

## Freidora de Aire Multifunction con Doble Cesta

La tecnología avanza día a día y en SOGO siempre estamos atentos y adoptamos las últimas novedades en los electrodomésticos para servir a nuestros clientes. En SOGO todos los días pensamos cómo dar el máximo confort, con el mejor sabor y con resultados saludables para nuestros clientes. Por todo ello, ahora os traemos la freidora de aire multifunción con dos zonas de cocción.

### Ventajas de la freidora de aire con dos zonas de cocción:

1. Cocinar en dos zonas de cocción al mismo tiempo es mucho más ecológico y no sólo se ahorra tiempo, también en consumo de electricidad.
2. No hace falta esperar a que se acabe de cocinar el primer plato para empezar con el segundo. Podemos preparar ambos platos a la vez.
3. La potencia más alta ayuda a que la comida se prepare más rápido.
4. Es ideal para fiestas y reuniones cuando necesitamos cocinar en cantidades grandes y varios platos. Las dos zonas de cocción ayudan a preparar las recetas en poco tiempo.
5. Lo último pero lo más importante de todo: esta freidora de aire dispone de unas funciones inteligentes de SMART FINISH y MATCH COOK, que ayudan en su manejo según convenga.



### Consejos y recomendaciones:

Los valores de cocción como la temperatura y el tiempo de cocción de las recetas proporcionadas en este recetario son orientativos y siempre existe la posibilidad de que no obtenga los mismos resultados cocinando en su casa. También es importante tener en cuenta que el tiempo de cocción se puede cambiar, según los ingredientes, temperaturas ambientales, calidad de los ingredientes, capacidad de cocción individual etc. Por ejemplo, hay tantas variedades de patatas, que el tiempo de cocción para las diferentes variedades varía mucho.

Para poder lograr mejores resultados, le proporcionamos los consejos y recomendaciones a continuación.

1. Para generar menos humo, use aceite de canola, aguacate, vegetal o de semilla de uva. Generalmente, el aceite de oliva produce más humo durante el cocinado.
2. Es probable que los alimentos vengan en diferentes formas y tamaños, que requieran distintos tiempos de cocción por lo que, existe la posibilidad, de que se deba aumentar o disminuir los tiempos de cocinado para lograr el resultado deseado.
3. Se sugiere descongelar la carne a temperatura ambiente antes de cocinarla, para obtener un resultado más jugoso y también para que se cocine más rápido.
4. Es recomendable cocinar la comida en las freidoras de aire en tandas pequeñas y no agregar demasiados ingredientes en la cesta para freír. Cocinar en lotes más pequeños crea un resultado uniforme y más rápido.
6. Agitar los alimentos a mitad del proceso de cocción producirá mejores resultados y ayudará a evitar resultados desiguales.
7. Recomendamos empezar a cocinar a baja temperatura y luego ir aumentando para que la comida se cocine perfecta y no esté medio hecha.
8. También es recomendable cuando se alcancen 2/3 partes del tiempo total de cocción, ir mirando de vez en cuando para valorar el estado de la comida para que no esté sobre cocida y/o medio cruda.
9. La Freidora de aire es un electrodoméstico como los demás, así que tómesese su tiempo y haga pruebas para acostumbrarse a su funcionamiento.



# Recetas para cocinar a la vez en la freidora de doble cesta

Hay 3 modos de cocinar y todas las recetas son aptas para la freidora de aire multifunción de doble cesta de SOGO.

## I. Cocción de ambas zonas con recetas distintas que empiezan a la vez y terminan cada una en su momento.

En este modo de cocción, es posible elegir las recetas que se deseen, ya sea de las proporcionadas en este recetario o de cosecha propia. En este método de cocción, seleccionamos funciones distintas siguiendo las instrucciones proporcionadas en el manual para las dos cestas, con temperatura y tiempo de cocción distintos.

Empezamos a cocinar pulsando en el botón "Play". Cada zona se acaba cocinando a su tiempo. Por ejemplo, si la receta de la zona 1 es de menos duración de cocción, acabará en primer lugar. La de la zona 2, si es de más larga duración, acabará después.

En este caso, la ventaja es que se pueden ir saboreando platos distintos y siempre calientes en su momento y sin esperas. Se puede seguir saboreando platos según se vayan cocinando. Otra de las ventajas es que cuando se acabe de cocinar el primer plato y el segundo esté en proceso de cocción, se puede empezar a cocinar un tercer plato sin esperar a que se acabe la cocción del segundo y así sucesivamente.

Para cocinar en este modo, podemos elegir cualquiera de las recetas proporcionadas en este recetario. Por ejemplo, elegimos "SALMON ASADO" para cocinar en la zona 1 y "PASTEL DE FRUTAS CONFITADAS" en la cesta de la zona 2.

Al momento, cuando terminamos el primer plato de "SALMON ASADO", tendremos listo el "PASTEL DE FRUTAS CONFITADAS" para el postre.

### SMART COOK



SALMÓN  
ZONA 1



PASTEL DE FRUTAS  
CONFITADAS  
ZONA 2

## II. La cocción de ambas zonas con recetas distintas, con tiempos distintos, pero finalizando al mismo tiempo / FUNCIÓN DE SMART FINISH

En este modo de cocción, elegimos dos platos distintos con tiempo de cocción diferente. Lo que cambia es que utilizaremos la función inteligente de SMART FINISH siguiendo las instrucciones proporcionadas en el manual. Se debe indicar la temperatura y el tiempo de cocción en cada caso según la receta.

Una de las ventajas de cocinar con función inteligente de SMART FINISH es que se pueden ir sirviendo los platos en tandas de 2 en 2. Así que si el primer plato contiene 2 recetas distintas pueden servir a la vez.

Con SMART FINISH también solucionamos los tiempos de espera entre plato y plato y también, por ejemplo, que un comensal esté disfrutando de la comida y otro siga esperando.

Para cocinar en este modo, podemos elegir cualquiera de las recetas proporcionadas en este recetario. Por ejemplo, puede elegir "MERLUZA FRITA" para cocinar en la zona 1 y "VERDURAS ASADAS" en la zona 2 y al final elegimos la función de "SMART FINISH". Y así ya tendremos los dos platos listos para servir y tomar al mismo tiempo, manteniendo su propio aroma y sabor.

### SMART FINISH



MERLUZA FRITA  
ZONA 1



VERDURAS ASADAS  
ZONA 2

## III. La cocción de ambas zonas con la misma receta para preparación de grandes cantidades / FUNCIÓN DE MATCH COOK

Este modo de cocción es para cocinar en grandes cantidades de la misma receta. Para ello, utilizaremos la función inteligente de MATCH COOK, siguiendo las instrucciones proporcionadas en el manual.

Este modo nos ayuda mucho en la elaboración de recetas para fiestas o grandes reuniones. La ventaja de cocinar con la función MATCH COOK es la posibilidad de cocinar el mismo plato en gran cantidad utilizando ambas cestas a la vez.

Para cocinar en este modo, puede elegir cualquiera de las recetas proporcionadas en este recetario. Por ejemplo seleccionamos "ALITAS DE POLLO" y colocamos en ambas zonas y seleccionamos la función inteligente "MATCH COOK", para que tengamos la comida lista al mismo tiempo y en doble de cantidad.

### MATCH COOK



ALITAS DE POLLO  
ZONA 1



ALITAS DE POLLO  
ZONA 2

# Alitas de pollo



## INGREDIENTES

- 10 alitas de pollo
- Pimentón dulce o picante
- Pimienta negra molida
- Ajo molido
- 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- Sal al gusto


## Tiempo total

 25 min

## Elaboración

 5 min

## Cocción

 20 min 200°C

## ELABORACIÓN

Ponemos las alitas de pollo en un bol, añadimos 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra.

Echa mos media cucharadita de pimentón dulce o picante, ajo molido, sal y pimienta negra molida al gusto.

Remover bien todos los ingredientes y dejar las alitas de pollo remojadas en el frigorífico por unas 2 horas para macerar.

## COCCIÓN

Seleccionamos la función muslos de pollo de las funciones preestablecidas de la freidora de aire multifunción SOGO siguiendo los pasos indicados en el manual y precalentamos.

Colocamos las alitas de pollo en la cesta de la freidora sin aceite. Una vez que se precaliente la freidora de aire dejamos cocinar y a mitad de proceso de cocción, retirar la bandeja de la freidora y dar la vuelta a las alitas de pollo.

Dejar cocinar el resto del tiempo hasta que estén doradas.

## Recomendaciones:

- Para conseguir unas alitas de pollo crujientes, es importante no amontonarlas unas sobre otras y colocarlas todas sobre la superficie de la bandeja.
- Para que las alitas de pollo estén crujientes el proceso de macerar es bastante importante. También puede aumentar la temperatura de cocción al final del proceso de fritura (en caso de haber estado cocinando a baja temperatura).

**Nota:** Para cocinar uniformemente y obtener los resultados más crujientes recomendamos agitar la comida a mitad del tiempo de cocción.


# Patatas fritas



## INGREDIENTES

- 1/2 kg de patatas
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Sal (al gusto)
- Pimienta negra (al gusto)
- Agua (para dejar las patatas en remojo)


## Tiempo total

 1 hora aprox

## Elaboración

 40 min (30 a remojo)

## Cocción

 18 min 200°C

## ELABORACIÓN

Pelamos y cortamos las patatas en bastoncitos de en torno a 1 centímetro de ancho.

Remoja las patatas en un bol con agua fría durante 30 minutos.

Pasado este tiempo las escurrimos bien y las secamos con papel de cocina o un trapo limpio.

## COCCIÓN

Introducimos las patatas en la cesta de la freidora y esparcimos un poco de aceite de oliva.

A continuación, seleccionamos opción “patatas fritas” de las funciones preestablecidas de la freidora de aire multifunción SOGO , siguiendo las indicaciones del manual de instrucciones.

Introducimos la cesta de la freidora y dejamos cocinar durante 10 minutos. Pasado este tiempo, extraemos la cesta, removemos las patatas y volvemos a introducirla en la freidora de aire para que se cocinen uniformemente.

Al acabar el tiempo de cocción, extraemos las patatas y observamos que estén bien doradas por todos los costados. Si es necesario cocinaremos 5 minutos más aumentando el tiempo.

**Nota:** Para cocinar uniformemente y obtener los resultados más crujientes recomendamos agitar la comida a mitad del tiempo de la cocción.



# Pizza



## INGREDIENTES

### Para masa de pizza (para preparar 3 bases de pizza)

- 500gm de harina convencional o harina de fuerza
- 1 cucharada de levadura fresca (15gm)
- 1 cucharada de azúcar
- 1 vaso de agua tibia
- 1 cucharada de aceite de oliva

### Para coberturas

- 1 pepino (cortado en rodajas)
- 10 champiñones
- 2 cucharadas de olivas
- 1 cebolla pelada y picada
- 1/2 cucharadita de sal
- 300 gr queso mozzarella
- 2 dientes de ajo machacados (para preparar la salsa)
- 100 gr de tomate triturado
- Orégano
- Hojas de albahaca fresca para decorar

## Tiempo total



2 h 45 min

## Elaboración



2 h 25 min

## Cocción



20 min 180°C

## ELABORACIÓN

Prepararemos agua tibia en un bol pequeño, añadimos levadura fresca y removemos. Dejamos reposar durante unos 5- 10 minutos. Mezclamos todos los ingredientes y seguimos añadiendo lentamente el agua tibia. Amasamos bien con las manos para preparar una masa suave.

Dejamos reposar la masa cubriendo la con una tela de algodón mojada o bien en un espacio cerrado como un horno o un microondas, con una bandeja llena de agua caliente debajo durante 2 horas o hasta que doble su tamaño.

Mientras la masa se fermenta, preparamos la salsa vertiendo en un bol tomate triturado, un diente de ajo y un poco de orégano. Cortamos las verduras en trozos de tamaño similar y pequeño para que se cocinen de manera uniforme.

Cuando la masa haya doblado el tamaño, volvemos a amasarla bien y, si es necesario, la dividimos en bolas más pequeñas para luego estirarlas con el rodillo de amasar.

## COCCIÓN

Una vez la base de pizza esté enrollada, forramos la bandeja para hornear con papel de aluminio y colocamos la masa de pizza a lo largo de toda la superficie.

Cubrir la masa con la salsa de tomate preparada, añadir el queso, espolvorear el sal y la pimienta al gusto. Agregar las verduras y añadir más queso para conseguir el sabor perfecto.

Precalentamos la Freidora de Aire multifunción SOGO, seleccionando la opción "PIZZA" seguido de "PREHEAT" y una vez que se precaliente, introducimos la cesta freidora con la pizza para y cocinamos hasta que el queso se deshaga por completo y la masa esté cocinada perfectamente. antes recomendamos agitar la comida a mitad del tiempo de cocción.

# Pastel de confitura de frutas



## INGREDIENTES

- 200gm de harina convencional
- 150gm de aceite de girasol / oliva
- 150gm de azúcar
- 3 huevos medianos
- 60ml de leche
- Una cucharadita de levadura en polvo / 6gm
- Aroma de vainilla en líquido
- 100gm frutas confitadas cortadas trozos muy pequeños
- 25gm anacardos picados
- 25gm almendras picadas

### Tiempo total



50 min

### Elaboración



15 min

### Cocción



35-40 min

## ELABORACIÓN

Vertemos aceite en un bol grande, echamos azúcar y mezclamos bien con la ayuda de una batidora eléctrica o bien a mano.

Añadimos los huevos uno por uno y vamos mezclando hasta que se obtenga masa espesa. Añadimos la leche, aroma de vainilla, levadura en polvo y mezclamos bien. Añadimos la harina tamizada, y vamos mezclando con la masa preparada.

**Nota:** Es necesario añadir la harina poco a poco e ir mezclando para obtener buenos resultados.

Al final añadimos frutas confitadas cortadas, anacardos picados, almendras picadas y preparamos la masa medio espesa.

## COCCIÓN

Precalemamos su Freidora de Aire multifunción SOGO, seleccionando la opción "Pastel" seguido por "PREHEAT", y aumentamos el tiempo de cocción a 35 minutos.

Vertemos la masa en un bol antiadherente, ponemos el bol en la cesta de la freidora y dejamos cocinar. a mitad del tiempo de cocción, extraemos la cesta e insertamos un pincho de madera en el centro del pastel para valorar su estado, en caso de que sea necesario, volvemos a meter y cocinar hasta el tiempo completo.

**Nota:** La duración de cocción varía según los ingredientes, entonces se recomienda cocinar 20-25 minutos seguidos. Para el resto del tiempo ir mirando el estado cada 5 minutos.

# Merluza frita



## INGREDIENTES

- 4 piezas de merluza
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Orégano
- Ajo en polvo
- Limón en rodajas y cilantro para decorar

## Tiempo total



15 min

## Elaboración



5 min

## Cocción



10 min

## ELABORACIÓN

Colocamos las merluzas en una bandeja y añadimos un chorro de aceite de oliva.

Esparcimos, sal, ajo, orégano según el gusto y mezclamos.

## COCCIÓN

Seleccionamos la opción "Pescado" de las funciones preestablecidas de la SOGO freidora de aire multifunción siguiendo los pasos indicados en el manual. Colocamos las merluzas adobadas en la cesta de la freidora sin aceite sin amontonarlas y dejamos cocinar.

A mitad de proceso de cocción extraemos la cesta de la freidora, damos la vuelta a las piezas de las merluzas y volvemos a cocinar hasta que finalice el tiempo de cocción.

Una vez que se termine el tiempo servimos decorando con rodajas de limones y cilantro.

A la hora de cocinar en la freidora de aire siempre recomendamos agitar a mitad de proceso de cocción para tener unos resultados perfectos y crujientes.

**Nota:** El tiempo de cocción varía según el estado de los ingredientes, siempre es recomendable cocinar en lotes pequeños y valorar el estado de la comida a mitad del proceso de cocción.


# Muslo de pollo



## INGREDIENTES

- 6 piezas de muslo de pollo. Sin piel
- Paprika
- Ajo en polvo
- Pimienta negra molida
- 1 pieza de ajo
- Sal

## Tiempo total

 1 hora aprox

## Elaboración

 40 min

## Cocción

 20 min

## ELABORACIÓN

Quitar la piel de los muslos o bien comprar los muslos sin piel. Colocamos los muslos de pollo en un bol, añadimos todos los ingredientes, mezclamos bien y dejamos reposar en la nevera por 30 minutos.

## COCCIÓN

Seleccionamos la opción “Muslos de pollo” de las funciones preestablecidas de la la SOGO freidora de aire multifunción siguiendo los pasos indicados en el manual. Colocamos los muslos de pollo en la cesta de la freidora sin amontonarlos y dejamos cocinar.

A mitad de proceso de cocción, extraemos la cesta de la freidora, damos la vuelta los muslos de pollo y volvemos a cocinar hasta que finalice el tiempo de cocción.

A la hora de cocinar en la freidora de aire siempre recomendamos agitar a mitad de proceso de cocción para tener unos resultados perfectos y crujientes.

**Nota:** El tiempo de cocción varía según el estado de los ingredientes, siempre es recomendable cocinar en lotes pequeños y valorar el estado de la comida a mitad del proceso de cocción.

Las especias se pueden añadir al gusto y sabor que queremos y se puede servir decorando con rodajas de limones y cilantro.



# Salmón asado



## INGREDIENTES

- 250g de salmón
- 1/2 manojo de espárragos cortados
- 1 diente de ajo, en rodajas
- 1-2 cucharadas (15 a 30ml) de aceite de oliva virgen extra
- 1/2 cucharadita (2.5gm) de pimienta negra recién molida
- 1/2 taza (125gm) de aceitunas Kalamata, sin hueso y picadas
- 1 taza (250gm) de tomates Cherry
- 1/2 cucharadita (2.5gm) de sal

## ELABORACIÓN

En una bandeja colocamos las piezas de salmón, rociamos con un poco de aceite de oliva y espolvoreamos sal y pimienta al gusto. Colocamos papel de aluminio en la cesta de la freidora.

## COCCIÓN

Depositamos las piezas de salmón en la cesta de la freidora, colocamos los tomates, los espárragos y las aceitunas.

