SOGO®

Human Technology

Recetas deliciosas y saludables

Recipes • Recettes • Receitas
Rezepte • Ricette

SS-10930

FREIDORA DE AIRE 11L

Consejos útiles

1. Retire la cesta para freír directamente durante el proceso de cocción, la máquina se detendrá. Vuelva a instalar la canasta dentro de los 30 minutos y la máquina seguirá funcionando con dos pitidos.
2. Para menos humo, use aceite de canola, aguacate, vegetal o de semilla de uva. El aceite de oliva puede generar más humo.
3. Los alimentos vienen en diferentes formas y tamaños, que requieren diferentes tiempos de cocción, por lo que es posible que deba aumentar o disminuir el tiempo de cocción para lograr el resultado deseado.
4. Se sugiere descongelar la carne a temperatura ambiente antes de cocinarla, para obtener un resultado más jugoso.
5. No agregue demasiados ingredientes en la canasta para freír. Cocinar en lotes más pequeños crea un resultado uniforme y más rápido.
6. Agitar los alimentos a la mitad del proceso de cocción producirá mejores resultados y ayudará a evitar resultados desiguales.

Useful tips

1. Remove the frying basket directly during the cooking process, the machine will pause. Reinstall the basket within 30 minutes and machine will continue to work with two beeps.
2. For less smoke, use canola, avocado, vegetable, or grapeseed oil. Olive oil might create more smoke.
3. Food comes in different shapes and sizes, which require different cooking times, so you may need to increase or decrease the cook time to achieve desired result.
4. It is suggested to defrost the meat to room temperature before cooking, for more juicy result.
5. Don't add too many ingredients in the frying basket. Cooking in smaller batches create an even and faster result.
6. Shaking small foods halfway through cooking time will bring out better results and help to prevent unevenly result.

Conseils utiles

1. Retirez le panier à friture directement pendant le processus de cuisson, la machine s'arrêtera. Réinstallez le panier dans les 30 minutes et la machine continuera à fonctionner avec deux bips.
2. Pour moins de fumée, utilisez de l'huile de canola, d'avocat, végétale ou de pépins de raisin. L'huile d'olive peut créer plus de fumée.
3. Les aliments se présentent sous différentes formes et tailles, qui nécessitent des temps de cuisson différents, vous devrez donc peut-être augmenter ou diminuer le temps de cuisson pour obtenir le résultat souhaité.
4. Il est suggéré de décongeler la viande à température ambiante avant la cuisson, pour un résultat plus juteux.
5. N'ajoutez pas trop d'ingrédients dans le panier à friture. La cuisson en petites quantités crée un résultat uniforme et plus rapide.
6. Secouer les aliments à mi-cuisson donnera de meilleurs résultats et aidera à éviter des résultats inégaux.

Dicas úteis

1. Remova o cesto de fritar diretamente durante o processo de cozimento, a máquina irá parar. Reinstale a cesta em 30 minutos e a máquina continuará funcionando com dois bipes.
2. Para menos fumaça, use óleo de canola, abacate, vegetal ou óleo de semente de uva. O azeite pode criar mais fumaça.
3. Os alimentos vêm em diferentes formas e tamanhos, que requerem diferentes tempos de cozimento, portanto, pode ser necessário aumentar ou diminuir o tempo de cozimento para obter o resultado desejado.
4. Sugere-se descongelar a carne à temperatura ambiente antes de cozinhar, para um resultado mais suculento.
5. Não coloque muitos ingredientes na cesta de fritar. Cozinhar em lotes menores cria um resultado mais rápido e uniforme.
6. Agitar os alimentos na metade do processo de cozimento trará melhores resultados e ajudará a evitar resultados desiguais.

Nützliche tipps

1. Nehmen Sie den Frittierkorb direkt während des Garvorgangs heraus, die Maschine stoppt. Setzen Sie den Korb innerhalb von 30 Minuten wieder ein und die Maschine arbeitet mit zwei Signaltönen weiter.
2. Verwenden Sie für weniger Rauch Raps-, Avocado-, Pflan en- oder Traubenkernöl. Olivenöl könnte mehr Rauch erzeugen.
3. Lebensmittel gibt es in unterschiedlichen Formen und Größen, die unterschiedliche Garzeiten erfordern. Daher müssen Sie die Garzeit möglicherweise verlängern oder verkürzen, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen.
4. Es wird empfohlen, das Fleisch vor dem Garen auf Raumtemperatur aufzutauen, um ein saftigeres Ergebnis zu erzielen.
5. Geben Sie nicht zu viele Zutaten in den Frittierkorb. Kochen in kleineren Chargen führt zu einem gleichmäßigeren und schnelleren Ergebnis.
6. Das Schütteln der Speisen nach der Hälfte des Garvorgangs führt zu besseren Ergebnissen und hilft, ungleichmäßige Ergebnisse zu vermeiden.

Consigli utili

1. Rimuovere il cestello di frittura direttamente durante il processo di cottura, la macchina si fermerà. Reinstallare il cestello entro 30 minuti e la macchina continuerà a funzionare con due segnali acustici.
2. Per meno fumo, usa olio di colza, avocado, vegetale o di semi d'uva. L'olio d'oliva potrebbe creare più fumo.
3. Il cibo è disponibile in diverse forme e dimensioni, che richiedono tempi di cottura diversi, quindi potrebbe essere necessario aumentare o diminuire il tempo di cottura per ottenere il risultato desiderato.
4. Si consiglia di scongelare la carne a temperatura ambiente prima della cottura, per un risultato più succoso.
5. Non aggiungere troppi ingredienti nel cestello. La cottura in lotti più piccoli crea un risultato uniforme e più veloce.
6. Scuotere il cibo a metà del processo di cottura consentirà di ottenere risultati migliori e aiuterà a prevenire risultati non uniformi.

Patatas fritas

INGREDIENTES

500 gramos de patatas, 1 cucharada de aceite de oliva, Sal al gusto (opcional)

MÉTODO

1. Pele las patatas y córtelas de 1,5 cm de medida.
2. Remojar las patatas en agua durante aprox. 15 minutos y luego secar con papel de cocina.
3. Agregue la sal y rocíe el aceite de oliva sobre las patatas fritas.
4. Coloque las patatas fritas en la Cesta freidora.
5. Seleccione la opción "PATATAS FRITAS" de los menús preestablecidos de su propia Freidora de Aire Multifunción SOGO que fríe las patatas a 200ºC durante 25 minutos.
6. Para cocinar uniformemente y obtener un resultado más crujiente, agite las patatas fritas a la mitad del proceso de cocción.
7. Una vez que adquiera el color amarillo dorado, sacar y servir.

Aros de cebolla

INGREDIENTES

1 cebolla, 3 g de polvo de paprika ahumado, 3 g de sal de mesa, 150 g de harina para todo uso, 2 g de pimienta molida, 1 huevo, 130 ml de leche

MÉTODO

1. Lave la cebolla y córtela en aros de aproximadamente 1 cm. Separe con cuidado los anillos entre uno al otro.
2. Combine la harina, la sal y el pimentón en un tazón mediano y revuelva bien.
3. Combine el huevo, la leche y la sal en otro tazón y revuelva bien.
4. Primero, cubra cada aro de cebolla con la mezcla de harina. En segundo lugar, cubra cada aro con la mezcla de huevo, luego cubra los aros con pan rallado y transfiéra lo en la cesta freidora preparada para fritar.
5. Seleccione la opción de "PATATAS FRITAS" del menú preestablecido de la Freidora de aire Multifunción SOGO y freir hasta conseguir el color dorado.

Calabacín frito

INGREDIENTES

Calabacín, Harina de almendra, Queso parmesano, Pimentón en polvo (según necesidad), Sal al gusto

MÉTODO

1. Combine la harina de almendras, el queso parmesano, el pimentón ahumado y la sal en un tazón mediano.
2. Coloque las fritas de calabacín en otro tazón y rocíe con aceite de oliva en aerosol.
3. Sumerja las fritas en la mezcla de queso parmesano, asegurándose de que todos los lados estén bien cubiertos.
4. Coloque las en una sola capa dentro de la cesta freidora.
5. Seleccione el funcion "PATATAS FRITAS" de su Freidora de aire Multifunción SOGO y freirlas de a 200ºC por 25 minutos (cambiando tiempo) hasta que estén doradas y crujientes.
6. Retirar de la freidora y servir.

Alitas de pollo

INGREDIENTES

10 alitas de pollo, 1/2 taza de salsa de soja dulce, 1 pieza de jengibre de aproximadamente 2,5 cm (rallada), 1/4 de taza de miel, 1 cucharada de aceite de oliva, 1 cucharadita de comino en polvo, 1 cucharadita de chile en polvo (opcional), Sal y pimienta al gusto

MÉTODO

1. Mezcle todos los ingredientes (menos las alitas de pollo) en un tazón.
2. Agregue las alitas de pollo a la mezcla y colóquelas en la nevera durante aprox. 2 horas.
3. Coloque las alitas de pollo en la cesta freidora.
4. Seleccione la opción de "POLLO" de los menús preestablecidos de la Freidora de aire Multifunción SOGO para cocinar.
5. Gire las alitas de pollo a la mitad para obtenerlas uniformemente cocidas o hasta que la piel esté dorada y crujiente.

