý pepř

2 vaječné bílky

pšeničná mouka, strouhanka

Na medovo-horčičnou omáčku:

80 ml horčice, 80 ml medu

špetka skořice, špetka soli

### **Příprava nugetek**

1. Bílý chléb a mletou papriku zpracujeme ve stolním mixéru na měkkou lehkou hmotu. Přidáme olivový olej a hmotu naplníme do mísy.
2. Na kostičky nakrájené kuřecí filety rozdrtíme ve stolním mixéru a potom přidáme žloutek, česnek, sůl a pepř podle chuti.
3. Hmotu s bílým chlebem přidáme ke hmotě s kuřecími filety a obojí hněteme ručně tak dlouho, dokud nevznikne homogenní, tvarovatelná hmota.
4. V oddělené míse si našleháme bílky.
5. Z hmoty s kuřecími filety vytvarujeme 10 malých nugetek. Nugetky obalujeme tak, že je nejdřív vyválíme v pšeničné mouce, potom v bílku a nakonec ve strouhance.

### **Příprava medovo-horčičné omáčky**

6. Všechny přísady smícháme dohromady. Potom bude omáčka připravená k servírování.

### **Fritování**

7. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.

8. Nugetky položíme dolů do košíku fritézy a lehce je potřeme olivovým olejem. Dobu tepelné úpravy nastavíme na 15 minut. Po uplynutí poloviny doby tepelné úpravy nugetky otočíme, aby byly z obou stran dobře křupavé.

## **Falafel**

### **Příklady pro 4 osoby**

Na falafely:

500 g sušené cizrny

(necháme přes noc namočenou, aby nabobtnala)

čerstvé lístky máty

2-3 pita chleby (syrské chleby) natrhané na kousky

mléko k potřetí

5 ml česnekové pasty bez soli (pokud je k dostání)

sůl a pepř

šťáva z 1/2 citronu

Na omáčku tahini:

5 ml tahini (sezamové pasty)

šťáva z 1/2 citronu

120 ml vody

1/2 lisovaného stroužku česneku

### **Příprava falafelu**

1. Namočenou cizrnu necháme odkapat. V míse smícháme kousky chleba, lístky máty, cizrnu, česnekovou pastu a šťávu z poloviny citronu. Přidáme sůl a pepř a vše dobře promícháme. K tomu přidáme trochu mléka a hmotu necháme odpočívat v míse půl hodiny, dokud mléko nevsákne do hmoty.

2. Následně hmotu ještě jednou promícháme. Hmoty by měla být ještě měkká, ale dost pevná na to, abychom z ní mohli tvarovat kuličky.
3. Vytvarujeme kuličky ve velikosti přibližně golfových míčků a lehce je při tvarování tiskneme dohromady.

### **Příprava tahini omáčky**

4. Všechny přísady smícháme dohromady. Potom bude omáčka připravená k servírování.

### **Fritování**

5. Horkovzdušnou fritézu předejdeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
6. Jednu vrstvu kuliček falafel položíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy na 15 minut. Po uplynutí poloviny doby tepelné úpravy kuličky falafel obrátíme, aby se rovnoměrně opekly. Pokud bude třeba, prodloužíme dobu tepelné úpravy o dalších 5 minut.

## Taštičky plněné kuřecím masem

### Přísady pro 4 osoby

500 g kuřecích prsíček  
(3-4 kuřecí filety)

1 středně velká cibule nakrájená  
na kostičky

1 lisovaný stroužek česneku

1 oloupané rajče nakrájené na kostičky

5 ml olivového oleje

petrželová nať a cibule nakrájená  
na kostičky podle chuti

10g kostka kuřecího bujónu

olivy podle chuti, nakrájené na malé  
kousky

450 g vnitřních prsních kuřecích filetů

žloutek k potřetí

**Tip:** Do taštiček můžeme přidat také pomazánku z palmových srdíček, kukuřice nebo sýra!

### Příprava

1. Kuřecí prsíčka uvaříme do měkka a položíme je stranou.
2. V pánvičce rozehřejeme olivový olej a osmažíme na něm cibuli do sklovita - neměla by při smažení zhnědnout. Přidáme česnek a krátce jej osmažíme společně s cibulí. Nakrájíme tepelně upravená kuřecí prsíčka na kostičky a přidáme je také do pánvičky.
3. Kostku kuřecího bujónu rozpustíme v přibližně 120 ml horké vody a vývar přidáme k masu do pánvičky.
4. Přidáme rajče, petrželovou nať, cibuli a olivy a všechno dobře promícháme. Necháme vše vařit při nízké teplotě. Náplň nesmí být příliš tekutá.