Seleccionamos la función "Bistec" de las funciones preestablecidas de la SOGO freidora de aire multifunción siguiendo los pasos indicados en el manual.

Cocinamos durante 12 minutos, a mitad del proceso de cocción, sacamos la cesta y damos la vuelta a las piezas de salmón. Volvemos a introducir en la freidora hasta que finalice el tiempo de cocción.

Una vez que el salmón esté opaco y las verduras se doren los sacamos y servimos.

### Tiempo total



15 min

### Elaboración



3 min

### Cocción



10-12 min

# Manzanas deshidratadas



## INGREDIENTES

- 2 manzanas medianas

## Tiempo total

 4 - 6 horas

## ELABORACIÓN

Usando un cuchillo de emparejamiento o una bola pequeña, quitamos el corazón de la manzana y luego cortamos en rodajas finas.

## COCCIÓN

Seleccionamos la función “Deshidratar” de las funciones preestablecidas de la SOGO freidora de aire multifunción siguiendo los pasos indicados en el manual. Cambiamos el tiempo de cocción a “4 horas”.

Colocamos las rodajas de manzana en la cesta de la freidora y las introducimos en la freidora de aire para deshidratarlas. a mitad del proceso de deshidratación, sacamos la cesta, agitamos las manzanas y volvemos a colocar en la freidora hasta que finalice el tiempo de cocción.

Una vez que estén listas las dejamos enfriar antes de depositar en un recipiente hermético.

**Nota:** Es importante hornear a baja temperatura y un largo período de tiempo para que se deshidrate por completo.

# Chuletas de cerdo



## INGREDIENTES

- 2 chuletas de cerdo
- Sal y pimienta
- Rodajas de limones y cilantro para decorar

## Tiempo total

 15 min

## Elaboración

 3 min

## Cocción

 12 min

## ELABORACIÓN

Sazonamos las chuletas de cerdo con sal y pimienta.

## COCCIÓN

Pre calentamos la freidora de Aire multifunción SOGO seleccionando opción "BISTEC" seguido por "PREHEAT".

Añadimos las chuletas de cerdo a la cesta de la freidora con revestimiento antiadherente y cocinamos.

El tiempo que se tarda en cocinar las chuletas de cerdo depende de su preferencia; siempre dar la vuelta a mitad de cocción para obtener un color uniforme y un resultado más crujiente.

# Verduras y hortalizas asadas



## INGREDIENTES

- 2 patatas
- 1 pepino
- 10 pzs de champiñones
- 1 brócoli
- 1 cebolla, pelada
- 1 lata de maíz
- 5 espárragos
- 2 piezas de zanahorias
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1/2 cucharadita de sal
- Pimienta negra al gusto

## Tiempo total

 30 min

## Elaboración

 15 min

## Cocción

 15 min

## ELABORACIÓN

Pelamos las hortalizas con piel como la zanahoria, el pepino o las patatas y las cortamos en trozos de tamaño similar para que se cocinen uniformemente.

## COCCIÓN

Cubrimos la cesta de la freidora con papel de aluminio y colocamos todos los ingredientes, pero sin llenar demasiado. Rociamos con aceite de oliva, espolvoreamos con sal y pimienta negra y/o cualquier otra especia al gusto.

Colocamos la cesta en la freidora de aire y cocinamos seleccionando la función "Verduras" de las funciones preestablecidas de la freidora de aire multifunción SOGO siguiendo los pasos indicados en el manual.

A mitad de proceso de cocción, retiramos la cesta, agitamos el preparado y la volvemos a introducir para que se cocine uniformemente y quede bien cocido todo.



# Churros



## INGREDIENTES

- 1 vaso de agua
- 1 cucharada de mantequilla sin sal
- 25gm de azúcar para preparar la masa y 150gm de azúcar para cubrir los churros
- 250gm de harina de todo uso
- Sal al gusto
- Aceite en spray
- Manga pastelera

## Tiempo total

 20 min

## Elaboración

 12 min

## Cocción

 8 min

## ELABORACIÓN

Echamos el agua en un cazo, añadimos sal al gusto y 2 cucharadas de azúcar y calentamos hasta que hierva.

Una vez que el agua está hervida añadimos la harina del todo uso, mezclamos con la ayuda de una cuchara de madera hasta que se integre bien y que no queden grumos.

Introducimos la masa en una manga pastelera.

Rociamos la base de la cesta de la freidora con aceite, formamos los churros con la ayuda de la manga pastelera.

Una vez que los churros estén formados rociamos aceite.

## COCCIÓN

Seleccionamos la función "PATATAS" de las funciones preestablecidas de la freidora de aire multifunción SOGO siguiendo los pasos indicados en el manual y cambiamos el tiempo a 8 minutos.

Introducimos la cesta de la freidora y cocinamos. A mitad del proceso de cocción, sacamos la cesta y agitamos para que se cocinen uniformemente.

Volvemos a colocar la cesta y freímos hasta que finalice el tiempo de cocción y queden bien dorados.

Una vez listo, sacamos de la cesta cubrimos con azúcar. Servimos con chocolate.

## SOGO Multifunction Double Basket Air Fryer

With technology advancing day by day, at SOGO we are always attentive and adopt the latest developments in the home appliances field to serve our customers. At SOGO, every day we think about how to provide maximum comfort, to the buyers and consumers, so that they can make most out of our innovative appliances.

Thinking about that, now we bring you the Multifunction air fryer with dual cooking zones.

### The advantages of air fryer with two cooking zones are:

1. Cooking with two cooking zones is eco-friendly and not only saves time, but also saves on electricity bills.
2. No need to wait for the first course to finish and then start the second, with the help of this you can prepare both courses at the same time.
3. Higher power to help food prepare much faster.
4. Ideal for parties when need to cook in large quantities and multiple dishes are required, and these two cooking zones help you prepare dishes quickly and in a short span of time.
5. Last but most important of all, this air fryer has intelligent SMART FINISH and MATCH COOK functions, which help you to manipulate and manage the use of this smart air fryer as you wish.



### Tips and recommendations:

The cooking values such as temperature and cooking time of the recipes provided in this cookbook are indicative, and you may not get the same results cooking at home. And it is also important to keep in mind that the cooking time can be changed according to the ingredients, ambient temperatures, quality of the ingredients, individual cooking capacity, etc. To give a simple example there are so many varieties of potatoes, the cooking time for different varieties vary a lot.

So, in order to achieve better results, we provide you the following tips and recommendations to obtain the best results.

1. For less smoke, use canola, avocado, vegetable, or grapeseed oil. Olive oil can generate more smoke.
2. Foods come in different shapes and sizes, requiring different cooking times, so you may need to increase or decrease the cooking time to achieve the desired result.
3. It is suggested to thaw the meat at room temperature before cooking, to obtain a juicier result and also to cook faster.
4. It is recommended to cook food in air fryers in small batches and not to add too many ingredients to the frying basket. Cooking in smaller batches creates an even result and faster.
6. Shaking food midway through the cooking process will produce better results and help avoid uneven results.
7. We recommend start to cook at a low temperature and then increase it, so that the food cooks perfectly and is not half done.
8. It is also recommended when 2/3 of total cooking time is up, keep checking the food status, from time to time, so that it should not overcooked or remained half done.
9. Air fryer is an appliance like any other, so take your time until you get used to all of the functions.



## RECIPES TO COOK IN THE DOUBLE BASKET AIR FRYER

All the recipes given in this recipe booklet are suitable for cooking in the two-zone fryer, you can cook in 3 ways in this air fryer.

### I. Cooking in both zones with different recipes, begins together and ends at their own time

In this cooking mode, you can choose the recipes you want, either from the recipes provided in this cookbook or you can use creating your own recipes. In this way of cooking, choose different functions following the instructions provided in the manual for both zones, with different temperature and cooking time. And of course, you can change the temperature and cooking time, according to the recipes.

In this process start cooking by pressing the Start button, and each zone ends up cooking at its own time. It means that, if the recipe for zone 1 has a shorter cooking time, it finishes cooking first and for zone 2, if it is longer time, will finish later.

The advantages of this way of cooking are that you can serve 2 different dishes hot and at the same time without waiting. You can continue serving the dishes as they get prepared. Other advantages are that, when you finish cooking the first course and the second is in the cooking process, you can start cooking the third dish without waiting to finish the cooking of second course and so it means you can cook in a row.

To cook in this mode, you can choose any of the recipes given this recipe book. For example, you can select "ROASTED SALMON" to cook in the 1 zone and "CANDIED FRUIT CAKE" in zone 2 basket.

So, by the time you finish your first meal course of "ROASTED SALMON", you will have your "CANDIED FRUIT CAKE" ready for dessert.

#### SMART COOK



ROASTED  
SALMON  
ZONE 1



CANDIED  
FRUIT CAKE  
ZONE 2

### II. The cooking in both zones with different recipes, with different times and finishing at the same time / SMART FINISH FUNCTION:

In this cooking mode, you can choose two different dishes with different cooking times, the only thing, to be changed is that we will use the intelligent SMART FINISH function, following the instructions provided in the manual.

The advantages of cooking with the intelligent SMART FINISH function are that the dishes can be served in batches of 2 to 2. So, if the first course contains 2 different recipes, they can be served at the same time. And this function also solves the likings of everyone, so that everybody can enjoy the food together and not like that one is enjoying the food and another is still waiting.

To cook in this mode, you can choose any of the recipes given this recipe book. For example, you can select "FRIED HAKE FISH" to cook in the 1 zone and "ROASTED VEGETABLES" in zone 2 basket and select "SMART FINISH" function.

And you can have both the dishes ready to serve and have at the same time, maintaining their own aroma and flavour.

#### SMART FINISH



FRIED HAKE FISH  
ZONE 1



ROASTED  
VEGETABLES  
ZONE 2

### III. Cooking both zones with the same recipe to prepare large quantities / MATCH COOK FUNCTION

This cooking mode is to help cook in large quantities of dishes. To cook in this cooking mode, we will use the intelligent function of MATCH COOK, following the instructions provided in the manual.

This mode helps us a lot when there are parties or large gatherings, so the advantage of cooking with the MATCH COOK function is that the same dish can be cooked in large quantities by using both baskets at the same time.

To cook in this mode, you can choose any of the recipes given this recipe book. For example, you can select "CHICKEN WINGS", place the chicken wings in both zones and select the "MATCH COOK" smart function, so that you get the food ready at the same time and in double quantity.

#### MATCH COOK



CHICKEN WINGS  
ZONE 1



CHICKEN WINGS  
ZONE 2

# Chicken wings



## INGREDIENTS

- 10 chicken wings
- Sweet or spicy paprika
- Ground black pepper
- Minced garlic
- 3 tablespoons of extra virgin olive oil
- Salt to taste


## Total time

 25 min

## Preparation

 5 min

## Cooking

 20 min 200°C

## PREPARATION

Place the chicken wings in a bowl, add 3 tablespoons of extra virgin olive oil.

Add half a teaspoon of sweet or spicy paprika, minced garlic, and salt and ground black pepper as per taste. Stir all the ingredients well and leave the chicken wings soaking in the refrigerator for about 2 hours to macerate.

## COOKING

We select the "CHICKEN" function from the pre-set functions of the SOGO Multifunction Air Fryer following the steps indicated in the manual. Add the chicken wings to the air fryer basket without oil in a single layer and preheat.

Once the air fryer is preheated, insert the air fryer basket and let it cook and halfway through the cooking process, remove the fryer tray and turn the chicken wings over.

Insert again the frying basket and let cook for the rest of the time until golden brown.

**Note:** To get crispy chicken wings, it is important not to stack the wings on top of each other and place them in a single layer.

**Note:** the macerating process is quite important so that the chicken wings are crispy, and at the end of the frying process, the temperature can be increased (in the case if they are cooking at low temperature)

**Note:** it is also recommended to cook at low temperature at the beginning in the air fryer, so that they are cooked perfectly and then increase the temperature to have the perfect dish.

**Note:** For even cooking and the crispiest results, we recommend stirring the food halfway through the cooking time.



# French fries



## INGREDIENTS

- 1/2 of potatoes
- 2 tablespoons olive oil
- Salt (as per taste)
- Black pepper (as per taste)
- Water (to soak the potatoes)

## Total time



1 hour approx.

## Preparation



40 min (30 a soaking)

## Cooking



18 min 200°C

## PREPARATION

Peel and cut the potatoes into 1 cm wide sticks. Soak the potatoes in a bowl of cold water for 30 minutes. After that, remove all the water and dry them with kitchen paper or a clean cloth.

## COOKING

Put the potatoes in the fryer basket and spread a little olive oil.

Select "FRENCH FRIES" option from the pre-set functions of SOGO Multifunction Air Fryer, following the instruction manual guidelines.

Introduce the fryer basket and let it cook for 10 minutes, at the halfway through the cooking process remove the basket, and stir the potatoes, so that they cook evenly.

Once the time finishes, remove the French fries and verify if they are well browned on all sides. In case not and if necessary, cook for 5 more minutes, by increasing the time.

**Note:** For even cooking and the crispiest results, we recommend stirring the food halfway through the cooking time.

# Pizza



## INGREDIENTS


### For pizza dough

- 500gm of all-purpose flour or strong flour
- 1 tablespoon of fresh yeast (15gm)
- 1 tablespoon of sugar
- 1 glass of warm water
- 1 tablespoon olive oil


### For toppings

- 1 cucumber (Peeled and chopped)
- 10 mushrooms
- 2 tablespoons of olives
- 1 onion, (Peeled and chopped)
- 150gm mozzarella cheese
- Salt (as per taste)
- Ground black pepper (as per taste)
- 2 garlic cloves crushed (to prepare the sauce)
- 100 gr crushed tomato
- Oregano
- Fresh basil leaves for garnish

### Total time

 2 h 45 min

### Preparation

 2 h 25 min

### Cooking

 20 min 180°C

## PREPARATION

How to prepare the pizza dough? Take some warm water in a small bowl, add fresh yeast and stir and let stand for about 5-10 minutes.

Mix flour, sugar, olive oil and prepared fresh yeast, and keep adding warm water slowly. Knead well with your hands and prepare a soft and smooth dough.

Let the dough rest covered with a damp cotton cloth or in a closed space like an oven with a tray filled with hot water underneath for 2 hours or until doubled in size.

While the dough is fermenting, prepare the sauce by pouring crushed tomato, crushed garlic cloves and some oregano into a bowl and mix it well.

Cut vegetables into small, similar-sized pieces, so they cook evenly.

When the dough is doubled, remove the air of inside and knead it well again and divide it into round balls and stretch it with the rolling pin.

## COOKING

Once the pizza base is rolled up, line the air fryer basket with aluminum foil and place the pizza dough.

Cover the dough with the prepared tomato sauce, add the cheese, sprinkle salt and pepper as per taste. Add the vegetables and add more cheese for the perfect cheesy flavour.

Preheat your SOGO Multifunction Air Fryer, selecting the "PIZZA" option followed by "PREHEAT" and once it is preheated, insert the fryer basket with pizza to cook and cook until the cheese melts completely and the dough perfectly get cooked.

# Candied fruit cake



## INGREDIENTS

- 200gm of all-purpose flour
- 150gm of sunflower / olive oil
- 150gm of sugar
- 3 medium eggs
- 60ml of milk
- One teaspoon of baking powder / 6gm
- Vanilla essence
- 100g candied fruit chopped finely
- 25gm chopped cashews
- 25gm chopped almonds

## Total time

 50 min

## Preparation

 15 min

## Cooking

 35-40 min

## PREPARATION

Pour oil into a large bowl, add the sugar and mix well with the help of hand blender or whisk. Add eggs one by one and mix until you get a light dough. Add milk, vanilla essence and baking powder, and mix well. Add sifted flour gradually and mix it properly with the help of whisk to prepare dough.

**Note:** it is necessary to add the flour gradually and mix to obtain the best results.

At the end of mixing process, add finely chopped candied fruits, chopped cashews nuts and chopped almonds and prepare the medium thick dough.

## COOKING

Preheat your SOGO Multifunction Air Fryer by selecting the "CAKE" option followed by "PREHEAT", and increase the baking time to 35 minutes.

Pour the batter into a non-stick bowl, place the bowl in to the fryer basket and let it cook. Halfway through the cooking time, remove the basket and insert a wooden skewer in the centre of the cake to check the cooking status, place it back and bake until the full time. Once the baking time finishes, check again with the skewer and if needed bake it for few minutes more.

**Note:** The cooking duration varies according to the ingredients, so it is recommended to cook 20-25 minutes in a row and for the rest of the time keep checking the status every 5 minutes.

# Fried hake fish



## INGREDIENTS

- 4 pieces of hake
- Extra virgin olive oil
- Salt to taste
- Oregano
- Garlic powder
- Sliced lemon and coriander to decorate

### Total time

 15 min

### Preparation

 5 min

### Cooking

 10 min

## PREPARATION

Place the hake fish pieces on a tray and spray olive oil. Spread, salt, garlic, oregano according to taste and mix well.

## COOKING

Select the "FISH" function from the pre-set functions of SOGO Multifunction Air Fryer following the steps indicated in the manual. Place the marinated hake in the fryer basket without oil in a single layer and let it cook.

Halfway through the cooking process, remove the fryer basket and turn the pieces of hake over and cook again for the rest of the time.

Once the time is up, serve decorating with lemon slices and coriander.

While cooking in the air fryer, we always recommend shaking halfway through the cooking process to get perfect and crispy results.

**Note:** The cooking time varies according to the state of the ingredients, so it is always recommended to cook in small batches to see the food status halfway through the cooking process.



# Chicken



## INGREDIENTS

- 6 pieces of chicken thigh. Without skin
- Paprika powder
- Garlic powder
- Ground black pepper
- 1 piece of garlic clove
- Salt to taste

## Total time



1 hour approx

## Preparation



40 min

## Cooking



20 min

## PREPARATION

Remove the skin from the chicken thighs or you can buy the thighs without the skin.

Put the chicken thighs in a bowl, add all the ingredients and mix well and leave it to rest in the fridge for 30 minutes.

## COOKING

Select the "CHICKEN" function from the pre-set functions of SOGO Multifunction Air Fryer by following the steps indicated in the manual. Place the chicken thighs in the air fryer basket in a single layer and let them cook.