Salmón asado

INGREDIENTES

250g de salmón, 1/2 manojo de espárragos, recortados, 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

MÉTODO

1. Coloque el salmón, los tomates, los espárragos, las aceitunas y el ajo en la cesta de freidora. Rocíe con aceite de oliva y espolvoree con sal y pimienta.
2. Colocar la cesta freidora en la freidora de aire. Poner en función "PESCADO" a 200º C durante 20 minutos en la Freidora de aire multifunción SOGO, cocinar hasta que el salmon esté opaco y las verduras se doren.

Langostinos picantes

INGREDIENTES

1 cucharadita de aceite de oliva, 1 diente de ajo finamen e picado, 1 guindilla roja finamen e picada, Media cucharadita de pimienta negra picante. Media cucharadita de pimentón (opcional), 10 gambas enteras

MÉTODO

1. Cubra ligeramente las gambas con aceite de oliva, luego colóque las en cesta freidora.
2. Seleccionando el funcion "PESCADO" Fije la temperatura de su Freidora de aire Multifunción SOGO a 180°C y el temporizador a 13 minutos y poner en la marcha. Siempre dé la vuelta a la comida a la mitad del processo de coccion.
3. Combine los chiles picados y el ajo, la pimienta negra y el pimentón (opcional), luego mezcle con el aceite de oliva.
4. Use esta mezcla como salsa para mojar y ¡disfrútelo!

Camarones fritos

INGREDIENTES

240g (alrededor de 25) de camarones grandes, pelados y desvenados, 1/2 cucharada de aceite de oliva, Cuñas de lima, para servir, 2 cucharaditas de sal, 1/2 cucharada de pimienta, 1/2 cucharada de ajo en polvo, 1/2 cucharada de cebolla en polvo, 1/2 cucharada de pimentón ahumado, 1 cucharada de orégano, 1 cucharada de tomillo, 1/2 cucharada de salvia

MÉTODO

1. En un tazón pequeño, combine las especias y reserve.
2. En un tazón grande, combine los camarones pelados y desvenados, el aceite de oliva y 1 1/2 cucharada de especias. Almacene las especias restantes para otro uso.
3. Transfiera los camarones sazonados a la cesta de la freidora. Inserte la cesta en la freidora de aire.
4. Seleccionando el funcion "PESCADO" Fije la temperatura de su Freidora de aire Multifunción SOGO a 180ºC y el temporizador a 15 minutos y poner en la marcha. Siempre dé la vuelta a la comida a la mitad del processo de coccion.
5. Cuando el camarón esté opaco y cocido, transfiéralo a un plato para servir. Servir con gajos de lima.

Pizza

INGREDIENTES

Pizza congelada de 18 cm de diámetro / 3 porciones de pizza congelada de tamaño familiar

MÉTODO

1. Encienda la freidora de aire y seleccione la opción Pizza de su freidora de aire multifunción SOGO.
2. Cambie el tiempo a 2 minutos y deje que se precaliente, una vez precalentada, coloque la pizza completa en la cesta de la freidora (según el tamaño sugerido) o 3 porciones de pizza familiar congelada y vuelva a colocarla.
3. Vuelva a empezar a cocinar con la función Pizza y déjelo cocinar a 180°C durante 15 minutos. Puede comprobar el estado de cocción entremedias
4. Una vez que finalice el tiempo de cocción, retire la cesta freidora y verifique si se ha cocinado correctamente y, en caso de que necesite cocinar más, seleccione nuevamente la función de pizza y cocine por 2 a 3 minutos más.
5. Una vez terminada la cocción, sírvala caliente.

Chuletas de cordero fritas

INGREDIENTES

10 chuletas de costilla de cordero pequeñas, 2 cucharadas de ajo picado, 1-1/2 cucharada de romero fresco, picado, 1 cucharadita pimiento rojo triturado seco, Romero fresco ramitas (opcional)

MÉTODO

1. En un tazón pequeño, combine el ajo, el romero y el pimiento rojo triturado. Frote aproximadamente 1/4 cucharadita de la mezcla sobre ambos lados de cada chuleta de cordero.
2. Espolvorear las chuletas de cordero con sal y poner en un plato, tapar y refrigerar durante aproximadamente 3-4 horas. Cuando esté listo para cocinar, coloque las chuletas de cordero en la cesta freidora.
3. Seleccione el funcion "BISTEC" y Fije la temperatura de su Freidora de aire Multifunción SOGO a 180°C y el temporizador a 13 minutos.
4. Cocine durante aproximadamente 13 minutos, dependiendo de qué tan bien se requiera cocinar la carne. Decore las chuletas de cordero con romero si lo desea y luego sirva.

Filete de pescado

INGREDIENTES

Filete de pescado 300g, 100g. Harina, sal, pimienta en polvo, salsa tártara en pequeña cantidad, 1 huevo

MÉTODO

1. Preparar los filetes limpios y secos en el recipiente.
2. Extender un poco de sal y pimienta en polvo por encima.
3. Pasar por harina y huevo.
4. Colocar el pescado preparado en cesta freidora de LA FREIDORA DE AIRE y freír a 180 grados durante 13 minutos seleccionando el funcion "BISTEC".
5. Una vez preparada, retirar y colocar en un recipiente con la salsa tártara.

Pastel de calabaza

INGREDIENTES

2 huevos, 125 g de yogur, 250 puré de calabaza (sin pepitas y piel), 125 g de azúcar, 250 g de harina para, todo uso, 60 ml de aceite de oliva, 1/4 cucharada de levadura en polvo para hornear, Limón rallado, Azúcar en polvo

MÉTODO

1. Mezclar todos los ingredientes líquidos como huevos, yogurt, puré de calabaza, aceite y azúcar y batir bien con un batidor.
2. Agregue gradualmente todos los ingredientes secos como harina de todo uso, levadura en polvo y ralladura de limón.
3. Preparar un molde redondo con base cubierto con papel vegetal y verter la masa preparada en el molde.
4. Seleccione el funcion "HORNEAR" de su freidora de aire Multifuncion SOGO, fije la temperatura a 160º y el tiempo por 25 minutos y déje lo hornear.
5. Compruébalo con ayuda de cuchillo o brocheta de madera si el bizcocho ha sido horneado o no.
6. Dejar enfriar y espolvorear con azúcar en polvo.
7. Cortar en trozos pequeños y servir.

Brownie de Chocolate

INGREDIENTES

70 gramos de trozos de chocolate, 70 gramos de mantequilla sin sal, 1 huevo grande, ligeramente batido, 50 gramos de azúcar moreno, 1/2 cucharadita de extracto de vainilla, 50 gramos de harina con levadura, 30 gramos de nueces (opcional)

MÉTODO

1. Derretir el chocolate y la mantequilla juntos en una sartén a fuego lento, mezclar bien, dejar enfriar y reservar.
2. Mezcle los huevos, el azúcar y el extracto de vainilla en un tazón aparte hasta que esté suave y cremoso, luego agregue la mezcla de chocolate, la harina con levadura y remueva bien. Agregue las nueces (opcional)
3. Cubra un molde para hornear con papel de hornear, luego llénela con la mezcla de brownie y coloque el molde en la cesta freidora.
4. Seleccione el funcion "HORNEAR" de su freidora de aire Multifuncion SOGO, fije la temperatura a 160º y el tiempo a 25 minutos y hornee hasta que la superficie esté agradable y crujiente.
5. Retire el molde de brownie de chocolate y déje la enfriar, una vez que esté fría, corte en el tamaño cuadrado deseado y ¡disfrútelo!

French fries

INGREDIENTS

500 Grams Potatoes, 1 tbsp of Olive oil,
Salt to taste (optional)

METHOD

1. Peel potatoes & cut into slices.
2. Soak the Potatoes in water for approx. 15 minutes then dry with paper towel.
3. Add the salt and drizzle olive oil over the French fries.
4. Place the French fries in the Air fryer basket.
5. Select "FRENCH FRIES" option from preset menus of your SOGO Multifunction Air fryer which fries the potatoes at 200°C for 25 minutes.
6. In order to achieve even cooking and get a crunchier result, shake the fries halfway through the cooking process.
7. Once turn into the yellow golden colour, take out and serve.

Onion rings

INGREDIENTS

1 Onion, 3 g Smoked Paprika, 3 g table salt, 150 gm All Purpose Flour, 2 g ground pepper, 3 g table salt, 1 Egg, 130 ml Milk

METHOD

1. Rinse the onion and cut into approximately 1 cm rings. Carefully separate the rings from each other.
2. Combine the flour, salt and paprika powder in a medium bowl and stir well.
3. Combine the egg, milk and salt in an other bowl and stir well.
4. First, coat each onion ring in the flour mixture. Second, coat each ring in the egg mixture, then coat rings in bread crumbs and transfer to already prepared frying basket.
5. Place the basket into the air fryer. Select the "FRENCH FRIES" cooking option from pre-established menú of SOGO Multifuction Airfryer and fry until Golden Brown color achieved.