5. Z lístkového těsta vytvarujeme taštičky, které naplníme masovou směsí. Okraje taštiček dobře přitlačíme vidličkou, aby náplň nemohla z taštiček vytékat. Nakonec taštičky potřeme žloutkem.

### Fritování

6. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
7. Na spodek košíku fritézy položíme vždy 4 plněné taštičky a nastavíme dobu tepelné úpravy na 9 minut. Košíkem každé 3 minuty zatřeseeme, aby se plněné taštičky nepřilepily k sobě.

## **Krokety se sekaným masem**

### **Přísady pro 4 osoby**

200 g pšeničné mouky  
200 g sekaného masa  
400 ml vařící vody  
1/2 cibule nakrájené na kostičky  
1 lžice pšeničné mouky  
máta, pepř a sůl podle chuti

### **Příprava**

1. Mouku dáme na plech na pečení, zalijeme ji vařící vodou a následně necháme 5 minut odpočívat. Potom vytlačíme přebytečnou vodu pomocí čistého kuchyňského ručníku.
2. Přidáme sekané maso, na kostičky nakrájenou cibuli, lžici mouky a koření a vše dobře promísíme. Z připravené hmoty vytvarujeme krokety.

### **Fritování**

3. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
4. Krokety vložíme do košíku fritézy a nastavíme dobu tepelné úpravy na 20 minut. Během procesu tepelné úpravy košík několikrát protřepeme, aby byly krokety rovnoměrně křupavé.

## **Kuličky se sušenou treskou**

### **Přísady pro 4 osoby**

200 g sušené tresky (zbavené vnitřností, předvařené a vykostěné)  
300 g brambor  
1 žloutek  
20 g petrželové natě a cibule nakrájené na kostičky  
1 lisovaný stroužek česneku  
2 lžice pšeničné mouky  
olivový olej na ruce  
sůl a černý pepř podle chuti

### **Příprava**

1. Brambory uvaříme do měkka a rozšťoucháme je. Následně necháme rozšťouchané brambory vychladnout.
2. Smícháme dohromady rozšťouchané brambory a sušenou tresku a do směsi přidáme ostatní přísady. Hmotu osolíme a opepříme podle chuti. Hmota by se měla dát dobře tvarovat. Přidáme pšeničnou mouku.
3. Ruce si natřeme trochou olivového oleje a z hmoty se sušenou treskou tvoříme kuličky.

### **Fritování**

4. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
5. Kuličky vložíme do spodní části košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy na 10 minut. Během procesu tepelné úpravy košík několikrát protřepeme, aby byly kuličky rovnoměrně křupavé.

## Čokoládové churros (španělské koblihy)

### Přísady na 12 kousků

250 ml vody

100 g pšeničné mouky

1 lžíce polenty (předvařené)

55 g kakaového prášku

1 lžíce másla

špetka soli

1 lžíce jedlé sody

olej na ruce

kakaový prášek a cukr k posypání

**Tip:** K vytvoření typického vzhledu churros použijeme cukrářský pytlík se špičkou na zdobení ve tvaru hvězdy. Než budeme churros fritovat, obalíme je ve směsi třtinového cukru a kakaového prášku, aby měly nakonec po ufritování křupavý povrch.

### Příprava

1. Smícháme dohromady pšeničnou mouku, polentu, kakaový prášek a jedlou sodu a směs si odstavíme stranou.
2. Do středně velkého hrnce si dáme vodu, máslo a sůl a směs krátce povaříme.
3. Přidáme směs s moukou a všechno smícháme tak, aby vzniklo hladké těsto. Směs necháme za stálého míchání dále vařit po dobu 5 minut. Následně sejmeme hrnec ze sporáku a necháme těsto trochu ochladit, abychom se nespálili. Těsto by mělo být dostatečně pevné na to, aby se dalo tvarovat rukama.