Halfway through the cooking process, remove the fryer basket and turn the chicken thighs over and cook again for the rest of the time.

When cooking in the air fryer, it is always recommended shaking halfway through the cooking process to get perfect crispy results.

**Note:** The cooking time varies according to the ingredient's quality and state, so it is always recommended to cook in small batches check the status of the food halfway through the cooking process. Note: the spices can be used according to the taste and the flavour that we want, and it can also be served garnishing with lemon slices and coriander.

# Roasted salmon



## INGREDIENTS

- 250g of Salmon
- 1/2 bunch of trimmed asparagus
- 1 garlic clove, sliced
- 1-2 tablespoons (15 to 30ml) of extra virgin olive oil
- 1/2 teaspoon (2.5gm) freshly ground black pepper
- 1/2 cup (125gm) olives, pitted and chopped
- 1 cup (250gm) Cherry tomatoes
- 1/2 teaspoon (2.5gm) of salt

## PREPARATION

Place pieces of Salmon in a tray / plate, spray olive oil and sprinkle salt and pepper to taste.

Place aluminium foil in the fryer basket.

## COOKING

Transfer the Salmon pieces to the fryer basket, place the cherry tomatoes, asparagus and olives all together.

Select the "STEAK" function from the pre-set cooking functions of SOGO Multifunction Air Fryer following the steps indicated in the manual.

Total cooking time is about 12 minutes, halfway through the cooking process, remove the basket and turn the Salmon pieces over and put the basket back in the fryer for the rest of the time to cook.

Once the Salmon is opaque and the vegetables are browned, take them out and serve.

### Total time



15 min

### Preparation



3 min

### Cooking



10-12 min

# Dried apples



## INGREDIENTS

- 2 medium apples

## Total time



4 - 6 hours

## PREPARATION

Using a paring knife remove the core of apple and then cut into thin slices.

## COOKING

Select the "Dehydrate" function from the pre-set menu functions of SOGO Multifunction Air Fryer following the steps indicated in the manual. And change the time to 4 hrs.

Put the apple slices in the fryer basket and place it in the air fryer to dehydrate. Halfway through the dehydration process, take out the basket, shake the apples slices and put them back in the fryer for the rest of the time.

Once they're ready let them cool, before transferring into an airtight container.

**Note:** It is important to dehydrate at a low temperature with long period of time, so that it dehydrates completely.

# Pork chops



## INGREDIENTS

- 2 pork chops
- Salt and pepper
- Slices of lemons and coriander to decorate

## Total time

 15 min

## Preparation

 3 min

## Cooking

 12 min

## PREPARATION

Season the pork chops with salt and pepper.

## COOKING

Preheat the SOGO Multifunction Air Fryer by selecting the "STEAM" option followed by "PREHEAT".

Add the pork chops to the non-stick coated air fryer basket and cook.

How long it takes to cook the pork chops depends on your preference; always turn them halfway through for even colour and a crispier result.



# Roasted vegetables



## INGREDIENTS

- 2 potatoes
- 1 cucumber
- 10 pcs of mushrooms
- 1 broccoli
- 1 peeled onion
- 5 asparagus
- 2 carrots pieces
- 2 tablespoons olive oil
- 1 teaspoon of garlic powder
- 1/2 teaspoon salt
- Black pepper to taste

## PREPARATION

Peel vegetables with skin such as carrot, cucumber, potatoes. Cut all of them into similar sized pieces, so they cook evenly.

## COOKING

Cover the frying basket with aluminium foil and place all the vegetables, but do not overfill. Drizzle with olive oil, sprinkle with salt, black pepper and any other spices according to taste.

Place the basket in the air fryer and cook by selecting the "VEGETABLES" function from the pre-set functions of SOGO Multifunction Air Fryer following the steps indicated in the manual.

Halfway through the cooking process, remove the basket, shake them and put it back, so that they cook evenly.

### Total time

 30 min

### Preparation

 15 min

### Cooking

 15 min

# Churros



## INGREDIENTS

- 1 glass of water
- 1 tablespoon unsalted butter
- 25gm of sugar to prepare the dough and 150gm of sugar to cover the churros
- 250gm all-purpose flour
- Salt to taste
- Spray oil
- Piping bag

## Total time

 20 min

## Preparation

 12 min

## Cooking

 8 min

## PREPARATION

Pour the water into a saucepan, add salt to taste and 2 tablespoons of sugar and let it boil until the water boils.

Once the water is boiled, add all-purpose flour, mix with the help of a wooden spoon until it is well mixed and there are no flour lumps.

Put the dough in the piping bag.

Spray the base of the frying basket with spray oil, form the churros with the help of the piping bag.

Once the churros are formed, sprinkle the oil once again.

## COOKING

Select the "FRIES" function from the pre-set functions of SOGO Multifunction Air Fryer following the steps indicated in the manual and change the time to 8 minutes.

Insert the fryer basket and cook, halfway through the cooking process, remove the basket and shake it to cook evenly.

Insert the basket again and fry for the rest of the time or until golden brown.

Once ready, remove from the basket, cover with sugar and serve with the chocolate dipping.

## SOGO Friteuse à Air Multifonction à Double Panier

La technologie progressant de jour en jour, chez SOGO, nous sommes toujours attentifs et adoptons les derniers développements dans le domaine de l'électroménager pour servir nos clients. Chez SOGO, nous réfléchissons chaque jour à la manière de fournir un maximum de confort aux acheteurs et aux consommateurs, afin qu'ils puissent tirer le meilleur parti de nos appareils innovants.

C'est dans cet esprit que nous vous présentons aujourd'hui la friteuse multifonction à double zone de cuisson.

### Les avantages de la friteuse à air avec deux zones de cuisson sont:

1. Cuisiner avec deux zones de cuisson est écologique et permet non seulement de gagner du temps, mais aussi d'économiser sur les factures d'électricité.
2. Il n'est pas nécessaire d'attendre que le premier plat soit terminé pour commencer le second, grâce à cet appareil, vous pouvez préparer les deux plats en même temps.
3. Une puissance plus élevée pour préparer les aliments beaucoup plus rapidement.
4. Idéal pour les fêtes où il faut cuisiner en grande quantité et où plusieurs plats sont nécessaires. Ces deux zones de cuisson vous aident à préparer les plats rapidement et en peu de temps.
5. Enfin, et c'est le plus important, cette friteuse à air est dotée des fonctions intelligentes SMART FINISH et MATCH COOK, qui vous aident à manipuler et à contrôler l'utilisation de cette friteuse à air intelligente comme vous le souhaitez.



### Conseils et recommandations:

Les valeurs de cuisson telles que la température et le temps de cuisson des recettes fournies dans ce livre de cuisine sont indicatives, et il se peut que vous n'obteniez pas les mêmes résultats en cuisinant chez vous. Il est également important de garder à l'esprit que le temps de cuisson peut être modifié en fonction des ingrédients, des températures ambiantes, de la qualité des ingrédients, de la capacité de cuisson individuelle, etc. Pour un exemple, il existe tellement de variétés de pommes de terre que le temps de cuisson des différentes variétés varie beaucoup.

Ainsi, nous vous fournissons les conseils et recommandations suivants pour obtenir les meilleurs résultats.

1. Pour moins de fumée, utilisez de l'huile de canola, d'avocat, de légumes ou de pépins de raisin. L'huile d'olive peut générer plus de fumée.
2. Les aliments ont des formes et des tailles différentes et nécessitent des temps de cuisson différents; vous devrez donc peut-être augmenter ou diminuer le temps de cuisson pour obtenir le résultat souhaité.
3. Il est suggéré de décongeler la viande à température ambiante avant de la cuire, pour obtenir un résultat plus juteux et aussi pour cuire plus rapidement.
4. Il est recommandé de cuire les aliments dans les friteuses à air en petites quantités et de ne pas ajouter trop d'ingrédients dans le panier à friture. La cuisson en petites quantités permet d'obtenir un résultat uniforme et plus rapide.
5. Le fait de mélanger les aliments à mi-chemin du processus de cuisson permet d'obtenir de meilleurs résultats et d'éviter les résultats inégaux.
6. Il est recommandé de commencer la cuisson à une température basse, puis de l'augmenter, afin que les aliments cuisent parfaitement et ne soient pas à moitié cuits.
7. Il est également recommandé, lorsque les 2/3 du temps de cuisson total sont écoulés, de continuer à vérifier l'état des aliments, de temps en temps, afin qu'ils ne soient pas trop cuits ou à moitié cuits.
8. La friteuse est un appareil comme un autre, il faut donc prendre son temps pour s'habituer à toutes ses fonctions.



## Recettes pour cuisiner dans la friteuse double panier

Toutes les recettes données dans ce livret de recettes sont adaptées à la cuisson dans la friteuse à double panier, vous pouvez cuisiner de 3 façons dans cette friteuse à air.

### I. La cuisson dans les deux zones avec des recettes différentes, commence en même temps et se termine au bout du temps de cuisson nécessaire à chacun des plats

Avec ce mode de cuisson, vous pouvez choisir les recettes que vous voulez, soit parmi les recettes fournies dans ce livre de recettes, soit en créant vos propres recettes.

Avec cette façon de cuisiner, choisissez différentes fonctions en suivant les instructions fournies dans le manuel pour les deux zones, avec des températures et des temps de cuisson différents. Et bien sûr, vous pouvez modifier la température et le temps de cuisson, en fonction des recettes.

Dans ce processus, la cuisson commence en appuyant sur le bouton Start, et chaque zone finit par cuire à son propre rythme. Cela signifie que, si la recette pour la zone 1 a un temps de cuisson plus court, elle finit de cuire en premier et pour la zone 2, si le temps est plus long, elle finira plus tard.

#### SMART COOK

Les avantages de ce mode de cuisson sont que vous pouvez servir 2 plats différents chauds et en même temps sans attendre. Vous pouvez continuer à servir les plats au fur et à mesure qu'ils sont préparés. D'autres avantages sont que, lorsque vous avez fini de cuisiner le premier plat et que le second est en train de cuire, vous n'avez pas à attendre, vous pouvez commencer à faire cuire le troisième plat sans attendre la fin de la cuisson du deuxième plat, vous pouvez cuisiner sans discontinuité.

Pour cuisiner dans ce mode, nous pouvons choisir l'une des recettes fournies dans ce livre de cuisine. Par exemple, nous choisissons « SAUMON RÔTI » pour cuisiner en zone 1 et « GÂTEAU AUX FRUITS CONFITS » pour cuisiner en zone 2. Au moment où nous avons terminé le premier plat de "SAUMON RÔTI", nous aurons le "GÂTEAU AUX FRUITS CONFITS" prêt pour le dessert.



SAUMON  
ZONE 1



GÂTEAU AUX  
FRUITS CONFITS  
ZONE 2

### II. La cuisson dans les deux zones avec des recettes différentes, avec des temps différents et en finissant en même temps / FONCTION SMART FINISH

Dans ce mode de cuisson, vous pouvez choisir deux plats différents avec des temps de cuisson différents, la seule chose à changer est d'utiliser la fonction intelligente SMART FINISH, en suivant les instructions fournies dans le manuel.

#### SMART FINISH

Les avantages de la cuisson avec la fonction intelligente SMART FINISH sont que les plats peuvent être servis deux par deux. Ainsi, si le premier plat contient 2 recettes différentes, elles peuvent être servies en même temps. Et cette fonction résout également le problème des goûts de chacun, de sorte que tout le monde peut profiter de la nourriture ensemble et ne pas avoir l'impression que l'un profite de la nourriture et que l'autre est encore en train d'attendre.

Pour cuisiner dans ce mode, nous pouvons choisir l'une des recettes fournies dans ce livre de cuisine. Par exemple, nous pouvons choisir « MERLU FRIT » pour cuire dans la zone 1 et « LÉGUMES RÔTIS » dans la zone 2 et à la fin nous choisissons la fonction « SMART FINISH ».

Et ainsi nous aurons les deux plats prêts à servir en même temps, en conservant leur propre arôme et saveur.



MERLU FRIT  
ZONE 1



LÉGUMES RÔTIS  
ZONE 2

### III. Cuisson des deux zones avec la même recette pour préparer de grandes quantités / FONCTION MATCH COOK

Ce mode de cuisson est destiné à faciliter la préparation de grandes quantités. Pour cuisiner avec ce mode de cuisson, nous utiliserons la fonction intelligente MATCH COOK, en suivant les instructions fournies dans le manuel.

Ce mode de cuisson est très utile lors de fêtes ou de grands rassemblements. L'avantage de cuisiner avec la fonction MATCH COOK est que l'on peut cuisiner le même plat en grande quantité en utilisant les deux paniers en même temps.

Pour cuisiner dans ce mode, vous pouvez choisir l'une des recettes fournies dans ce livre de recettes. Par exemple, nous sélectionnons "AILES DE POULET" et le plaçons dans les deux zones et sélectionnons la fonction intelligente "MATCH COOK", de sorte que nous ayons la nourriture prête en même temps et en double quantité.

#### MATCH COOK



ALIES DE POULET  
ZONE 1



ALIES DE POULET  
ZONE 2



# Ailes de poulet



## INGRÉDIENTS

- 10 ailes de poulet
- Paprika doux ou épicé
- Poivre noir moulu
- Ail haché
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- Sel selon le goût

## Temps total



25 min

## Préparation



5 min

## Cuisson



20 min 200°C

## PRÉPARATION

Placez les ailes de poulet dans un bol, ajoutez 3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge. Ajoutez une demi-cuillère à café de paprika doux ou épicé, de l'ail haché, du sel et du poivre noir moulu selon votre goût. Mélangez bien tous les ingrédients et laissez les ailes de poulet macérer dans le réfrigérateur pendant environ 2 heures.

## CUISSON

Nous sélectionnons la fonction "CHICKEN" parmi les fonctions prédéfinies de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel. Ajouter les ailes de poulet dans le panier de la friteuse sans huile en une seule couche et préchauffer.

Une fois la friteuse préchauffée, insérez le panier de la friteuse et laissez cuire. À la moitié de la cuisson, retirez le panier de la friteuse et retournez les ailes de poulet.

Insérez à nouveau le panier à frire et laissez cuire le reste du temps jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

**Note:** Pour obtenir des ailes de poulet croustillantes, il est important de ne pas empiler les ailes les unes sur les autres et de les placer en une seule couche.

**Note:** Le processus de macération est très important pour que les ailes de poulet soient croustillantes, et à la fin du processus de friture, la température peut être augmentée (dans le cas où elles sont cuites à basse température).

**Note:** il est également recommandé de commencer par une cuisson à basse température dans la friteuse à air, afin qu'elles soient parfaitement cuites, puis d'augmenter la température pour obtenir un plat parfait.

**Remarque:** Pour une cuisson uniforme et les résultats les plus croustillants, nous vous recommandons de remuer les aliments à la moitié du temps de cuisson.


# Frites



## INGRÉDIENTS

- 1/2 kg de pommes de terre
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel (selon le goût)
- Poivre noir (selon le goût)
- Eau (pour faire tremper les pommes de terre)


## Temps total

 1 heure environ

## Préparation

 40 min (30 macération)

## Cuisson

 18 min 200°C

## PRÉPARATION

Épluchez et coupez les pommes de terre en bâtonnets de 1 cm de large.

Faites tremper les pommes de terre dans un bol d'eau froide pendant 30 minutes.

Ensuite, retirez toute l'eau et séchez-les avec du papier absorbant ou un torchon propre.

## CUISSON

Mettez les pommes de terre dans le panier de la friteuse et répandez un peu d'huile d'olive.

Sélectionnez l'option "FRENCH FRIES" dans les fonctions prédéfinies de la friteuse multifonction SOGO, en suivant les instructions du manuel d'utilisation.

Introduisez le panier de la friteuse et laissez cuire pendant 10 minutes, à la moitié du processus de cuisson, retirez le panier, et remuez les pommes de terre, afin qu'elles cuisent uniformément.

Une fois le temps écoulé, retirez les frites et vérifiez si elles sont bien dorées de tous les côtés. Dans le cas contraire et si nécessaire, faites cuire pendant 5 minutes de plus, en augmentant le temps de cuisson.

**Remarque:** pour une cuisson uniforme et les résultats les plus croustillants, nous vous recommandons de mélanger les aliments à la moitié du temps de cuisson.

# Pizza



## INGRÉDIENTS

### Pour la pâte à pizza

- 500 g de farine tout usage ou de farine forte
- 1 cuillère à soupe de levure fraîche (15 g)
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 verre d'eau chaude
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

### Pour les garnitures

- 1 concombre (pelé et haché)
- 10 champignons
- 2 cuillères à soupe d'olives
- 1 oignon, (Pelé et haché)
- 150 g de fromage mozzarella
- Sel (selon le goût)
- Poivre noir moulu (selon le goût)
- 2 gousses d'ail écrasées (pour préparer la sauce)
- 100 gr de tomate écrasée
- Origan
- Feuilles de basilic frais pour la décoration

## Temps total



2 h 45 min

## Préparation



2 h 25 min

## Cuisson



20 min 180°C

## PRÉPARATION

Comment préparer la pâte à pizza ? Prenez un peu d'eau chaude dans un petit bol, ajoutez de la levure fraîche, remuez et laissez reposer pendant environ 5 à 10 minutes.

Mélangez le fluor, le sucre, l'huile d'olive et la levure fraîche préparée, et continuez à ajouter de l'eau chaude lentement. Pétrissez bien avec vos mains et préparez une pâte souple et lisse.

Laissez reposer la pâte couverte d'un linge en coton humide ou dans un espace fermé comme un four avec un plateau rempli d'eau chaude en dessous pendant 2 heures ou jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Pendant que la pâte fermente, préparez la sauce en versant la tomate écrasée, les gousses d'ail écrasées et un peu d'origan dans un bol et mélangez bien le tout.

Coupez les légumes en petits morceaux de taille similaire, afin qu'ils cuisent uniformément.

Quand la pâte a doublé, enlevez l'air de l'intérieur et pétrissez-la bien à nouveau et divisez-la en boules rondes et étirez-la avec le rouleau à pâtisserie.

