JP EN

COSORI

エアフライヤー
CP137-AF

レシピ

目次

4 プリセットを選ぶ

一品料理

14 海老フライ
15 餃子
16 コロッケ
17 ミニピザ
18 ソーセージロール
19 サバの胡麻揚げ
20 手羽先塩焼き
21 油淋鶏

メインディッシュ

23 ベイクドポットエッグ
24 バーベキューベーコン
25 塩鮭
26 チーズたっぷりチキンカツ
27 チポトレツナメルト
28 クリスピー豆腐
29 フライドチキン
30 グリルドチーズ
31 ハンバーグ
32 和風ミートボール
33 唐揚げ
34 チキン味噌焼き
35 プロシュート巻きポークルラード
36 サンタマリアリブアイ
37 ストロンボリ(包み焼きピザ)
38 チキン照り焼き
39 鮭の照り焼き
40 トンカツ
41 鰻
42 和風ステーキ
43 焼き鳥

サイドディッシュ

45 芽キャベツとパンチェッタのソテー
46 ガーリックブレッド
47 ホームメードポテトフライ
48 ハニーローストキャロット
49 ハニーソイキャロット
50 ポテトチップス
51 ポテトウエッジ
52 アスパラガスのプロシュート巻き
53 ローストガーリックブロッコリー
54 海老グラタン
55 さつまいものフライドポテト

デザート

57 バナナナッツブレッド
58 ブルーベリーレモンマフィン
59 チョコレート餅マフィン
60 チョコレートスフレ
61 フレンチトーストスティック
62 ジンジャーブルーベリースコーン
63 抹茶餅パンケーキ
64 ミニアップルパイ
65 フレンチトーストサンド
66 スイートバタートースト
67 どら焼き
68 アールグレイシフォンケーキ
69 ふわふわチーズケーキ

Table of Contents

8 Playing with Presets

APPETIZERS

74 Ebi Furai
75 Gyoza
76 Korokke
77 Mini Pizza
78 Pigs in a Blanket
79 Sesame Fried Mackerel
80 Teba Shio Chicken Wings
81 Youlinji

ENTRÉES

83 Baked Potted Eggs
84 BBQ Bacon
85 Japanese Salted Salmon (Shiojake/Shiozake)
86 Cheesy Chicken Katsu
87 Chipotle Tuna Melt
88 Crispy Tofu
89 "Fried" Chicken
90 Grilled Cheese
91 Hamburg Steak
92 Japanese Meatballs
93 Karaage
94 Miso Chicken
95 Prosciutto-Wrapped Pork Roulade
96 Santa Maria Ribeye
97 Stromboli
98 Teriyaki Chicken
99 Teriyaki-Glazed Salmon
100 Tonkatsu
101 Unagi (Eel)
102 Wafu Steak
103 Yakitori

SIDE DISHES

105 Brussels Sprouts with Pancetta
106 Garlic Bread
107 Homemade French Fries
108 Honey-Roasted Carrots
109 Honey-Soy Carrots
110 Potato Chips
111 Potato Wedges
112 Prosciutto-Wrapped Asparagus
113 Roasted Garlic Broccoli
114 Shrimp Gratin
115 Sweet Potato Fries

DESSERTS

117 Banana Nut Bread
118 Blueberry Lemon Muffins
119 Chocolate Mochi Muffins
120 Chocolate Soufflé
121 French Toast Sticks
122 Ginger Blueberry Scones
123 Matcha Mochi Pancakes
124 Mini Apple Pies
125 Stuffed French Toast
126 Sweet Butter Toast
127 Dorayaki
128 Earl Grey Chiffon Cake
129 Cotton Cheesecake

プリセットを選ぶ

プリセット	食材	重量 / 厚さ	火の通り具合	調理温度 (°C)	既定時間 (分)	時間範囲 (分)
鶏肉	鶏手羽先	454g / 該当なし	該当なし	195°C	25	25〜30
	チキンレッグ (ドラムスティック)	454g / 該当なし	該当なし	195°C	16	16〜18
	鶏もも肉、皮付き骨付き	170g / 該当なし	該当なし	195°C	25	25〜28
	鶏もも肉、骨なし皮なし	142g / 該当なし	該当なし	195°C	20	20〜22
	鶏肉のミートボール	43〜57g (ボール状) / 38〜51mm	該当なし	195°C	12	12〜15
	鶏胸肉、骨なし皮なし	227g / 該当なし	該当なし	195°C	15	15〜20
ステーキ	ステーキ：リブアイ、サーロイン、ヒレ肉 (骨なし)	454g / 25mm	ミディアムレア	205°C	10	9〜11
		454g / 25mm	ミディアム	205°C	12	11〜13
		454g / 25mm	ウェルダン	205°C	15	14〜16
	ステーキ：リブアイ、サーロイン、ヒレ肉 (骨付き)	454g / 25mm	ミディアムレア	205°C	10	9〜11
		454g / 25mm	ミディアム	205°C	12	11〜13
		454g / 25mm	ウェルダン	205°C	15	14〜16
	ハンバーグ	170g / 19〜25mm	ウェルダン	205°C	13	12〜15
	ソーセージ	85g / 25mm	ウェルダン	205°C	10	8〜12
	ローストビーフ、骨なし外もも肉	1800g / 100mm	ミディアムレア	160°C	40	40〜50
	牛肉のミートボール	45〜60g (ボール状) / 40〜50mm	ウェルダン	180°C	15	15〜20
豚肉	ポークチャップ、骨なし	200g / 32mm	ミディアム	205°C	12	12〜14
	ポークチャップ、骨付き	230g / 32mm	ミディアム	205°C	16	16〜18
	豚のテンダーロイン	454g / 50mm	ミディアム	180°C	15	15〜18

プリセットを選ぶ

プリセット	食材	重量 / 厚さ	火の通り具合	調理温度 (°C)	既定時間 (分)	時間範囲 (分)
魚介類	鮭	140g / 25mm	該当なし	180°C	8	6〜8
	白身魚	140g / 15mm	該当なし	180°C	8	6〜8
	サバ	100g / 10mm	該当なし	180°C	5	5〜7
	ホタテ	300g / 25mm	該当なし	205°C	6	6〜8
エビ	エビ	454g / 中	該当なし	190°C	5	5〜7
	ボタンエビ	454g / 大	該当なし	190°C	8	6〜8
	エビフライ	454g / 大	該当なし	180°C	8	8〜10
	イカフライ、リング	454g / 中	該当なし	195°C	12	10〜12
	コウイカ	450g / 小	該当なし	195°C	10	9〜12
ポテトフライ	フライドポテト、生から、薄切り	300g / 7mm	該当なし	195°C	20	20〜25
	フライドポテト、生から、厚切り	300g / 13mm	該当なし	195°C	25	25〜30
	じゃがいも 、中	200g / 65mm	該当なし	195°C	45	40〜45
	さつまいも 、大	454g / 65mm	該当なし	195°C	50	40〜50
	さつまいものフライドポテト、生から、薄切り	300g / 7mm	該当なし	195°C	18	18〜22
	さつまいものフライドポテト、生から、厚切り	300g / 13mm	該当なし	195°C	20	20〜25
	くし形ポテト、生から	300g / 20mm	該当なし	180°C	30	30〜32
	ベビーポテト	454g / 32mm	該当なし	205°C	20	20〜25
	じゃがいも、角切り	300g / 20mm	該当なし	185°C	18	15〜20

プリセットを選ぶ

プリセット	食材	重量 / 厚さ	火の通り具合	調理温度 (°C)	既定時間 (分)	時間範囲 (分)
根菜類	ニンジン	454g / 20mm	該当なし	205°C	12	10〜15
	かぼちゃ、角切り	300g / 20mm	該当なし	205°C	15	15〜20
	どんぐりかぼちゃ	600g / 50mm	該当なし	150°C	25	25〜35
	ビーツ	454g / 40mm	該当なし	150°C	45	45〜50
野菜	アスパラガス	454g / 13mm	該当なし	205°C	6	6〜8
	トウモロコシ	454g / 該当なし	該当なし	205°C	12	10〜15
	シシトウ	225g / 該当なし	該当なし	205°C	6	6〜8
	赤パプリカ	296g / 該当なし	該当なし	205°C	25	25〜30
	マッシュルーム	340g / 該当なし	該当なし	205°C	10	10〜12
	ナス、角切り	227g / 25mm	該当なし	205°C	12	12〜15
	ブロッコリー、房	283g / 該当なし	該当なし	150°C	12	10〜15
	カリフラワー、房	283g / 該当なし	該当なし	150°C	15	15〜20
	芽キャベツ	283g / 該当なし	該当なし	150°C	25	20〜30
	豆腐	454g / 25mm	該当なし	185°C	12	12〜15
冷凍食品	冷凍エビ	454g / 小〜中	該当なし	195°C	7	6〜8
	オニオンリング	454g / 該当なし	該当なし	195°C	6	5〜7
	チキンナゲット	227g / 該当なし	該当なし	195°C	10	8〜12
	テイタートッツ	227g / 該当なし	該当なし	195°C	10	10〜15
	フィッシュスティック	227g / 該当なし	該当なし	195°C	6	6〜8
	フライドポテト	454g / 該当なし	該当なし	195°C	15	15〜20
	モッツァレラスティック	227g / 該当なし	該当なし	195°C	6	6〜8
	春巻	227g / 該当なし	該当なし	195°C	18	15〜20
	餃子	227g / 該当なし	該当なし	195°C	18	15〜20

プリセットを選ぶ

プリセット	食材	重量 / 厚さ	火の通り具合	調理温度 (°C)	既定時間 (分)	時間範囲 (分)
デザート	ケーキ	該当なし / 該当なし	該当なし	150°C	40	40〜45
	ブラウニー	該当なし / 該当なし	該当なし	150°C	50	50〜55
	マフィン	該当なし / 該当なし	該当なし	150°C	18	15〜20
	カップケーキ	該当なし / 該当なし	該当なし	150°C	16	16〜20
	バナナブレッド	該当なし / 該当なし	該当なし	150°C	45	40〜50
	クッキー	該当なし / 該当なし	該当なし	160°C	8	8〜10
	クランブル	該当なし / 該当なし	該当なし	160°C	18	15〜20
	ビスケット	該当なし / 該当なし	該当なし	180°C	18	18〜20
	スコーン	該当なし / 該当なし	該当なし	175°C	18	18〜20
パン	食パン	該当なし / 該当なし	ライト	160°C	4	4〜6
		該当なし / 該当なし	ミディアム	160°C	8	8〜12
		該当なし / 該当なし	ダーク	160°C	15	15〜18
ベーコン	ベーコン	該当なし / 該当なし	該当なし	160°C	8	8〜10
	ベーコン、厚切り	該当なし / 該当なし	該当なし	160°C	9	9〜12
	パンチェッタ	該当なし / 該当なし	該当なし	160°C	6	6〜8
	パルマハム	該当なし / 該当なし	該当なし	160°C	6	6〜8

PLAYING WITH PRESETS

Icon	Food	Weight/ Thickness	Doneness	Cooking Temp.	Default Time (min)	Time Range (min)
CHICKEN	Chicken wings	454 g / N/A	N/A	195°C	25	25-30
	Chicken leg (drumstick)	454 g / N/A	N/A	195°C	16	16-18
	Chicken thigh, skin-on & bone-in	170 g / N/A	N/A	195°C	25	25-28
	Chicken thigh, boneless & skinless	142 g / N/A	N/A	195°C	20	20-22
	Chicken meatballs	43-57 g balls / 38-51 mm	N/A	195°C	12	12-15
	Chicken breast, boneless & skinless	227 g / N/A	N/A	195°C	15	15-20
STEAK	Steak: Ribeye, sirloin, filet (boneless)	454 g / 25 mm	Medium rare	205°C	10	9-11
		454 g / 25 mm	Medium	205°C	12	11-13
		454 g / 25 mm	Well done	205°C	15	14-16
	Steak: Ribeye, sirloin, filet (bone-in)	454 g / 25 mm	Medium rare	205°C	10	9-11
		454 g / 25 mm	Medium	205°C	12	11-13
		454 g / 25 mm	Well done	205°C	15	14-16
	Hamburger	170 g / 19–25 mm	Well done	205°C	13	12-15
	Sausage	85 g / 25 mm	Well done	205°C	10	8-12
	Roast beef, boneless & bottom round	1800 g / 100 mm	Medium rare	160°C	40	40-50
	Beef meatballs	45-60 g balls / 40–50 mm	Well done	180°C	15	15-20
PORK	Pork chop, boneless	200 g / 32 mm	Medium	205°C	12	12-14
	Pork chop, bone-in	230 g / 32 mm	Medium	205°C	16	16-18
	Pork tenderloin	454 g / 50 mm	Medium	180°C	15	15-18

PLAYING WITH PRESETS (CONT.)

Icon	Food	Weight/ Thickness	Doneness	Cooking Temp.	Default Time (min)	Time Range (min)
SEAFOOD	Salmon	140 g / 25 mm	N/A	180°C	8	6-8
	Tilapia	140 g / 15 mm	N/A	180°C	8	6-8
	Mackerel	100 g / 10 mm	N/A	180°C	5	5-7
	Scallops	300 g / 25 mm	N/A	205°C	6	6-8
SHRIMP	Shrimp	454 g / medium	N/A	190°C	5	5-7
	Jumbo shrimp	454 g / jumbo	N/A	190°C	8	6-8
	Breaded shrimp	454 g / jumbo	N/A	180°C	8	8-10
	Calamari, rings	454 g / medium	N/A	195°C	12	10-12
	Cuttlefish	450 g / baby	N/A	195°C	10	9-12
FRENCH FRIES	French fries, fresh, thin cut	300 g / 7 mm	N/A	195°C	20	20-25
	French fries, fresh, thick cut	300 g / 13 mm	N/A	195°C	25	25-30
	Whole potato, medium	200 g / 65 mm	N/A	195°C	45	40-45
	Whole sweet potato, large	454 g / 65 mm	N/A	195°C	50	40-50
	Sweet potato fries, fresh, thin cut	300 g / 7 mm	N/A	195°C	18	18-22
	Sweet potato fries, fresh, thick cut	300 g / 13 mm	N/A	195°C	20	20-25
	Potato wedges, fresh	300 g / 20 mm	N/A	180°C	30	30-32
	Baby potatoes	454 g / 32 mm	N/A	205°C	20	20-25
	Potatoes, cubed	300 g / 20 mm	N/A	185°C	18	15-20

PLAYING WITH PRESETS (CONT.)