4. Potřeme si ruce trochou oleje a začneme z těsta tvarovat churros. Churros by měly mít průměr přibližně 1,5 cm a délku 8 cm.

### Fritování

5. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
6. Churros vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy na 6 minut. Během procesu tepelné úpravy košík několikrát protřepeme. Pokud máme rádi churros trochu křupavější, prodloužíme dobu tepelné úpravy o další 3 minuty. Následně posypeme churros cukrem a kakaovým práškem.



## Brambory s čedarem

### Příklady pro 4 osoby

1 kg uvařených a rozpůlených malých brambor

2 lžíce olivového oleje

2 lžíce pšeničné mouky

sůl podle chuti

špek na ozdobu

Na čedarovou omáčku:

300 g čedaru

150 g sýru Brie

1/2 nastrohané cibule

1 lžíce margarínu

125 ml šlehačky

sůl podle chuti

případně mléko

**Tip:** Namísto čerstvých brambor můžeme použít také mražené hranolky. Ty však musíme nechat po dobu přibližně 20 minut rozmrazovat, než je začneme zpracovávat.

### Příprava brambor

1. Předvařené brambory rozpůlíme a položíme je na plech na pečení vymazaný olejem. Brambory na plechu otáčíme tak dlouho, dokud nebudou rovnoměrně pokryté olivovým olejem.
2. Smícháme pšeničnou mouku a sůl a brambory touto směsí posypeme pomocí sítka.

### Příprava čedarové omáčky

3. Margarín rozpustíme v pánvičce a lehce v něm osmažíme cibuli do zlatohněda. Přidáme čedar a sýr Brie.
4. Jakmile se sýr začne tavit, přidáme šlehačku a všechno smícháme tak, aby vznikla hustá hmota. Omáčku osolíme podle chuti. Pokud by byla omáčka příliš hustá, můžeme ji rozředit trochou mléka.

### Fritování

5. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.  
Brambory vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy přibližně na 30 minut. Během procesu tepelné úpravy košík několikrát protřepeme, aby byly brambory rovnoměrně hnědé. Pokud bude třeba, prodloužíme dobu tepelné úpravy o dalších 5 minut.
6. Brambory položíme na plech na pečení nebo servírovací podnos, zalijeme je čedarovou omáčkou a posypeme je špekem.

## **Pálivé kuře**

### **Přísady pro 4 osoby**

500 g kuřete nakrájeného na malé kousky

6 lisovaných stroužků česneku

30 g na drobno nasekané petrželové natě

sůl a pepř podle chuti

**Tip:** Místo čerstvé drůbeže můžeme použít také mražené kuře. To však musíme nechat po dobu přibližně 20 minut rozmrazovat, než je začneme zpracovávat.

### **Příprava**

1. Kuře podle chuti ocesnekujeme, osolíme a opeříme.

### **Fritování**

2. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
3. Kousky kuřete vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy přibližně na 20-30 minut. Během procesu tepelné úpravy košík několikrát protřepeme, aby byly kousky kuřete rovnoměrně upečené. Než budeme kousky kuřete servírovat, posypeme je nadrobno nasekanou petrželovou natí.

## **Zelenina na italský způsob**

### **Přísady pro 4 osoby**

1 omytý a na kostičky nakrájený velký lilek

100 g rozpůlených cherry rajčátek

1 žlutá a 1 červená paprika, nakrájené na kostičky

120 ml olivového oleje

2 středně velké cibule, nakrájené na větší kostičky

2 stroužky česneku, nakrájené na plátky nebo nasekané

200 g čených oliv

sůl podle chuti

### **Příprava**

1. Všechny přísady - kromě soli a oliv - smícháme dohromady v nějaké nádobě tak, aby se do nich nasákl všechen olivový olej.