## CUISSON

Une fois la base de la pizza roulée, tapissez le panier de la friteuse d'une feuille d'aluminium et placez la pâte à pizza.

Couvrez la pâte avec la sauce tomate préparée, ajoutez le fromage, saupoudrez de sel et de poivre selon votre goût. Ajoutez les légumes et ajoutez du fromage pour obtenir un goût de fromage parfait.

Préchauffez votre friteuse multifonction SOGO en sélectionnant l'option "PIZZA" puis "PREHEAT" et une fois qu'elle est préchauffée, insérez le panier de la friteuse avec la pizza à cuire et faites cuire jusqu'à ce que le fromage fonde complètement et que la pâte soit parfaitement cuite.

# Gâteau aux fruits confits



## INGRÉDIENTS

- 200 g de farine tout usage
- 150 g d'huile de tournesol / d'olive
- 150 g de sucre
- 3 œufs moyens
- 60 ml de lait
- Une cuillère à café de levure chimique / 6 g
- Essence de vanille
- 100g de fruits confits hachés finement
- 25 g de noix de cajou hachées
- 25 g d'amandes hachées


### Temps total

 50 min

### Préparation

 15 min

### Cuisson

 35-40 min

## PRÉPARATION

Versez l'huile dans un grand bol, ajoutez le sucre et mélangez bien à l'aide d'un mixeur manuel ou d'un fouet.

Ajoutez les œufs un par un et mélangez jusqu'à obtenir une pâte légère.

Ajoutez le lait, l'essence de vanille et la levure chimique, et mélangez bien.

Ajoutez progressivement la farine tamisée et mélangez-la correctement à l'aide du fouet pour préparer la pâte.

**Remarque:** il est nécessaire d'ajouter la farine progressivement et de mélanger pour obtenir les meilleurs résultats.

À la fin du processus de mélange, ajoutez les fruits confits finement hachés, les noix de cajou hachées et les amandes hachées et préparez la pâte moyennement épaisse.

## CUISSON

Préchauffez votre friteuse multifonction SOGO en sélectionnant l'option "CAKE" suivie de "PREHEAT", et augmentez le temps de cuisson à 35 minutes.

Versez la pâte dans un bol antiadhésif, placez le bol dans le panier de la friteuse et laissez cuire. À la moitié du temps de cuisson, retirez le panier et insérez une brochette en bois au centre du gâteau pour vérifier l'état de cuisson, remettez-le en place et laissez cuire jusqu'à la fin du temps. Une fois le temps de cuisson terminé, vérifiez à nouveau avec la brochette et si nécessaire, faites-le cuire quelques minutes de plus.

**Remarque:** la durée de cuisson varie en fonction des ingrédients, il est donc recommandé de cuire 20-25 minutes d'affilée et, pendant le reste du temps, de vérifier l'état de cuisson toutes les 5 minutes.



# Merlu frit



## INGRÉDIENTS

- 4 morceaux de merlu
- Huile d'olive extra vierge
- Sel selon le goût
- Origan
- Poudre d'ail
- Tranches de citron et coriandre pour la décoration

### Temps total



15 min

### Préparation



5 min

### Cuisson



10 min

## PRÉPARATION

Placez les morceaux de merlu sur un plateau et vaporisez de l'huile d'olive.

Répartissez le sel, l'ail, l'origan selon votre goût et mélangez bien.

## CUISSON

Sélectionnez la fonction "POISSON" parmi les fonctions prédéfinies de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel. Placez le colin mariné dans le panier de la friteuse sans huile en une seule couche et laissez-le cuire.

À la moitié de la cuisson, retirez le panier de la friteuse et retournez les morceaux de colin pour les faire cuire à nouveau pendant le reste du temps.

Une fois le temps écoulé, servez en décorant avec des tranches de citron et de la coriandre.

Pendant la cuisson dans la friteuse, il est toujours recommandé de secouer le panier à mi-cuisson pour obtenir un résultat parfait et croustillant.

**Remarque:** Le temps de cuisson varie en fonction de l'état des ingrédients, il est donc toujours recommandé de cuisiner en petites quantités pour voir l'état des aliments à mi-cuisson.

# Poulet



## INGRÉDIENTS

- 6 morceaux de cuisse de poulet. Sans peau
- Paprika en poudre
- Poudre d'ail
- Poivre noir moulu
- 1 morceau de gousse d'ail
- Sel selon le goût

## Temps total

 1 heure environ

## Préparation

 40 min

## Cuisson

 20 min

## PRÉPARATION

Retirez la peau des cuisses de poulet ou vous pouvez acheter les cuisses sans la peau.

Mettez les cuisses de poulet dans un bol, ajoutez tous les ingrédients, mélangez bien et laissez reposer au réfrigérateur pendant 30 minutes.

## CUISSON

Sélectionnez la fonction " CHICKEN " parmi les fonctions prédéfinies de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel. Placez les cuisses de poulet dans le panier de la friteuse en une seule couche et laissez-les cuire.

À la moitié de la cuisson, retirez le panier de la friteuse et retournez les cuisses de poulet pour les faire cuire à nouveau pendant le reste du temps.

Lorsque vous cuisinez dans la friteuse, il est toujours recommandé de remuer le panier à mi-cuisson pour obtenir un résultat parfaitement croustillant.

**Remarque:** Le temps de cuisson varie en fonction de la qualité et de l'état des ingrédients, il est donc toujours recommandé de cuisiner en petites quantités ; vérifiez l'état des aliments à la mi-cuisson.

**Remarque:** Les épices peuvent être utilisées selon le goût et la saveur que l'on souhaite, et on peut également le servir en le garnissant de tranches de citron et de coriandre.

# Saumon rôti



## INGRÉDIENTS

- 250g de saumon
- 1/2 bouquet d'asperges taillées en morceaux
- 1 gousse d'ail émincée
- 1-2 cuillères à soupe (15 à 30ml) d'huile d'olive extra vierge
- 1/2 cuillère à café (2,5gm) de poivre noir fraîchement moulu
- 1/2 tasse (125gm) d'olives, dénoyautées et hachées
- 1 tasse (250gm) de tomates cerises
- 1/2 cuillère à café (2,5 g) de sel

### Temps total



15 min

### Préparation



3 min

### Cuisson



10-12 min

## PRÉPARATION

Placez les morceaux de saumon dans un plateau/une assiette, pulvérisiez de l'huile d'olive et saupoudrez de sel et de poivre selon votre goût.

Placez une feuille d'aluminium dans le panier de la friteuse.

## CUISSON

Transférez les morceaux de saumon dans le panier de la friteuse, placez les tomates cerises, les asperges et les olives ensemble.

Sélectionnez la fonction "STEAK" parmi les fonctions de cuisson prédéfinies de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel.

Le temps de cuisson total est d'environ 12 minutes, à la moitié du processus de cuisson, retirez le panier et retournez les morceaux de saumon et remettez le panier dans la friteuse pour le reste du temps de cuisson.

Une fois que le saumon est opaque et que les légumes sont dorés, sortez-les et servez-les.

# Pommes séchées



## INGRÉDIENTS

- 2 pommes moyennes

## Temps total

 4 - 6 heures

## PRÉPARATION

À l'aide d'un couteau de cuisine, retirez le cœur de la pomme, puis coupez-la en fines tranches.

## CUISSON

Sélectionnez la fonction "Déshydrater" dans les fonctions du menu prédéfini de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel. Et modifiez la durée à 4 heures.

Mettez les tranches de pommes dans le panier de la friteuse et placez-le dans la friteuse à air pour la déshydratation. À la moitié du processus de déshydratation, sortez le panier, secouez les tranches de pommes et remettez-les dans la friteuse pour le reste du temps.

Une fois qu'elles sont prêtes, laissez-les refroidir, avant de les transférer dans un récipient hermétique.

**Remarque:** il est important de déshydrater à basse température pendant une longue période, afin que la déshydratation soit complète.



# Côtelettes de porc



## INGRÉDIENTS

- 2 côtelettes de porc
- Sel et poivre
- Tranches de citron et coriandre pour la décoration

### Temps total



15 min

### Préparation



3 min

### Cuisson



12 min

## PRÉPARATION

Assaisonnez les côtelettes de porc avec du sel et du poivre.

## CUISSON

Préchauffez la friteuse multifonction SOGO en sélectionnant l'option "STEAM" puis "PREHEAT".

Ajoutez les côtelettes de porc dans le panier de la friteuse à revêtement antiadhésif et faites-les cuire.

Le temps de cuisson des côtelettes de porc dépend de vos préférences; retournez-les toujours à mi-cuisson pour obtenir une couleur uniforme et un résultat plus croustillant.

# Légumes rôtis



## INGRÉDIENTS

- 2 pommes de terre
- 1 concombre
- 10 champignons
- 1 brocoli
- 1 oignon épluché
- 5 asperges
- 2 carottes en morceaux
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café d'ail en poudre
- 1/2 cuillère à café de sel
- Poivre noir au goût

## PRÉPARATION

Épluchez les légumes avec la peau comme la carotte, le concombre, les pommes de terre.  
Coupez-les tous en morceaux de taille similaire, afin qu'ils cuisent uniformément.

## CUISSON

Recouvrez le panier à friture d'une feuille d'aluminium et placez tous les légumes, mais ne les remplissez pas trop. Arrosez d'huile d'olive, saupoudrez de sel, de poivre noir et de toute autre épice selon votre goût.

Placez le panier dans la friteuse et faites cuire en sélectionnant la fonction " VEGETABLES " parmi les fonctions prédéfinies de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel.

À la moitié de la cuisson, retirez le panier, secouez-les et remettez-le en place, afin qu'ils cuisent de manière uniforme.

### Temps total

 30 min

### Préparation

 15 min

### Cuisson

 15 min

# Churros



## INGRÉDIENTS

- 1 verre d'eau
- 1 cuillère à soupe de beurre non salé
- 25 g de sucre pour préparer la pâte et 150g de sucre pour recouvrir les churros
- 250 g de farine tout usage
- Sel selon le goût
- Huile en spray
- Poche à douille

## Temps total

 20 min

## Préparation

 12 min

## Cuisson

 8 min

## PRÉPARATION

Versez l'eau dans une casserole, ajoutez du sel selon votre goût et 2 cuillères à soupe de sucre et laissez bouillir jusqu'à ce que l'eau bout.

Une fois l'eau bouillante, ajoutez la farine tout usage, mélangez à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce qu'elle soit bien homogène et qu'il n'y ait pas de grumeaux de farine.

Mettez la pâte dans la poche à douille.

Vaporisez la base du panier à frire avec de l'huile en spray, formez les churros à l'aide de la poche à douille.

Une fois les churros formés, aspergez à nouveau l'huile.

## CUISSON

Sélectionnez la fonction "FRIES" parmi les fonctions pré-réglées de la friteuse multifonction SOGO en suivant les étapes indiquées dans le manuel et modifiez le temps à 8 minutes.

Insérez le panier de la friteuse et faites cuire, à la moitié du processus de cuisson, retirez le panier et secouez-le pour que la cuisson soit uniforme.

Insérez à nouveau le panier et faites frire pendant le reste du temps ou jusqu'à ce que les aliments soient dorés.

Une fois prêts, retirez-les du panier, recouvrez-les de sucre et servez-les avec le chocolat.

## Fritadeira Multifunções Sem Óleo com Cesto Duplo SOGO

Com a tecnologia a avançar diariamente, na SOGO estamos sempre atentos e adotamos os mais recentes desenvolvimentos na área de eletrodomésticos para servir os nossos clientes. e a pensar constantemente em como proporcionar o máximo conforto, aos compradores e consumidores, para que possam tirar o máximo partido dos nossos aparelhos inovadores. Com isso em mente, trazemos-lhe a Fritadeira multifunções sem óleo com zonas de cozedura dupla.

### As vantagens da fritadeira sem óleo com duas zonas de cozedura são:

1. Cozinhar com duas zonas de cozedura é ser amigo do ambiente, não só poupa tempo como também poupa nas contas de eletricidade.
2. Não há necessidade de esperar que o primeiro prato termine e depois começar o segundo, com a ajuda disto pode preparar ambos os pratos ao mesmo tempo.
3. Ajuda muito a preparar os alimentos mais rapidamente.
4. Ideal para festas quando é necessário cozinhar em grandes quantidades e múltiplos pratos, e estas duas zonas de cozedura ajudam a preparar os pratos rapidamente e num curto espaço de tempo.
5. Por último, mas o mais importante de tudo, esta fritadeira sem óleo tem funções inteligentes SMART FINISH e MATCH COOK, que o ajudam a manipular e gerir a utilização desta fritadeira sem óleo inteligente como desejar.



### Dicas e recomendações:

Os valores de cozedura tais como a temperatura e o tempo de cozedura das receitas fornecidas neste livro de receitas são indicativos, e poderá não obter os mesmos resultados cozinhando em casa. É igualmente importante ter em mente que o tempo de cozedura pode ser alterado de acordo com os ingredientes, temperatura ambiente, qualidade dos ingredientes, capacidade de cozedura individual, etc. Para dar um exemplo, existem tantas variedades de batatas, o tempo de cozimento para diferentes variedades varia muito.

Assim, para conseguir melhores resultados, fornecemos-lhe as seguintes dicas e recomendações para obter os melhores resultados

1. Para menos fumo, utilize óleo de canola, abacate, vegetal ou de grainha de uva. O azeite pode gerar mais fumo.
2. Os alimentos têm formas e tamanhos diferentes, exigindo tempos de cozedura diferentes, pelo que poderá ser necessário aumentar ou diminuir o tempo de cozedura para se obter o resultado desejado.
3. Sugerimos que desconge a carne à temperatura ambiente antes de a cozinhar, para obter um resultado mais saboroso e também para a cozinhar mais rapidamente.
4. Recomendamos que cozinhe a comida em fritadeiras sem óleo em pequenas quantidades e não acrescente demasiados ingredientes ao cesto de fritura. Cozinhar em quantidades mais pequenas cria um resultado uniforme e mais rápido.
5. Agite os alimentos a meio do processo de cozedura, pois irá produzir melhores resultados e ajudar a evitar resultados não uniformes.
6. Recomendamos que comece a cozinhar a uma temperatura baixa e depois aumente-a, para que os alimentos cozinhem perfeitamente e não fiquem meio cozinhados.
7. Também recomendamos que quando 2/3 do tempo total de cozedura terminar, que continue a verificar o estado dos alimentos, de vez em quando, para que não fiquem demasiado cozidos ou fiquem meio cozidos.
8. A fritadeira sem óleo é um aparelho como qualquer outro, por isso pode demorar tempo até se habituar a todas as funções.





## Receitas para cozinhar na fritadeira sem óleo com cesto duplo

Todas as receitas presentes neste folheto são adequadas para cozinhar na fritadeira de duas zonas, pode cozinhar de 3 maneiras nesta fritadeira sem óleo.

### I. Cozinhar nas duas zonas com receitas diferentes, começam ao mesmo tempo e terminam no seu próprio tempo

Neste modo de cozedura, pode escolher as receitas que deseja, quer a partir das receitas fornecidas neste livro de receitas, quer através da criação das suas próprias receitas. Nesta forma de cozinhar, escolha diferentes funções seguindo as instruções fornecidas no manual para ambas as zonas, com temperatura e tempo de cozedura diferentes. E, claro, pode alterar a temperatura e o tempo de cozedura, de acordo com as receitas.

Neste processo, só começa a cozinhar quando premir o botão Start. Cada zona acaba por cozinhar no seu próprio tempo. Isto significa que, se a receita para a zona 1 tiver um tempo de cozedura mais curto irá terminar primeiro a cozedura e para a zona 2, se estiver um tempo mais longo irá terminar mais tarde.

As vantagens desta forma de cozinhar são que se pode servir 2 pratos diferentes quentes e ao mesmo tempo sem ter de aguardar. Pode continuar a servir os pratos à medida que estes são preparados. Outras vantagens são que, quando terminar de cozinhar o primeiro prato e o segundo está no processo de cozedura, pode começar a cozinhar o terceiro prato sem esperar para terminar a cozedura do segundo prato e por isso significa que você pode cozinhar de seguido.

Para cozinhar neste modo, podemos escolher qualquer uma das receitas fornecidas neste livro de receitas. Por exemplo, escolhamos "SALMONÃO ASSADO" para cozinhar na zona 1 e "BOLO COM FRUTA CRISTALIZADA" na zona 2. Quando terminarmos o primeiro prato de "SALMÃO ASSADO", teremos o "BOLO COM FRUTA CRISTALIZADA" pronto para a sobremesa.

#### SMART COOK



SALMÃO

ZONA 1



BOLO COM FRUTA  
CRISTALIZADA

ZONA 2

### II. Cozinhar em ambas as zonas com receitas diferentes, com tempos e acabamentos diferentes ao mesmo tempo / FUNÇÃO SMART FINISH:

Neste modo de cozedura, pode escolher dois pratos diferentes com tempos de cozedura diferentes, a única coisa a ser mudada é que utilizaremos a função SMART FINISH, seguindo as instruções fornecidas no manual.

As vantagens de cozinhar com a função SMART FINISH são que os pratos podem ser servidos 2 em 2. Assim, se o primeiro prato contém 2 receitas diferentes, estes podem ser servidos ao mesmo tempo. E esta função também resolve os gostos de todos, para que todos possam apreciar da comida juntos e não um a desfrutar da comida e outro estar ainda à espera.

Para cozinhar neste modo, podemos escolher qualquer uma das receitas fornecidas neste livro de receitas. Por exemplo, podemos escolher "POSTAS DE PESCADA FRITA" para cozinhar na zona 1 e "VEGETAIS ASSADOS" na zona 2 e no final escolhemos a função "SMART FINISH". E assim teremos os dois pratos prontos para servir ao mesmo tempo, mantendo aroma e sabor próprios.

#### SMART FINISH



POSTAS DE PESCADA

ZONA 1



VEGETAIS ASSADOS

ZONA 2

### III. Cozinhar em ambas as zonas com a mesma receita para preparar grandes quantidades / FUNÇÃO MATCH COOK

Este modo de cozedura, ajuda a cozinhar em grandes quantidades de pratos. Para cozinhar neste modo de cozedura, utilizaremos a função MATCH COOK, seguindo as instruções fornecidas no manual.