Icon	Food	Weight/ Thickness	Doneness	Cooking Temp.	Default Time (min)	Time Range (min)
ROOT VEGATABLES	Whole Carrots	454 g / 20 mm	N/A	205°C	12	10-15
	Butternut squash, cubed	300 g / 20 mm	N/A	205°C	15	15-20
	Acorn squash	600 g / 50 mm	N/A	150°C	25	25-35
	Beets	454 g / 40 mm	N/A	150°C	45	45-50
VEGATABLES	Asparagus	454 g / 13 mm	N/A	205°C	6	6-8
	Corn	454 g / N/A	N/A	205°C	12	10-15
	Shishito peppers	225 g / N/A	N/A	205°C	6	6-8
	Red bell peppers	296 g / N/A	N/A	205°C	25	25-30
	Mushrooms	340 g / N/A	N/A	205°C	10	10-12
	Eggplant, cubed	227 g / 25 mm	N/A	205°C	12	12-15
	Broccoli, florets	283 g / N/A	N/A	150°C	12	10-15
	Cauliflower, florets	283 g / N/A	N/A	150°C	15	15-20
	Brussels sprouts	283 g / N/A	N/A	150°C	25	20-30
	Tofu	454 g / 25 mm	N/A	185°C	12	12-15
FROZEN FOODS	Frozen shrimp	454 g / small to medium	N/A	195°C	7	6-8
	Onion rings	454 g / N/A	N/A	195°C	6	5-7
	Chicken nuggets	227 g / N/A	N/A	195°C	10	8-12
	Tater tots	227 g / N/A	N/A	195°C	10	10-15
	Fish sticks	227 g / N/A	N/A	195°C	6	6-8
	French fries	454 g / N/A	N/A	195°C	15	15-20
	Mozzarella sticks	227 g / N/A	N/A	195°C	6	6-8
	Egg rolls	227 g / N/A	N/A	195°C	18	15-20
	Gyoza	227 g / N/A	N/A	195°C	18	15-20

PLAYING WITH PRESETS (CONT.)

Icon	Food	Weight/ Thickness	Doneness	Cooking Temp.	Default Time (min)	Time Range (min)
ROOT VEGATABLES	Cakes (152-mm cake pan)	N/A / N/A	N/A	150°C	40	40-45
	Brownies (152-mm cake pan)	N/A / N/A	N/A	150°C	50	50-55
	Muffins	N/A / N/A	N/A	150°C	18	15-20
	Cupcakes	N/A / N/A	N/A	150°C	16	16-20
	Banana bread (1 mini loaf pan)	N/A / N/A	N/A	150°C	45	40-50
	Cookies	N/A / N/A	N/A	160°C	8	8-10
	Crumbles	N/A / N/A	N/A	160°C	18	15-20
	Biscuits	N/A / N/A	N/A	180°C	18	18-20
	Scones	N/A / N/A	N/A	175°C	18	18-20
BREAD	White bread	N/A / N/A	Light	160°C	4	4-6
		N/A / N/A	Medium	160°C	8	8-12
		N/A / N/A	Dark	160°C	15	15-18
BACON	Bacon	N/A / N/A	N/A	160°C	8	8-10
	Bacon, thick sliced	N/A / N/A	N/A	160°C	9	9-12
	Pancetta	N/A / N/A	N/A	160°C	6	6-8
	Parma ham	N/A / N/A	N/A	160°C	6	6-8

JP

ご購入いただき ありがとうございます!

（私たちと同じくらいこのエアフライヤーを好きになってくださいね）

参加する

CosoriのFacebookコミュニティへご参加ください
facebook.com/groups/cosoricooks

見る

レシピ集
www.cosori.com/recipes

楽しむ

毎週、
専属シェフの特製レシピをお届けします

シェフに連絡するには

Cosoriの専属シェフがご質問にお答えします!

Eメール： support.jp@cosori.com

Cosori一同より

ハッピークッキング!

JP

一品料理

海老フライ

4人分

準備時間：15分
調理時間：15分

オリーブ油大さじ1
パン粉30g
車海老（大）8尾
粗塩3g
挽きたての黒胡椒ひとつまみ
中力粉30g
溶き卵1個
タルタルソースまたはトンカツソース（お好みで）

1 オリーブ油とパン粉をフライパンに**入れて**、よく混ぜます。
2 中火でフライパンを熱し、10分間またはパン粉がきつね色になるまで**炒り**ます。その後、冷まします。
3 海老の頭を**取り**、殻を剥きます。尻尾は残しておいてください。
4 海老の**背わたを取り**、腹に4〜5ヶ所切れめを入れます。切れ目の深さは7mmです。
5 塩と胡椒で両側に**下味**をつけます。
6 1匹ずつ海老に小麦粉を**まぶし**、溶き卵に漬け、炒ったパン粉をまぶします。一旦横に置いておきます。
7 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
8 予熱した本器に衣を付けた海老を**置き**ます。
9 エビ機能を**選択**し、時間を5分に調節して、開始/一時停止を押します。
10 できあがったら**取り出し**、タルタルソースまたはトンカツソースをかけていただきます。

餃子

20個分

準備時間：30分
調理時間：15分

豚ひき肉120g
キャベツ（みじん切り）100g
ネギ（みじん切り）50g
しいたけ（みじん切り）50g
醤油大さじ½
料理酒大さじ1
ゴマ油大さじ½
コーンスターチ大さじ1
にんにく（みじん切り）小さじ1
生姜（すりおろし）小さじ1
塩、胡椒（適量）
餃子の皮1袋
中性オイルスプレー

1. 豚ひき肉、キャベツ、ネギ、しいたけ、醤油、料理酒、ゴマ油、コーンスターチ、にんにく、生姜、塩、胡椒を**合わせ**ます。材料に粘りが出るまで、手で捏ねます。
2. 餃子の皮を手に**取り**、皮の中央部分に少量の具を載せます。ボウルの水に指を1本入れて濡らし、餃子の皮の外周に沿って指で水を付けます。
3. 具に被せるように餃子の皮を**折り**、指で縁を押して餃子を閉じます。
4. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
5. 本器内側のバスケットにクッキングシートを**敷き**、餃子をその上に並べます。中性オイルスプレーを吹きかけて、予熱した本器にセットします。
6. 180°Cに温度を**設定**し、時間を10分にセットして、開始/一時停止を押します。
7. 設定時間が終わった後も、5分間餃子を本器の中に**入れたままにして**、蒸らします。
8. できあがったら**取り出し**お好みのタレでいただきます。

コロッケ

12個分

準備時間：15分
調理時間：20分

じゃがいも450g
塩小さじ2（分けておく）
無塩バター大さじ2（溶かしておく）
牛乳大さじ1
胡椒小さじ1
ネギ2本（みじん切り）
小さくカットしたチーズ113g（ホワイトチェダー またはプロボローネ）
オリーブ油のスプレー
パン粉120g

1. じゃがいもの皮を**剥き**、大きめにカットします。鍋にじゃがいもと水を入れます。塩小さじ1を加えます。沸騰させ、じゃがいもがフォークで刺せるくらい柔らかくなるまで煮ます。じゃがいもを水切りし、ボウルに移します。じゃがいもを、大きな塊が無くなるまで潰します。
2. バター、牛乳、塩小さじ1、胡椒、ネギ、チーズを**加え**ます。よく混ぜ合わせます。
3. 2.5cmのコロッケ状に**成形**します。上部と底部分に軽くオリーブ油のスプレーを吹きかけます。パン粉をまぶします。
4. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を200°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
5. オリーブ油を衣の上から**吹きかけ**、予熱した本器に入れます。
6. 200°Cに温度を**設定**し、時間を20分にセットして、開始/一時停止を押します。
7. 調理時間の中ほどで、コロッケを**ひっくり返し**、表面にオリーブ油のスプレーを吹きかけます。
8. コロッケがカリッときつね色に仕上がったら**取り出し**ます。

ミニピザ

4人分

準備時間：5分
調理時間：7分

玉ねぎ¼個（薄切り）
ピーマン¼個（薄切り）
トマト1個（薄切り）
みじん切りベーコン2枚
餃子の皮8枚
溶けるチーズ113g
乾燥オレガノ（お好みで）

1. 玉ねぎ、ピーマン、トマトを薄く**切り**ます。ベーコンを小さく刻みます。
2. まな板に餃子の皮を**並べ**ます。餃子の皮にチーズ、オニオン、ピーマン、トマト、ベーコンの順に載せていきます。オレガノをトッピングします（お好みで）。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
4. 予熱した本器にミニピザを**置き**ます。一度に調理できるのは2枚だけです。
5. 180°Cに温度を**設定**し、時間を7分にセットして、開始/一時停止を押します。
6. ミニピザがきつね色にパリっと焼けたら**取り出し**ます。

ソーセージロール

4人分

準備時間：5分
調理時間：10分

解凍したパイ生地½枚
カクテルサイズのスモークソーセージ16本
牛乳15g

1. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
2. パイ生地を64×38mmの短冊に**切ります**。
3. パイ生地の片方の端にカクテルソーセージを**置き**、生地をソーセージに巻きます。巻き終わりに水をつけて生地をとめます。
4. ソーセージの巻き終わりが下になるように**裏返し**、刷毛で牛乳を塗り、予熱した本器に入れます。
5. 温度を205℃、時間を10分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
6. きつね色になるまで**焼き**、できあがったら取り出します。

サバの胡麻揚げ

3〜4人分

準備時間：10分
調理時間：5分

サバの切り身2枚（95g）
醤油小さじ2
料理酒小さじ2
生姜汁小さじ1
中力粉大さじ2
水大さじ1½
白胡麻大さじ1
黒胡麻大さじ1

1. サバの切り身を15mmの厚さに**切り**ます。
2. ボウルにサバの切り身、醤油、料理酒、生姜汁を入れ、**混ぜ**ます。5分漬け込みます。
3. 小さなボウルに小麦粉と水を入れて**混ぜ**ておきます。
4. 別のボウルに白胡椒と黒胡椒を**合わせ**ておきます。
5. サバを取り出して**水分を取り**、皮側に衣を付け、身側に胡麻をまぶします。一旦横に置いておきます。
6. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
7. 予熱した本器に、魚の胡麻を付けた側を下にして**置き**ます。
8. 180°Cに温度を**設定**し、時間を5分にセットして、開始/一時停止を押します。
9. できあがったら**取り出し**て、いただきます。

手羽先塩焼き

3～4人分

準備時間：40分
調理時間：25分

手羽先454g
塩を入れた料理酒180mL
オリーブ油小さじ1
粗塩小さじ1
挽きたての黒胡椒小さじ¼
七味唐辛子（お好みで）
レモンの串切り

1. 手羽先を料理酒に30分**漬け**ます。肉が酒に完全に漬かるようにしてください。
2. ペーパータオルで手羽先を軽く**叩いて**水分を取り、オリーブ油を塗ります。
3. 手羽先に塩と挽きたての黒胡椒で**下味**をつけます。
4. 本器で予熱を**選択**して、開始/一時停止を押します。
5. 予熱した本器に手羽先を**入れ**ます。
6. 鶏肉機能を**選択**して、開始/一時停止を押します。
7. 出来上がったら**取り出し**、手羽先に七味唐辛子、串切りにしたレモンを添えていただきます。

油淋鶏

2人分

準備時間：20分
調理時間：15分

鶏肉

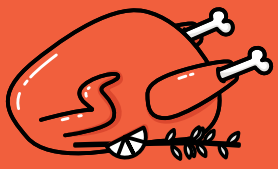
38mmの厚さに切った
鶏もも肉298g
料理酒大さじ1½
醤油小さじ1
生姜汁小さじ1
塩・白胡椒（お好みで）
片栗粉大さじ2 および追加の片栗粉
（振りかけるため）
中力粉大さじ2
クッキングスプレー

ネギダレ

ネギ2.5cm（みじん切り）
生姜（すりおろし）小さじ½
にんにく（すりおろし）1かけ
赤とうがらし½本（みじん切り）
醤油大さじ½
水大さじ½
白ワインビネガー大さじ½
グラニュー糖大さじ½
ゴマ油小さじ1

1. ボウルに鶏肉、料理酒、醤油、生姜汁、塩、胡椒を**入れ**ます。よく混ぜて15分間漬け込みます。
2. 片栗粉と小麦粉を**混ぜて**鶏肉にまぶします。追加の片栗粉を両面に振っておきます。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
4. 鶏肉の両側に衣の上からクッキングスプレーを**吹きかけ**て、予熱した本器に入れます。
5. 180°Cに温度を**設定**し、時間を15分にセットして、開始/一時停止を押します。調理時間の中ほどで、鶏肉をひっくり返します。
6. タレの材料を全部**混ぜ**、食べるときまで馴染ませます。
7. できあがったら鶏肉を**取り出し**、ネギダレをかけて、いただきます。

JP



メインディッシュ

ベイクドポットエッグ

3人分

準備時間：3分
調理時間：14分

クッキングスプレー
卵3個
豚バラスモークベーコン6枚
（カットしておく）
ベビーほうれん草60g（洗っておく）
生クリーム120g
パルメザンチーズ（すりおろし）15g
塩、胡椒（適量）

必要なもの

76mmのココット皿3個

1. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
2. 76mmのココット皿にオイルスプレーを**吹きかけます**。
3. 油を塗ったココット皿に1個ずつ卵を**割り入れます**。
4. フライパンでベーコンをカリカリになるまで5分ほど**炒めます**。
5. ほうれん草を**加え**、しんなりするまで2分ほど炒めます。
6. 生クリームとパルメザンチーズを入れて**混ぜ合わせます**。2〜3分加熱します。
7. これを卵の上に**かけます**。
8. 予熱した本器にココット皿を**入れ**、温度を175°C、時間を4分に設定して、[開始/一時停止]を押します。卵白が完全に固まるまで調理します。
9. できあがったら**取り出し**、塩・胡椒で味を調えます。

バーベキューベーコン

2人分

準備時間：2分
調理時間：8分

黒糖13g
チリパウダー5g
クミンパウダー1g
カイエンペッパー1g
ベーコン4枚（半分に切っておく）

1. 中くらいのボウルに調味料を入れてよく**混ぜ合わせます**。
2. ベーコン全体にコーティングされるまで調味料を**まぶします**。一旦横に置いておきます。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を160°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
4. 予熱した本器にベーコンを**入れます**。
5. ベーコン機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. できあがったら**取り出し**、盛り付けます。

塩鮭

2人分

準備時間：7時間5分
調理時間：8分

鮭の切り身2枚（180g）
料理酒大さじ1
塩15g
オリーブ油

1. 鮭の切り身をペーパータオルで軽く**叩き**ます。
2. 鮭に料理酒を**振りかけ**ます。
3. 鮭の両面に塩を**振り**ます。
4. 鮭の切り身をペーパータオルで**くるんで**から、ラップで包みます。
5. 切り身を7〜8時間、または一晩**冷蔵庫で**寝かせます。
6. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
7. ラップとペーパータオルを**外し**ます。鮭の切り身を別のペーパータオルで軽く叩いて水分を取ります。オリーブ油を振りかけます。
8. 予熱した本器に鮭を**入れ**、シーフード機能を選択して、開始/一時停止を押します。
9. できあがったら**取り出し**、ご飯と一緒にいただきます。

チーズたっぷりチキンカツ

2人分

準備時間：8分
調理時間：18分

オリーブ油大さじ1
パン粉120g
観音開きにした鶏胸肉1枚（500g）
モッツァレラチーズ
（すりおろし）50g
粗塩2g
挽きたての黒胡椒 ひとつまみ
中力粉30g
溶き卵2個
ご飯（お好みで）
トンカツソース（お好みで）