Zucchini fries

INGREDIENTS

Zucchini, Almond flou , Parmesan cheese, Paprika powder (as per need), Salt for taste

METHOD

1. Combine the almond flour, Parmesan cheese, smoked paprika and salt in a medium mixing bowl.
2. Place zucchini fries in another bowl and spray with olive oil spray.
3. Dip fries into the Parmesan cheese mixture, making sure all sides are well coated.
4. Place fries in a single layer inside the air fryer basket.
5. Select the "FRENCH FRIES" function of your SOGO Multifunction Air Fryer and fry them at 200ºC for 25 minutes (by changing time) until golden brown and crispy.
6. Remove from the air fryer and serve.

Chicken wings

INGREDIENTS

10 chicken wings, 1/2 cup of sweet soy sauce, 1 approx 2.5cm ginger piece (grated), 1/4 cup of honey, 1 tbsp olive oil, 1 tsp cumin powder, 1 tsp chilli powder (optional), Salt & pepper to taste

METHOD

1. Mix all ingredients (except chicken wings) in a bowl.
2. Add the chicken wings to the mixture and place in the fridge for approx. 2 hours.
3. Place the chicken wings into the air fryer basket.
4. Select the "CHICKEN" option from pre-established menus of the SOGO Multifunction Airfryer to cook.
5. Flip the chicken wings at the halfway mark in order to get the evenly cooked food and cook for a further 5 minutes or until the skin is crispy and golden Brown.

Roasted salmon

INGREDIENTS

250g wild salmon, 1/2 bunch asparagus trimmed, 1 garlic clove sliced, 1-2 tablespoons (15 to 30 ml) extra virgin olive oil, 1/2 teaspoon (1 mi) freshly ground black pepper, 1/2 cup (125 mi) Kalamata olives, pitted and roughly chopped, 1 cup (250 mi) cherry tomatoes, 1/2 teaspoon (2.5 mi) salt

METHOD

1. Put salmon, tomatoes, asparagus, olives and garlic into the Frying basket. Drizzle with olive oil and sprinkle with salt and pepper.
2. Place the fryer basket in the air fryer. Set "FISH" function, with the temperature to 200º C and the time to 20 minutes of the SOGO multifunction air fryer, cook until the salmon is opaque and the vegetables are golden brown.

Spicy prawns

INGREDIENTS

1 tsp of olive oil, 1 clove of garlic, fine chopped, 1 ed chilli, fine chopped, Half tsp spicy black pepper, Half tsp paprika (optional), 10 whole prawns

METHOD

1. Lightly coat the prawns with olive oil, then place them into your air fryer basket
2. Select the "FISH" function,set the temperature of your SOGO Multifunction Air Fryer to 180° C and the timer to 15 minutes and start. Always turn food in halfway through the cooking process.
3. Combine the chopped chillies and garlic, black pepper and paprika (optional), then mix in the olive oil.
4. Use this mixture as your dipping sauce and enjoy!

Fried shrimp

INGREDIENTS

240g (about 25) large shrimp, peeled and deveined, 1/2 tablespoon of olive oil, Lime wedges, to serve, 2 teaspoon of salt, 1/2 tablespoon of pepper, 1/2 tablespoon garlic powder, 1/2 tablespoon onion powder, 1/2 tablespoon smoked paprika, 1 tablespoon oregano, 1 tablespoon thyme, 1/2 tablespoon of sage

METHOD

1. In a small bowl, combine the spices and set aside.
2. In a large bowl, combine peeled and deveined shrimp, olive oil, and 1 1/2 tablespoons of spices. Store the remaining spices for another use.
3. Transfer the seasoned shrimp to the the fryer basket. Insert the basket into the air fryer.
4. Select the "FISH" function, Set the temperature of your SOGO Multifunction Air Fryer to 180°C and the timer to 15 minutes and start. Always turn food in half way throughgh the cooking process.
5. When shrimp is opaque and cooked, transfer to serving plate.
6. Serve with lime wedges.

Pizza

INGREDIENTS

18cm diameter frozen pizza / 3 portions of family size pizza

METHOD

1. Turn on the air fryer and select Pizza option of your SOGO multifunction air fryer.
2. Change the time to 2 minutes and let it preheat, once it preheated place the full pizza in fryer basket (as suggested size) or 3 portions of family size frozen pizza and put it back.
3. Start cooking with Pizza function again and let it cook for 180°C for 15 minutes, you can check the cooking status in between by see through window or by removing the basket.
4. Once the cooking time finishes remove the basket and check if it has been cooked properly and in case need to cook more, select the pizza function again and cook it for 2 – 3 minutes more.
5. Once cooking finishes, serve it hot.

Lightly-fried lamb chops

INGREDIENTS

10 small lamb rib chops, 2 tbsp minced garlic, 1-1/2 tbsp fresh rosemary chopped, 1 tsp dried crushed red pepper, Fresh rosemary sprigs (optional)

METHOD

1. In a small bowl, combine the garlic, rosemary and crushed red pepper. Rub about 1/4 tsp of the mixture over both sides of each lamb chop.
2. Sprinkle the lamb chops with salt and put onto a plate, cover and refrigerate for approximately 3- 4 hours. When ready to cook, place the lamb chops into the non-stick frying basket.
3. Select the "STEAK" function and Set the temperature of your SOGO Multifunction Air Fryer to 180°C and the timer to 13 minutes
4. Cook it for approximately 13 minutes, depending upon how well the meat is required to be cooked. Garnish the lamb chops with rosemary if desired and then serve.

Fry fish steak

INGREDIENTS

Fish steak 300g, 100g. flou , salt, pepper powder, tartar sauce in small quantity, 1 egg

METHOD

1. Prepare fish steak, clean and dry in plate.
2. Spread little salt and pepper powder over it.
3. Cover with flour-egg.
4. Place the prepared fish in the air fryer basket and fry at 180 degrees for 13 minutes, selecting the "STEAK" function.
5. Take into plate together with tartars sauce.

Pumpkin cake

INGREDIENTS

2 eggs, 125 gm yogurt, 250 pumpkin puree, 125 gm sugar, 250 gm all purpose flou , 60 ml olive oil, 1/4 tbsp baking powder, Lemon zest, Glass sugar

METHOD

1. Mix all the liquid ingredients such as eggs, yogurt, pumpkin puree, oil, sugar and beat well with a beater or whisker.
2. Add gradually all the dry ingredients like flour, baking powder and lemon zest.
3. Prepare a round mold emparched with emparchment paper and pour the better into the mold. Place the mold into the frying basket.
4. Select the "BAKE" function of your SOGO Multifunction air fryer, set the temperature to 160º and the time for 25 minutes and let it bake.
5. Check it with the help of knife or wooden skewer if the cake has been baked or not.
6. Let it cool and sprinkle with powdered sugar.
7. Cut into small pieces and serve.

Chocolate brownie

INGREDIENTS

70 Grams chocolate pieces, 70 Grams unsalted butter, 1 large egg, lightly beaten, 50 Grams brown sugar, 1/2 tsp vanilla extract, 50 Grams self-raising flou , 30 Grams walnuts (optional)

METHOD

1. Melt the chocolate and butter together in a pan on the stove at a low heat, mixing thoroughly, allow them to cool and set aside.
2. Mix the eggs, sugar, vanilla extract in a separate mixing bowl until light and creamy, then add the chocolate mixture, self-raising flour, and stir well. Add the walnuts (optional)
3. Line a mold with baking paper then pour in brownie mixture and place the mold into the frying basket and put it back in the fryer.
4. Select the "BAKE" function of your SOGO Multifunction Air Fryer, set the temperature to 160º and the time to 25 minutes and bake until the surface is nice and crispy.
5. Remove the mold from oven and allow it to cool down, once cool slice into desired square size and enjoy!

Frites

INGRÉDIENTS

500g de pommes de terre rousses, un peu d'huile d'olive, pour la pulvérisation, 1 cuilleres a café (5 mi) de sel casher ou assaisonné

ETAPES

1. Épluchez les pommes de terre et coupez-les à 1,5 cm de long.
2. Faites tremper les pommes de terre dans l'eau pendant env. 15 minutes puis sécher avec du papier absorbant.
3. Ajoutez le sel et versez l'huile d'olive sur les frites.
4. Placez les frites dans le panier de la friteuse.
5. Sélectionnez l'option "CHIPS" dans les menus prédéfinis de votre Friteuse à air multifonction SOGO qui fait frire les pommes de terre à 200°C pendant 25 minutes.
6. Pour une cuisson uniforme et croustillante, secouez les frites à la moitié du processus de cuisson.
7. Une fois jaune doré, retirer et servir.