Este modo ajuda-o muito quando há festas ou encontros, por isso a vantagem de cozinhar com a função MATCH COOK é que o mesmo prato pode ser cozinhado em grandes quantidades, utilizando ambos os cestos ao mesmo tempo.

Para cozinhar neste modo, você pode escolher qualquer uma das receitas fornecidas neste livro de receitas. Por exemplo, selecionamos "ASAS DE FRANGO" e o colocamos em ambas as zonas e selecionamos a função inteligente "MATCH COOK", para que tenhamos a comida pronta ao mesmo tempo e em dobro da quantidade.

#### MATCH COOK



ASAS DE FRANGO

ZONA 1



ASAS DE FRANGO

ZONA 2

# Asas de frango



## INGREDIENTES

- 10 asas de frango
- Pimentão doce ou picante
- Pimenta preta moída
- Alho picado
- 3 colheres de sopa de azeite virgem extra
- Sal q.b.


## Tiempo total

 25 min

## Preparação

 5 min

## Cozedura

 20 min 200°C

## PREPARAÇÃO

Coloque as asas de frango numa tigela, adicione 3 colheres de sopa de azeite extra virgem.

Acrescente meia colher de chá de pimenta doce ou picante, alho picado, sal e pimenta preta moída, ao seu gosto.

Mexa bem todos os ingredientes e deixe as asas de frango de molho no frigorífico durante cerca de 2 horas para marinar.

## COZEDURA

Selecione a função "CHICKEN" das funções predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO, seguindo os passos indicados no manual. Acrescente as asas de frango ao cesto da fritadeira sem óleo numa única camada e pré-aqueça a fritadeira.

Assim que a fritadeira sem óleo estiver pré-aquecida, coloque o cesto da fritadeira e deixe cozinhar e a meio do processo de cozedura, retire o cesto da fritadeira e vire as asas do frango.

Coloque novamente o cesto de fritura e deixe cozer o resto do tempo até ficar dourado.

**Nota:** para obter asas de frango estaladiças, é importante não empilhar as asas umas em cima das outras e colocá-las numa única camada.

**Nota:** o processo de marinar é bastante importante para que as asas do frango fiquem estaladiças, e no final do processo de fritura, a temperatura pode ser aumentada (no caso de estarem a cozinhar a baixa temperatura).

**Nota:** também é recomendado cozinhar a baixa temperatura no início, para que fiquem cozinhados na perfeição e depois aumentar a temperatura para ter o prato perfeito.

**Nota:** para uma cozedura uniforme e os resultados mais crocantes, recomendamos que mexa os alimentos a meio do tempo de cozedura.


# Batatas fritas



## INGREDIENTES

- 1/2 kg de batatas
- 2 colheres de sopa de azeite
- Sal q.b.
- Pimenta preta q.b.
- Água (para demolhar as batatas)

## Tiempo total

 1 hora aprox

## Preparação

 40 min (30 de molho)

## Cozedura

 18 min 200°C

## PREPARAÇÃO

Descasque e corte as batatas em palitos de 1 cm de largura.

Coloque as batatas de molho numa tigela de água fria durante 30 minutos.

Depois disso, retire toda a água e seque-as com papel de cozinha ou um pano limpo.

## COZEDURA

Coloque as batatas no cesto da fritadeira e espalhe um pouco de azeite.

Selecione a opção "FRENCH FRIES" a partir das funções predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO, seguindo os passos indicados no manual.

Introduza o cesto na fritadeira e deixe cozinhar durante 10 minutos, a meio do processo de cozedura retire o cesto, e agite as batatas, para que cozinhem uniformemente.

Uma vez terminado o tempo, retire as batatas fritas e verifique se estão bem douradas em todos os lados. Caso contrário e se necessário, deixe cozinhar durante mais 5 minutos, aumentando o tempo.

**Nota:** para uma cozedura uniforme e resultados mais crocantes, recomendamos que agite os alimentos a meio do tempo de cozedura.

# Pizza



## INGREDIENTES

### Para a massa de pizza

- 500g de farinha para todos os usos culinários ou farinha integral
- 1 colher de sopa de levedura fresca (15 g)
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1 copo de água quente
- 1 colher de sopa de azeite

### Para a cobertura

- 1 pepino (descascado e picado)
- 10 cogumelos
- 2 colheres de sopa de azeitonas
- 1 cebola (descascada e cortada)
- 150 g de queijo mozzarella
- Sal q.b.
- Pimenta preta moída q.b.
- 2 dentes de alho esmagados (para o molho)
- 100 g de tomate pelado
- Orégãos
- Folhas de manjeriço fresco para decorar

## Tiempo total



2 h 45 min

## Preparação



2 h 25 min

## Cozedura



20 min 180°C

## PREPARAÇÃO

Como preparar a massa de pizza? Coloque um pouco de água morna numa tigela pequena, adicione a levedura fresca e mexa, deixe repousar durante cerca de 5 a 10 minutos.

Misture a farinha, o açúcar, o azeite e a levedura fresca preparada, e continue a adicionar água morna lentamente. Amasse bem com as mãos até obter uma massa fofo e homogénea.

Deixe a massa repousar coberta com um pano de algodão húmido ou num espaço fechado como um forno com um tabuleiro cheio de água quente por baixo durante 2 horas ou até dobrar de tamanho.

Enquanto a massa está a levedar, coloque numa tigela o tomate pelado, dentes de alho esmagados e alguns orégãos e misture-os bem.

Corte os vegetais em pedaços pequenos e de tamanho semelhante, para que cozinhem uniformemente.

Quando a massa estiver o dobro do tamanho, remova o ar do interior e amasse-a bem novamente e divida-a em bolas e estique-a com o rolo da massa.

## COZEDURA

Depois de esticar a massa de pizza, forre o cesto da fritadeira com folha de alumínio e coloque a massa da pizza.

Cubra a massa com o molho de tomate preparado, adicione o queijo, salpique sal e pimenta ao seu gosto. Acrescente os vegetais e adicione mais queijo para o perfeito sabor a queijo.

Pré-aqueça a sua Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO, selecionando a opção "PIZZA" seguida de "PREHEAT", uma vez pré-aquecida, insira o cesto da fritadeira com a pizza para cozinhar até o queijo derreter completamente e a massa ficar perfeitamente cozida.



# Bolo com fruta cristalizada



## INGREDIENTES

- 200 g de farinha para todos os usos culinários
- 150 g óleo de girassol / azeite
- 150 g de açúcar
- 3 ovos médios
- 60 ml de leite
- 1 colher de chá de fermento em pó / 6 g
- Essência de baunilha
- 100 g de fruta cristalizada picada finamente
- 25 g de cajus cortados
- 25 g de amêndoas picadas

## Tiempo total

 50 min

## Preparação

 15 min

## Cozedura

 35-40 min

## PREPARAÇÃO

Deite o óleo numa tigela grande, adicione o açúcar e misture bem com a ajuda da varinha mágica ou vara de arames.

Acrescente os ovos um a um e misture até obter uma massa leve.

Adicione o leite, a essência de baunilha e o fermento em pó, e misture bem.

Junte aos poucos a farinha peneirada e misture-a adequadamente com a ajuda de uma vara de arames.

**Nota:** é necessário juntar aos poucos a farinha e misturar para obter os melhores resultados.

No final do processo de mistura, acrescente os frutos cristalizados finamente picados, as nozes de caju e as amêndoas picadas e prepare a massa de espessura média.

## COZEDURA

Pré-aqueça a sua Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO, selecionando a opção "CAKE" seguida de "PREHEAT" e aumente o tempo de cozedura para 35 minutos.

Verta a massa numa forma antiaderente, coloque a forma no cesto da fritadeira e inicie a cozedura. A meio do tempo de cozedura, retire o cesto e insira um palito no centro do bolo para verificar o estado de cozedura, coloque-o de volta e deixe cozinhar até ao terminar o tempo de cozedura. Uma vez terminado o tempo de cozedura, verifique novamente com um palito e, se necessário, deixe cozer durante mais alguns minutos.

**Nota:** a duração da cozedura varia de acordo com os ingredientes, mas recomendamos que deixe cozinhar durante 20 a 25 minutos seguidos e durante o resto do tempo verificar a cada 5 minutos.

# Postas de pescada frita



## INGREDIENTES

- 4 postas de pescada
- Azeite virgem extra
- Sal q.b.
- Orégãos
- Alho em pó
- Rodelas de limão e coentros para decorar

## Tiempo total



15 min

## Preparação



5 min

## Cozedura



10 min

## PREPARAÇÃO

Coloque as postas de pescada sobre um tabuleiro e pulverize com azeite.

Espalhe o sal, o alho e os orégãos ao seu gosto e misture bem.

## COZEDURA

Selecione a função "FISH" das funções predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO, seguindo os passos indicados no manual. Coloque as postas marinadas no cesto da fritadeira sem óleo numa única camada e inicie a cozedura.

A meio do processo de cozedura, retire o cesto da fritadeira e vire as postas de pescada e deixe cozinhar novamente durante o resto do tempo.

Quando o tempo terminar, sirva com as rodelas de limão e os coentros.

Quando usa a fritadeira sem óleo para cozinhar, recomendamos sempre que agite o cesto a meio do processo de cozedura para obter resultados perfeitos e estaladiços.

**Nota:** O tempo de cozedura varia de acordo com o estado dos ingredientes, pelo que é sempre recomendado cozinhar em pequenas quantidades para verificar o estado da comida a meio do processo de cozedura.

# Frango



## INGREDIENTES

- 6 coxa de frango, sem pele
- Paprica
- Alho em pó
- Pimenta preta moída
- 1 dente de alho
- Sal q.b.

## Tiempo total



1 hora aprox

## Preparação



40 min

## Cozedura



20 min

## PREPARAÇÃO

Retire a pele das coxas de frango ou compre as coxas sem a pele. Coloque as coxas de frango numa tigela, adicione todos os ingredientes, misture bem e deixe a marinar no frigorífico durante 30 minutos.

## COZEDURA

Selecione a função "CHICKEN" das funções predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO, seguindo os passos indicados no manual. Coloque as coxas de frango no cesto da fritadeira sem óleo numa única camada e deixe cozinhar.

A meio do processo de cozedura, retire o cesto da fritadeira e vire as coxas do frango e deixe cozinhar durante o resto do tempo.

Quando usa a fritadeira sem óleo para cozinhar, recomendamos sempre que agite o cesto a meio do processo de cozedura para obter resultados perfeitos e estaladiços.

**Nota:** O tempo de cozedura varia de acordo com a qualidade e o estado dos ingredientes, pelo que é sempre recomendado cozinhar em pequenas quantidades para verificar o estado da comida a meio do processo de cozedura.

Nota: as especiarias podem ser usadas ao seu gosto e também pode ser servido com rodelas de limão e coentros.

# Salmão assado



## INGREDIENTES

- 250 g de salmão
- 1/2 molho de espargos aparados
- 1 dente de alho fatiado
- 1 a 2 colheres de sopa (15 a 30 ml) de azeite virgem extra
- 1/2 colher de chá (2,5 g) de pimenta preta moída na hora
- 1/2 chávena (125 g) de azeitonas, sem caroço e picadas
- 1 chávena (250 g) de tomate cereja
- 1/2 colher de chá (2,5g) de sal

## Tiempo total



15 min

## Preparação



3 min

## Cozedura



10-12 min

## PREPARAÇÃO

Coloque os pedaços de salmão num tabuleiro/prato, pulverize com azeite e salpique sal e pimenta a gosto.

Coloque uma folha de alumínio no cesto da fritadeira.

## COZEDURA

Transfira as postas de salmão para o cesto da fritadeira, coloque os tomates cereja, os espargos e as azeitonas tudo junto.

Selecione a função "STEAK" a partir das funções de cozedura predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO seguindo os passos indicados no manual.

O tempo total de cozedura é de cerca de 12 minutos, a meio do processo de cozedura, retire o cesto, vire as postas de salmão, volte a colocar o cesto na fritadeira e deixe cozinhar durante o resto do tempo de cozedura.

Quando o salmão estiver opaco e os legumes estiverem dourados, retire-os e sirva.



# Maçãs desidratadas



## INGREDIENTES

- 2 maçãs médias

## Tiempo total

 4 - 6 horas

## PREPARAÇÃO

Retire o caroço das maçãs com ajuda de um descaroçador. Depois corte-as em fatias finas com ajuda de uma faca.

## COZEDURA

Selecione a função "Dehydrate" a partir das funções de menu predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO seguindo os passos indicados no manual. E altere o tempo para 4 horas.

Coloque as fatias de maçã no cesto da fritadeira e coloque o cesto na fritadeira sem óleo para desidratar. A meio do processo de desidratação, retire o cesto, agite-o e coloque-o novamente na fritadeira durante o resto do tempo.

Quando estiverem prontas, deixe-as arrefecer, antes de as transferir para um recipiente hermético.

**Nota:** é importante desidratar a uma temperatura baixa durante um longo período, para que a desidratação seja total.

# Costeleta de porco



## INGREDIENTES

- 2 costeletas de porco
- Sal e pimenta
- Fatias de limão e coentros para decorar

## Tiempo total

 15 min

## Preparação

 3 min

## Cozedura

 12 min

## PREPARAÇÃO

Tempere as costeletas de porco com sal e pimenta.

## COZEDURA

Pré-aqueça a Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO selecionando a opção "STEAM" seguida de "PREHEAT".

Coloque as costeletas de porco no cesto da fritadeira antiaderente e inicie a cozedura.

O tempo de cozedura das costeletas de porco depende da sua preferência; vire-as sempre a meio do tempo de cozedura para obter uma cor uniforme e um resultado mais estaladiço.

# Vegetais assados



## INGREDIENTES

- 2 batatas
- 1 pepino
- 10 cogumelos
- 1 brócolo
- 1 cebola descascada
- 5 espargos
- 2 cenouras
- 2 colheres de sopa de azeite
- 1 colher de chá de alho em pó
- 1/2 colher de chá de sal
- Pimenta preta q.b.

## Tiempo total

 30 min

## Preparação

 15 min

## Cozedura

 15 min

## PREPARAÇÃO

Descasque os vegetais com casca, tais como as cenouras, os pepinos e as batatas. Corte-os em pedaços de tamanho semelhante, para que cozinhem uniformemente.

## COZEDURA

Cubra o cesto de fritura com folha de alumínio e coloque todos os vegetais, mas não encha em demasia. Regue com azeite, polvilhe com sal, pimenta preta e outras especiarias ao seu gosto.

Coloque o cesto na fritadeira e inicie a cozedura selecionando a função "VEGETABLES" a partir das funções predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO seguindo os passos indicados no manual.

A meio do processo de cozedura, retire o cesto, agite-o e coloque-o de volta, de cozinhem uniformemente.

# Churros



## INGREDIENTES

- 1 copo de água
- 1 colher de sopa de manteiga sem sal
- 25 g de açúcar para preparar a massa e 150g de açúcar para cobrir os churros
- 250 g de farinha para todos os usos culinários
- Sal q.b.
- Óleo spray
- Saco de pasteleiro

## Tiempo total

 20 min

## Preparação

 12 min

## Cozedura

 8 min

## PREPARAÇÃO

Deite a água numa caçarola, adicione sal a gosto e 2 colheres de sopa de açúcar e deixe ferver.

Depois de a água estar fervida, acrescente a farinha e misture com a ajuda de uma colher de pau até não haver grumos de farinha.

Coloque a massa no saco de pasteleiro.

Pulverize a base do cesto de fritura com óleo spray e forme os churros com a ajuda do saco de pasteleiro.

Uma vez formados os churros, borrife com óleo mais uma vez.

## COZEDURA

Selecione a função "FRIES" a partir das funções predefinidas da Fritadeira Multifunções Sem Óleo SOGO seguindo os passos indicados no manual e altere o tempo para 8 minutos.

Insira o cesto da fritadeira e inicie a cozedura, a meio do processo de cozedura, retire o cesto e agite-o para cozinhar uniformemente.

Insira novamente o cesto e deixe fritar durante o resto do tempo ou até estarem castanho-dourado.

Uma vez pronto, retire do cesto, polvilhe com açúcar e sirva com creme de chocolate.



## SOGO Multifunktionale Heißluftfritteuse mit zwei Frittierkörben

SOGO verfolgt immer ganz genau die neuesten technologischen Entwicklungen und die jeweilige Marktsituation. Ziel von SOGO ist es, Käufern und Kunden stetig innovative Produkte mit vielen Vorteilen und optimalem Komfort zu bieten.

Vor diesem Hintergrund möchten wir Ihnen unsere multifunktionale Heißluftfritteuse mit zwei Kochzonen vorstellen.

### Die Vorteile dieser Heißluftfritteuse mit zwei Kochzonen:

1. Das Kochen mit zwei Kochzonen ist sehr umweltfreundlich. Sie sparen nicht nur Zeit, sondern auch Energiekosten.
2. Sie müssen nicht warten, bis das erste Gericht fertig ist. Sie können zwei Gerichte gleichzeitig zubereiten.
3. Höhere Leistung für eine noch schnellere Zubereitung Ihrer Speisen.
4. Optimal für Partys, wenn Sie größere Mengen und eine Vielzahl an Gerichten zubereiten möchten. Mit den zwei Kochzonen bereiten Sie diese Gerichte in kürzerer Zeit zu.
5. Zu guter Letzt und besonders wichtig: die Funktionen SMART FINISH and MATCH COOK, die das Kochen mit dieser Heißluftfritteuse besonders einfach machen.



### Tipps und Empfehlungen:

Die in dieser Broschüre angegebenen Werte z.B. hinsichtlich Temperatur und Kochzeit sind nur Richtwerte; außerdem können die Kochergebnisse bei Ihnen zuhause leicht variieren. Denken Sie also immer daran, die Kochzeit je nach Zutaten, Umgebungstemperatur, Qualität der Zutaten, eigenen Kapazitäten usw. anzupassen. Um ein einfaches Beispiel zu geben, es gibt so viele Kartoffelsorten, dass die Garzeit für verschiedene Sorten sehr unterschiedlich ist.

Im Hinblick auf optimale Kochergebnisse möchten wir Ihnen noch folgende Tipps und Empfehlungen geben.