1. オリーブ油とパン粉をフライパンに**入れて**、よく混ぜます。
2. コンロを中火にして、5分間きつね色になるまでパン粉を**炒り**ます。
3. 木槌で鶏胸肉が9mmの厚さになるまで**叩き**ます。
4. 鶏胸肉の片側にチーズを**置き**、反対側をチーズの上にかぶせます。鶏胸肉の外側の縁を叩きます。
5. 両側に塩と胡椒で**下味**をつけます。
6. 鶏肉に小麦粉を**まぶし**、溶き卵に浸して、炒ったパン粉を付けます。一旦横に置いておきます。
7. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
8. 衣を付けた鶏肉を予熱した本器に**入れ**ます。
9. 180°Cに温度を**設定**し、時間を18分にセットして、開始/一時停止を押します。調理時間の中ほどで、カツをひっくり返します。
10. できあがったら**取り出し**、ご飯とトンカツソースを添えていただきます。

チポトレツナメルト

2人分

準備時間：5分
調理時間：8分

ツナ缶1個（142g）
チポトレソース45g
食パン4枚
ペッパージャックチーズスライス 2枚

1. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を160°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
2. ツナとチポトレソースを**混ぜ合わせます**。
3. パンの1枚に、チポトレツナミックス半量を**塗ります**。もう1枚のパンも同様にします。
4. ツナミックスの上にペッパージャックチーズスライスを1枚ずつ**乗せます**。
5. **その上に**残りのパンを1枚ずつ乗せ、サンドイッチを2個作ります。
6. 予熱した本器にサンドイッチを**入れます**。
7. パン機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
8. できあがったら**取り出し**、斜めに切って盛り付けます。

クリスピー豆腐

2人分

準備時間：15分
調理時間：18分

25mm角に切った木綿豆腐1丁（227g）
醤油大さじ2
米酢小さじ2
ゴマ油10mL
コーンスターチ23g
クッキングスプレー

1. 豆腐、醤油、米酢、ゴマ油を浅いボウルに**入れ**ます。10分間漬け込みます。
2. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を190°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
3. 豆腐の**水気を切り**、均等にコーンスターチをまぶします。
4. 豆腐の表面に残った調味液をコーンスターチに**吸わせ**、豆腐の上のコーンスターチに乾いたところがなくなるようにします。
5. 豆腐を予熱した本器に**入れ**、クッキングスプレーで軽めに油を吹きかけます。
6. エビ機能を**選択**し、時間を18分に調節して、開始/一時停止を押します。
7. 調理時間の中ほどで、豆腐を**振り**ます。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
8. できあがったら**取り出し**て、いただきます。

フライドチキン

2人分

準備時間：2時間
調理時間：25分

チキンレッグ2本
鶏もも肉（骨付き、皮付き）2枚
バターミルク224g
中力粉180g
ガーリックパウダー3g
オニオンパウダー3g
パプリカ3g
黒胡椒または白胡椒2g
塩5g
サラダ油40g
クッキングスプレー

1. チキンレッグ、もも肉、バターミルクをジッパー付きのビニール袋に入れて**混ぜ合わせます**。冷蔵庫で1〜1時間半ほど漬け込みます。
2. ボウルに小麦粉、スパイス、塩を入れて**混ぜ**ます。
3. チキンレッグともも肉を袋から**取り出し**、小麦粉を混ぜたものを、全体にしっかりまぶします。その後、冷却ラックで15分馴染ませます。
4. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を195°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
5. チキンレッグともも肉の両面に油を刷毛で**塗ります**。
6. 予熱した本器にチキンレッグともも肉を**入れます**。
7. 鶏肉機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
8. 調理時間の中ほどで鶏肉を**裏返し**、クッキングスプレーを吹きかけます。
9. できあがったら**取り出し**、5分ほど冷ましてから盛り付けます。

グリルドチーズ

2人分

準備時間：5分
調理時間：8分

溶かしバター 43g
食パン4枚
シャープチェダーチーズ57g（おろしておく）

1. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を160°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
2. スライスしたパンの両面にバターを刷毛で**塗ります**。
3. おろしたチーズを2枚の食パンに均等に**分けます**。残りのパンを乗せてサンドイッチを2個作ります。
4. 予熱した本器 にサンドイッチを**入れます**。
5. パン機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. できあがったら**取り出し**、斜めに切って盛り付けます。

ハンバーグ

2人分

準備時間：1時間10分
調理時間：26分

オリーブ油大さじ2（分けておく）
玉ねぎ（大）⅓（みじん切り）
パン粉15g
全乳25g
卵1個
粗塩小さじ1
挽きたての黒胡椒小さじ½
挽いたナツメグひとつまみ
牛ひき肉100g（赤身80%）
豚ひき肉100g
ウスターソース大さじ2½
ケチャップ大さじ4
水大さじ3½
赤ワインビネガー小さじ2
グラニュー糖大さじ1
ディジョンマスタード小さじ1

1 フライパンを中火で1分間**熱し**ます。
2 オリーブ油大さじ1とねぎ（みじん切り）を**加え**ます。10分間炒め、火から下ろして冷まします。
3 大きなボウルにパン粉、全乳、卵、塩、胡椒、挽いたナツメグを**合わせ**、冷ました玉ねぎを加えます。
4 手にオリーブ油を**塗り**、牛ひき肉と豚ひき肉を玉ねぎとパン粉などを入れたボウルに加え、粘りが出るまで捏ねます。
5 2つに分けて**成形**し、外側に残りのオリーブ油を刷毛で塗ります。
6 成形した肉を冷蔵庫で1時間**寝かせ**、脂肪分を固めます。
7 本器で予熱機能を**選択**し、温度を205°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
8 予熱した本器にハンバーグを**入れ**ます。
9 ステーキ機能を**選択**し、時間を13分に調節して、開始/一時停止を押します。
10 ウスターソース、ケチャップ、水、赤ワインビネガー、砂糖、ディジョンマスタードを電子レンジOKのボウルに入れて泡立て器で**混ぜ**合わせ、ソースを作ります。電子レンジで1〜2分間調理して水分を少し蒸発させます。
11 ハンバーグができあがったら**取り出し**て、ソースをかけます。

和風ミートボール

4人分

準備時間：15分
調理時間：10分

牛ひき肉454g
ゴマ油15g
味噌18g
ミントの葉（みじん切り）10枚
ワケギ（みじん切り）4本
塩5g
黒胡椒1g
醤油45g
味醂45g
水45g
黒糖5g

1. 大きめのボウルに牛ひき肉、ゴマ油、味噌、ミントの葉、ワケギ、塩、胡椒を入れて全体がなじむまで**混ぜ合わせます**。
2. 少量のゴマ油を手に**塗り**、51mmのミートボールを作ります。ミートボールは8個分ほどになります。
3. ミートボールを10分ほど冷蔵庫で**冷やします**。
4. 別のボウルに醤油、味醂、水、黒糖を入れて**混ぜます**。一旦横に置いておきます。
5. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. ミートボールを冷蔵庫から取り出して、予熱した本器に**入れます**。
7. ステーキ機能を**選択**し、時間を10分に設定して、[開始/一時停止]を押します。
8. できあがったら**取り出し**、タレを添えて盛り付けます。

唐揚げ

4人分

準備時間：20分
調理時間：14分

骨なし・皮なし
　鶏もも肉450g
醤油大さじ3
料理酒大さじ2
生姜汁大さじ1
砂糖小さじ½
コーンスターチ96g
中性オイルスプレー
レモンの串切り（お好みで）
マヨネーズ（お好みで）
七味唐辛子（お好みで）

1. 鶏肉を5cm大に**切り**、ボウルに入れます。
醤油、料理酒、生姜、砂糖を加えます。10分間漬け込みます。
2. コーンスターチを別のボウルに**入れ**、ぶつ切りにした鶏肉それぞれにコーンスターチをまぶします。鶏肉を皿に乗せて、5分間馴染ませます。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を195°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
4. 鶏肉にたっぷり中性オイルスプレーを**吹きかけ**、予熱した本器に鶏肉を入れます。バスケットにたくさん詰めすぎないでください。材料が多すぎると、均等にカリっと仕上がりません。場合によっては何回かに分けて調理する必要があります。
5. 鶏肉機能を**選択**し、時間を14分に調節して、開始/一時停止を押します。
6. できあがったら**取り出し**、熱いうちにレモンの串切りを添え、七味唐辛子を振りかけたマヨネーズと一緒にいただきます。

チキン味噌焼き

4人分

準備時間：1日
調理時間：30分

骨付き・皮付き鶏もも肉4本
味噌64g
味醂64mL
料理酒60mL
生姜（すりおろし）1かけ（13mm）
潰したにんにく1かけ
砂糖大さじ1
中性オイルスプレー
水大さじ2

1. 味噌、味醂、料理酒、生姜、にんにく、砂糖を滑らかになるまで泡だて器で**かき混ぜ**ます。ソースパンに材料を入れ、中火から強火で熱します。沸騰したら、火を弱めて10〜15分煮詰めます。その後、完全に冷ましてください。
2. 密封パックに鶏肉を入れ、調味液120mLを**注ぎ**ます。鶏肉に調味液を揉み込みます。冷蔵庫で24時間寝かせます。残りの調味液は冷蔵庫で保管してください。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を195°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
4. 鶏肉を調味液から**取り出し**、ペーパータオルで軽く叩きます。中性オイルスプレーを軽く吹きかけます。
5. 皮側を下にして鶏肉を本器に**入れ**ます。
6. 鶏肉機能を**選択**し、時間を20分に調節して、開始/一時停止を押します。
7. 調理時間の中ほどで、鶏肉を**ひっくり返し**ます。鶏肉が早く焦げるようなら、アルミホイルを被せてください。アルミホイルの端を鶏肉の下に入れるようにしてください。そうすれば、持ち上がって加熱部に接触することがありません。
8. 肉用温度計が鶏肉の温度が73°Cになっていることを示したら、**取り出し**てください。
9. （お好みで）タレと一緒に**いただきます**。残りの調味液と水大さじ2を加えたタレをフライパンに入れ、タレが煮詰まったら火を止め、鶏肉にかけていただきます。

プロシュート巻きポークルラード

4〜5人分

準備時間：20分
調理時間：9分

薄くスライスしたプロシュート6枚
豚ヒレ肉（454g）1枚（半分に切り、切り込みを入れて開いて平たく叩いておく）
塩6g
黒胡椒1g
ほうれん草227g（半分に分けておく）
モッツァレラチーズスライス4枚（半分に分けておく）
サンドライトマト18g（半分に分けておく）
オリーブ油10g（半分に分けておく）

必要なもの

料理用糸

1. クッキングシートの上にプロシュートを3枚、少し重ねて**並べます**。プロシュートの上に豚肉の半身1枚をのせます。残りの半分も同じようにします。
2. 豚肉の半身の上に塩胡椒で下味を**付けます**。
3. 豚ヒレ肉の上に、ほうれん草、チーズ、サンドライトマトの半量を、周りに13mmの縁を残して**重ねます**。
4. プロシュートとヒレ肉で具をしっかりと**巻き**、料理糸で縛ります。
5. 残りの半分にも、手順3〜4を**繰り返します**。
6. ルラードを冷蔵庫に入れて10分ほど**置き** ます。
7. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
8. 5mLのオリーブ油をルラードに刷毛で**塗り**、予熱した本器に入れます。
9. ステーキ機能を**選択**し、時間を9分に調節して、[開始/一時停止]を押します。
10. できあがったら**取り出し**ます。
11. ルラードを10分ほど**休ませて**からスライスして盛り付けます。

サンタマリアリブアイ

2人分

準備時間：11分
調理時間：6分

塩2g
黒胡椒2g
ガーリックパウダー2g
オニオンパウダー2g
乾燥オレガノ2g
乾燥ローズマリー少々
カイエンペッパー少々
乾燥セージ少々
リブアイ（454g）1枚（骨なし）
オリーブ油15g

1. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
2. 調味料を**混ぜ合わせ**、ステーキにまんべんなく振りかけます。
3. ステーキにオリーブ油を**振りかけます**。
4. 予熱した本器にステーキを**入れます**。
5. ステーキ機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. できあがったら、ステーキを本器から**取り出し**ます。
7. ステーキを10分ほど**休ませて**からスライスし、盛り付けます。

ストロンボリ（包み焼きピザ）

4～5人分

準備時間：35分
調理時間：20分

ピザ生地（冷蔵）283g
中力粉（打ち粉用）
ハム8枚（調理済みのもの）
プロヴォローネチーズスライス3枚
モッツァレラチーズスライス3枚
ローストした赤パプリカ（みじん切り）50g
イタリアンシーズニング1g
溶き卵1個
牛乳15g
塩1g
乾燥オレガノ1g
ガーリックパウダー1g
黒胡椒1g

1. ピザ生地を室温で30分ほど**休ませます**。
2. 生地に小麦粉を**まぶし**、6mm厚の円形に伸ばします。
3. 生地の片側にハム、チーズを**重ね**、胡椒、イタリアンシーズニングを振ります。折りたたんで端を閉じます。
4. 小さなボウルに卵と牛乳を入れて**混ぜ合わせ**、生地の上から卵液を刷毛で塗ります。
5. 上から塩、オレガノ、ガーリックパウダー、黒胡椒を**振ります**。一旦横に置いておきます。
6. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
7. 予熱した本器にストロンボリを**入れます**。
8. 温度を175°C、時間を20分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
9. 調理中、5分ごとにストロンボリを**裏返し**ます。
10. できあがったら**取り出し**、盛り付けます。

チキン照り焼き

4人分

準備時間：10分
調理時間：22分

骨なし・皮付き鶏もも肉450g
塩4g
黒胡椒4g
醤油120mL
白砂糖50g
にんにく（みじん切り）1かけ
生姜（みじん切り）2g
水120mL（分けておく）
コーンスターチ8g

1. 鶏もも肉の皮側に塩と黒胡椒を**振りかけ**ます。一旦横に置いておきます。
2. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を195°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
3. 予熱した本器に鶏肉を**入れ**ます。
4. 鶏肉機能を**選択**し、時間を20分に調節して、開始/一時停止を押します。
5. 中火でソースパンを**熱し**、醤油、砂糖、にんにく、生姜、水100mLを入れます。よくかき混ぜます。
6. コーンスターチを20mLの水に**溶かし**て、醤油などが入ったソースパンに加えます。2分間、またはタレが煮詰まるまで混ぜます。一旦横に置いておきます。
7. できあがったら鶏肉を**取り出し**、照り焼きのタレをかけていただきます。

鮭の照り焼き

2人分

準備時間：10分
調理時間：8分

照り焼きのタレ

醤油118g
グラニュー糖50g
生姜（すりおろし）1g
にんにく1片（つぶしておく）
オレンジジュース60g

鮭

鮭の切り身2枚（142g）
サラダ油20g
塩・白胡椒（お好みで）

1. 小鍋に照り焼きのタレの材料をすべて**混ぜ合わせ**、中火から強火にかけます。
2. タレが**沸騰**したら、中火から弱火にします。タレが半量までに詰まったら、火からおろして冷まします。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
4. 鮭に油を**塗り**、塩と白胡椒で味を調えます。
5. 鮭は皮側を下にして、予熱した本器に**入れます**。
6. 魚介類機能を**選択**し、時間を8分に設定して、[開始/一時停止]を押します。
7. 鮭ができあがったら**取り出します**。
8. 鮭を5分ほど**休ませ**、照り焼きソースをかけます。
9. ご飯と一緒に焼き野菜を添えて**盛り付けます**。