Rondelles d'oignon

INGRÉDIENTS

1 oignon, 3 g de paprika fumé, 3 g de sel de table, 150 g de farine tout usage, 2 g de poivre moulu, 3 g de sel de table, 1 oeuf, 130 ml de lait

ETAPES

1. Rincer l'oignon et le couper en rondelles d'environ 1 cm. Séparer soigneusement les anneaux les uns des autres.
2. Mélanger la farine, le sel et le paprika dans un bol moyen et bien mélanger.
3. Mélanger l'ceuf, le lait et le sel dans un autre bol et bien mélanger.
4. Tout d'abord, enrober chaque rondelle d'oignon du mélange de farine. Ensuite, enrober chaque anneau du mélange d'ceufs, puis enrober les anneaux de chapelure et les transférer dans le panier de la friteuse.
5. Placez le panier de la friteuse sur Friteuse à air multifonction SOGO . Sélectionnez l'option de cuisson des "CHIPS" et faites-les frire jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Courgettes frites

INGRÉDIENTS

Courgette, Poudre d'amande, Fromage parmesan, Poudre de paprika (au besoin), Sel au goût

ETAPES

1. Mélanger la farine d'amande, le parmesan, le paprika fumé et le sel dans un bol moyen.
2. Placer les frites de courgettes dans un autre bol et vaporiser d'huile d'olive.
3. Trempez les frites dans le mélange de fromage parmesan, en vous assurant que tous les côtés sont bien enrobés.
4. Disposez-les en une seule couche, à l'intérieur du panier de la friteuse.
5. Sélectionnez la fonction « CHIPS » de votre friteuse à air multifonction SOGO et faites-les frire à 200 °C pendant 25 minutes (temps de changement) jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes.
6. Retirer de la friteuse et servir.

Ailes de poulet

INGRÉDIENTS

10 ailes de poulet, 1/2 tasse de sauce soja sucrée, 1 morceau de gingembre d'environ 2,5 cm (râpé), 1/4 tasse de miel, 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à café de cumin moulu, 1 cuillère à café de poudre de chili (facultatif), Sel et poivre au goût

ETAPES

1. Combinez tous les ingrédients (sauf les ailes de poulet) dans un bol.
2. Ajouter les ailes de poulet au mélange et mettre au réfrigérateur pendant env. 2 heures.
3. Placez les ailes de poulet dans le panier de la friteuse.
4. Placez le panier de la friteuse dans la friteuse à air multifonction SOGO. Mettez en fonction "POULET", faites cuire.
5. Tourner les ailes de poulet en deux pour obtenir une cuisson uniforme et cuire 5 minutes de plus ou jusqu'à ce que la peau soit dorée et croustillante.

Saumon rôti

INGRÉDIENTS

250g de saumon sauvage, 1/2 bouquet d'asperges parées, 1 gousse d'ail, tranchée, 1 a 2 cuilleres a soupe (15 a 30 ml) d'huile d'olive extra vierge, 1/2 cuilleres a café (2.5gm) de poivre noir fraí'chement moulu, 1/2 tasse (125 gm) d'olives Ka la mata, dénoyautées et hachées grossierement, 1 tasse (250 gm) de tomates cerises, 1/2 cuilleres a café (2,5gm) de sel

ETAPES

1. Mettez le saumon, les tomates, les asperges, les olives et l'ail sur le panier de la friteuse. Arroser d'huile d'olive et saupoudrer de sel et de poivre.
2. Placez le panier de la friteuse dans la friteuse à air. Mettez en fonction "POISSONS" en changeant la température à 200º C et le temps à 20 minutes de la friteuse à air multifonction SOGO, faites cuire jusqu'à ce que le saumon soit opaque et que les légumes soient dorés.

Crevettes épicées

INGRÉDIENTS

1 cuillère à café d'huile d'olive, 1 gousse d'ail finement haché , 1 piment rouge finement hach , une demi-cuillère à café de poivre noir chaud, une demi-cuillère à café de paprika (facultatif), 10 crevettes entières

ETAPES

1. Enrobez légèrement les crevettes d'huile d'olive, puis placez-les dans le panier de la friteuse.
2. Sélection de la fonction «POISSONS» Réglez la température de votre friteuse à air multifonction SOGO sur 180°C et la minuterie sur 15 minutes et démarrez. Retournez toujours les aliments à mi-cuisson.
3. Mélanger les piments hachés et l'ail, le poivre noir et le paprika (facultatif), puis mélanger avec l'huile d'olive.
4. Utilisez ce mélange comme trempette et dégustez!

Crevette frite

INGRÉDIENTS

240g (environ 25) grosses crevettes, pelées et déveinées, 1/2 cuillère à soupe d'huile d'olive, Quartiers de lime, pour servir, 2 cuillères à café de sel, 1/2 cuillère à soupe de poivre, 1/2 cuillère à soupe d'ail en poudre, 1/2 cuillère à soupe d'oignon en poudre, 1/2 cuillère à soupe de paprika fumé, 1 cuillère à soupe d'origan, 1 cuillère à soupe de thym, 1/2 cuillère à soupe de sauge

ETAPES

1. Dans un petit bol, mélanger les épices et réserver.
2. Dans un grand bol, mélanger les crevettes pelées et déveinées, l'huile d'olive et 1 1/2 cuillère à soupe d'épices. Conservez les épices restantes pour un autre usage.
3. Transférez les crevettes assaisonnées dans la poêle à l'intérieur du panier de la friteuse. Insérez le panier dans la friteuse à air.
4. Sélection de la fonction «POISSONS» Réglez la température de votre friteuse à air multifonction SOGO sur 180 °C et la minuterie sur 15 minutes et démarrez. Retournez toujours les aliments à mi-cuisson. Lorsque les crevettes sont opaques et cuites, les transférer dans une assiette de service.
5. Servir avec des quartiers de lime.

Pizza

INGRÉDIENTS

Pizza congelé de 18 cm de diamètre / 3 portions de pizza familiale

ETAPES

1. Allumez la friteuse à air et sélectionnez l'option Pizza de votre friteuse à air multifonction SOGO.
2. Changez le temps à 2 minutes et laissez-le préchauffer, une fois qu'il est préchauffé, placez la pizza entière dans le panier de la friteuse (comme la taille suggérée) ou 3 portions de pizza congelé de taille familiale et remettez-la.
3. Relancez la cuisson avec la fonction Pizza et laissez cuire à 180°C pendant 15 minutes, vous pouvez vérifier l'état de la cuisson entre-temps en regardant à travers la fenêtre ou en retirant le panier.
4. Lorsque le temps de cuisson terminé, retirez le panier et vérifiez s'il a été correctement cuit. Au cas où vous auriez besoin de cuire davantage, sélectionnez à nouveau la fonction pizza et faites-la cuire pendant 2 à 3 minutes de plus.
5. Une fois la cuisson terminée, servez chaud.

Chopes d'agneau frites

INGRÉDIENTS

10 petits carrés de côtelettes d'agneau, 2 cuillères à soupe d'ail émincé, 1-1/2 cuillère à soupe de romarin frais, émincé 1 cuillère à café, poivron rouge broyé séché Romarin frais, brindilles (facultatif)

ETAPES

1. Dans un petit bol, mélanger l'ail, le romarin et le poivron rouge écrasé. Frottez environ 1/4 cuillère à café du mélange sur les deux côtés de chaque côtelette d'agneau.
2. Saupoudrer les côtelettes d'agneau de sel et mettre sur une assiette, couvrir et réfrigérer pendant environ 3-4 heures. Lorsque vous êtes prêt à cuire, placez les côtelettes d'agneau dans le panier de la friteuse.
3. Sélectionnez la fonction "BIFTECK" et réglez la température de votre friteuse à air multifonction SOGO sur 180°C et la minuterie sur 13 minutes
4. Cuire environ 13 minutes, selon la qualité de la cuisson de la viande. Garnir les côtes d'agneau de romarin si désiré, puis servir.

Filets de poisson

INGRÉDIENTS

Filets de poisson 300g, 100g. Farine, du sel, poivre en poudre, sauce tatare en petite quantité, 1 oeuf

ETAPES

1. Préparer les filets propres et secs dans le récipient.
2. Étendre un peu de sel et poivre en poudre par-dessus.
3. Passer par farine et de l'oeuf.
4. Placez le poisson préparé dans le panier de la friteuse à air et faites frire à 180º degrés pendant 13 minutes en sélectionnant la fonction « BIFTECK».
5. Une fois préparée, retirer et placer dans un récipient avec la sauce tatare

Gâteau à la citrouille

INGRÉDIENTS

2 oeufs, 125 g de yaourt, 250 purée de potiron (sans pépins ni peau), 125g de sucre, 250g de farine tout usage, 60 ml d'huile d'olive, 1/4 cuillère à soupe de levure chimique, Citron râpé, Sucre en poudre

ETAPES

1. Mélangez tous les ingrédients liquides, tels que les oeufs, le yogourt, la purée de citrouille, l'huile et le sucre, et battez bien avec un mélangeur.
2. Ajoutez graduellement tous les ingrédients secs, comme la farine tout usage, la poudre à pâte et le zeste de citron.
3. Préparez un moule rond, avec une base recouverte de papier sulfurisé et versez la pâte préparée dans le moule.
4. Sélectionnez la fonction "CUIRE" de votre friteuse à air multifonction SOGO, réglez la température sur 160º et la durée sur 25 minutes et laissez cuire.
5. Vérifiez à l'aide d'un couteau ou d'une brochette en bois si le gâteau a été cuit ou non.
6. Laisser refroidir et saupoudrer de sucre en poudre.
7. Couper en petits morceaux et servir.