### **Fritování**

2. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
3. Všechnu zeleninu dáme do košíku najednou. Teplotu tepelné úpravy snížíme na 160 °C a dobu tepelné úpravy nastavíme přibližně na 20 minut. Během procesu tepelné úpravy košík několikrát protřepeme, aby byla zelenina rovnoměrně tepelně upravená. Po ukončení tepelné úpravy ochutnáme, jestli je zelenina dostatečně křupavá. Pokud tomu tak nebude, prodloužíme dobu tepelné úpravy o dalších 5 minut. Následně naplníme hotovou zeleninu k servírování do zapékací formy a přidáme sůl a olivy.

## Vepřová žebírka

### Příklady pro 4 osoby

500 g vepřových žebírek

šťávu z 1 citronu

2-3 lisované stroužky česneku

1 rajče

1 cibule

1 paprika

2 lžíce rozpuštěného másla

oregáno, sůl a černý pepř podle chuti

**Tip:** Místo čerstvého masa můžeme použít také mražená vepřová žebírka. Ty však musíme nechat po dobu přibližně 20 minut rozmrazovat, než je začneme zpracovávat.

### Příprava

1. Žebírka opeříme, osolíme a ochutíme citronovou šťávou a česnekem. Žebírka necháme marinovat přes noc v lednici. Žebírka potřeme z obou stran pomocí mašlovačky rozpuštěným máslem. Nakrájíme rajče, papriku a cibuli na proužky a položíme je na žebírka. Nakonec žebírka posypeme oregánem.

### Fritování

2. Horkovzdušnou fritézu předehřejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
3. Žebírka vložíme do košíku fritézy a nastavíme dobu tepelné úpravy na 30 minut.

## Masová paštika

### Příklady pro 4 osoby

200 g nasekané telecí nožičky

100 g nasekaného italského salámu Nduja, Chorizo nebo podobného salámu

50 g špeku nakrájeného na malé kostičky

1 středně velká cibule, nasekaná na drobno

1 lisovaný stroužek česneku

vnitřek z 1 bagety

1 lžíce mléka

20 g na drobno nasekané petrželové natě

pšeničná mouka, strouhanka a 1 vajíčko na obalování

4 plátky syrové šunky

4 plátky mozzarely

400 ml pasírovaných rajčat

pár vařených hrášků, bramborových kostiček a kousků karotky  
strouhaný sýr podle chuti

### Příprava

1. Vnitřek bagety namočíme ve vhodné nádobě do mléka. Následně přidáme maso, salám a špek a všechno dobře prohněteme rukama.
2. Přidáme cibuli, česnek a petrželovou nať a všechno smícháme tak, aby vznikla kompaktní, rovnoměrná hmota.
3. Masovou směs rozdělíme na 4 stejně velké koule. Do každé koule naplníme jeden plátek syrové šunky a jeden plátek mozzarely a vytvarujeme ji do tvaru paštiky.
4. Paštiky obalíme v mouce, vajíčku a strouhance.

## Fritování

5. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
6. Masové paštiky vložíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy přibližně na 10 minut. Po uplynutí poloviny doby tepelné úpravy paštiky obrátíme, aby byly rovnoměrně křupavé.
7. Masovou paštiku naservírujeme do středu talíře na polévku, na ni nalijeme trochu šťávy z pasírovaných rajčat a ozdobíme ji vařenou zeleninou. Nakonec vše posypeme podle chuti strouhaným sýrem.

## Brownies

### Přísady na 6 kousků

- 100 g čokolády nalámané na kousky
- 2 lžíce másla nebo margarínu
- 1 velké vejce
- 100 g cukru
- 1 balíček vanilkového cukru nebo 1 lžíce vanilkového extraktu
- 50 g pšeničné mouky smíchané s 1/2 PL prášku do pečiva
- 2 lžíce nasekaných ořechů
- 1 kulatá hliníková forma na pečení - na jedno použití (s průměrem cca 18 cm)
- špetka soli
- trocha margarínu na vymazání formy na pečení

## Příprava

1. Čokoládu a máslo rozpustíme v pánvičce z ušlechtilé oceli s tlustým dnem na středně velkém plameni. Přitom hmotu neustále mícháme. Následně necháme hmotu opět vychladnout na pokojovou teplotu.
2. Vajíčko našleháme s cukrem, vanilkovým cukrem a špetkou soli tak, aby vznikla lehká, krémová hmota.
3. Hmotu s vajíčkem zamícháme do vychladlé čokoládové hmoty. Přidáme mouku s práškem do pečiva a ořechy.
4. Hliníkovou formu na pečení vymažeme margarínem a naplníme do ní těsto.