トンカツ

2人分

準備時間：10分
調理時間：14分

骨なし豚ロース肉2切れ（168g）
パン粉64g
ガーリックパウダー小さじ1
オニオンパウダー小さじ1
塩小さじ1
白胡椒小さじ¼
中力粉64g
溶き卵2個
クッキングスプレー

1. 豚ロース肉を密封袋に**入れる**か、ラップで包みます。
2. のし棒か肉用ハンマーで豚肉を**叩き**、13mmの厚さにします。
3. ボウルにパン粉と調味料を**合わせ**ます。一旦横に置いておきます。
4. 1枚ずつ豚肉に小麦粉を**まぶし**、溶き卵に漬けてから、調味料を入れたパン粉を付けます。
5. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
6. 豚肉の両面にクッキングスプレーを**吹きかけ**、予熱した本器に入れます。
7. 180°Cに温度を**設定**し、時間を14分にセットして、開始/一時停止を押します。
8. できあがったら豚肉を**取り出し**て、5分間休ませます。
9. 食べやすいように**切って**いただきます。

鰻

2人分

準備時間：10分
調理時間：15分

鰻の切り身2切れ（113g）
味醂大さじ4
料理酒大さじ1½
砂糖大さじ2½
醤油大さじ4

1. ソースパンを火にかけ、味醂と料理酒を入れて**合わせ**ます。沸騰したら、火を弱めて砂糖と醤油を加えます。もう一度沸騰させ、火を弱めて10分間またはタレにとろみがつくまで煮詰めます。火から下ろして冷まします。
2. 鰻の切り身にたっぷり刷毛でタレを**塗り**ます。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を200°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
4. 予熱した本器に切り身の皮側を下にして**入れ**ます。
5. 魚機能を**選択**し、時間を5分に調節して、開始/一時停止を押します。
6. 鰻の上側がきつね色になり、完全に火が通ったら**取り出し**ます。

和風ステーキ

2人分

準備時間：15分
調理時間：10分

骨なしステーキ用肉2枚（2.5cm厚）
塩小さじ1
胡椒小さじ1
ガーリックパウダー小さじ¼
オリーブ油大さじ½
大根おろし2.5cm（お好みで）
ポン酢大さじ2（お好みで）
ネギ1本（薄切り）（お好みで）

1. ペーパータオルでステーキを**軽く叩いて**水分を取ります。塩、胡椒、ガーリックパウダーで両面に味付けします。室温で15分寝かせます。
2. 本器で予熱機能を**選択**し、開始/一時停止を押します。
3. ステーキ肉にオリーブ油を刷毛で**塗り**ます。
4. 予熱した本器にステーキ肉を**セット**します。
5. ステーキ機能を**選択**し、時間を10分に調節して、開始/一時停止を押します。
6. ステーキを**取り出し**、5分休ませます。
7. **薄く切って**大根おろし、ポン酢、ネギ（お好みで）を載せます。

焼き鳥

4人分

準備時間：20分
調理時間：20分

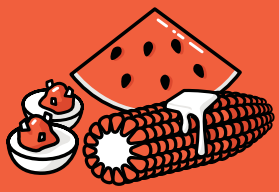
醤油240mL
味醂120mL
料理酒120mL
黒砂糖大さじ2
潰したにんにく3かけ
生姜の細切り8本
コーンスターチ小さじ2
骨なし・皮なし鶏もも肉450g
ネギ3本

必要なもの

竹串4本

1. 串を水に15分**浸し**ます。
2. ソースパンを火にかけ、醤油、味醂、料理酒、黒砂糖、にんにく、生姜を入れて**合わせ**ます。沸騰したら、火を弱めて8分間、または量が減るまで煮詰めます。
3. 小さなボウルに60 mLのタレを**入れ**、コーンスターチと合わせて、滑らかになるまでかき混ぜます。コーンスターチの入った材料をソースパンに注ぎ入れ、タレの水分が少し減るまでかき混ぜます。
4. 火から**下ろし**、ざるを使ってにんにくと生姜を濾し取りながら、ボウルに注ぎます。にんにくと生姜は捨ててください。
5. タレの半分を別のボウルに**注ぎ**ます。一方のボウルのタレは生の鶏肉に塗るのに使い、もう一方のタレは火の通った鶏肉に塗るのに使います。
6. 鶏肉とネギを2.5cm大に**切り**ます。4本の串に均等に材料を刺し終えるまで、串に鶏肉とネギを交互に刺していきます。
7. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を200°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
8. 予熱した本器に串を**置き**ます。1つめのボウルのタレをたっぷり塗ります。
9. 200°Cに温度を**設定**し、時間を6分にセットして、開始/一時停止を押します。
10. 時間になったらバスケットを**取り出し**、焼き鳥をひっくり返して、刷毛で1つめのボウルのタレをたっぷり塗ります。
11. 本器に**セット**し直し、時間を6分にセットして、開始/一時停止を押します。
12. 焼き鳥を**取り出し**、2つめのボウルのタレを刷毛で塗っていただきます。

JP



サイドディッシュ

芽キャベツとパンチェッタのソテー

2〜4人分

準備時間：5分
調理時間：12分

半分に切った芽キャベツ283g
角切りにしたパンチェッタ2ブロック
オリーブ油大さじ1
ガーリックパウダー小さじ½
塩、胡椒（適量）
パルメザンチーズ（粉）大さじ1
（付け合せとして）

1. 本器で予熱機能を**選択**し、開始/一時停止を押します。
2. 半分に切った芽キャベツを、角切りにしたパンチェッタ、オリーブ油、ガーリックパウダー、塩、胡椒とボウルに入れて**混ぜ**ます。
3. 予熱した本器に芽キャベツを**入れ**ます。
4. 野菜機能を**選択**して、開始/一時停止を押します。
5. 調理時間の中ほどで、芽キャベツを**振り**ます。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
6. できあがったら**取り出し**、パルメザンチーズを振りかけていただきます。

ガーリックブレッド

4人分

準備時間：5分
調理時間：8分

フレンチバゲット1個（長さ305mm）
にんにく4片（みじん切り）
バター43g（室温にもどす）
オリーブ油15g
パルメザンチーズ（すりおろし）10g
パセリ8g（みじん切り）

1. バゲットを縦半分に**スライスして**から、横に半分ずつスライスして、長さ152mmのスライスを4枚作ります。
2. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を160°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
3. ボウルににんにく、バター、オリーブ油を**混ぜ合わせて**ペースト状にします。
4. ペーストをそれぞれのスライスにまんべんなく**塗り**、パルメザンチーズを振りかけます。
5. 予熱したエアー本器にバゲットを**入れます**。
6. パン機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
7. できあがったら**取り出し**、みじん切りにしたパセリを添えて盛り付けます。

ホームメードポテトフライ

4人分

準備時間：35分
調理時間：28分

皮を剥き、200 x 15mmに細切りした じゃがいも300g
サラダ油大さじ1
ガーリックパウダー小さじ1
パプリカ小さじ1
塩、胡椒（適量）
ケチャップ（お好みで）

1. 細切りしたじゃがいもを冷水に30分**晒し**ます。
2. じゃがいもをザルに**あげ**、冷水で洗って、ペーパータオルで軽く叩いて水分を取ります。
3. サラダ油、ガーリックパウダー、パプリカをじゃがいもに**加え**、均等にまぶします。
4. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を185°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
5. 予熱した本器にじゃがいもを**入れ**ます。
6. ポテトフライ機能を**選択**し、時間を28分に調節して、開始/一時停止を押します。
7. 調理時間の中ほどで、**振り**ます。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
8. できあがったらフライを**取り出し**、塩と胡椒で味付けします。
9. ケチャップを添えて**いただきます。**

ハニーローストキャロット

2～4人分

準備時間：5分
調理時間：12分

レインボーキャロット454g
（洗って皮をむいておく）
オリーブ油15g
蜂蜜30g
タイム2本
塩、胡椒（適量）

1. ペーパータオルで軽く**叩いて**ニンジンの水気を取ります。一旦横に置いておきます。
2. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
3. ニンジンをボウルに入れ、オリーブ油、蜂蜜、タイム、塩、胡椒を**混ぜます**。
4. 予熱した本器にニンジンを**入れます**。
5. 根菜類機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. 調理時間の中ほどでバスケットを**振ります**。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
7. できあがったら**取り出し**、熱いうちに盛り付けます。

ハニーソイキャロット

4人分

準備時間：5分
調理時間：12分

ヤングキャロット（152mm）454g、
（水ですすぎ、擦り洗いし、拭いて乾かしておく）
オリーブ油15g
蜂蜜5g
醤油5g
塩、胡椒（適量）

1. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
2. 大きめのボウルでニンジンにオリーブ油を**まぶします**。
3. 蜂蜜と醤油を**加えて**混ぜ合わせます。
4. 予熱した本器にニンジンを**入れます**。
5. 根菜類機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. 調理時間の中ほどでバスケットを**振ります**。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
7. できあがったら**取り出し**、塩、胡椒で味付けしてから盛り付けます。

ポテトチップス

4人分

準備時間：40分
調理時間：25分

水2000g
塩15g
じゃがいも大2個（736g）（薄くスライスしておく）
オリーブ油20g
塩、胡椒（適量）

1. 大きめのボウルに水と塩を入れ、塩が全部溶けるまで**混ぜます**。
2. ポテトは薄く**スライスします**。
   注：スライサーを使用すると便利です（1.5mmの刃を使用してください）。
3. じゃがいもを塩水に30分**浸けて**おきます。
4. じゃがいもの水気を**切り**、ペーパータオルで軽く叩いて水分を取ります。
5. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を165°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
6. スライスしたじゃがいもにオリーブ油を**塗り**ます。
7. 予熱した本器に油を塗ったじゃがいもを**重ねます**。
8. 温度を165°C、時間を25分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
9. 調理時間の中ほどで、バスケットを**振ります**。
10. できあがったら**取り出し**、塩・胡椒で味付けして盛り付けます。

ポテトウエッジ

4人分

準備時間：3分
調理時間：20分

洗って10cmの長さに串切りした
じゃがいも（大）2個
オリーブ油大さじ1½
ガーリックパウダー小さじ1
オニオンパウダー小さじ½
塩小さじ½
黒胡椒小さじ¼
パルメザンチーズ（粉）大さじ1
ケチャップまたはランチドレッシング
（お好みで）

1. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を195°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
2. オリーブ油をじゃがいもに**まぶし**、調味料とパルメザンチーズをたっぷりまぶします。
3. 予熱した本器にじゃがいもを**入れ**ます。
4. ポテトフライ機能を**選択**し、時間を20分に調節して、開始/一時停止を押します。
5. 調理時間の中ほどで、バスケットを**振り**ます。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
6. できあがったら**取り出し**、お好みでケチャップやランチドレッシングでいただきます。

アスパラガスのプロシュート巻き

3人分

準備時間：5分
調理時間：10分

アスパラガス12本
オリーブ油小さじ2
塩、胡椒（適量）
プロシュート12枚

1. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を150°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
2. アスパラガスの根元を**切って**捨てます。
3. アスパラガラス全体に塗り残しの無いようにオリーブ油を**かけ**ます。塩と胡椒で下味をつけます。
4. アスパラガス1本につきプロシュート1切れを、穂先から順番に**巻き**、予熱した本器に入れます。
5. 150°Cに温度を**設定**し、時間を10分にセットして、開始/一時停止を押します。
6. できあがったら**取り出し**、いただきます。

ローストガーリックブロッコリー

3人分

準備時間：3分
調理時間：10分

ブロッコリー大1個（小房に切っておく）
オリーブ油15g
ガーリックパウダー3g
塩3g
黒胡椒1g

1. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を150°Cに設定して、[開始/一時停止]を押します。
2. カットしたブロッコリーにオリーブ油を**振りかけ**、まんべんなくコーティングされるまで混ぜ合わせます。
3. ブロッコリーに調味料を**振ります**。
4. 予熱した本器にブロッコリーを**入れます**。
5. 野菜機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
6. 調理時間の中ほどでブロッコリーを**振ります**。お知らせ機能がタイミングをお知らせします。
7. できあがったら**取り出し**、盛り付けます。

海老グラタン

2人分

準備時間：15分
調理時間：23分

マカロニ

乾燥マカロニ57g
海老5尾（殻付き）
オリーブ油大さじ1
塩小さじ¾（分けておく）
黒胡椒小さじ¾（分けておく）
玉ねぎ½（みじん切り）
人参¼本（みじん切り）
ホワイトマッシュルーム3個（みじん切り）
小さく切ったブロッコリーの頭の部分 ½個（79g）

ホワイトソース

有塩バター14g
中力粉14g
牛乳250mL
塩、胡椒ひとつまみ（お好みで）
溶けるチーズ50g

必要なもの

18cmの楕円形の耐熱皿1枚

1. 鍋に塩水を**沸かし**パッケージに記載の方法でマカロニを茹でます。マカロニを水切りしておきます。
2. 海老の殻を**剥き**、背わたを取ります。水の中で洗い、ペーパータオルで軽く叩いて水気を取っておきます。
3. フライパンにオリーブ油を**引き**、中火でかけます。フライパンに海老を加えます。塩小さじ¼と胡椒小さじ¼を加えます。海老を3分間または色が変わるまで炒め、火から下ろし、皿に移します。一旦横に置いておきます。
4. 玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、ブロッコリーを同じフライパンに**入れ**ます。塩小さじ½と胡椒小さじ½を加えます。野菜を6分間または柔らかくなるまで中火で炒めます。火から下ろし、皿に移します。
5. ペーパータオルでフライパンを**拭き**ます。ソースを作るため、有塩バターをフライパンに入れ、弱火にかけます。バターが溶けたら、小麦粉を加えます。泡立て器で1分間、またはとろみがつくまで、よく混ぜ合わせます。
6. 牛乳を少しずつ**加え**ながら、3分間、または、材料の水分が減って滑らかになるまで、かき混ぜ続けます。火を消し、塩と胡椒をひとつまみ加えます。
7. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を160°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
8. パスタ、海老、野菜を楕円形の耐熱皿に**入れ**、ホワイトソースをグラタンにかけます。チーズを上からかけて、予熱した本器に入れます。
9. 160°Cに温度を**設定**し、時間を10分にセットして、開始/一時停止を押します。
10. チーズが溶けて上の方がきつね色になったら、**取り出し**ます。