Brownie au chocolat

INGRÉDIENTS

70 grammes de morceaux de chocolat, 70 grammes de beurre non salé, 1 gros oeuf, légèrement battu, 50 grammes de cassonade, 1/2 cuillère à café d'extrait de vanille, 50 grammes de farine de levure, 30 grammes de noix (facultatif)

ETAPES

1. Faites fondre le chocolat et le beurre ensemble dans une poêle à feu doux. Bien mélanger, laisser refroidir et réserver.
2. Mélanger les oeufs, le sucre et l'extrait de vanille dans un autre bol, jusqu'à consistance lisse et crémeuse, puis ajouter le mélange de chocolat, la farine de levure et bien mélanger. Ajouter les noix (facultatif)
3. Tapisser moule rond à pâtisserie de papier sulfurisé, puis la remplir du mélange à brownie et placer moule dans le panier de la friteuse.
4. Sélectionnez la fonction "CUIRE" de votre friteuse à air multifonction SOGO, réglez la température sur 160º et le temps sur 25 minutes et faites cuire jusqu'à ce que la surface soit belle et croustillante.
5. Retirer moule de cuisson du Friteuse à air et laisser refroidir, une fois refroidie coupée à la taille de carré désirée et déguster!

Batatas fritas

INGREDIENTES

500 gramas de batatas, 1 colher de sopa de azeite, Sal a gosto (opcional)

MÉTODO

1. Descasque as batatas e corte-as com 1,5 cm de comprimento.
2. Mergulhe as batatas em água por aprox. 15 minutos e depois seque com papel de cozinha.
3. Adicione o sal e regue com o azeite as batatas fritas.
4. Coloque as batatas fritas no cesto da fritadeira.
5. Selecione a opção de "BATATAS FRITAS" nos menus predefinidos da sua Fritadeira multifuncional SOGO, que frita as batatas a 200°C por 25 minutos.
6. Para cozinhar uniformemente e ficar crocante, mexa as batatas fritas na metade do processo de cozimento.
7. Depois de amarelo dourado, retire e sirva.

Anéis de cebola

INGREDIENTES

1 cebola, 3 g de páprica em pó defumada, 3 g de sal de cozinha, 150 g de farinha multiuso, 2 g de pimenta moída, 3 g de sal de cozinha, 1 ovo, 130 ml de leite

MÉTODO

1. Lave a cebola e corte em rodelas de cerca de 1 cm. Separe cuidadosamente os anéis uns dos outros.
2. Combine a farinha, o sal e a páprica em uma tigela média e mexa bem.
3. Misture o ovo, o leite e o sal em outra tigela e mexa bem.
4. Primeiro, cubra cada anel de cebola com a mistura de farinha. Em segundo lugar, cubra cada argola com a mistura de ovos, em seguida cubra as argolas com o pão ralado e transfira para a fritadeira de cesto pronta para assar.
5. Coloque o cesto da fritadeira na posição. Selecione a opção "BATATAS FRITAS" no menu predefinido da Fritadeira multifuncional SOGO e frite até dourar.

Abóbrinha fritada

INGREDIENTES

Abobrinha, Farinha de amêndoa, Queijo parmesão, Paprika em pó (conforme necessário), Sal a gosto

MÉTODO

1. Misture a farinha de amêndoa, o queijo parmesão, a páprica defumada e o sal em uma tigela média.
2. Coloque as fritas de abobrinha em outra tigela e borrife com azeite de oliva.
3. Mergulhe as fritas na mistura de queijo parmesão, certificando-se de que todos os lados estejam bem revestidos.
4. Coloque-os em uma única camada, dentro da cesta da fritadeira.
5. Selecione a função "BATAS FRITAS" da sua Fritadeira Multifuncional SOGO e frite a 200ºC por 25 minutos (Alterando tempo) até dourar e ficar crocante.
6. Retire da fritadeira e sirva.

Asas de frango

INGREDIENTES

10 asas de frango, 1/2 xícara de molho de soja doce, 1 pedaço de gengibre de aproximadamente 2,5 cm (ralado), 1/4 xícara de mel, 1 colher de sopa de azeite, 1 colher de chá de cominho moído, 1 colher de chá de pimenta em pó (opcional), Sal e pimenta a gosto

MÉTODO

1. Combine todos os ingredientes (exceto as asas de frango) em uma tigela.
2. Adicione as asas de frango à mistura e leve à geladeira por aprox. 2 horas.
3. Coloque as asas de frango no cesto da fritadeira.
4. Selecione a opção de "FRANGO" nos menus predefinidos da Fritadeira multifuncional SOGO para cozinhar.
5. Vire as asas de frango ao meio para ficar uniformemente cozido e cozinhe por mais 5 minutos ou até que a pele esteja dourada e crocante.

Salmão assado

INGREDIENTES

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

MÉTODO

1. Cubra o cesto da fritadeira com papel alumínio. Coloque o salmão, tomate, aspargos, azeitonas e alho na assadeira. Regue com azeite e polvilhe com sal e pimenta.
2. Coloque o cesto da fritadeira na fritadeira de ar. Coloque na função "PEIXE" para 180º C e o tempo para 20 minutos da fritadeira multifunções SOGO, cozinhe até o salmão ficar opaco e os legumes dourar.

Camarões picantes

INGREDIENTES

1 colher de chá de azeite, 1 dente de alho picado, 1 pimenta vermelha picada, Meia colher de chá de pimenta preta picante, Meia colher de chá de páprica (opcional), 10 camarões inteiros

MÉTODO

1. Cubra levemente os camarões com azeite de oliva e coloque no cesto da fritadeira.
2. Selecionando a função "PEIXE" Ajuste a temperatura da sua Fritadeira multifuncional SOGO para 180° C e o cronômetro para 15 minutos e inicie. Sempre vire os alimentos na metade do processo de cozimento.
3. Misture as pimentas picadas e o alho, a pimenta-do-reino e o colorau (opcional) e misture com o azeite.
4. Use esta mistura como molho e divirta-se!

Camarão frito

INGREDIENTES

240g (cerca de 25) de camarão grande, descascado e debulhado, 1/2 colher de sopa de azeite, Rodelas de limão, para servir, 2 colher de chá de sal, 1/2 colher de sopa de pimenta, 1/2 colher de sopa de alho em pó, 1/2 colher de sopa de cebola em pó, 1/2 colher de sopa de páprica defumada, 1 colher de sopa de orégano, 1 colher de sopa de tomilho, 1/2 colher de sopa de salva

MÉTODO

1. Em uma tigela pequena, misture os temperos e reserve.
2. Em uma tigela grande, misture o camarão descascado e sem pele, azeite e 1 1/2 colher de sopa de especiarias. Guarde as especiarias restantes para outro uso.
3. Transfira o camarão temperado para a frigideira dentro da cesta da fritadeira. Insira a cesta na fritadeira de ar.
4. Selecionando a função "PEIXE" Ajuste a temperatura da sua Fritadeira multifuncional SOGO para 180° C e o cronômetro para 15 minutos e inicie. Sempre vire os alimentos na metade do processo de cozimento.Quando o camarão estiver opaco e cozido, transfira para o prato de servir.
5. Sirva com rodelas de limão.

Pizza

INGREDIENTES

Pizza congelada de 18 cm de diâmetro / 3 porções de pizza congelada tamanho família

MÉTODO

1. Ligue a fritadeira e selecione a opção Pizza da sua fritadeira multifuncional SOGO.
2. Altere o tempo para 2 minutos e deixe pré-aquecer, uma vez pré-aquecido coloque a pizza cheia na cesta da fritadeira (conforme tamanho sugerido) ou 3 porções de pizza congelada tamanho família e coloque de volta.
3. Recomece a cozedura com a função Pizza e deixe cozer a 180°C durante 15 minutos, pode verificar o estado da cozedura através da janela ou retirando o cesto.
4. Terminado o tempo de cozedura, retire o cesto e verifique se está bem cozinhado e caso necessite de cozinhar mais, seleccione novamente a função pizza e deixe cozer durante mais 2 – 3 minutos.
5. Terminada a cozedura, sirva quente.

Costeletas de cordeiro fritas

INGREDIENTES

10 costeletas de cordeiro, 2 colheres de sopa de alho picado, 1-1/2 colheres de sopa de alecrim fresco, picado 1 colher de chá, pimenta vermelha seca moída e alecrim fresco, galhos (opcional)

MÉTODO

1. Em uma tigela pequena, misture o alho, o alecrim e a pimenta vermelha amassada. Esfregue cerca de 1/4 colher de chá da mistura em ambos os lados de cada costeleta de cordeiro.
2. Polvilhe as costeletas de cordeiro com sal e coloque em um prato, tampe e leve à geladeira por aproximadamente 3-4 horas. Quando estiver pronto para cozinhar, coloque as costeletas de cordeiro em cesta da fritadeira.
3. Selecione a função "BIFE" e defina a temperatura da sua Fritadeira multifuncional SOGO para 180°C e o cronômetro para 13 minutos
4. Cozinhe por aproximadamente 13 minutos, dependendo de quão bem a carne precisa ser cozida. Enfeite as costeletas de cordeiro com alecrim, se desejar, e sirva.