1. Verwenden Sie Raps-, Avocado-, Pflanzen- oder Traubenkernöl, um weniger Rauch zu erzeugen. Bei der Verwendung von Olivenöl kann mehr Rauch entstehen.
2. Zutaten haben immer unterschiedliche Größen und Formen und erfordern daher auch unterschiedliche Garzeiten. Erhöhen bzw. reduzieren Sie daher die Kochzeit entsprechend, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen.
3. Es wird empfohlen, tiefgefrorenes Fleisch vor dem Kochen bei Raumtemperatur auftauen zu lassen, damit es saftiger und schneller gar wird.
4. Bei Heißluftfritteusen wird empfohlen, Speisen in mehreren, dafür aber kleineren Mengen zuzubereiten und nicht zu viele Zutaten auf einmal in den Korb zu legen. Die Zubereitung kleinerer Mengen ermöglicht gleichmäßigere, schnellere Ergebnisse.
6. Wenn Sie die Speisen nach der Hälfte der Kochzeit kurz schütteln bzw. schwenken, werden Sie bessere und gleichmäßigere Kochergebnisse erzielen.
7. Es wird empfohlen, mit einer niedrigeren Temperatur anzufangen und diese dann später zu erhöhen, damit die Speisen optimal und nicht nur halb durchgegart werden.
8. Außerdem wird empfohlen, nach 2/3 der Kochzeit den Garzustand der Speisen zu überprüfen, um sicherzustellen, dass diese nicht zerbröckeln oder nur halb durch sind.
9. Die Heißluftfritteuse ist ein Gerät wie jedes andere; nehmen Sie sich also genügend Zeit, sich mit allen Funktionen vertraut zu machen.



## Rezepte für die Zubereitung in der Heißluftfritteuse mit zwei Frittierkörben

Alle Rezepte in dieser Broschüre lassen sich in der Heißluftfritteuse mit zwei Kochzonen zubereiten. Es gibt 3 Varianten, diese Heißluftfritteuse zu verwenden.

### I. Zubereitung unterschiedlicher Rezepte unter Verwendung beider Kochzonen; gleichzeitiger Start des Kochvorgangs für beide Zonen, Ende des Kochvorgangs zu jeweils unterschiedlichen Zeitpunkten

Sie können beliebige Rezepte kochen – entweder wählen Sie eines der hier vorgestellten Rezepte oder Sie kreieren Ihre eigenen. Bei dieser Art des Kochens können Sie gemäß der Bedienungsanleitung unterschiedliche Funktionen für beide Kochzonen auswählen, d.h. unterschiedliche Temperatureinstellungen und Kochzeiten. Sie können natürlich die Temperatur- und Zeiteinstellungen je nach Rezept ändern.

Starten Sie den Kochvorgang durch Drücken der Start-Taste; jede Kochzone beendet den Kochvorgang gemäß der für sie eingestellten Kochzeit. Wenn das mit Kochzone 1 zubereitete Rezept also eine kürzere Kochzeit hat, beendet diese Kochzone den Kochvorgang zuerst und Kochzone 2 beendet den Kochvorgang später.

Der Vorteil dieser Variante besteht darin, dass Sie gleichzeitig 2 unterschiedliche Gerichte warm servieren können. Servieren Sie Gerichte einfach dann, wenn sie fertig sind. Ein weiterer Vorteil ist, dass Sie nach Fertigstellung des ersten Gerichts bereits anfangen können, das dritte Gericht zu kochen, auch wenn das zweite Gericht noch nicht fertig ist, d.h., Sie kochen alle Ihre Speisen ganz bequem hintereinander weg.

Um in diesem Modus zu kochen, können wir eines der Rezepte aus diesem Kochbuch auswählen. Zum Beispiel wählen wir „GEBRATENER LACHS“ zum Garen in Zone 1 und „KUCHEN MIT KANDIERTEN FRÜCHTEN“ im Korb von Zone 2. Wenn wir mit dem ersten Gang „GEBRATENER LACHS“ fertig sind, haben wir den „KUCHEN MIT KANDIERTEN FRÜCHTEN“ als Nachtisch fertig.

#### SMART COOK



LACHS

ZONE 1



KUCHEN MIT  
KANDIERTEN FRÜCHTEN

ZONE 2

### II. Zubereitung unterschiedlicher Rezepte unter Verwendung beider Kochzonen; Start des Kochvorgangs zu jeweils unterschiedlichen Zeitpunkten, gleichzeitiges Ende des Kochvorgangs für beide Kochzonen / SMART-FINISH-FUNKTION:

Bei dieser Variante können Sie unterschiedliche Rezepte mit unterschiedlicher Kochzeit zubereiten; hier kommt gemäß den Vorgaben in der Bedienungsanleitung die SMART-FINISH-Funktion zum Einsatz.

Der Vorteil der SMART-FINISH-Funktion liegt darin, dass Sie immer 2 Gerichte gleichzeitig servieren können, d.h., wenn der erste Gang aus 2 unterschiedlichen Gerichten besteht, können Sie diese gleichzeitig servieren. Damit kommen Sie auch den unterschiedlichen Vorlieben aller Gäste entgegen. Falls jemand ein bestimmtes Gericht nicht mag, muss er nicht warten, bis das nächste fertig ist.

Um in diesem Modus zu kochen, können wir eines der Rezepte aus diesem Kochbuch auswählen. Zum Beispiel können wir „FRITTIERTER SEEHECHT“ zum Garen in Zone 1 und „GEBRATENES GEMÜSE“ in Zone 2 wählen und am Ende die Funktion „SMART FINISH“ wählen. So haben wir die beiden Gerichte gleichzeitig servier- und trinkfertig und behalten ihr eigenes Aroma und ihren eigenen Geschmack.

#### SMART FINISH



LACHS

ZONE 1



GEBRATENES  
GEMÜSE

ZONE 2

### III. Kochen eines Rezepts mit beiden Kochzonen für die Zubereitung großer Mengen / MATCH-COOK-FUNKTION:

Bei dieser Variante können Sie größere Mengen eines Gerichts zubereiten. Dafür wird die intelligente MATCH-COOK-Funktion gemäß den Vorgaben in der Bedienungsanleitung verwendet.

Diese MATCH-COOK-Funktion ist besonders bei Partys oder größeren Festen von Vorteil, da Sie gleichzeitig mit beiden Kochzonen große Mengen ein und desselben Gerichts zubereiten können.

Um in diesem Modus zu kochen, können Sie eines der Rezepte aus diesem Kochbuch auswählen. Wir wählen zum Beispiel „KNUSPRIGE, LECKERE HÄHNCHENFLÜGEL“ und platzieren es in beiden Zonen und wählen die intelligente Funktion „MATCH COOK“, damit wir das Essen gleichzeitig und in doppelter Menge fertig haben.

#### MATCH COOK



HÄHNCHENFLÜGEL

ZONE 1



HÄHNCHENFLÜGEL

ZONE 2

# Hähnchenflügel



## ZUTATEN

- 10 Hähnchenflügel
- Süßer oder scharfer Paprika
- Schwarzer Pfeffer, gemahlen
- Knoblauch, gehackt
- 3 Esslöffel Olivenöl, extra nativ
- Salz zum Abschmecken


## Gesamtzeit

 25 min

## Vorbereitungszeit

 5 min

## Kochzeit

 20 min 200°C

## VORBEREITUNG

Geben Sie die Hähnchenflügel mit 3 Esslöffel Olivenöl in eine Schüssel.

Geben Sie dann einen halben Teelöffel süßen oder scharfen Paprika, den gehackten Knoblauch sowie etwas Salz und Pfeffer nach Geschmack hinzu.

Vermengen Sie alle Zutaten gründlich und lassen Sie die Hähnchenflügel 2 Stunden im Kühlschrank ziehen.

## KOCHEN

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "HÄHNCHEN". Legen Sie die Hähnchenflügel ohne die Zugabe von Öl nebeneinander in den Frittierkorb. Starten Sie das Gerät, um es vorzuheizen.

Schieben Sie den Frittierkorb nach dem Vorheizen in das Gerät. Ziehen Sie den Korb nach der Hälfte der Kochzeit heraus und wenden Sie die Hähnchenflügel.

Schieben Sie den Korb wieder in das Gerät und lassen Sie die Hähnchenflügel für die verbleibende Zeit kochen, bis sie goldbraun sind.

**Hinweis:** Damit die Hähnchenflügel schön knusprig werden, ist es wichtig, die Flügel nicht übereinander zu stapeln, sondern einzeln nebeneinander zu legen.

**Hinweis:** Es ist wichtig, dass Sie die Hähnchenflügel ziehen lassen, damit sie knusprig werden. Sie können die Temperatur zum Ende des Kochvorgangs hin entsprechend erhöhen (falls sie bei niedriger Temperatur gekocht wurden).

**Hinweis:** Es wird außerdem empfohlen, zunächst immer mit einer niedrigeren Temperatur zu starten, damit die Hähnchenflügel optimal gegart werden, und dann die Temperatur zu erhöhen, um ein fantastisches Gericht zu erhalten.

**Hinweis:** Damit die Hähnchenflügel gleichmäßig gegart und schön knusprig werden, wird empfohlen, die Flügel nach der Hälfte der Kochzeit zu wenden.

# Pommes frites



## ZUTATEN

- 1/2 kg Kartoffeln
- 2 Esslöffel Olivenöl
- Salz (zum Abschmecken)
- Schwarzer Pfeffer (zum Abschmecken)
- Wasser (zum Einweichen der Kartoffeln)


## Gesamtzeit

 ca. 1 Std.

## Vorbereitungszeit

 40 min (30 a remojo)

## Kochzeit

 18 min 200°C

## VORBEREITUNG

Schälen und schneiden Sie die Kartoffeln in 1 cm breite Streifen.

Weichen Sie die Kartoffelstreifen 30 Minuten in einer Schüssel mit kaltem Wasser ein.

Schütten Sie dann das Wasser weg und tupfen Sie die Kartoffelstreifen mit einem Küchenpapier oder einem sauberen Tuch trocken.

## KOCHEN

Geben Sie die Kartoffelstreifen in den Frittierkorb und beträufeln Sie die Streifen mit etwas Olivenöl.

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "POMMES".

Schieben Sie den Korb in die Fritteuse und lassen Sie die Pommes 10 Minuten kochen. Ziehen Sie nach der Hälfte der Zeit den Korb heraus und schwenken Sie die Kartoffeln, damit sie gleichmäßig gegart werden.

Nehmen Sie den Korb nach Ablauf der Kochzeit aus dem Gerät und prüfen Sie, ob die Pommes rundum schön goldbraun sind. Lassen Sie die Pommes gegebenenfalls noch weitere 5 Minuten kochen, indem Sie die Kochzeit erhöhen.

**Hinweis:** Es wird empfohlen, die Pommes nach der Hälfte der Zeit zu schwenken, damit sie gleichmäßig gegart und schön knusprig werden.



# Pizza



## ZUTATEN

### Für den Teig

- 500 g Allzweckmehl oder Brotbackmehl
- 1 Esslöffel frische Hefe (15 g)
- 1 Esslöffel Zucker
- 1 Glas warmes Wasser
- 1 Esslöffel Olivenöl

### Für den Belag

- 1 Gurke (geschält und kleingeschnitten)
- 10 Pilze
- 2 Esslöffel Oliven
- 1 Zwiebel (geschält und kleingeschnitten)
- 150 g Mozzarella-Käse
- Salz (zum Abschmecken)
- Schwarzer Pfeffer, gemahlen (zum Abschmecken)
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt (für die Soße)
- 100 g Tomaten, kleingeschnitten
- Oregano
- Frische Basilikumblätter zum Garnieren

## Gesamtzeit



2 std. 45 min

## Vorbereitungszeit



2 std. 25 min

## Kochzeit



20 min 180°C

## VORBEREITUNG

Wie bereiten Sie den Pizza-Teig zu? Geben Sie etwas warmes Wasser in eine kleine Schüssel und rühren Sie die Hefe ein; lassen Sie das Gemisch 5-10 Minuten stehen.

Vermischen Sie Mehl, Zucker, Olivenöl und das Hefegemisch und fügen Sie dann langsam warmes Wasser hinzu. Kneten Sie den Teig mit Ihren Händen, bis er weich und glatt ist.

Lassen Sie den Teig 2 Stunden ruhen oder bis er sich im Umfang verdoppelt hat. Decken Sie den Teig dafür mit einem feuchten Tuch ab oder stellen Sie ihn mit einer Schüssel heißen Wasser in den Backofen.

Bereiten Sie nun, während der Teig geht, die Soße zu, indem Sie Tomaten, Knoblauch und etwas Oregano in einer Schüssel gut vermischen.

Schneiden Sie das Gemüse in kleine, gleichgroße Würfel, damit es gleichmäßig gekocht wird.

Wenn sich der Teig verdoppelt hat, kneten Sie ihn erneut gut durch. Teilen Sie Kugeln ab und rollen Sie diese aus.

## KOCHEN

Wenn Sie den Teig ausgerollt haben, legen Sie den Frittierkorb mit Alu-Folie aus und legen Sie dann den Teig hinein.

Bestreichen Sie den Teig mit der vorbereiteten Tomatensoße und belegen Sie ihn mit Käse. Salzen und pfeffern Sie nach Geschmack. Geben Sie dann das Gemüse und noch etwas Käse darauf.

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "PIZZA" und anschließend die Option "VORHEIZEN". Schieben Sie nach dem Vorheizen den Frittierkorb in das Gerät, um die Pizza zu backen. Backen Sie die Pizza so lange, bis der Käse vollständig zerlaufen und die Pizza gut durchgebacken ist.

# Kuchen mit kandierten Früchten



## ZUTATEN

- 200 g Allzweckmehl
- 150 g Sonnenblumen-/Olivenöl
- 150 g Zucker
- 3 mittelgroße Eier
- 60 ml Milch
- 1/6g Teelöffel Backpulver
- Vanilleextrakt
- 100 g kandierte Früchte, kleingehackt
- 25 g Cashewnüsse, kleingehackt
- 25 g m Mandeln, kleingehackt

## Gesamtzeit

 50 min

## Vorbereitungszeit

 15 min

## Kochzeit

 35-40 min

## VORBEREITUNG

Geben Sie das Öl und den Zucker in eine große Schüssel und vermischen Sie beides mit einem Handmixer oder Schneebesen.

Geben Sie nacheinander die Eier hinzu und mixen Sie alles, bis ein leichter Teig entsteht.

Fügen Sie Milch, Vanilleextrakt und Backpulver hinzu und vermischen Sie alles gründlich.

Geben Sie nun schrittweise das Mehl hinzu; heben Sie es mit dem Schneebesen unter.

**Hinweis:** Es ist wichtig, das Mehl schrittweise unterzumischen, um einen schönen Teig zu erhalten.

Geben Sie zum Schluss die kleingehackten Früchte, Cashewnüsse und Mandeln hinzu und vermischen Sie alles zu einem mittelfesten Teig.

## KOCHEN

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "KUCHEN" und anschließend die Option "VORHEIZEN"; stellen Sie die Backzeit mit 35 Minuten ein.

Geben Sie den Teig in eine antihafbeschichtete Schüssel und stellen Sie diese Schüssel in den Frittierkorb. Schieben Sie den Korb in die Fritteuse und lassen Sie den Kuchen backen. Machen Sie nach der Hälfte der Backzeit mit einem Holzstäbchen die Stäbchenprobe. Schieben Sie dann den Kuchen zurück in das Gerät und lassen Sie ihn für die verbleibende Zeit weiterbacken. Machen Sie nach dem Backen erneut die Stäbchenprobe und lassen Sie den Kuchen bei Bedarf noch einige Minuten weiterbacken.

**Hinweis:** Die Backzeit variiert je nach Zutaten. Es wird daher empfohlen, den Kuchen 20-25 Minuten am Stück zu backen und danach alle 5 Minuten die Stäbchenprobe zu machen.

# Frittiertes seehecht



## ZUTATEN

- 4 Stück Seehecht
- Olivenöl, extra nativ
- Salz zum Abschmecken
- Oregano
- Knoblauchpulver
- Zitronenscheiben und Koriander zum Garnieren

## Gesamtzeit



15 min

## Vorbereitungszeit



5 min

## Kochzeit



10 min

## VORBEREITUNG

Legen Sie die Seehechtstücke auf ein Tablet und beträufeln Sie sie mit Olivenöl.

Würzen Sie den Fisch nach Geschmack mit Salz, Knoblauch und Oregano; gut vermischen.

## KOCHEN

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "FISCH". Legen Sie die marinierten Seehechtstücke nebeneinander in den Frittierkorb und starten Sie den Kochvorgang.

Ziehen Sie den Korb nach der Hälfte der Kochzeit heraus und wenden Sie den Fisch. Lassen Sie ihn dann für die verbleibende Zeit weiterkochen.

Garnieren Sie den Fisch nach dem Kochen mit den Zitronenscheiben und dem Koriander.

Es wird empfohlen, den Fisch nach der Hälfte der Zeit zu wenden, damit er optimal durchgegart und schön knusprig wird.

**Hinweis:** Die Kochzeit variiert je nach Zustand der Zutaten. Es wird daher immer empfohlen, kleinere Mengen zu kochen und den Status des Fisches nach der Hälfte der Kochzeit zu überprüfen.

# Hähnchen



## ZUTATEN

- 6 Stück Hähnchenschenkel, ohne Haut
- Paprikapulver
- Knoblauchpulver
- Schwarzer Pfeffer, gemahlen
- 1 Knoblauchzehe
- Salz zum Abschmecken

## Gesamtzeit



ca. 1 Stunde

## Vorbereitungszeit



40 min

## Kochzeit



20 min

## VORBEREITUNG

Entfernen Sie die Haut von den Hähnchenschenkeln oder kaufen Sie direkt Schenkel ohne Haut.

Geben Sie die Hähnchenschenkel mit allen Zutaten in eine Schüssel und vermischen Sie alles gut. Stellen Sie die Schüssel dann 30 Minuten in den Kühlschrank.

## KOCHEN

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "HÄHNCHEN". Legen Sie die Hähnchenschenkel nebeneinander in den Frittierkorb und starten Sie den Kochvorgang.