さつまいものフライドポテト

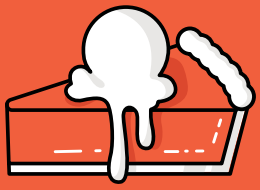
4人分

準備時間：5分
調理時間：10分

サツマイモ大2本
サラダ油15g
塩10g
黒胡椒2g
パプリカ2g
ガーリックパウダー2g
オニオンパウダー2g

1. サツマイモは厚さ25mmの短冊に**切ります**。
2. 本器で予熱機能を**選択**して、[開始/一時停止]を押します。
3. 大きめのボウルにサツマイモの短冊切りと油を入れて**混ぜ合わせ**、サツマイモにまんべんなく油をまぶします。
4. 塩、黒胡椒、パプリカ、ガーリックパウダー、オニオンパウダーを入れて調味料が均一になるまで**混ぜ合わせます**。
5. 5予熱した本器にサツマイモを**入れます**。
6. 温度を205°C、時間を10分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
7. できあがったら**取り出**し、盛り付けます。

JP



デザート

バナナナッツブレッド

ミニサイズ1斤

準備時間：10分
調理時間：40分

無塩バター57g（柔らかくしておく）
グラニュー糖100g
溶き卵1個
熟したバナナ2本（潰しておく）
バニラエッセンス2g
中力粉90g
重曹3g
塩2g
クルミ42g（刻んでおく）
焦げ付き防止用クッキングスプレー

必要なもの

ミニパン型

1. ボウルにバターと砂糖を入れてク**リーム状にします**。
2. 卵、潰したバナナ、バニラエッセンスを入れて**混ぜ合わせます**。一旦横に置いておきます。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を150°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
4. 別のボウルに小麦粉、重曹、塩を**ふるいいれます**。
5. 乾いた材料を液状の材料にへらで**混ぜ合わせます**。
6. 刻んだクルミを**混ぜ込みます**。
7. ミニパン型1個にクッキングスプレーで油を**塗り**、生地を流し込みます。予熱した本器にパン型を入れます。
8. デザート機能を**選択**し、時間を40分に調節して、[開始/一時停止]を押します。
9. できあがったら**取り出し**、盛り付けます。

ブルーベリーレモンマフィン

6～8個分

準備時間：10分
調理時間：15分

レモン1個、(果汁(5g)を取り、皮を擦りおろしておく)
ココナツミルク、または豆乳112g
中力粉120g
ベーキングパウダー4g
重曹2g
塩1g
グラニュー糖50g
ココナッツオイル60g(溶かしておく)
バニラエッセンス5g
新鮮なブルーベリー75g
焦げ付き防止用クッキングスプレー

必要なもの

マフィン型8個

1. 小さなボウルにレモン汁とココナッツミルクを**混ぜ**、脇に置いておきます。
2. 小麦粉、ベーキングパウダー、重曹、塩を別のボウルで**混ぜ合わせ**、脇に置いておきます。
3. 砂糖、ココナッツオイル、レモンの皮、バニラエッセンスを別のボウルに入れて**混ぜます**。
4. レモンの皮とバニラを混ぜ合わせたボウルに、ココナッツミルクとレモンを混ぜ合わせたものを**合わせ入れ**ます。
5. 液状の材料に、乾いた材料を少しずつ、なめらかになるまで**混ぜて**いきます。ブルーベリーを潰さないように混ぜこみます。
6. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を150°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
7. クッキングスプレーでマフィン型に**油を塗り**、型の¾まで生地を注ぎます。
8. 予熱した本器にマフィン型をそっと**入れます**。
9. デザート機能を**選択**し、時間を15分に調節して、[開始/一時停止]を押します。
10. できあがったら**取り出し**、10分ほど冷ましてから盛り付けます。

チョコレート餅マフィン

6〜8個分

準備時間：10分
調理時間：16分

黒糖64g
牛乳120mL
卵（大）1個
バニラエッセンス小さじ1
無塩バター大さじ2（溶かしておく）
餅粉128g
ココア16g
ベーキングパウダー小さじ1
塩小さじ¼
チョコチップ64g
クッキングスプレー

1. 黒砂糖、牛乳、卵、バニラエッセンスを滑らかになるまで泡だて器で**かき混ぜ**ます。
2. 溶かしたバター、米粉、ココア、ベーキングパウダー、塩を入れて**混ぜ**ます。
3. チョコチップをやさしく**混ぜ入れ**ます。
4. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を150°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
5. マフィンカップにクッキングスプレーを**吹きかけ**ます。マフィンカップの¾の高さまで生地を入れます。
6. マフィンカップを予熱した本器に**入れ**ます。
7. 本器でデザート機能を**選択**し、時間を16分に調節して、開始/一時停止を押します。
8. マフィンに串などを中ほどまで刺し、生地が付いてこなければ**取り出し**ます。

チョコレートスフレ

2人分

準備時間：10分
調理時間：15分

バター（油を塗るため）
砂糖（振りかけるため）
刻んだ低糖チョコレート84g
無塩バター32g
卵2個（卵黄と卵白に分ける）
ピュアバニラエッセンス小さじ½
中力粉大さじ2
砂糖大さじ3
粉糖（振りかけるため）

必要なもの

168gのココット皿2個

1. ココット皿にバターを**塗り**ます。ココット皿に砂糖を振りかけて、振って広げ、余分な分を落とします。
2. チョコレートとバターを一緒にして**電子レンジで**15秒ずつ、温めてはかき混ぜ、チョコレートが完全に溶けるまで繰り返します。
3. 卵黄とバニラエッセンスを溶かしたチョコレートに加えて、泡立て器で勢いよく**混ぜ**、ダマができないようにします。小麦粉を入れて塊が無くなるまで混ぜ、少し置いて冷まします。
4. 大きなボウルに卵白を入れ、電動泡立て器の中速で柔らかい角が立つまで**泡立て**ます。
5. 卵白に砂糖を少しずつ**加え**ながら、中速で泡立てます。砂糖を全部加えたら高速にして、卵白がピンと立つまで泡立てます。一旦横に置いておきます。
6. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を165°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
7. メレンゲの½をチョコレートに入れて**かき混ぜ**ます。それから、残りのメレンゲにチョコレートをミックスしたものを加え、やさしく、かつ完全に混ぜ入れます。
8. 生地をココット皿に**スプーン**で入れ、予熱した本器に入れます。
9. 165°Cに温度を**設定**し、時間を15分にセットして、開始/一時停止を押します。
10. できあがったら**取り出し**、粉糖をスフレに振りかけて、すぐにいただきます。

フレンチトーストスティック

4人分

準備時間：5分
調理時間：10分

厚さ38mmの食パン（できれば硬くなりかけたもの）4枚
卵2個
牛乳60g
メープルシロップ15g（盛り付け用は分量外）
バニラエッセンス2g
クッキングスプレー
グラニュー糖38g
粉末シナモン3g
粉糖（振りかけるため）

1. 食パンを1枚ずつ3分の1に**切り**、12片にします。一旦横に置いておきます。
2. 卵、牛乳、メープルシロップ、バニラエッセンスを一緒に泡立て器で**混ぜます**。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175℃に調節して、[開始/一時停止]を押します。
4. パン片を卵液に**浸し**、予熱した本器に入れます。フレンチトーストスティックにクッキングスプレーをたっぷりかけます。
5. 温度を175℃、時間を10分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。調理時間の中ほどでスティックを裏返します。
6. ボウルに砂糖とシナモンを入れて**混ぜ合わせます**。
7. できあがったらフレンチトーストスティックを**取り出し**、シナモンシュガーでコーティングします。
8. 粉砂糖を**まぶし**、メープルシロップを添えて盛り付けます。

ジンジャーブルーベリースコーン

6個

準備時間：10分
調理時間：12分

中力粉240g
グラニュー糖50g
ベーキングパウダー8g
塩2g
冷たいバター 85g（小さくカットしておく）
新鮮なブルーベリー85g
生姜（すりおろし）3g
生クリーム113g
卵大2個（分けておく）
バニラエッセンス4g
水5g

1. 大きなボウルに小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、塩を**ふるいいれます**。
2. 小麦粉にバターを入れ、パン粉のようになるまでペストリーブレンダーを使って混ぜるか、指先でバターを小麦粉に擦り込みます。
3. 小麦粉を混ぜたものにブルーベリーと生姜を**混ぜ合わせます**。一旦横に置いておきます。
4. 別のボウルに生クリーム、卵1個、バニラエッセンスを入れて泡立て器で**泡立てます**。
5. 小麦粉を混ぜたものに、泡立てたクリームをへらで**混ぜ合わせます**。
6. 生地を厚さ38mm程度の円形に**成形し**、8つのくさび形にカットします。
7. スコーンに卵1個と水で作った卵液を刷毛で**塗ります**。一旦横に置いておきます。
8. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175℃に設定して、[開始/一時停止]を押します。
9. 予熱した内側のバスケットにクッキングシートを敷き、上にスコーンを**並べます**。
10. 温度を175℃、時間を12分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
11. スコーンがきつね色になったら**取り出し**、盛り付けます。

抹茶餅パンケーキ

2人分

準備時間：5分
調理時間：40分

卵（大）1個
全乳240mL
バニラエッセンス小さじ½
中力粉64g
餅粉64g
砂糖大さじ1
ベーキングパウダー小さじ2
粗塩小さじ¼
抹茶大さじ1
無塩バター大さじ2（溶かしておく）
クッキングスプレー

必要なもの

127mm Cosori ピザ用トレー（別売）

1. 卵、牛乳、バニラエッセンスを泡立つまで泡だて器で**かき混ぜ**ます。
2. 小麦粉、餅粉、砂糖、ベーキングパウダー、塩、抹茶を**加え**、混ぜ合わせます。溶かしたバターをやさしく混ぜ入れます。
3. 本器にピザ用トレーを**入れ**ます。
4. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を180°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
5. トレーにクッキングスプレーを**吹きかけ**して、生地32gを入れます。
6. 180°Cに温度を**設定**し、時間を4分にセットして、開始/一時停止を押します。
7. パンケーキを**取り出し**、生地が全部焼けるまでこの手順を5〜6回繰り返します。
8. お好きなトッピングを載せて**いただきます**。新鮮ないちごを挟んで積み重ね、一番上にバターを載せてみましょう！

ミニアップルパイ

2人分

準備時間：35分
調理時間：10分

りんご中1個（皮をむいてさいの目にカットしておく）
グラニュー糖18g
無塩バター18g
粉末シナモン2g
粉末ナツメグ1g
粉末オールスパイス1g
パイ生地1枚
溶き卵1個
牛乳5g

1. さいの目に切ったりんご、グラニュー糖、バター、シナモン、ナツメグ、オールスパイスをフライパンに入れて**混ぜ合わせ**、中火から弱火にかけます。沸騰させます。
2. 2分ほど**煮て**、火から下ろします。
3. 室温で30分間、蓋をしないまま**冷ます**。
4. パイ生地を直径127mmの2つの円に**カット**します。
5. 各パイ生地の中心に¼カップのりんごを**載せ**、指で外側の縁に水をつけます。りんごが少し残ることがあります。
6. パイを半月形に**折り**ます。端を閉じ、上部に小さな切れ目を入れます。
7. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
8. ボウルに卵と牛乳を**混ぜて**卵液を作り、各パイの上に刷毛で塗ります。
9. 予熱した本器にパイを**入れます**。
10. 温度を175°C、時間を10分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
11. パイがきつね色になったら取**り出し**、盛り付けます。

フレンチトーストサンド

1人分

準備時間：10分
調理時間：12分

ブリオッシュブレッド（できれば硬くなりかけたもの）1切れ（厚さ64mm）
クリームチーズ113g
卵2個
牛乳15g
生クリーム30g
グラニュー糖38g
シナモン3g
バニラエッセンス2g
クッキングスプレー
ピスタチオ（小さく刻んでおく）、トッピング用
メープルシロップ（お好みで）

1 本器で予熱機能を**選択**し、温度を175°Cに調節して、[開始/一時停止]を押します。
2 ブリオッシュのスライスの真ん中に切れ目を**入れます**。
3 切れ目の中にクリームチーズを**詰めます**。一旦横に置いておきます。
4 卵、牛乳、生クリーム、砂糖、シナモン、バニラエッセンスを泡立て器で**混ぜます**。
5 チーズを詰めたフレンチトーストを各面10秒ほど卵液に**浸します**。
6 フレンチトーストの両面にクッキングスプレーを**かけます**。
7 フレンチトーストを予熱した本器に**入れます**。
8 温度を175°C、時間を10分に**設定**して、[開始/一時停止]を押します。
9 フレンチトーストが焼きあがったらヘラで慎重に**取り出します**。
10 刻んだピスタチオとメープルシロップをトッピングして**盛り付けます**。

スイートバタートースト

1〜2人分

準備時間：5分
調理時間：7分

厚切りにした食パン3枚
無塩バター（溶かしておく）
バニラアイスクリーム
蜂蜜

1. 食パンの白いところを**くり抜き**、耳はそのまま残します。一口大に切って、溶かしたバターを刷毛で塗ってから、元の形に戻します。さらに溶かしたバターを両面に塗ります。
2. パンを本器のバスケットに**入れ**ます。
3. 本器でパン機能を**選択**し、時間を7分に調節して開始/一時停止を押します。
4. パンがきつね色になったら**取り出し**ます。
5. パンを**積み重ね**ます。
6. 一番**上に**にアイスクリームを載せます。
7. 蜂蜜をかけて**いただきます。**

どら焼き

6個分

準備時間：20分
調理時間：36分

卵2個
砂糖70g
蜂蜜大さじ1
中力粉80g
ベーキングパウダー小さじ½
水大さじ½
中性オイルスプレー
あんこ260g

必要なもの

直径7.6cmのココット皿1枚、
または小さな丸皿

1. 卵、砂糖、蜂蜜をボウルに入れて泡だて器で**かき混ぜ**ます。小麦粉とベーキングパウダーを篩いにかけ、混ぜ入れます。ボウルにラップで蓋をして、冷蔵庫で15分寝かせます。
2. ラップを**外し**、水を加えて生地を少し薄めます。
3. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を195°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
4. ココット皿または小さな丸皿に軽く中性オイルスプレーを**吹きかけ**ます。生地大さじ1を皿に入れ、予熱した本器に置きます。
5. 195°Cに温度を**設定**し、時間を3分にセットして、開始/一時停止を押します。
6. できあがったらどら焼きを**取り出し**、生地が全部無くなるまでどら焼きを作ります。
7. どら焼きの中心部分に周辺部より多くのあんこを盛るように**広げ**、その上にもう一枚のどら焼きをかぶせて、どら焼きの形を作ります。
8. 同様に、残りの材料でどら焼きを**作り**ます。
9. どら焼きは食べる時までラップで**包んで**おきます。

アールグレイシフォンケーキ

8人分

準備時間：15分
調理時間：35分

アールグレイの茶葉8g
（分けておく）
お湯90mL
卵（大）3個（卵黄と
卵白に分ける）
砂糖85g（分けておく）
中性オイル40mL
薄力粉75g
ベーキングパウダー3g
塩0.5g
粉糖（お好みで振りかけるため）
（お好みで）