Peixes faixa

INGREDIENTES

300g filé de pei e, 100g. Farinha, sal, pimenta em pó, molho tártaro em pequena quantidade, 1 ovo

MÉTODO

1. Prepare filetes limpos e secos na tigela.
2. Espalhe um pouco de sal e pimenta em pó por cima.
3. Farinha e ovo em movimento.
4. Coloque o peixe preparado no cesto da fritadeira de ar quente e frite a 180 graus por 13 minutos selecionando a função "BIFE".
5. Depois de cozido, retire e coloque em uma tigela com o molho tártaro.

Bolo de abóbora

INGREDIENTES

2 ovos, 125 g de iogurte, 250 purê de abóbora (sem sementes e sem casca), 125g de açúcar, 250g de flúor pa a todos os fins, 60 ml de a eite, 1/4 colher de sopa de fermento em pó, Limão ralado, Açúcar em pó

MÉTODO

1. Misture todos os ingredientes líquidos, como ovos, iogurte, purê de abóbora, óleo e açúcar e bata bem na batedeira.
2. Gradualmente, adicione todos os ingredientes secos, como farinha de trigo, fermento em pó e raspas de limão.Prepare uma forma redonda, com a base forrada com papel vegetal e despeje a massa preparada na forma.
3. Selecione a função "COZER" da sua fritadeira de ar multifuncional SOGO, defina a temperatura para 160º e o tempo para 25 minutos e deixe assar.
4. Verifique com a ajuda de uma faca ou espeto de madeira se o bolo está assado ou não.
5. Deixe esfriar e polvilhe com açúcar de confeiteiro.
6. Corte em pedaços pequenos e sirva.

Brownie de chocolate

INGREDIENTES

70 gramas de pedaços de chocolate, 70 gramas de manteiga sem sal, 1 ovo grande, ligeiramente batido, 50 gramas de açúcar mascavo, 1/2 colher de chá de extrato de baunilha, 50 gramas de farinha de fermento, 30 gramas de nozes (opcional)

MÉTODO

1. Derreta o chocolate e a manteiga em uma frigideira em fogo baixo. Misture bem, deixe esfriar e reserve.
2. Misture os ovos, o açúcar e o extrato de baunilha em uma tigela separada, até ficar homogêneo e cremoso, em seguida, adicione a mistura de chocolate, a farinha de fermento e mexa bem. Adicione as nozes (opcional)
3. Forre uma forma pequena com papel manteiga, preencha com a mistura de brownie e coloque na fritadeira de ar.
4. Selecione a função "COZER" da sua Fritadeira Multifuncional SOGO, ajuste a temperatura para 160º e o tempo para 25 minutos e asse até que a superfície esteja bem e crocante.
5. Retire da fritadeira de ar e deixe esfriar, uma vez fria corte no tamanho quadrado desejado e divirta-se!

Chips

ZUTATEN

500 Gramm Kartoffeln, 1 Esslöffel Olivenöl, Salz nach Geschmack (optional)

ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln schälen und auf 1,5 cm Länge schneiden.
2. Die Kartoffeln ca. 15 Minuten und dann mit Küchenpapier trocknen.
3. Fügen Sie das Salz hinzu und beträufeln Sie die Pommes mit dem Olivenöl.
4. Legen Sie die Pommes in den Frittierkorb.
5. Wählen Sie die Option "POMMES FRITES" aus den voreingestellten Menüs Ihrer eigenen SOGO Multifunktions-Luftfritteuse, die die Kartoffeln 25 Minuten lang bei 200°C brät.
6. Um gleichmäßig zu garen und ein knusprigeres Ergebnis zu erzielen, schütteln Sie die Pommes nach der Hälfte des Garvorgangs.
7. Einmal goldgelb, herausnehmen und servieren.

Zwiebelringe

ZUTATEN

1 Zwiebel, 3g Geraucherte Paprika, 3g Speisesalz, 150g Allzweckmehl, 2g gemahlener Pfeffer, 3g Speisesalz, 1 Ei, 130ml Milch

ZUBEREITUNG

1. Die Zwiebel abspülen und in ca. 1 cm groíIie Ringe schneiden. Trennen Sie die Ringe vorsichtig voneinander.
2. Mehl, Salz und Paprika in einer mittelgroíIien Schüssel vermischen und gut umrühren.
3. Kombinieren Sie das Ei, Milch und Salz in einer anderen Schüssel und rühren Sie gut um.
4. Zuerst jeden Zwiebelring mit der Mehlmischung bestreichen. Als nächstes jeden Ring mit der Eimischung bestreichen, dann die Ringe mit Semmelbröseln belegen und in den zum Frittieren vorbereiteten Frittierkorb geben.
5. Wählen Sie die Option "POMMES FRITES" aus dem voreingestellten Menü der SOGO Multifunktions-Luftfritteuse und braten Sie sie goldbraun.

Gebratene zucchini

ZUTATEN

Zucchini, Mandelmehl, Parmesan, Paprikapulver (nach Bedarf), Salz nach Geschmack

ZUBEREITUNG

1. Mandelmehl, Parmesan, geräucherten Paprika und Salz in einer mittelgroßen Schüssel vermengen.
2. Die Zucchini-Pommes in eine andere Schüssel geben und mit Olivenölspray einsprühen.
3. Tauchen Sie die Pommes in die Parmesankäse-Mischung und achten Sie darauf, dass alle Seiten gut überzogen sind.
4. Wählen Sie die Funktion „POMMES FRITES“ Ihrer SOGO Multifunktions-Luftfritteuse und braten Sie sie bei 200°C 25 Minuten (Wechselzeit) goldbraun und knusprig.
5. Aus der Friteuse nehmen und servieren.

Hühnerflügel

ZUTATEN

10 Hühnerflügel, 1/2 Tasse süße Sojasauce, 1 Stück Ingwer von ca. 2,5cm (gerieben), 1/4 Tasse Honig, 1 Esslöffel Olivenöl, 1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel, 1 Teelöffel Chilipulver (optional), Salz und Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten (außer Hühnerflügel) in einer Schüssel vermischen.
2. Fügen Sie die Hühnerflügel zu der Mischung hinzu und stellen Sie sie für ca. 2 Stunden.
3. Legen Sie die Hühnerflügel in den Frittierkorb.
4. Wählen Sie die Option "Hähnchen" aus den voreingestellten Menüs der SOGO Multifunktions-Luftfritteuse zum Kochen.
5. Hähnchenflügel halbieren, um gleichmäßig zu kochen, und weitere 5 Minuten kochen lassen oder bis die Haut goldbraun und knusprig ist.

Gebratener lachs

ZUTATEN

250g wilder Lachs, 1/2 Bund Spargel, geschnitten, 1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten, 1-2 Essli.iffel (15 to 30 mi) Natives Oliveni.il extra, 1/2 teaspoon (2.5GM) frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, 1/2 cup (125ml) Ka la mata-Oliven, entkernt und grob gehackt, 1 cup (250ml) Kirschtomaten, 1/2 teaspoon (2,5ml) Salz

ZUBEREITUNG

1. Lachs, Tomaten, Spargel, Oliven und Knoblauch in den Frittierkorb geben. Mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer bestreuen.
2. Setzen Sie den Frittierkorb in die Heißluftfritteuse ein. Stellen Sie die Funktion "FISCH" ein, ändern Sie die Temperatur auf 200° C und die Zeit auf 20 Minuten der Multifunktions-Luftfritteuse SOGO, kochen Sie, bis der Lachs undurchsichtig und das Gemüse goldbraun ist.

Würzige garnelen

ZUTATEN

1 Teelöffel Olivenöl, 1 fein gehackte Knoblauchzehe, 1 fein gehackte rote Chili, Einen halben Teelöffel scharfen schwarzen Pfeffer, Ein halber Teelöffel Paprika (optional), 10 ganze Garnelen

ZUBEREITUNG

1. Garnelen leicht mit Olivenöl bestreichen und in den Frittierkorb legen.
2. Auswahl der Funktion „FISCH“ Stellen Sie die Temperatur Ihrer SOGO Multifunktions-Luftfritteuse auf 180°C und den Timer auf 15 Minuten und starten Sie. Wenden Sie Lebensmittel immer nach der Hälfte des Garvorgangs um.
3. Kombinieren Sie die gehackten Chilis und den Knoblauch, den schwarzen Pfeffer und den Paprika (optional) und werfen Sie sie dann mit dem Olivenöl.
4. Verwenden Sie diese Mischung als Dip und genießen Sie!

Gebratene garnelen

ZUTATEN

240 g (ca. 25) große Garnelen, geschält und entdarmt, 1/2 Esslöffel Olivenöl, Limettenschnitze zum Servieren, 2 Teelöffel Salz, 1/2 Esslöffel Pfeffer, 1/2 Esslöffel Knoblauchpulver, 1/2 Esslöffel Zwiebelpulver, 1/2 Esslöffel geräucherter Paprika, 1 Esslöffel Oregano, 1 Esslöffel Thymian, 1/2 Esslöffel Salbei

ZUBEREITUNG

1. In einer kleinen Schüssel die Gewürze mischen und beiseite stellen.
2. Kombinieren Sie in einer großen Schüssel geschälte und entdarmte Garnelen, Olivenöl und 1 1/2 Esslöffel Gewürze. Bewahren Sie die restlichen Gewürze für eine andere Verwendung auf.
3. Übertragen Sie die gewürzten Garnelen in die Pfanne im Frittierkorb. Setzen Sie den Korb in die Luftfritteuse ein.
4. Auswahl der Funktion FISCH“ Stellen Sie die Temperatur Ihrer SOGO Multifunktions-Luftfritteuse auf 180°C und den Timer auf 15 Minuten und starten Sie. Wenden Sie Lebensmittel immer nach der Hälfte des Garvorgangs um.
5. Wenn die Garnelen undurchsichtig und gekocht sind, auf einen Servierteller geben.
6. Mit Limettenschnitzen servieren.