Ziehen Sie den Korb nach der Hälfte der Kochzeit heraus, wenden Sie die Schenkel und lassen Sie diese dann für die verbleibende Zeit weiterkochen.

Beim Kochen mit einer Heißluftfritteuse wird immer empfohlen, nach der Hälfte der Kochzeit die Speisen zu schwenken, damit sie schön knusprig werden.

**Hinweis:** Die Kochzeit variiert je nach Qualität und Zustand der Zutaten; es wird daher empfohlen, immer in kleineren Mengen zu kochen und den Status der Speisen nach der Hälfte der Kochzeit zu überprüfen.

Hinweis: Würzen Sie die Hähnchenschenkel je nach Geschmack. Sie können die Schenkel abschließend mit Zitronenscheiben und Koriander garnieren.



# Gebratener Lachs



## ZUTATEN

- 250 g Lachs
- 1/2 Bund gestutzter Spargel
- 1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten
- 1-2 Esslöffel (15 bis 30ml) Olivenöl, extra nativ
- 1/2 Teelöffel (2,5 g) schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 1/2 Tasse (125 g) Oliven, entsteint und kleingeschnitten
- 1 Tasse (250 g) Kirschtomaten
- 1/2 Teelöffel (2,5 g) Salz

## VORBEREITUNG

Legen Sie den Lachs auf ein Tablett und beträufeln Sie es mit Olivenöl; nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Legen Sie den Frittierkorb mit Alu-Folie aus.

## KOCHEN

Geben Sie den Lachs in den Frittierkorb und belegen Sie ihn mit den Tomaten, dem Spargel und den Oliven.

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "STEAK".

Die Kochzeit beträgt 12 Minuten. Wenden Sie den Lachs nach der Hälfte der Kochzeit und lassen Sie ihn dann bis zu Ende kochen.

Sobald der Lachs milchig und das Gemüse gebräunt ist, können Sie das Gericht servieren.

### Gesamtzeit



15 min

### Vorbereitungszeit



3 min

### Kochzeit



10-12 min

# Getrocknete Äpfel



## ZUTATEN

- 2 mittelgroße Äpfel

## Gesamtzeit



4 - 6 stunden

## VORBEREITUNG

Entkernen Sie die Äpfel mit einem Schälmesser und schneiden Sie sie in dünne Scheiben.

## KOCHEN

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "Trocknen". Stellen Sie die Zeit mit 4 Stunden ein.

Geben Sie die Apfelscheiben in den Frittierkorb und starten Sie den Kochvorgang. Ziehen Sie den Korb nach der Hälfte der Zeit heraus und schwenken Sie die Apfelscheiben. Lassen Sie die Äpfel dann für die verbleibende Zeit weitertrocknen.

Lassen Sie die Apfelscheiben nach dem Trocknen abkühlen, bevor Sie diese in einem luftdichten Behälter aufbewahren.

**Hinweis:** Es ist wichtig, die Äpfel bei niedriger Temperatur lang genug trocknen zu lassen, bis sie vollständig trocken sind.

# Schweinekoteletts



## ZUTATEN

- 2 Schweinekoteletts
- Salz und Pfeffer
- Zitronenscheiben und Koriander zum Garnieren

## Gesamtzeit

 15 min

## Vorbereitungszeit

 3 min

## Kochzeit

 12 min

## VORBEREITUNG

Würzen Sie die Schweinekoteletts mit Salz und Pfeffer.

## KOCHEN

Heizen Sie die SOGO Multifunktionsheißluftfritteuse vor, indem Sie das voreingestellte Programm "DÄMPFEN" und den Modus "VORHEIZEN" auswählen.

Legen Sie die Koteletts in den antihafbeschichteten Korb und starten Sie den Kochvorgang.

Die Kochzeit hängt ganz von Ihren Vorlieben ab. Wenden Sie die Koteletts nach der Hälfte der Zeit, damit sie gleichmäßig gegart und schön knusprig werden.

# Gebratenes Gemüse



## ZUTATEN

- 2 Kartoffeln
- 1 Gurke
- 10 Pilze
- 1 Brokkoli
- 1 Zwiebel, geschält
- 5 Stängel Spargel
- 2 Karotten
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel Knoblauchpulver
- 1/2 Teelöffel Salz
- Schwarzer Pfeffer zum Abschmecken

## VORBEREITUNG

Schälen Sie das Gemüse (Karotten, Gurke, Kartoffeln). Schneiden Sie das Gemüse in gleichgroße Stücke, damit es gleichmäßig gekocht wird.

## KOCHEN

Legen Sie den Frittierkorb mit Alu-Folie aus und geben Sie dann das Gemüse hinein - jedoch nicht zu viel. Beträufeln Sie das Gemüse mit Olivenöl und würzen Sie es je nach Geschmack mit Salz, Pfeffer oder anderen Gewürzen.

Schieben Sie den Korb in das Gerät und kochen Sie das Gemüse. Wählen Sie dafür gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "GEMÜSE".

Ziehen Sie den Korb nach der Hälfte der Zeit heraus und schwenken Sie die Zutaten, damit diese gleichmäßig gekocht werden.

### Gesamtzeit

 30 min

### Vorbereitungszeit

 15 min

### Kochzeit

 15 min



# Churros



## ZUTATEN

- 1 Glas Wasser
- 1 Esslöffel Butter, ungesalzen
- 25 g Zucker für den Teig und 150 g Zucker zum Garnieren der Churros
- 250 g Allzweckmehl
- Salz zum Abschmecken
- Sprühöl
- Spritzbeutel

## Gesamtzeit

 20 min

## Vorbereitungszeit

 12 min

## Kochzeit

 8 min

## VORBEREITUNG

Geben Sie das Wasser mit etwas Salz und 2 Esslöffeln Zucker in einen Topf und bringen Sie es zum Kochen.

Wenn das Wasser kocht, rühren Sie das Mehl mit einem Holzlöffel ein; achten Sie darauf, dass das Mehl nicht klumpt.

Geben Sie den Teig dann in den Spritzbeutel.

Besprühen Sie den Boden des Frittierkorbs mit Öl und formen Sie mithilfe des Spritzbeckens die Churros.

Besprühen Sie die Churros mit etwas Öl.

## KOCHEN

Wählen Sie gemäß der Bedienungsanleitung der SOGO Multifunktionsfritteuse die voreingestellte Funktion "POMMES" und stellen Sie die Zeit mit 8 Minuten ein.

Schieben Sie den Korb in das Gerät und starten Sie den Kochvorgang. Ziehen Sie den Korb nach der Hälfte der Kochzeit heraus und schwenken Sie die Churros, damit diese gleichmäßig durchgebacken werden.

Schieben Sie den Korb wieder hinein und kochen Sie dann weiter, bis die Zeit abgelaufen ist bzw. die Churros goldbraun sind.

Nehmen Sie den Korb heraus, bestreuen Sie die Churros mit Zucker und servieren Sie sie mit Schokoladensauce.

## Friggitrice ad Aria Multifunzionale a Doppio Cestello SOGO

Consapevole del costante progredire della tecnologia, in SOGO siamo sempre attenti e adottiamo gli ultimi sviluppi nel campo degli elettrodomestici per servire i nostri clienti. Qui alla SOGO, studiamo ogni giorno come fornire il massimo comfort ai nostri clienti, in modo che possano sfruttare al meglio i nostri elettrodomestici innovativi.

In questo spirito, presentiamo la nostra friggitrice ad aria multifunzionale a doppia zona di cottura.

### I vantaggi della friggitrice ad aria con due zone di cottura sono

1. Cucinare con due zone cottura è ecologico e fa risparmiare non solo tempo, ma anche energia elettrica.
2. Non è necessario aspettare che la prima cottura finisca prima di iniziare la seconda, ma è possibile cucinare due pietanze contemporaneamente.
3. Maggiore potenza per aiutare a cucinare il cibo assai più velocemente.
4. Ideale per le feste, quando è necessario cucinare più piatti in grandi quantità, in quanto queste due zone di cottura permettono di preparare i piatti rapidamente e in breve tempo.
5. Per ultimo ma più importante, le funzioni intelligenti SMART FINISH e MATCH COOK ti aiuteranno a gestire come desideri l'uso di questa friggitrice ad aria intelligente.



### Suggerimenti e consigli:

I valori della temperatura e del tempo di cottura delle ricette fornite in questo ricettario sono indicativi e potresti non ottenere gli stessi risultati cucinando a casa. Tieni anche ben presente che il tempo di cottura può variare in base alla quantità e qualità degli ingredienti, alla temperatura ambiente, alla capacità di cottura individuale, ecc. Per un esempio semplice, ci sono così tante varietà di patate, i tempi di cottura per le diverse varietà variano molto.

Quindi, per ottenere risultati migliori, ti forniamo i seguenti suggerimenti e consigli per ottenere i risultati migliori.

1. Per ridurre il fumo, utilizza olio di canola, avocado, vegetale o di semi d'uva. L'olio d'oliva può generare più fumo.
2. Gli alimenti sono disponibili in varie forme e dimensioni, che richiedono tempi di cottura diversi, quindi potresti dover aumentare o diminuire il tempo di cottura per ottenere i risultati desiderati.
3. Ti consigliamo di scongelare la carne a temperatura ambiente prima della cottura, per ottenere un risultato più fragrante ed anche per cucinare più velocemente.
4. Ti consigliamo di cuocere i cibi nella friggitrice in piccole quantità, senza aggiungere troppi ingredienti nel cestello. La cottura in piccole quantità porta a risultati uniformi e più veloci.
6. Scuotere il cibo a metà cottura produrrà risultati migliori prevenendo una cottura non uniforme.
7. Ti consigliamo di iniziare la cottura a bassa temperatura per poi aumentarla, in modo che il cibo si cucini perfettamente e non rimanga cotto a metà.
8. Ti consigliamo inoltre, trascorsi 2/3 del tempo di cottura totale, di controllare di tanto in tanto lo stato delle pietanze, in modo che non siano scotte o rimangano a metà cottura.
9. La friggitrice ad aria è un elettrodomestico come un altro, quindi concediti abbastanza tempo per familiarizzarti con tutte le sue funzioni.



## Ricette per cucinare con la friggitrice ad aria a doppio cestello

Tutte le ricette riportate in questo ricettario sono adatte per la cottura nella friggitrice ad aria a doppio cestello, che offre tre modalità di cottura.

### I. La cottura in entrambe le zone con ricette diverse, inizia insieme e termina separatamente.

In questa modalità di cottura, puoi scegliere le ricette che desideri preparare sia tra quelle fornite in questo ricettario, sia creando le tue ricette personali. In questa modalità di cottura, scegli le diverse funzioni seguendo le indicazioni fornite in questo manuale per l'uso di entrambe le zone, con temperature e tempi di cottura differenti. E, naturalmente, puoi modificare la temperatura e il tempo di cottura in base alle ricette.

In questa modalità, avvia la cottura con il tasto START, e ogni zona terminerà la cottura all'ora programmata. Ciò significa che se la ricetta per la zona 1 ha un tempo di cottura più breve finirà per prima la cottura, mentre la zona 2 finirà più tardi, se richiede un tempo più lungo.

I vantaggi di questa modalità sono che puoi servire due diversi piatti caldi allo stesso tempo senza aspettare. Puoi continuare a servire i piatti mentre vengono preparati. Un altro vantaggio è che quando hai finito di cucinare il primo piatto e il secondo è in cottura, puoi iniziare a cucinare il terzo piatto senza aspettare di finire la cottura del secondo, cucinando quindi senza interruzione.

Per cucinare in questa modalità, possiamo scegliere qualsiasi delle ricette fornite in questo ricettario. Ad esempio, scegliamo "SALMON ARROSTO" da cuocere nella zona 1 e "TORTA DI FRUTTA CANDITA" nel zona 2. Quando finiremo il primo piatto di "SALMON ARROSTITO", avremo la "TORTA DI FRUTTI CANDITI" pronta per il dolce.

#### SMART COOK



SALMON  
ZONA 1



TORTA DI FRUTTI  
CANDITI  
ZONA 2

### II. Cottura in entrambe le zone con ricette diverse, tempi diversi e fine cottura contemporanea / FUNZIONE SMART FINISH:

In questa modalità di cottura è possibile scegliere due diverse pietanze con tempi di cottura differenti, l'unica differenza è che utilizzeremo la funzione intelligente SMART FINISH, seguendo le istruzioni fornite in questo manuale.

I vantaggi della cottura con la funzione intelligente SMART FINISH sono che i due piatti possono essere serviti insieme. Quindi, se il primo piatto contiene due ricette diverse, queste possono essere servite contemporaneamente. Questa funzione rende tutti i commensali contenti, permettendo a tutti di mangiare allo stesso tempo, evitando che qualcuno gusti il cibo mentre altri stanno ancora aspettando.

Per cucinare in questa modalità, possiamo scegliere qualsiasi delle ricette fornite in questo ricettario. Ad esempio, possiamo scegliere "NASELLO FRITTO" per cuocere in zona 1 e "VERDURE GRIGLIATE" in zona 2 e alla fine scegliere la funzione "SMART FINISH". E così avremo i due piatti pronti da servire allo stesso tempo, mantenendo il proprio aroma e sapore.

#### SMART FINISH



NASELLO FRITTO  
ZONA 1



VERDURE GRIGLIATE  
ZONA 2

### III. Cottura con la stessa ricetta in entrambi i cestelli, per preparare grandi quantità / FUNZIONE MATCH COOK

La modalità di cottura con la funzione intelligente MATCH COOK serve per cucinare grandi quantità di cibo, seguendo le istruzioni fornite in questo manuale.

La funzione MATCH COOK è particolarmente utile in occasione di feste o grandi riunioni, in quanto offre il vantaggio di cucinare lo stesso piatto in grandi quantità utilizzando entrambi i cestelli contemporaneamente.

Per cucinare in questa modalità, puoi scegliere qualsiasi delle ricette fornite in questo ricettario. Ad esempio selezioniamo "ALI DI POLLO" e lo posizioniamo in entrambe le zone e selezioniamo la funzione intelligente "MATCH COOK", in modo da avere il cibo pronto contemporaneamente e in quantità doppia.

#### MATCH COOK



ALI DI POLLO  
ZONA 1



ALI DI POLLO  
ZONA 2

# Ali di pollo



## INGREDIENTI

- 10 ali di pollo
- Paprica dolce o piccante
- Pepe nero macinato
- Aglio tritato
- 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva
- Sale a piacere


## Tempo totale

 25 min

## Preparazione

 5 min

## Cottura

 20 min 200°C

## PREPARAZIONE

Metti le ali di pollo in una ciotola, aggiungi 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva.

Aggiungi mezzo cucchiaino di paprica dolce o piccante, aglio tritato, sale e pepe nero macinato a piacere.

Mescola bene tutti gli ingredienti e lascia macerare le ali di pollo in frigorifero per circa 2 ore.

## COTTURA

Seleziona la funzione "POLLO" tra le funzioni preimpostate della friggitrice SOGO seguendo i passaggi indicati in questo manuale. Metti le ali di pollo nel cestello della friggitrice disponendole in un unico strato e preriscalda.

Una volta che la friggitrice ad aria è preriscaldata, inserisci il cestello nella friggitrice e lascia cuocere fino a metà cottura, rimuovi il cestello dalla friggitrice e gira le ali di pollo.

Reinserisci il cestello e lasciare cuocere per il resto del tempo fino a doratura.

**Nota:** per ottenere ali di pollo croccanti, è importante non impilarle una sopra l'altra, ma cuocerle in un unico strato.

**Nota:** il processo di macerazione è piuttosto importante per rendere le ali di pollo croccanti e, a fine cottura, la temperatura può essere aumentata (nel caso in cui cuociano a bassa temperatura).

**Nota:** ti consigliamo inoltre di iniziare la cottura nella friggitrice ad aria a bassa temperatura, in modo che le pietanze si cuociano perfettamente, per poi aumentare la temperatura e ottenere il piatto perfetto.

**Nota:** per una cottura omogenea con più croccantezza, ti consigliamo di mescolare il cibo a metà cottura.



# Patate fritte



## INGREDIENTI

- 1/2 kg di patate
- 2 cucchiai di olio d'oliva
- Sale (a piacere)
- Pepe nero (a piacere)
- Acqua (per tenere le patate a mollo)

## Tempo totale



1 ora circa

## Preparazione



40 min (30 a mollo)

## Cottura



18 min 200°C

## PREPARAZIONE

Pela le patate e tagliale in bastoncini larghi 1cm.

Tieni le patate a mollo per 30 minuti in una ciotola di acqua fredda.

Dopodiché elimina tutta l'acqua e asciuga le patate con carta da cucina o un panno pulito.

## COTTURA

Versa le patate nel cestello di frittura e cospargile con dell'olio d'oliva.

Seleziona l'opzione "FRENCH FRIES" tra le funzioni preimpostate della friggitrice SOGO, seguendo le indicazioni di questo manuale delle istruzioni.

Inserisci il cestello nella friggitrice e lascia cucinare per 10 minuti, a metà cottura rimuovi il cestello e mescola le patate, in modo che cuociano uniformemente.

Al termine della cottura, toglì le patatine fritte e verifica che siano ben dorate da tutti i lati. In caso contrario e se necessario, friggile per altri 5 minuti, selezionando un tempo più lungo.

**Nota:** per una cottura omogenea con più croccantezza, ti consigliamo di mescolare il cibo a metà cottura.

# Pizza



## INGREDIENTI

### Per l'impasto

- 500gm di farina multiuso o farina forte
- 1 cucchiaino di lievito fresco (15gm)
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 bicchiere di acqua calda
- 1 cucchiaino di olio d'oliva

### Per il condimento

- 1 cetriolo (sbucciato e tritato)
- 10 funghi
- 2 cucchiaini di olive
- 1 cipolla, (sbucciata e tritata)
- 150gm di mozzarella
- Sale (a piacere)
- Pepe nero macinato (a piacere)
- 2 spicchi d'aglio schiacciati (per preparare la salsa)
- 100g di pomodori schiacciati
- Origano.
- Foglie di basilico fresco per guarnire

## Tempo totale



2 ora 45 min

## Preparazione



2 ora 25 min

## Cottura



20 min 180°C

## PREPARAZIONE

Come preparare l'impasto della pizza? Versa dell'acqua tiepida in una ciotolina, aggiungi il lievito fresco e mescola, quindi lascia riposare per circa 5-10 minuti.