必要なもの

スパイス挽き
直径17cmのシフォン型1個

1. アールグレイの茶葉3gをスパイス挽きに**入れ**、完全に粉にします。一旦横に置いておきます。
2. 残りのアールグレイの茶葉5gを熱湯に**浸し**ます。蓋をして15分蒸らします。茶葉を濾し、40mL分を計って、横に置いておきます。
3. 卵黄、砂糖28g分、アールグレイの紅茶40mLを滑らかになるまで**かき混ぜ**ます。粉にした茶葉と中性オイルを加え、かき混ぜます。
4. 薄力粉、ベーキングパウダー、塩を**篩い**にかけます。一緒に混ぜ合わせます。
5. 卵白をしっかりと角が立つまで**泡立て**、残りの砂糖を卵白に少しずつ加えていきます。
6. 生地に卵白を⅓ずつ卵白に**加え**、卵白を全部混ぜるまで、やさしく混ぜ入れます。
7. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を150°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
8. 油を塗っていないシフォン型に生地を**入れ**ます。テーブルの上でケーキ型を軽く叩き、気泡を取り除きます。
9. 予熱した本器にケーキ型を**セット**します。
10. 150°Cに温度を**設定**し、時間を35分にセットして、開始/一時停止を押します。
11. 爪楊枝を刺し、生地がついてこなければ**取り出し**ます。
12. **すぐに**シフォン型を上下ひっくり返し、完全に冷まします。
13. ケーキを型から**取り出し**て、粉糖を振りかけて（お好みで）いただきます。

ふわふわチーズケーキ

8人分

準備時間：30分
調理時間：55分

クリームチーズ110g（室温）
無塩バター30g（室温）
全乳70g
卵（大）3個（卵黄と卵白に分ける）
バニラエッセンス3g
薄力粉20g
コーンスターチ10g
レモン汁3g
砂糖50g
粉糖（振りかけるため）（お好みで）

必要なもの

直径18cmのケーキ型1個

1. ケーキ型にバターを**塗り**ます。ケーキ型の底と側面にクッキングシートを敷きます。一旦横に置いておきます。
2. クリームチーズ、無塩バター、全乳を耐熱ボウルの中で**合わせ**、沸騰した湯に浮かべて湯煎します。材料が滑らかになるまで泡立て器でかき混ぜます。
3. 卵黄とバニラエッセンスを**加え**ます。滑らかになるまでゆっくりかき混ぜます泡立たせないようにしてください。湯煎したボウルをお湯から外します。
4. 薄力粉とコーンスターチを**篩い**にかけて生地に加え、よく混ざるまでゆっくりかき混ぜます。
5. レモン汁を卵白に**加え**ます。スタンドミキサーで卵白を混ぜます。砂糖を⅓ずつ卵白に加えます。砂糖が全部入り、メレンゲに柔らかい角が立つようになるまでゆっくりかき混ぜます。
6. 卵白を⅓ずつ生地に**加え**ます。卵白を生地に混ぜる際、メレンゲをつぶさないように気をつけてください。ヘラに切り替えて、全部が均等に混ざっていることを確認してください。
7. 油を塗り、クッキングシートを敷いたケーキ型に生地を**注ぎ**入れます。
8. 生地を串で**かき回し**て気泡を取り除きます。テーブルにケーキ型を軽く数回落とし、気泡を完全に取り除きます。
9. 本器で予熱機能を**選択**し、温度を120°Cに調節して、開始/一時停止を押します。
10. 本器のバスケットに水237mLを**注ぎ入れ**、予熱した本器にケーキ型をセットします。
11. 120°Cに温度を**設定**し、時間を55分にセットして、開始/一時停止を押します。
12. ケーキがきつね色に焼けたら**取り出し**ます。クッキングシートを敷いたプレートの上に慎重にひっくり返します。型に敷いてあったクッキングシートを剥がします。ケーキが熱いので、気をつけてください。もう一度ケーキをひっくり返して、正しい面が上に来るようにします。
13. 粉糖を上から振りかけ（お好みで）、熱いうちに**いただきます**。お楽しみください！

他のCosori社の製品

本器にご満足いただけたら、他の製品もご覧ください。**www.cosori.com** には
使いやすいように設計された、当社の美しい料理器具のすべてが掲載されています。
きっとキッチンで活躍することでしょう！

インスピレーションをお求めですか？

COSORIは、お料理の腕を揚げるのに役立つコミュニティをご用意しています。
あなたのレシピをシェアしてアイディアを共有しましょう！
Cosoriでは、調理器具を楽しみながら使う方法を常にご紹介しています。

あなたのレシピをシェアしましょう！

#ICOOKCOSORI

あなたのお料理を是非ご紹介ください。熱心な家庭料理のシェフが集まるコミュニティに
参加して、レシピのアイディアや健康的な生活を送るためのアイディアを確認してください。

EN

Thank you for your purchase!

(We hope you love your new air fryer as much as we do.)

join the Cosori Cooks Community on Facebook
facebook.com/groups/cosoricooks

explore our recipe gallery
www.cosori.com/recipes

enjoy weekly, featured recipes
made exclusively by our in-house chefs

CONTACT OUR CHEFS

Our helpful, in-house chefs are ready to assist you with any questions you might have!

Email: recipes@cosori.com
Toll-Free: (888) 402-1684
M–F, 9:00 am—5:00 pm PST/PDT

On behalf of all of us at Cosori,

Happy cooking!

EN

Appetizers

Ebi Furai

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 15 minutes

- 1 tablespoon olive oil
- 30 grams panko breadcrumbs
- 8 large tiger prawns
- 3 grams kosher salt
- A pinch of freshly ground black pepper
- 30 grams all-purpose flour
- 1 egg, beaten
- Tartar or tonkatsu sauce, for serving

1. **Add** olive oil and panko breadcrumbs to a skillet and mix well.
2. **Place** skillet over medium heat and toast for 10 minutes or until breadcrumbs are golden brown. Set aside to cool.
3. **Remove** the heads and peel the shells of the prawns, keeping the tail tip on.
4. **Devein** the prawns and make 4-5 incisions on the stomach. Each incision should be 7-mm deep.
5. **Season** with salt and pepper on both sides.
6. **Dredge** each prawn in the flour, dip into the beaten egg, then dip into the toasted breadcrumbs. Set aside.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 175°C, and press *Start/Pause*.
8. **Place** the breaded shrimp into the preheated air fryer.
9. **Select** the Shrimp function, adjust time to 5 minutes, then press *Start/Pause*.
10. **Remove** when done and serve with tartar or tonkatsu sauce.

Gyoza

YIELDS 20 SERVINGS

PREP TIME: 30 minutes
COOK TIME: 15 minutes

120 grams ground pork
100 grams cabbage, finely chopped
50 grams green onions, finely chopped
50 grams shiitake mushrooms, finely chopped
½ tablespoon soy sauce
1 tablespoon sake
½ tablespoon sesame oil
1 tablespoon cornstarch
1 teaspoon garlic, minced
1 teaspoon ginger, grated
Salt & pepper, to taste
1 package gyoza wrappers
Neutral oil spray

1. **Combine** ground pork with cabbage, green onions, shiitake mushrooms, soy sauce, sake, sesame oil, cornstarch, garlic, ginger, salt, and pepper. Mix well with your hands until the mixture becomes pale and sticky.
2. **Take** a gyoza wrapper and put a small amount of the filling in the center of the wrapper. Dip one finger in a bowl of water and draw a circle around the outer edge of the wrapper with your wet finger.
3. **Fold** the wrapper in half over the filling, then pinch together the edges to seal.
4. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, and press *Start/Pause*.
5. **Line** the air fryer's inner basket with parchment paper, then place the gyoza on the parchment paper. Spray with neutral oil spray and insert into the preheated air fryer.
6. **Set** temperature to 180°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
7. **Keep** gyoza in the air fryer for 5 more minutes after the timer goes off to allow them to steam.
8. **Remove** when done and serve with your favorite dipping sauce.

Korokke

YIELDS 12 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 20 minutes

450 grams russet potatoes
2 teaspoons salt, divided
2 tablespoons unsalted butter, melted
1 tablespoon milk
1 teaspoon pepper
2 green onions, finely chopped
113 grams cheese (white cheddar or provolone), chopped into small pieces
Olive oil spray
120 grams panko breadcrumbs

1. **Peel** and cut potatoes into large chunks. Place in a pot filled with water. Add 1 teaspoon salt. Bring to a boil and simmer until potatoes are fork tender. Drain potatoes and transfer to a bowl. Mash the potatoes until no large chunks remain.
2. **Add** the butter, milk, 1 teaspoon salt, pepper, green onions, and cheese. Mix until well combined.
3. **Form** into 2.5-cm balls. Spray the tops and bottoms lightly with the olive oil spray. Coat with panko breadcrumbs.
4. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 200°C, then press *Start/Pause*.
5. **Spray** the top of the korokke with the olive oil spray and place into the preheated air fryer.
6. **Set** the temperature to 200°C and time to 20 minutes, then press *Start/Pause*.
7. **Flip** korokke over halfway through cooking and spray the top with olive oil spray.
8. **Remove** when korokke are golden brown and crispy.

Mini Pizza

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 7 minutes

¼ onion, sliced
¼ bell pepper, sliced
1 tomato, sliced
2 slices bacon, chopped
8 gyoza wrappers
113 grams easy melting cheese
Dried oregano (optional)

1. **Cut** the onion, bell pepper, and tomato into thin slices. Chop the bacon into small pieces.
2. **Lay** the gyoza wrappers on a cutting board. Top each gyoza wrapper with cheese, followed by onion, bell pepper, tomato, and bacon pieces. Top with oregano (optional).
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, then press *Start/Pause*.
4. **Place** the mini pizzas into the preheated air fryer. Only 2 will fit at a time.
5. **Set** temperature to 180°C and time to 7 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Remove** when mini pizzas are golden and crispy.

Pigs in a Blanket

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 10 minutes

½ sheet puff pastry, thawed
16 cocktail-size smoked link sausages
15 grams milk

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
2. **Cut** the puff pastry into 64 x 38-mm strips.
3. **Place** a cocktail sausage on one end of one of the puff pastry strips, and wrap the dough around the sausage. Dab water over the seam to seal the dough together.
4. **Flip** the wrapped sausages so that the seam-side is down, brush with milk, and place into the preheated air fryer.
5. **Set** temperature to 205°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Cook** until golden brown, and remove when done.

Sesame Fried Mackerel

YIELDS 3-4 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 5 minutes

2 (95 gram) mackerel fillets
2 teaspoons soy sauce
2 teaspoons sake
1 teaspoon ginger juice
2 tablespoons all-purpose flour
1½ tablespoons water
1 tablespoon white sesame seeds
1 tablespoon black sesame seeds

1. **Cut** mackerel fillets into 15-mm thick strips.
2. **Mix** together mackerel strips, soy sauce, sake, and ginger juice in a bowl. Set aside and marinate for 5 minutes.
3. **Mix** flour and water in a small bowl and set aside.
4. **Combine** the white and black sesame seeds in a separate bowl and set aside.
5. **Drain** the mackerel, coat its skin side with batter, then coat the flesh side with sesame seeds. Set aside.
6. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, and press *Start/Pause*.
7. **Place** the fish into the preheated air fryer, sesame side down.
8. **Set** temperature to 180°C and time to 5 minutes, then press *Start/Pause*.
9. **Remove** when done and serve.

Teba Shio Chicken Wings

YIELDS 3-4 SERVINGS

PREP TIME: 40 minutes
COOK TIME: 25 minutes

454 grams chicken wings
180 milliliters salted sake
1 teaspoon olive oil
1 teaspoon kosher salt
¼ teaspoon fresh ground black pepper
Shichimi togarashi, to taste
Lemon wedges

1. **Soak** the chicken wings in the sake for 30 minutes, making sure they are fully submerged.
2. **Pat** the chicken wings dry with paper towels and coat with olive oil.
3. **Season** the wings with salt and freshly ground black pepper.
4. **Select** Preheat the Cosori Air Fryer and press *Start/Pause*.
5. **Place** the chicken wings into the preheated air fryer.
6. **Select** the Chicken function and press *Start/Pause*.
7. **Remove** when done and serve the chicken wings with shichimi togarashi and lemon wedges.

Youlinji

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 20 minutes
COOK TIME: 15 minutes

CHICKEN

298 grams chicken thighs, cut into 38-mm strips
1½ tablespoons sake
1 teaspoon soy sauce
1 teaspoon ginger juice
Salt & white pepper, to taste
2 tablespoons Katakuriko flour (Japanese potato starch), plus more for sprinkling
2 tablespoons all-purpose flour
Cooking spray

GREEN ONION SAUCE

2.5 centimeters green onion, finely chopped
½ teaspoon freshly grated ginger
1 garlic clove, grated
½ red chile, finely chopped
½ tablespoon soy sauce
½ tablespoon water
½ tablespoon white vinegar
½ tablespoon granulated sugar
1 teaspoon sesame oil

1. **Place** the chicken, sake, soy sauce, ginger juice, salt, and pepper in a bowl. Mix well and marinate for 15 minutes.
2. **Mix** the Katakuriko and flour with the chicken. Sprinkle each side with additional Katakuriko and set aside.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, then press *Start/Pause*.
4. **Spray** each side of the coated chicken with cooking spray and place into the preheated air fryer.
5. **Set** temperature to 180°C and time to 15 minutes, then press *Start/Pause*. Flip the chicken halfway through cooking.
6. **Mix** together all the sauce ingredients and set aside for serving.
7. **Remove** chicken when done and serve with the green onion sauce.

EN

Entrées

Baked Potted Eggs

YIELDS 3 SERVINGS

PREP TIME: 3 minutes
COOK TIME: 14 minutes

Cooking spray
3 eggs
6 slices smoked streaky bacon, diced
60 grams baby spinach, washed
120 grams heavy cream
15 grams Parmesan cheese, grated
Salt and pepper, to taste

ITEMS NEEDED

Three 76-mm ramekins

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 175°C, then press *Start/Pause*.
2. **Spray** 76-mm ramekins with cooking spray.
3. **Crack** 1 egg into each greased ramekin.
4. **Cook** the bacon in a pan until crispy, about 5 minutes.
5. **Add** the spinach and cook until wilted, about 2 minutes.
6. **Mix** in the heavy cream and Parmesan cheese. Cook for 2 to 3 minutes.
7. **Pour** the cream mixture on top of the eggs.
8. **Place** the ramekins into the preheated air fryer, set temperature to 175°C and time to 4 minutes, then press *Start/Pause*. Cook until the egg white is fully set.
9. **Remove** when done, and season to taste with salt and pepper.

BBQ Bacon

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 2 minutes
COOK TIME: 8 minutes

13 grams dark brown sugar
5 grams chili powder
1 gram ground cumin
1 gram cayenne pepper
4 slices bacon, halved

1. **Mix** the seasonings in a medium bowl until well combined.
2. **Dredge** the bacon in the seasoning until fully coated. Set aside.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 160°C, then press *Start/Pause*.
4. **Place** the bacon into the preheated air fryer.
5. **Select** the Bacon function and press *Start/Pause*.
6. **Remove** when done and serve.