## Fritování

5. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
6. Hliníkovou formu na pečení postavíme do košíku fritézy. Teplotu tepelné úpravy snížíme na 180 °C a dobu tepelné úpravy nastavíme přibližně na 20 minut. Povrch brownies by měl být křupavý a vnitřek ještě měkký.
7. Hotové brownies necháme vychladnout v hliníkové formě na pečení a potom je nakrájíme na 6 kousků.

## Citronové dortíčky cupcakes

### Přísady na 6 kousků

50 g pšeničné mouky  
100 g cukru  
1 lžice prášku do pečiva  
2 lžice mléka  
100 ml stolního oleje  
1 vajíčko  
1 lžice citronové šťávy  
nastrouhaná kůra z 1 citronu

6 papírových formiček na cupcakes

**Tip:** Citron můžeme nahradit také jiným ovocem nebo čokoládou!

### Příprava

1. Mouku, cukr a prášek do pečiva přesijeme do mísy. Přidáme vajíčko, mléko, citronovou šťávu a olej a všechno důkladně promícháme.
2. Těsto naplníme do formiček na dortíčky cupcakes a posypeme nastrouhanou citronovou kůrou.

### Fritování

3. Horkovzdušnou fritézu předehejeme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
4. Formičky na dortíčky cupcakes postavíme do košíku a nastavíme dobu tepelné úpravy přibližně na 15-18 minut. Ke konci procesu tepelné úpravy příp. zasunutím špejle do těsta zkusíme, jestli už jsou dortíčky cupcakes hotové - když na špejli nezůstane přichycené žádné těsto, jsou dortíčky cupcakes hotové. Dortíčky cupcakes vyjmeme pomocí obracečky nebo podobného předmětu ven z košíku fritézy a necháme je ve formičkách vychladnout.

## Čokoládové sušenky cookies

### Přísady na 15 kousků

100 g pšeničné mouky  
100 g hnědého třtinového cukru  
100 g bílého cukru  
55 g kakaového prášku nebo lískových oříšků  
1 vajíčko  
100 g jemné hořké čokolády (nalámané na kousky) nebo lískových oříšků  
1 lžice prášku do pečiva  
1 lžice jedlé sody  
špetka soli  
2 lžice másla (nesoleného) pokojové teploty  
1 lžice vanilkového cukru  
alobal k vyložení fritovacího košíku

**Tip:** Místo čokolády můžeme použít ořechy! Hotové sušenky můžeme uložit nejlépe do sklenice s víkem a před servírováním je vždy ohřívat po dobu přibližně 15 sekund v mikrovlnné troubě.

### Příprava

1. Všechny přísady - kromě čokolády - mícháme ručně v míse tak dlouho, dokud nebudeme z těsta moci tvarovat malé kuličky. Pokud bude třeba, přidáme do těsta trochu mouky, aby těsto bylo pěkně hladké.
2. Těsto vyválíme na rovné pracovní ploše a posypeme jej kousky čokolády. Následně těsto ještě jednou důkladně prohněteme. Z těsta vytvarujeme sušenky s průměrem přibližně 3 cm.

## **Fritování**

3. Horkovzdušnou fritézu předeheříváme po dobu přibližně 4-6 minut na 200 °C.
4. Dno košíku fritézy vyložíme alobalem a naskládáme na něj vždy 5 sušenek tak, aby mezi nimi byl odstup přibližně 3,5 cm.  
Teplotu tepelné úpravy snížíme na 160-180 °C a dobu tepelné úpravy nastavíme přibližně na 5 minut.  
Pokud máme sušenky raději trochu křupavější, prodloužíme dobu tepelné úpravy o další 2 minuty.
5. Hotové sušenky vyjmeme vhodným kuchyňským náčiním z košíku fritézy a necháme je vychladnout na mřížce na dort.

---

**Číslo výrobku: 618 161**

---