Pizza

ZUTATEN

Tiefkühlpizza mit 18 cm Durchmesser / 3 Portionen Familienpizza

ZUBEREITUNG

1. Schalten Sie die Heißluftfritteuse ein und wählen Sie die Pizza-Option Ihrer SOGO Multifunktions-Heißluftfritteuse.
2. Ändern Sie die Zeit auf 2 Minuten und lassen Sie es vorheizen, sobald es vorgeheizt ist, legen Sie die ganze Pizza in den Frittierkorb (in der empfohlenen Größe) oder 3 Portionen Tiefkühlpizza in Familiengröße und legen Sie sie zurück.
3. Beginnen Sie erneut mit dem Kochen mit der Pizza-Funktion und lassen Sie es 15 Minuten lang bei 180°C kochen. Sie können den Kochstatus zwischendurch durch ein Sichtfenster oder durch Entfernen des Korbs überprüfen.
4. Wenn die Garzeit beendet ist, nehmen Sie den Korb heraus und überprüfen Sie, ob er richtig gegart wurde, und falls Sie mehr garen müssen, wählen Sie die Pizza-Funktion erneut und garen Sie ihn für weitere 2 – 3 Minuten.
5. Wenn das Kochen beendet ist, servieren Sie es heiß.

Chuletas de cordero fritas

ZUTATEN

10 chuletas de costilla de cordero pequeñas, 2 cucharadas de ajo picado, 1-1/2 cucharada de romero fresco, picado, 1 cucharadita pimiento rojo triturado seco, Romero fresco ramitas (opcional)

ZUBEREITUNG

1. In einer kleinen Schüssel Knoblauch, Rosmarin und zerdrückte rote Paprika mischen. Reiben Sie etwa 1/4 Teelöffel der Mischung auf beide Seiten jedes Lammkoteletts.
2. Die Lammkoteletts mit Salz bestreuen und auf einen Teller legen, abdecken und ca. 3-4 Stunden in den Kühlschrank stellen. Wenn Sie zum Kochen bereit sind, legen Sie die Lammkoteletts in den Frittierkorb.
3. Wählen Sie die Funktion "STEAK" und stellen Sie die Temperatur Ihrer SOGO Multifunktions-Luftfritteuse auf 180°C und den Timer auf 13 Minuten
4. Etwa 13 Minuten garen, je nachdem, wie gut das Fleisch garen soll. Die Lammkoteletts nach Belieben mit Rosmarin garnieren und servieren.

Fischfilet

ZUTATEN

Fischfilet 300g, 100g. Mehl, Salz, fefferpulver, Sauce Tartar in kleiner, Menge, 1 Ei

ZUBEREITUNG

1. Bereiten Sie saubere und trockene Filets in der Schüssel vor.
2. Streuen Sie ein wenig Salz- und Pfefferpulver darüber.
3. Mehl und Ei durchgehen.
4. Legen Sie den zubereiteten Fisch in den Fritteusenkorb und braten Sie ihn 13 Minuten lang bei 180 Grad, indem Sie die Funktion "STEAK" wählen.
5. Einmal zubereitet, entfernen und in eine Schüssel mit der Sauce Tartar geben.

Kürbiskuchen

ZUTATEN

2 Eier, 125 g Joghurt, 250 Kürbispüree (ohne Samen und Haut), 125 g Zucker, 250 g Allzweckmehl, 60 ml Olivenöl, 1/4 Esslöffel Backpulver, Geriebene Zitrone, Puderzucker

ZUBEREITUNG

1. Alle flüssigen Zutaten wie Eier, Joghurt, Kürbispüree, Öl und Zucker mischen und mit einem Mixer gut verrühren.
2. Fügen Sie nach und nach alle trockenen Zutaten wie Allzweckmehl, Backpulver und Zitronenschale hinzu.
3. Bereiten Sie eine runde Form mit einem mit Pergamentpapier bedeckten Boden vor und gießen Sie den vorbereiteten Teig in die Form.
4. Wählen Sie die Funktion "BACKEN" Ihrer SOGO Multifunktions-Luftfritteuse, stellen Sie die Temperatur auf 160º und die Zeit fürz 25 Minuten ein und lassen Sie es backen.
5. Überprüfen Sie mit Hilfe eines Messers oder eines Holzspießes, ob der Kuchen gebacken wurde oder nicht.
6. Abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.
7. In kleine Stücke schneiden und servieren.

Schokolade brownie

ZUTATEN

70 Gramm Schokoladenstücke, 70 Gramm ungesalzene Butter, 1 großes Ei, leicht geschlagen, 50 Gramm brauner Zucker, 1/2 Teelöffel Vanilleextrakt, 50 Gramm Hefemehl, 30 Gramm Walnüsse (optional)

ZUBEREITUNG

1. Schokolade und Butter in einer Pfanne bei schwacher Hitze zusammenschmelzen. Gut mischen, abkühlen lassen und aufbewahren.
2. Eier, Zucker und Vanilleextrakt in einer separaten Schüssel glatt und cremig mischen, dann die Schokoladenmischung und das Hefemehl hinzufügen und gut umrühren. Fügen Sie die Walnüsse hinzu (optional)
3. Eine Backform mit Backpapier auslegen, dann mit Brownie-Mix füllen und in den Frittierkorb stellen.
4. Wählen Sie die Funktion "BACKEN" Ihrer SOGO Multifunktions-Luftfritteuse, stellen Sie die Temperatur auf 160º unddieZeitauf 25 Minuten undbacken Sie, bis die Oberfläche schön knusprig ist.
5. Entfernen Sie die Schokoladen-Brownie-Pfanne und lassen Sie sie abkühlen. Nach dem Abkühlen in die gewünschte Quadratgröße schneiden und genießen!

Patatine fritte

INGREDIENTI

500 grammi di patate, 1 cucchiaio di olio d'oliva, Sale qb (opzionale)

INDICAZIONI

1. Pelare le patate e tagliarle a strisce di 1,5 cm di lunghezza.
2. Mettere le strisce di patate in acqua per 15 minuti e poi asciugare con carta da cucina.
3. Aggiungere il sale e un filo d'olio d'oliva sulle patatine fritte.
4. Posizionare le patatine nel cestello della friggitrice.
5. Seleziona l'opzione "PATATINE FRITTE" dai menu preimpostati della tua Friggitrice ad aria multifunzione SOGO che frigge le patate a 200°C per 25 minuti.
6. Per una cottura uniforme e croccante, mescolare le patatine a metà del processo di cottura.
7. Una volta giallo dorato, togliere e servire.

Annello di cipolla

INGREDIENTI

1 Cipolla, 3g di paprika affumic ta, 3g di sale, 150g di farina 2g pepe macinato, 1 Uovo, 130ml di latte

INDICAZIONI

1. Sciacquare la cipolla e tagliarla a rondelle di circa 1 cm. Separare con cura gli anelli l'uno dall'altro.
2. Unire la farina, il sale e la paprika in una ciotola media e mescolare bene.
3. Unire l'uovo, il latte e il sale in un'altra ciotola e mescolare bene.
4. Prima di tutto, ricoprire miscela di farina in ogni anello di cipolla. In secando luogo, ricoprire miscela di uova in ogni anello, e poi immergi gli anelli di cipolla nel pangrattato e trasferirli nella cestello della friggitrice.
5. Posizionare cestello della friggitrice a sua posizione. Seleziona l'opzione di cottura delle "PATATINE FRITTE" dal menu preimpostato della Friggitrice ad aria Multifunzione SOGO e friggi fino a doratura.

Zucchine fritte

INGREDIENTI

Zucchine, Farina di mandorle, Parmigiano, Paprika in polvere (se necessario), Sale qb

INDICAZIONI

1. Unire la farina di mandorle, il parmigiano, la paprika affumicata e il sale in una ciotola media.
2. Mettere le zucchine fritte in un'altra ciotola e spruzzare con olio d'oliva spray.
3. Immergere le patatine fritte nella miscela di parmigiano, assicurandosi che tutti i lati siano ben ricoperti.
4. Disporli in un unico strato, all'interno del cestello della friggitrice. Seleziona la funzione "PATATINE FRITTE" della tua Friggitrice ad Aria Multifunzione SOGO e friggile a 200ºC per 25 minuti (cambiando tempo) fino a quando saranno dorate e croccanti.
5. Togliere dalla friggitrice e servire.