Japanese Salted Salmon (Shiojake/Shiozake)

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 7 hours 5 minutes
COOK TIME: 8 minutes

2 (180 gram) salmon fillets
1 tablespoon sake
15 grams salt
Olive oil

1. **Pat** the salmon fillets dry with paper towels.
2. **Pour** sake over the salmon.
3. **Sprinkle** salt on both sides of the salmon.
4. **Wrap** the salmon fillets first in paper towels, then in plastic wrap.
5. **Refrigerate** the fillets for 7-8 hours or overnight.
6. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, and press *Start/Pause*.
7. **Remove** plastic wrap and paper towels. Pat salmon fillets dry with additional paper towels. Drizzle with olive oil.
8. **Place** the salmon into the preheated air fryer, select the Seafood function, then press *Start/Pause*.
9. **Remove** when done and serve with steamed rice.

Cheesy Chicken Katsu

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 8 minutes
COOK TIME: 18 minutes

- 1 tablespoon olive oil
- 120 grams panko breadcrumbs
- 1 chicken breast (500 grams), butterflied
- 50 grams shredded mozzarella cheese
- 2 grams kosher salt
- A pinch of freshly ground black pepper
- 30 grams all-purpose flour
- 2 eggs, beaten
- Rice, for serving
- Tonkatsu sauce, for serving

1. **Add** olive oil and panko breadcrumbs to a skillet and mix well.
2. **Toast** the breadcrumbs on a stove over medium heat for 5 minutes or until golden brown.
3. **Pound** the chicken breast with a meat mallet until it is 9-mm thick.
4. **Place** the cheese onto one half of the chicken, then fold the other half of the chicken over the cheese. Pound the outside edges of the chicken breast.
5. **Season** both sides with salt and pepper, to taste.
6. **Dredge** the chicken in flour, dip into eggs, then into toasted panko breadcrumbs. Set aside.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, then press *Start/Pause*.
8. **Place** the breaded chicken into the preheated air fryer.
9. **Set** temperature to 180°C and time to 18 minutes, then press *Start/Pause*. Flip the katsu halfway through cooking.
10. **Remove** when done, then serve with a side of rice and tonkatsu sauce.

Chipotle Tuna Melt

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 8 minutes

1 can (142 grams) tuna
45 grams chipotle sauce
4 slices white bread
2 slices pepper jack cheese

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 160°C, then press *Start/Pause*.
2. **Mix** the tuna and chipotle sauce until combined.
3. **Spread** half of the chipotle tuna mixture onto 1 of the bread slices. Repeat with another slice of bread.
4. **Add** a slice of pepper jack cheese onto the tuna mixture on each slice.
5. **Top** each with 1 of the remaining bread slices to make 2 sandwiches.
6. **Place** the sandwiches into the preheated air fryer.
7. **Select** the Bread function and press *Start/Pause*.
8. **Remove** when done and cut diagonally before serving.

Crispy Tofu

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 18 minutes

- 1 block firm tofu (227 grams), cut into 25-mm cubes
- 2 tablespoons soy sauce
- 2 teaspoons rice vinegar
- 10 milliliters sesame oil
- 23 grams cornstarch
- Cooking spray

1. **Toss** the tofu, soy sauce, rice vinegar, and sesame oil in a shallow bowl. Marinate for 10 minutes.
2. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 190°C, then press *Start/Pause*.
3. **Drain** the tofu of the marinade, then toss the tofu in cornstarch until evenly coated.
4. **Allow** the cornstarch to absorb the marinade that still remains on the tofu until none of the cornstarch on the tofu is dry.
5. **Place** the tofu into the preheated air fryer and spray lightly with cooking spray.
6. **Select** the Shrimp function, adjust time to 18 minutes, then press *Start/Pause*.
7. **Shake** the tofu halfway through cooking. The Shake Reminder function will let you know when.
8. **Remove** when done and serve.

"Fried" Chicken

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 2 hours
COOK TIME: 25 minutes

2 chicken legs
2 chicken thighs, bone-in & skin-on
224 grams buttermilk
180 grams all-purpose flour
3 grams garlic powder
3 grams onion powder
3 grams paprika
2 grams black or white pepper
5 grams salt
40 grams vegetable oil
Cooking spray

1. **Combine** chicken legs, thighs, and buttermilk in a resealable plastic bag. Marinate in the refrigerator for 1-1½ hours.
2. **Mix** flour, spices, and salt in a bowl.
3. **Remove** chicken legs and thighs from the bag and dredge in the flour mixture until each piece is completely coated. Then, place on a cooling rack for 15 minutes.
4. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 195°C, then press *Start/Pause*.
5. **Brush** the oil onto both sides of the chicken legs and thighs.
6. **Place** the legs and thighs into the preheated air fryer.
7. **Select** the Chicken function and press *Start/Pause*.
8. **Flip** the chicken halfway through cooking and spray with cooking spray.
9. **Remove** when done and cool for 5 minutes before serving.

Grilled Cheese

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 8 minutes

43 grams butter, melted
4 slices white bread
57 grams sharp cheddar cheese, shredded

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 160°C, then press *Start/Pause*.
2. **Brush** butter on each side of the bread slices.
3. **Split** the shredded cheese evenly on 2 slices of bread. Top with the remaining bread slices to make 2 sandwiches.
4. **Place** the sandwiches in the preheated air fryer.
5. **Select** the Bread function and press *Start/Pause*.
6. **Remove** when done and cut diagonally to serve.

Hamburg Steak

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 1 hour 10 minutes
COOK TIME: 26 minutes

- 2 tablespoons olive oil, divided
- ½ large onion, finely chopped
- 15 grams panko breadcrumbs
- 25 grams whole milk
- 1 egg
- 1 teaspoon kosher salt
- ½ teaspoon freshly ground black pepper
- A pinch of ground nutmeg
- 100 grams ground beef (80% lean)
- 100 grams ground pork
- 2½ tablespoons worcestershire sauce
- 4 tablespoons ketchup
- 3½ tablespoons water
- 2 teaspoons red wine vinegar
- 1 tablespoon granulated sugar
- 1 teaspoon dijon mustard

1. **Heat** a pan on the stove over medium heat for 1 minute.
2. **Add** 1 tablespoon olive oil and chopped onions. Cook for 10 minutes, then set aside to cool.
3. **Combine** panko breadcrumbs, whole milk, egg, salt, pepper, ground nutmeg, and cooled onions in a large mixing bowl.
4. **Coat** hands with olive oil and knead the ground beef and ground pork into the onion breadcrumb mixture until the mixture is sticky.
5. **Form** 2 patties, then brush the outside of the patties with the remaining olive oil.
6. **Store** the patties in the fridge for 1 hour to solidify the fat.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 205°C, then press *Start/Pause*.
8. **Place** the patties into the preheated air fryer.
9. **Select** the Steak function, adjust time to 13 minutes, then press *Start/Pause*.
10. **Whisk** together worcestershire sauce, ketchup, water, red wine vinegar, sugar, and dijon mustard in a microwave-safe bowl to make the sauce. Microwave for 1-2 minutes or until slightly thickened.
11. **Remove** hamburg steak when done and top with sauce.

Japanese Meatballs

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 10 minutes

454 grams ground beef
15 grams sesame oil
18 grams miso paste
10 fresh mint leaves, finely chopped
4 scallions, finely chopped
5 grams salt
1 gram black pepper
45 grams soy sauce
45 grams mirin
45 grams water
5 grams brown sugar

1. **Mix** the ground beef, sesame oil, miso paste, mint leaves, scallions, salt, and pepper in a large bowl until everything is well incorporated.
2. **Coat** your hands with a small amount of sesame oil and form the mixture into 51-mm meatballs. There should be about 8 meatballs.
3. **Refrigerate** the meatballs for 10 minutes.
4. **Mix** the soy sauce, mirin, water, and brown sugar in a separate bowl. Set aside.
5. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
6. **Place** the chilled meatballs into the preheated air fryer.
7. **Select** the Steak function, set time to 10 minutes, and press *Start/Pause*.
8. **Remove** when finished and serve with dipping sauce.

Karaage

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 20 minutes
COOK TIME: 14 minutes

- 450 grams chicken thighs, boneless and skinless
- 3 tablespoons soy sauce
- 2 tablespoons sake
- 1 tablespoon ginger juice
- ½ teaspoon sugar
- 96 grams cornstarch
- Neutral oil spray
- Lemon wedges, for serving
- Mayo, for serving
- Shichimi togarashi, for serving

1. **Cut** the chicken in 5-cm pieces and place in a bowl. Add the soy sauce, sake, ginger, and sugar. Marinate for 10 minutes.
2. **Put** the cornstarch in a separate bowl and coat each chicken piece in the cornstarch. Place chicken on a plate and let sit for 5 minutes.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 195°C, then press *Start/Pause*.
4. **Spray** each chicken piece liberally with the neutral oil spray, then place chicken into the preheated air fryer. Make sure not to overcrowd the baskets. If you do, the chicken won't crisp evenly. You may need to work in batches.
5. **Select** the Chicken function, adjust time to 14 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Remove** when done and serve hot with lemon wedges and mayo sprinkled with shichimi togarashi.

Miso Chicken

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 1 day
COOK TIME: 30 minutes

4 chicken thighs, bone-in, skin on
64 grams miso
64 milliliters mirin
60 milliliters sake
1 piece ginger (13-mm), grated
1 garlic clove, smashed
1 tablespoon sugar
Neutral oil spray
2 tablespoons water

1. **Whisk** miso, mirin, sake, ginger, garlic, and sugar until smooth. Pour into a saucepan and set over medium-high heat. Bring to a boil, then reduce to a simmer for 10-15 minutes. Allow to cool completely.
2. **Pour** 120 mL of marinade over the chicken in a resealable plastic bag. Massage marinade into the chicken. Place in the refrigerator for 24 hours. Save the remaining marinade in the refrigerator.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 195°C, and press *Start/Pause*.
4. **Take** chicken out of the marinade and pat down with paper towels. Spray lightly with neutral oil spray.
5. **Place** chicken skin side down into the preheated air fryer.
6. **Select** the Chicken function, adjust time to 20 minutes, and press *Start/Pause*.
7. **Flip** chicken over halfway through baking. If the chicken is browning too fast, cover with foil. Be sure to secure the edges of the foil under the chicken so that it doesn't lift and contact the heating elements.
8. **Remove** when a meat thermometer indicates that the chicken has reached 73°C.
9. **Serve** with sauce (optional) by adding the rest of the marinade to a frying pan with 2 tablespoons of water. Bring the sauce to a simmer until it thickens, then turn off heat and serve with the chicken.

Prosciutto-Wrapped Pork Roulade

YIELDS 4-5 SERVINGS

PREP TIME: 20 minutes
COOK TIME: 9 minutes

6 pieces prosciutto, thinly sliced
1 pork tenderloin (454 grams), halved, butterflied & pounded flat
6 grams salt
1 gram black pepper
227 grams fresh spinach leaves, divided
4 slices mozzarella cheese, divided
18 grams sun-dried tomatoes, divided
10 grams olive oil, divided

ITEMS NEEDED

Kitchen string

1. **Arrange** 3 pieces of prosciutto on parchment paper, slightly overlapping. Place 1 pork half on the prosciutto. Repeat with the other half.
2. **Season** the top of the pork halves with the salt and pepper.
3. **Layer** half of the spinach, cheese, and sun-dried tomatoes on top of the pork tenderloin, leaving a 13-mm border on all sides.
4. **Roll** the prosciutto and tenderloin around the filling tightly and tie together with kitchen string to keep closed.
5. **Repeat** steps 3-4 for the other half.
6. **Place** the roulades in the refrigerator for 10 minutes.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
8. **Brush** 5 mL of olive oil onto each roulade and place into the preheated air fryer.
9. **Select** the Steak function, adjust time to 9 minutes, and press *Start/Pause*.
10. **Remove** when done.
11. **Rest** the roulades for 10 minutes before slicing and serving.

Santa Maria Ribeye

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 11 minutes
COOK TIME: 6 minutes

2 grams salt
2 grams black pepper
2 grams garlic powder
2 grams onion powder
2 grams dried oregano
A pinch dried rosemary
A pinch cayenne pepper
A pinch dried sage
1 ribeye (454 grams), boneless
15 grams olive oil

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
2. **Mix** the seasonings and sprinkle them evenly over the steak.
3. **Drizzle** olive oil onto the steak.
4. **Place** the steak into the preheated air fryer.
5. **Select** the Steak function and press *Start/Pause*.
6. **Remove** the steak from the air fryer when done.
7. **Rest** the steak for 10 minutes before slicing and serving.

Stromboli

YIELDS 4-5 SERVINGS

PREP TIME: 35 minutes
COOK TIME: 20 minutes

283 grams pizza dough, refrigerated
All-purpose flour, for dusting
8 slices ham, cooked
3 slices provolone cheese
3 slices mozzarella cheese
50 grams roasted red bell peppers, chopped
1 gram Italian seasoning
1 egg, beaten
15 grams milk
1 gram salt
1 gram dried oregano
1 gram garlic powder
1 gram black pepper

1. **Rest** the dough at room temperature for 30 minutes.
2. **Dust** the dough with flour and roll the dough out into a 6-mm-thick round.
3. **Layer** the ham, cheeses, peppers, and Italian seasoning on half of the dough. Fold over to seal.
4. **Mix** the egg and milk together in a small bowl, then brush the top of the dough with egg wash.
5. **Sprinkle** salt, oregano, garlic powder, and black pepper over the top. Set aside.
6. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 175°C, then press *Start/Pause*.
7. **Place** the stromboli into the preheated air fryer.
8. **Set** temperature to 175°C and time to 20 minutes, then press *Start/Pause*.
9. **Flip** the stromboli every 5 minutes while cooking.
10. **Remove** when done and serve.

Teriyaki Chicken

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 22 minutes

- 450 grams boneless chicken thighs, skin on
- 4 grams salt
- 4 grams black pepper
- 120 milliliters soy sauce
- 50 grams white sugar
- 1 garlic clove, minced
- 2 grams ginger, minced
- 120 milliliters water, divided
- 8 grams corn starch

1. **Sprinkle** salt and black pepper over the skin side of the chicken thighs. Set aside.
2. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 195°C, then press *Start/Pause*.
3. **Place** chicken into the preheated air fryer.
4. **Select** the Chicken function, adjust time to 20 minutes, then press *Start/Pause*.
5. **Heat** a saucepan over medium heat and put in soy sauce, sugar, garlic, ginger, and 100 mL of water. Mix well.
6. **Dissolve** cornstarch in 20 mL of water and pour into the saucepan with soy sauce mixture. Stir continuously for 2 minutes or until sauce thickens. Set aside.
7. **Remove** chicken when done and serve with the teriyaki sauce.