Mescola farina, zucchero, olio d'oliva ed il lievito fresco preparato, continua ad aggiungere lentamente l'acqua tiepida. Impasta bene con le mani fino ad ottenere un impasto morbido e liscio.

Lascia riposare l'impasto coprendolo con un panno di cotone umido o tenendolo in uno spazio chiuso, come un forno, con sotto una teglia riempita di acqua calda per due ore o finché il suo volume raddoppi.

Mentre l'impasto fermenta, prepara la salsa versando in una ciotola il pomodoro schiacciato, il ketchup, gli spicchi d'aglio schiacciati e un po' di origano, mescolando bene.

Taglia le verdure a pezzetti di dimensioni simili, in modo che cuociano uniformemente.

Quando l'impasto sarà raddoppiato, toglie l'aria dal suo interno impastandolo bene a mano, quindi dividilo in palline rotonde e stendilo con un mattarello.

## COTTURA

Una volta stesa la base della pizza, fodera il cestello della friggitrice ad aria con un foglio di alluminio e mettili sopra l'impasto per la pizza.

Ricopri l'impasto con la salsa di pomodoro, aggiungi il formaggio, spolverate con sale e pepe a piacere. Aggiungi le verdure e altro formaggio per un perfetto sapore di formaggio.

Preriscalda la friggitrice SOGO, seleziona le opzioni "PIZZA" e quindi "PREHEAT". Una volta preriscaldata la friggitrice, inserisci il cestello con la pizza e cuocila fino a quando il formaggio non si sarà sciolto completamente e l'impasto sarà cotto perfettamente.

# Torta di frutta candita



## INGREDIENTI

- 200gm di farina multiuso
- 150gm di olio di semi di girasole / olio d'oliva
- 150gm di zucchero
- 3 uova medie
- 60ml di latte
- Un cucchiaino (6g) di lievito in polvere
- Essenza di vaniglia
- 100g frutta candita tritata finemente
- 25gm di anacardi tritati
- 25gm di mandorle tritate

## Tempo totale

 50 min

## Preparazione

 15 min

## Cottura

 35-40 min

## PREPARAZIONE

Versa l'olio in una ciotola capiente, aggiungi lo zucchero e mescola bene con l'aiuto di un frullatore a immersione o una frusta.

Aggiungi le uova una ad una e mescola fino ad ottenere un impasto chiaro.

Aggiungi il latte, l'essenza di vaniglia ed il lievito, e mescola bene. Unisci poco alla volta la farina setacciata e mescola bene con l'aiuto di una frusta per preparare l'impasto.

**Nota:** per ottenere i migliori risultati è necessario aggiungere gradualmente la farina continuando a mescolare.

Una volta che l'impasto è pronto, aggiungi i canditi tritati finemente, gli anacardi tritati e le mandorle tritate e preparare un impasto di medio spessore.

## COTTURA

Preriscalda la friggitrice SOGO selezionando le opzioni "TORTA" e quindi "PREHEAT" e porta il tempo di cottura a 35 minuti.

Versa l'impasto in una ciotola antiaderente, metti la ciotola nel cestello della friggitrice e lascia cuocere. A metà tempo di cottura, rimuovi il cestello e inserisci uno stuzzicadenti al centro della torta per verificarne lo stato di cottura, quindi reinserisci il cestello e porta a termine la cottura. A cottura ultimata, ricontrolla con lo stuzzicadenti, e se necessario inforna per qualche minuto in più.

**Nota:** la durata della cottura varia in base agli ingredienti, quindi si consiglia di cuocere 20-25 minuti senza interruzioni, e di controllare la cottura ogni 5 minuti per il tempo rimanente.

# Nasello fritto



## INGREDIENTI

- 4 pezzi di nasello
- Olio extra vergine di oliva
- Sale a piacere
- Origano
- Aglio in polvere
- Fettine di limone e coriandolo per decorare

## Tempo totale



15 min

## Preparazione



5 min

## Cottura



10 min

## PREPARAZIONE

Disponi i pezzi di nasello su una teglia e cospargili con olio d'oliva. Spalma l'olio e aggiungi sale, aglio e origano a piacere, distribuendoli bene.

## COTTURA

Seleziona la funzione "FISH" tra quelle preimpostate della friggitrice seguendo i passaggi indicati in questo manuale. Metti il nasello marinato nel cestello della friggitrice, disponendolo in un unico strato, e lascialo cuocere.

A metà cottura, rimuovi il cestello dalla friggitrice, gira i pezzi di nasello e quindi portali a fine cottura.

A cottura ultimata, servi decorando con fette di limone e coriandolo.

Durante la cottura nella friggitrice ad aria, ti consigliamo sempre di agitare il cibo a metà cottura per ottenere una pietanza perfetta e croccante.

**Nota:** Il tempo di cottura varia in base allo stato degli ingredienti, quindi ti consigliamo sempre di cuocere in piccole quantità per controllare lo stato degli alimenti a metà cottura.



# Pollo



## INGREDIENTI

- 6 cosce di pollo senza pelle
- Paprica in polvere
- Aglio in polvere
- Pepe nero macinato
- 1 spicchio d'aglio
- Sale a piacere

## Tempo totale



1 ora circa

## Preparazione



40 min

## Cottura



20 min

## PREPARAZIONE

Toglie la pelle dalle cosce di pollo oppure acquista cosce di pollo prive della pelle.

Metti le cosce di pollo in una ciotola, aggiungi gli altri ingredienti, mescola bene e fai riposare in frigo per 30 minuti.

## COTTURA

Seleziona la funzione "CHICKEN" tra le funzioni preimpostate della friggitrice SOGO, seguendo i passaggi indicati in questo manuale. Metti le cosce di pollo nel cestello della friggitrice ad aria in un unico strato e lasciale cuocere.

A metà cottura, rimuovi il cestello dalla friggitrice SOGO, gira le cosce di pollo e portale a fine cottura.

Quando cucini nella friggitrice ad aria, ti consigliamo sempre di agitare il cibo a metà cottura per ottenere un risultato fragrante e perfetto.

**Nota:** Il tempo di cottura varia in base allo stato degli ingredienti, quindi ti consigliamo sempre di cuocere in piccole quantità e di controllare lo stato degli alimenti a metà cottura.

Nota: condisci con le spezie secondo il tuo gusto e il sapore che desideri ottenere, e se credi servi guarnendo con fettine di limone e coriandolo.

# Salmone arrosto



## INGREDIENTI

- 250g di salmone
- 1/2 mazzetto di asparagi
- 1 spicchio d'aglio a fettine
- 1-2 cucchiaini (15-30ml) di olio extra vergine di oliva
- 1/2 cucchiaino (2,5g) pepe nero appena macinato
- 1/2 tazza (125g) di olive, snocciolate e tritate
- 1 tazza (250g) di pomodorini
- 1/2 cucchiaino (2,5g) di sale

## PREPARAZIONE

Disponi i pezzi di salmone in un vassoio o piatto, cospargili con olio d'oliva e con sale e pepe a piacere.

Stendi un foglio di alluminio nel cestello della friggitrice.

## COTTURA

Trasferisci i pezzi di salmone nel cestello della friggitrice, aggiungi i pomodorini, gli asparagi e le olive.

Seleziona la funzione "STEAK" tra le funzioni di cottura preimpostate della friggitrice SOGO seguendo i passaggi indicati in questo manuale.

Il tempo di cottura totale è di circa 12 minuti, a metà cottura rimuovi il cestello e gira i pezzi di salmone, quindi rimetti il cestello nella friggitrice e portali a fine cottura.

Quando il salmone sarà opaco e le verdure rosolate, sforna e servi.

### Tempo totale



15 min

### Preparazione



3 min

### Cottura



10-12 min

# Mele secche



## INGREDIENTI

- 2 mele medie

## Tempo totale

 4 - 6 ore

## PREPARAZIONE

Rimuovi il torsolo dalla mela con un coltello da cucina e poi tagliala a fettine sottili.

## COTTURA

Seleziona la funzione "DEHYDRATE" tra le funzioni del menu preimpostato della friggitrice SOGO seguendo i passaggi indicati in questo manuale. Programma il tempo a 4 ore.

Metti le fettine di mela nel cestello della friggitrice e inseriscile nella friggitrice ad aria per disidratarle. A metà del processo di disidratazione, estrai il cestello, scuoti le fettine di mela e rimettile nella friggitrice fino a fine cottura.

Una volta pronte, lasciale raffreddare prima di trasferirle in un contenitore ermetico.

**Nota:** è importante disidratare a bassa temperatura per lunghi periodi di tempo, in modo che il cibo si disidrati completamente.

# Bracirole di maiale



## INGREDIENTI

- 2 bracirole di maiale
- Sale e pepe
- Fettine di limone e coriandolo per decorare

## Tempo totale



15 min

## Preparazione



3 min

## Cottura



12 min

## PREPARAZIONE

Condisci le bracirole di maiale con sale e pepe.

## COTTURA

Preriscalda la friggitrice SOGO selezionando le opzioni "STEAM" e quindi "PREHEAT".

Metti le bracirole di maiale nel cestello della friggitrice ad aria con rivestimento antiaderente e cuocile.

Il tempo di cottura delle bracirole di maiale dipende dalle tue preferenze; girale sempre a metà per ottenere un colore uniforme e un risultato più fragrante.



# Verdure grigliate



## INGREDIENTI

- 2 patate
- 1 cetriolo
- 10 funghi
- 1 broccolo
- 1 cipolla sbucciata
- 5 asparagi
- 2 carote
- 2 cucchiaini olio d'oliva
- 1 cucchiaino di aglio in polvere
- 1/2 cucchiaino di sale
- Pepe nero a piacere

## PREPARAZIONE

Pela le verdure con buccia, come carote, cetriolo e patate. Tagliale in pezzi di dimensioni simili, in modo che cuociano uniformemente.

## COTTURA

Copri il cestello con un foglio di alluminio e metti tutte le verdure al suo interno, ma senza riempirlo troppo. Irrora con olio d'oliva, spolvera con sale, pepe nero ed eventuali altre spezie a piacere.

Posiziona il cestello nella friggitrice ad aria e cuoci selezionando la funzione "VEGETABLES" dalle funzioni preimpostate della friggitrice SOGO seguendo i passaggi indicati in questo manuale.

A metà cottura, rimuovi il cestello, scuotilo e reinseriscilo, in modo che le verdure cuociano uniformemente.

### Tempo totale

 30 min

### Preparazione

 15 min

### Cottura

 15 min

# Churro



## INGREDIENTI

- 1 bicchiere d'acqua
- 1 cucchiaio di burro non salato
- 25g di zucchero per preparare l'impasto e 150gm di zucchero per coprire i churro
- 250g di farina multiuso
- Sale a piacere
- Olio spray
- Tasca da pasticciere

## Tempo totale

 20 min

## Preparazione

 12 min

## Cottura

 8 min

## PREPARAZIONE

Versa l'acqua in una casseruola, aggiungere sale q.b. e 2 cucchiaini di zucchero, e porta l'acqua ad ebollizione.

Non appena l'acqua bolle, aggiungi la farina multiuso, mescola con l'aiuto di un cucchiaio di legno fino a quando non è ben amalgamata e senza grumi.

Metti l'impasto nella tasca da pasticciere.

Spruzza la base del cestello con dell'olio spray, formare i churro aiutandosi con la tasca da pasticciere.

Una volta formati i churro, irrorate ancora con dell'olio.

## COTTURA

Seleziona la funzione "FRIES" tra quelle preimpostate della friggitrice SOGO seguendo i passaggi indicati in questo manuale e modificare il tempo a 8 minuti.

Inserisci il cestello nella friggitrice e avvia la cottura. A metà cottura, rimuovi il cestello e scuotilo per ottenere un risultato omogeneo.

Reinserisci il cestello e frigi per il resto del tempo o fino a doratura. A fine cottura, rimuovi il ce

### **Descargo de responsabilidad**

SOGO no es responsable del resultado de ninguna receta que pruebe en este folleto de recetas. Es posible que no logres los resultados deseados debido a variaciones en elementos tales como ingredientes, temperaturas de cocción, errores tipográficos, errores, omisiones o capacidad de cocción individual. Siempre debe utilizar su mejor criterio cuando cocine con ingredientes crudos como huevos, pollo o mariscos, y busque asesoramiento de expertos antes de comenzar si no está seguro. Revise todos los ingredientes antes de probar una receta para estar completamente al tanto de la presencia de sustancias que podrían causar una reacción adversa en algunos consumidores. Las recetas no han sido probadas formalmente por nosotros ni para nosotros y no proporcionamos ninguna garantía ni aceptamos ninguna responsabilidad u obligación con respecto a su originalidad, calidad, valor nutricional o seguridad. Las imágenes dadas de los platos hechos en este recetario son sólo para referencia e indicaciones y puede ser que no coincidan con el resultados finales de la cocción.

### **Disclaimer**

SOGO is not responsible for the outcome of any recipe you try from this recipe booklet. You may not achieve desired results due to variations in elements such as ingredients, cooking temperatures, typos, errors, omissions, or individual cooking ability. You should always use your best judgment when cooking with raw ingredients such as eggs, chicken, or seafood and seek expert advice before beginning if you are unsure. Please review all ingredients prior to trying a recipe in order to be fully aware of the presence of substances which might cause an adverse reaction in some consumers. Recipes have not been formally tested by us or for us and we do not provide any assurances nor accept any responsibility or liability with regard to their originality, quality, nutritional value, or safety. The images of the cooked recipes shown in this booklet are only for reference and indications and may not match fully with the outcome of the final cooking results.

### **Avertissement**

SOGO n'est pas responsable du résultat de toute recette que vous essayez à partir de ce livret de recettes. Vous risquez de ne pas obtenir les résultats souhaités en raison de variations d'éléments tels que les ingrédients, les températures de cuisson, les fautes de frappe, les erreurs, les omissions ou les capacités de cuisson individuelles. Vous devez toujours faire preuve de discernement lorsque vous cuisinez avec des ingrédients crus tels que des œufs, du poulet ou des fruits de mer, et demandez conseil à un expert avant de commencer, si vous avez un doute. Veuillez examiner tous les ingrédients avant d'essayer une recette afin d'être pleinement conscient de la présence de substances susceptibles de provoquer une réaction indésirable chez certains consommateurs. Les recettes n'ont pas été formellement testées par nous ou pour nous et nous ne fournissons aucune assurance ni n'assumons aucune responsabilité quant à leur originalité, leur qualité, leur valeur nutritionnelle ou leur sécurité. Les images données des plats préparés dans ce livre de recettes sont à titre de référence et d'indication seulement et peuvent ne pas correspondre au résultat final de la cuisson.

### **Isenção de responsabilidade**

A SOGO não é responsável pelo resultado de qualquer receita que você tente deste livreto de receitas. Você pode não alcançar os resultados desejados devido a variações em elementos como ingredientes, temperaturas de cozimento, erros de digitação, erros, omissões ou capacidade de cozimento individual. Você deve sempre usar seu bom senso ao cozinhar com ingredientes crus, como ovos, frango ou frutos do mar, e procurar orientação de especialistas antes de começar, caso não tenha certeza. Por favor, revise todos os ingredientes antes de tentar uma receita, a fim de estar plenamente ciente da presença de substâncias que podem causar uma reação adversa em alguns consumidores. As receitas não foram formalmente testadas por nós ou por nós e não fornecemos garantias nem aceitamos qualquer responsabilidade em relação à sua originalidade, qualidade, valor nutricional ou segurança. As imagens dadas dos pratos feitos neste livro de receitas são apenas para referência e indicações e podem não coincidir com o resultado final da culinária.

### **Haftungsausschluss**

SOGO ist nicht für das Ergebnis eines Rezepts verantwortlich, das Sie aus dieser Rezeptbroschüre versuchen. Sie erzielen möglicherweise nicht die gewünschten Ergebnisse aufgrund von Schwankungen bei den Elementen wie Zutaten, Kochtemperaturen, Tippfehlern, Fehlern, Auslassungen oder individuellen Kochfähigkeiten. Wenn Sie mit rohen Zutaten wie Eiern, Hühnchen oder Meeresfrüchten zubereiten, sollten Sie immer Ihr bestes Urteilsvermögen einhalten und sich vor dem Beginn eines Experten beraten lassen, wenn Sie unsicher sind. Bitte überprüfen Sie alle Zutaten, bevor Sie ein Rezept probieren, um sich über das Vorhandensein von Substanzen zu informieren, die bei einigen Verbrauchern zu Nebenwirkungen führen können. Rezepte wurden weder von uns noch für uns formell geprüft. Wir geben keine Zusicherungen ab und übernehmen keine Verantwortung oder Haftung in Bezug auf Originalität, Qualität, Nährwert oder Sicherheit. Die Bilder der Gerichte in diesem Rezeptbuch sind als Referenz und Nur Hinweise und kann nicht mit dem Endergebnis des Kochens übereinstimmen.

### **Dichiarazione di non responsabilità**

SOGO non è responsabile per l'esito di alcuna ricetta provata da questo ricettario. Non è possibile ottenere risultati desiderati a causa di variazioni di elementi quali ingredienti, temperature di cottura, errori di battitura, errori, omissioni o capacità di cottura individuale. Dovresti sempre usare il tuo miglior giudizio quando cucini con ingredienti crudi come uova, pollo o frutti di mare e chiedi consiglio agli esperti prima di iniziare se non sei sicuro. Si prega di rivedere tutti gli ingredienti prima di provare una ricetta per essere pienamente consapevoli della presenza di sostanze che potrebbero causare una reazione avversa in alcuni consumatori. Le ricette non sono state formalmente testate da noi o per noi e non forniamo alcuna garanzia né accettiamo alcuna responsabilità in merito alla loro originalità, qualità, valore nutrizionale o sicurezza. Le immagini fornite dei piatti realizzati in questo ricettario sono solo a referto e indicazioni e potrebbero non corrispondere al risultato finale della cottura.