Ali di pollo

INGREDIENTI

10 ali di pollo, 1/2 tazza di salsa di soia dolce, 1 pezzo di zenzero di circa 2,5 cm (grattugiato), 1/4 tazza di miele, 1 cucchiaio di olio d'oliva, 1 cucchiaino di cumino macinato, 1 cucchiaino di peperoncino in polvere (opzionale), Sale e pepe a piacere

INDICAZIONI

1. Unire tutti gli ingredienti (eccetto le ali di pollo) in una ciotola.
2. Aggiungere le ali di pollo al composto e riporre in frigorifero per ca. 2 ore.
3. Posizionare le ali di pollo nel cestello della friggitrice.
4. Selezionare l'opzione "POLLO" dai menu preimpostati della Friggitrice ad aria Multifunzione SOGO per cucinare.
5. Girare le ali di pollo a metà per ottenere una cottura uniforme e cuocere per altri 5 minuti o finché la pelle non è dorata e croccante.

Salmone grigliato

INGREDIENTI

250g di salmone, 1/2 mazzetto di asparagi, 1 spicchio d'aglio, affettato, 1-2 cucchiai (da 15 a 30 mi) di olio extravergine di oliva, 1/2, cucchiaino (1 mi) di pepe nero apena macciato, 1/2 tazza (125 mi) di olive Kala mata, snocciolate e tritate grossolana-mente, 1 tazza (250 mi) di pomodorini, 1/2 cucchiaino (2,5 mi) di sale

INDICAZIONI

1. Mettere il salmone, i pomodori, gli asparagi, le olive e l'aglio nella cestello della friggitrice. Condire con olio d'oliva e cospargere di sale e pepe.
2. Posizionare il cestello della friggitrice nella friggitrice ad aria. Mettere in funzione "PESCE" portando la temperatura a 200º C e il tempo a 20 minuti della friggitrice ad aria multifunzione SOGO, cuocere fino a quando il salmone sarà opaco e le verdure saranno dorate.e.

Gamberi piccanti

INGREDIENTI

1 cucchiaino di olio d'oliva, 1 spicchio d'aglio tritato finemen e, 1 peperoncino rosso tritato finemen e, Mezzo cucchiaino di pepe nero piccante, Mezzo cucchiaino di paprika (facoltativo), 10 gamberi interi

INDICAZIONI

1. Cospargere leggermente i gamberi con olio d'oliva, quindi metterli nel cestello della friggitrice.
2. Selezione della funzione "PESCE" Imposta la temperatura della tua Friggitrice ad Aria Multifunzione SOGO a 180°C e il timer su 15 minuti e avvia. Girare sempre il cibo a metà cottura.
3. Unire i peperoncini tritati e l'aglio, il pepe nero e la paprika (facoltativo), quindi condire con l'olio d'oliva.
4. Usa questa miscela come salsa per immersione e divertiti!

Gamberetto fritto

INGREDIENTI

240 g (circa 25) di gamberetti grandi, pelati e privati delle uova, 1/2 cucchiaio di olio d'oliva, Spicchi di lime, per servire, 2 cucchiaini di sale, 1/2 cucchiaio di pepe, 1/2 cucchiaio di aglio in polvere, 1/2 cucchiaio di cipolla in polvere, 1/2 cucchiaio di paprika affumic ta, 1 cucchiaio di origano, 1 cucchiaio di timo, 1/2 cucchiaio di salvia

INDICAZIONI

1. In una piccola ciotola, unire le spezie e mettere da parte.
2. In una ciotola capiente, unire i gamberi pelati e sgusciati, l'olio d'oliva e 1 cucchiaio e mezzo di spezie. Conserva le spezie rimanenti per un altro uso.
3. Trasferire i gamberi conditi nella cestello della friggitrice. Inserisci il cestello nella friggitrice ad aria.
4. Selezione della funzione "PESCE" Imposta la temperatura della tua Friggitrice ad Aria Multifunzione SOGO a 180°C e il timer su 15 minuti e avvia. Girare sempre il cibo a metà cottura.
5. Quando i gamberi sono opachi e cotti, trasferirli nel piatto da portata.
6. Servire con spicchi di lime.

Pizza

INGREDIENTI

Pizza congelata diametro 18 cm / 3 porzioni di pizza formato famiglia

INDICAZIONI

1. Accendere la friggitrice ad aria e selezionare l'opzione Pizza della friggitrice ad aria multifunzione SOGO.
2. Cambiare il tempo a 2 minuti e lasciarlo preriscaldare, una volta preriscaldato mettere la pizza intera nel cestello della friggitrice (come dimensione suggerita) o 3 porzioni di pizza congelata formato famiglia e riposizionarla.
3. Ricominciare la cottura con la funzione Pizza e lasciar cuocere a 180°C per 15 minuti, è possibile controllare lo stato di cottura nel mezzo attraverso la finestra trasparente o rimuovendo il cestello.
4. Una volta terminato il tempo di cottura togliere il cestello e verificare che sia stato cotto correttamente e nel caso sia necessario cuocerne di più, selezionare nuovamente la funzione pizza e cuocerla per altri 2 – 3 minuti.
5. A cottura ultimata, servitela calda.

Chuletas de cordero fritas

INGREDIENTI

10 chuletas de costilla de cordero pequeñas, 2 cucharadas de ajo picado, 1-1/2 cucharada de romero fresco, picado, 1 cucharadita pimiento rojo triturado seco, Romero fresco ramitas (opcional)

INDICAZIONI

1. En un tazón pequeño, combine el ajo, el romero y el pimiento rojo triturado. Frote aproximadamente 1/4 cucharadita de la mezcla sobre ambos lados de cada chuleta de cordero.
2. Espolvorear las chuletas de cordero con sal y poner en un plato, tapar y refrigerar durante aproximadamente 3-4 horas. Cuando esté listo para cocinar, coloque las chuletas de cordero en la cesta de freidora.
3. Seleziona la funzione "BISTECCHE" e imposta la temperatura della tua Friggitrice ad Aria Multifunzione SOGO a 180°C e il timer a 13 minuti
4. Cocine durante aproximadamente 13 minutos, dependiendo de qué tan bien se requiera cocinar la carne. Decore las chuletas de cordero con romero si lo desea y luego sirva.

Filetto di pesce

INGREDIENTI

Filetto di pesce 300 g, 100 g. farina, sale, pepe in polvere, salsa tartara in piccola quantità, 1 uovo

INDICAZIONI

1. Preparare i filetti puliti e asciutti nella ciotola.
2. Distribuire un po 'di sale e pepe in polvere sulla parte superiore.
3. Passare attraverso farina e uova.
4. Sistemare il pesce preparato nel cestello della friggitrice ad aria e friggere a 180 gradi per 13 minuti selezionando la funzione "BISTECCHE".
5. Una volta preparato, rimuovere e mettere in una ciotola con la salsa tartara.

Torta di zucca

INGREDIENTI

2 uova, 125 g di yogurt, 250 purea di zucca (senza semi e pelle), 125 g di zucchero, 250 g di farina per tutti gli usi, 60 ml di olio d'oliva, 1/4 cucchiaio di lievito in polvere, Limone grattugiato, Zucchero a velo

INDICAZIONI

1. Mescolare tutti gli ingredienti liquidi, come uova, yogurt, purea di zucca, olio e zucchero, e sbattere bene con un mixer.
2. Aggiungere gradualmente tutti gli ingredienti secchi, come la farina per tutti gli usi, il lievito e la scorza di limone.
3. Preparare uno stampo rotondo, con una base ricoperta di carta da forno e versare l'impasto preparato nello stampo.
4. Seleziona la funzione "CUOCERE " della tua Friggitrice ad aria multifunzione SOGO, imposta la temperatura a 160º e il tempo per 25 minuti e lascia cuocere.
5. Verificare con l'aiuto di un coltello o di uno spiedino di legno se la torta è stata cotta oppure no.
6. Lasciar raffreddare e spolverare con zucchero a velo.
7. Tagliare a pezzetti e servire.

Brownie al cioccolato

INGREDIENTI

70 grammi di pezzi di cioccolato, 70 grammi di burro non salato 1 uovo grande, leggermente sbattuto, 50 grammi di zucchero di canna, 1/2 cucchiaino di estratto di vaniglia, 50 grammi di farina lievitata, 30 grammi di noci (facoltativo)

INDICAZIONI

1. Sciogliere il cioccolato e il burro insieme in una padella a fuoco basso. Mescolate bene, lasciate raffreddare e mettete da parte.
2. Mescolare le uova, lo zucchero e l'estratto di vaniglia in una ciotola a parte, fino a ottenere un composto omogeneo e cremoso, quindi aggiungere il composto di cioccolato, la farina di lievito e mescolare bene. Aggiungere le noci (facoltativo)
3. Rivestire una piccolo stampo rotondo con carta da forno, quindi riempirla con il composto per brownie e posizionare la stampo rotondo sulla cestello della friggitrice.
4. Seleziona la funzione "CUOCERE " della tua Friggitrice ad Aria Multifunzione SOGO, imposta la temperatura a 160º e il tempo a 25 minuti e cuoci fino a quando la superficie è bella e croccante.
5. Togliete il stompo dalla friggitrice ad aria e lasciate raffreddare, una volta fredda tagliatela nella dimensione quadrata desiderata e divertitevi!

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 tipográfi os, 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 occión.

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 ooking 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 cui son.

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 e tar 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 ottura.

SOGO®

Human Technology