Teriyaki-Glazed Salmon

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 8 minutes

TERIYAKI SAUCE

118 grams soy sauce
50 grams granulated sugar
1 gram ginger, grated
1 garlic clove, crushed
60 grams orange juice

SALMON

2 salmon fillets (142 grams)
20 grams vegetable oil
Salt & white pepper, to taste

1. **Combine** all teriyaki sauce ingredients in a small sauce pot over medium-high heat.
2. **Bring** the sauce to a boil, then lower to medium-low heat. When the sauce has reduced by half, remove from the heat to cool.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 175°C, then press *Start/Pause*.
4. **Coat** salmon with oil and season with salt and white pepper.
5. **Place** salmon into the preheated air fryer, skin-side down.
6. **Select** the Seafood function, set time to 8 minutes, and press *Start/Pause*.
7. **Remove** salmon when finished.
8. **Rest** salmon for 5 minutes, then glaze with teriyaki sauce.
9. **Serve** over a bed of white rice or with grilled vegetables.

Tonkatsu

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 14 minutes

2 (168 gram) boneless pork chops
64 grams panko breadcrumbs
1 teaspoon garlic powder
1 teaspoon onion powder
1 teaspoon salt
¼ teaspoon white pepper
64 grams all-purpose flour
2 eggs, beaten
Cooking spray

1. **Place** pork chops into a resealable plastic bag or cover with plastic wrap.
2. **Pound** the pork with a rolling pin or meat hammer to 13-mm thickness.
3. **Combine** the breadcrumbs and seasonings in a bowl. Set aside.
4. **Dredge** each pork chop in the flour, then dip in the beaten eggs, then roll in the breadcrumb mixture.
5. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, and press *Start/Pause*.
6. **Spray** both sides of the pork with cooking spray and place into the preheated air fryer.
7. **Set** temperature to 180°C and time to 14 minutes, then press *Start/Pause*.
8. **Remove** pork chops when done and allow to rest for 5 minutes.
9. **Slice** into pieces and serve.

Unagi (Eel)

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 15 minutes

2 (113 gram) Unagi fillets
4 tablespoons mirin
1½ tablespoons sake
2½ tablespoons sugar
4 tablespoons soy sauce

1. **Combine** the mirin and sake in a saucepan. Bring to a boil, then reduce the heat and add the sugar and soy sauce. Bring to a boil again, then reduce heat and simmer for 10 minutes or until sauce thickens. Remove from heat and set aside to cool.
2. **Brush** Unagi fillets liberally with sauce.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 200°C, then press *Start/Pause*.
4. **Place** fillets into the preheated air fryer, skin side down.
5. **Select** the Fish function, adjust time to 5 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Remove** when Unagi is caramelized on top and cooked through.

Wafu Steak

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 10 minutes

2 (2.5-cm thick) steaks, boneless
1 teaspoon salt
1 teaspoon pepper
¼ teaspoon garlic powder
½ tablespoon olive oil
2.5-cm daikon radish, grated, (optional)
2 tablespoons ponzu, (optional)
1 green onion, sliced, (optional)

1. **Pat** the steaks dry with paper towels. Season with salt, pepper, and garlic powder on both sides. Let steaks sit at room temperature for 15 minutes.
2. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer and press *Start/Pause*.
3. **Brush** steaks with olive oil.
4. **Insert** steaks into the preheated air fryer.
5. **Select** the Steak function, adjust time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Remove** steaks and let rest for 5 minutes.
7. **Slice** and top with daikon radish, ponzu, and green onion (optional).

Yakitori

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 20 minutes
COOK TIME: 20 minutes

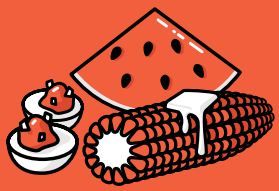
240 milliliters soy sauce
120 milliliters mirin
120 milliliters sake
2 tablespoons brown sugar
3 garlic cloves, smashed
8 thin slices of fresh ginger
2 teaspoons cornstarch
450 grams boneless, skinless chicken thighs
3 green onions

ITEMS NEEDED

4 bamboo skewers

1. **Soak** the skewers in water for 15 minutes.
2. **Combine** soy sauce, mirin, sake, brown sugar, garlic, and ginger in a saucepan. Bring to a boil, then reduce to a simmer for 8 minutes or until liquid has reduced.
3. **Place** 60 mL of sauce into a small bowl, combine with cornstarch, then whisk together until smooth. Pour cornstarch mixture back into the saucepan and whisk until sauce has thickened slightly.
4. **Remove** from heat and pour into a bowl over a strainer to catch the garlic and ginger. Discard garlic and ginger.
5. **Pour** half the sauce into a separate bowl. Use one bowl for brushing the raw chicken and the other bowl for brushing the cooked chicken.
6. **Cut** the chicken and green onions into 2.5-cm pieces. Alternately skewer the chicken and green onion until the 4 skewers are filled evenly.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 200°C, then press *Start/Pause*.
8. **Place** skewers into the preheated air fryer. Brush the tops liberally with sauce from the first bowl.
9. **Set** temperature to 200°C and time to 6 minutes, then press *Start/Pause*.
10. **Remove** baskets when done, flip yakitori over, and brush liberally with the sauce from the first bowl.
11. **Place** back into the air fryer, set time to 6 minutes, then press *Start/Pause*.
12. **Remove** yakitori and brush with sauce from the second bowl, then serve.

EN



Side Dishes

Brussels Sprouts with Pancetta

YIELDS 2-4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 12 minutes

283 grams of Brussels sprouts, halved
2 strips pancetta, diced
1 tablespoon olive oil
½ teaspoon garlic powder
Salt & pepper, to taste
1 tablespoon Parmesan cheese, grated, for garnish

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer and press *Start/Pause*.
2. **Mix** the Brussels sprout halves, diced pancetta, olive oil, garlic powder, salt, and pepper in a bowl.
3. **Add** mixture to the preheated air fryer.
4. **Select** the Vegetables function and press *Start/Pause*.
5. **Shake** the Brussels sprouts halfway through cooking. The Shake Reminder function will let you know when.
6. **Remove** when done, garnish with Parmesan cheese, then serve.

Garlic Bread

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 8 minutes

1 French baguette (305-mm long)
4 garlic cloves, minced
43 grams butter, room temperature
15 grams olive oil
10 grams Parmesan cheese, grated
8 grams parsley, freshly chopped

1. **Slice** the baguette in half lengthwise, then slice each piece in half crosswise, creating four 152-mm-long slices.
2. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 160°C, then press *Start/Pause*.
3. **Combine** garlic, butter, and olive oil in a bowl to form a paste.
4. **Spread** the paste evenly onto each of the slices and sprinkle with Parmesan cheese.
5. **Place** the baguettes into the preheated air fryer.
6. **Select** the Bread function and press *Start/Pause*.
7. **Remove** when done and garnish with freshly chopped parsley before serving.

Homemade French Fries

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 35 minutes
COOK TIME: 28 minutes

300 grams russet potatoes, peeled & cut into 200 x 15-mm strips
1 tablespoon vegetable oil
1 teaspoon garlic powder
1 teaspoon paprika
Salt & pepper, to taste
Ketchup, for serving

1. **Soak** the potato strips in cold water for 30 minutes.
2. **Drain** the potatoes, rinse with cold water, and pat dry with paper towels.
3. **Add** vegetable oil, garlic powder, and paprika to the potatoes, tossing until they are coated evenly.
4. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 185°C, then press *Start/Pause*.
5. **Add** the potatoes to the preheated air fryer.
6. **Select** the French Fries function, adjust time to 28 minutes, then press *Start/Pause*.
7. **Shake** the fries halfway through cooking. The Shake Reminder function will let you know when.
8. **Remove** fries when done, then season with salt and pepper to taste.
9. **Serve** with ketchup.

Honey-Roasted Carrots

YIELDS 2-4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 12 minutes

454 grams heirloom rainbow carrots, peeled & washed
15 grams olive oil
30 grams honey
2 sprigs fresh thyme
Salt & pepper, to taste

1. **Pat** the carrots dry with a paper towel. Set aside.
2. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
3. **Toss** the carrots in a bowl with olive oil, honey, thyme, salt, and pepper.
4. **Place** the carrots into the preheated air fryer.
5. **Select** the Root Vegetables function and press *Start/Pause*.
6. **Shake** the baskets halfway through cooking. The Shake Reminder will let you know when.
7. **Remove** when done and serve hot.

Honey-Soy Carrots

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 12 minutes

454 grams young carrots (152-mm), rinsed, scrubbed clean & patted dry
15 grams olive oil
5 grams honey
5 grams soy sauce
Salt & pepper, to taste

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
2. **Coat** the carrots in olive oil in a large bowl.
3. **Add** the honey and soy sauce, then toss together.
4. **Place** the carrots into the preheated air fryer.
5. **Select** the Root Vegetables function and press *Start/Pause*.
6. **Shake** the baskets halfway through cooking. The Shake Reminder will let you know when.
7. **Remove** when done and season with salt and pepper before serving.

Potato Chips

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 40 minutes
COOK TIME: 25 minutes

2000 grams water
15 grams salt
2 large russet potatoes (736 grams), thinly sliced crosswise
20 grams olive oil
Salt & pepper, to taste

1. **Mix** the water and salt in a large bowl until all the salt dissolves.
2. **Slice** the potatoes thinly.
3. **Note:** Using a mandolin is optional but highly recommended (use a 1.5-mm blade).
4. **Soak** the potatoes in the salt water for 30 minutes.
5. **Drain** the potatoes and pat them dry.
6. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 165°C, then press *Start/Pause*.
7. **Coat** the potato slices with olive oil.
8. **Layer** the oil-coated potatoes into the preheated air fryer.
9. **Set** temperature to 165°C and time to 25 minutes, then press *Start/Pause*.
10. **Shake** the baskets halfway through cooking.
11. **Remove** when done and season with salt and pepper before serving.

Potato Wedges

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 3 minutes
COOK TIME: 20 minutes

- 2 large russet potatoes, rinsed & cut into 10-cm long wedges
- 1½ tablespoons olive oil
- 1 teaspoon garlic powder
- ½ teaspoon onion powder
- ½ teaspoon salt
- ¼ teaspoon black pepper
- 1 tablespoon Parmesan cheese, grated
- Ketchup or ranch, for serving

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 195°C, and press *Start/Pause*.
2. **Coat** the potatoes in olive oil and toss with the seasonings and Parmesan cheese until well coated.
3. **Add** the potatoes to the preheated air fryer.
4. **Select** the French Fries function, adjust time to 20 minutes, then press *Start/Pause*.
5. **Shake** the baskets halfway through cooking. The Shake Reminder function will let you know when.
6. **Remove** when done and serve with ketchup or ranch.

Prosciutto-Wrapped Asparagus

YIELDS 3 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 10 minutes

12 asparagus spears
2 teaspoons olive oil
Salt & pepper, to taste
12 slices prosciutto

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 150°C, then press *Start/Pause*.
2. **Cut** the woody ends off the asparagus spears and discard.
3. **Drizzle** the asparagus with olive oil so they're fully coated. Season with salt and pepper to taste.
4. **Wrap** one slice of prosciutto around each asparagus spear, top to bottom, then place the spears into the preheated air fryer.
5. **Set** temperature to 150°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Remove** when done, then serve.

Roasted Garlic Broccoli

YIELDS 3 SERVINGS

PREP TIME: 3 minutes
COOK TIME: 10 minutes

- 1 large head broccoli, cut into florets
- 15 grams olive oil
- 3 grams garlic powder
- 3 grams salt
- 1 gram black pepper

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 150°C, then press *Start/Pause*.
2. **Drizzle** the broccoli florets with olive oil and toss together until evenly coated.
3. **Toss** the broccoli with the seasonings.
4. **Add** the broccoli to the preheated air fryer.
5. **Select** the Vegetables function and press *Start/Pause*.
6. **Shake** the broccoli halfway through cooking. The Shake Reminder will let you know when.
7. **Remove** when done and serve.

Shrimp Gratin

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 23 minutes

MACARONI

57 grams dry macaroni
5 shrimp, with shell
1 tablespoon olive oil
¾ teaspoon salt, divided
¾ teaspoon black pepper, divided
½ onion, finely chopped
¼ carrot, finely chopped
3 white mushrooms, finely chopped
½ head (79 grams) broccoli, cut into small florets

WHITE SAUCE

14 grams salted butter
14 grams all-purpose flour
250 milliliters milk
A pinch of salt & black pepper, to taste
50 grams easy melting cheese

ITEMS NEEDED

One 18-cm oval baking dish

1. **Boil** a pot of salted water and cook macaroni per package directions. Drain cooked macaroni and set aside.
2. **Remove** the shell from the shrimp and remove the digestive tract from their back. Wash in water, dry well with paper towels, then set aside.
3. **Put** the olive oil in a frying pan and place over medium heat on the stove. Add shrimp to the pan. Add ¼ teaspoon salt and ¼ teaspoon pepper. Cook for 3 minutes or until the shrimp change color, then remove from stove and put on a plate. Set aside.
4. **Put** onion, carrot, mushrooms, and broccoli in the same pan. Add ½ teaspoon salt and ½ teaspoon pepper. Cook over medium heat for 6 minutes or until the vegetables are soft. Remove from stove and put on a plate.
5. **Clean** the pan with paper towels. To make the sauce, add salted butter to the pan and put it over low heat. When the butter has melted, add the flour. Mix well with a whisk for 1 minute or until it forms a thick mixture.
6. **Add** milk little by little, whisking continuously for 3 minutes or until the mixture has thickened and is smooth. Turn off the heat and add a pinch of salt and pepper.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 160°C, then press *Start/Pause*.
8. **Put** pasta, shrimp, and veggies into the oval baking dish and pour white sauce over the gratin. Cover with the cheese and place into the preheated air fryer.
9. **Set** temperature to 160°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
10. **Remove** when cheese is melted and golden on top.

Sweet Potato Fries

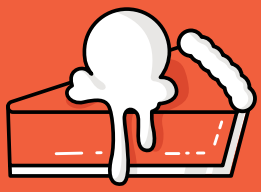
YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 10 minutes

2 large sweet potatoes
15 grams vegetable oil
10 grams salt
2 grams black pepper
2 grams paprika
2 grams garlic powder
2 grams onion powder

1. **Cut** the sweet potatoes into 25-mm thick strips.
2. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, then press *Start/Pause*.
3. **Toss** the sweet potato strips with the oil in a large bowl until the sweet potatoes are coated evenly.
4. **Mix** in the salt, black pepper, paprika, garlic powder, and onion powder until the seasonings are evenly distributed.
5. **Place** fries into the preheated air fryer.
6. **Set** temperature to 205°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
7. **Remove** when done and serve.

EN



Desserts

Banana Nut Bread

1 MINI LOAF

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 40 minutes

57 grams unsalted butter, softened
100 grams granulated sugar
1 egg, beaten
2 overripe bananas, mashed
2 grams vanilla extract
90 grams all-purpose flour
3 grams baking soda
2 grams salt
42 grams chopped walnuts
Nonstick cooking spray

ITEMS NEEDED

Mini loaf pan

1. **Cream** together the butter and sugar in a bowl.
2. **Mix** in the egg, mashed bananas, and vanilla. Set aside.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 150°C, then press *Start/Pause*.
4. **Sift** together the flour, baking soda, and salt in an additional bowl.
5. **Fold** the dry ingredients into the wet until combined.
6. **Mix** in the chopped walnuts.
7. **Grease** 1 mini loaf pan with cooking spray and then fill with batter. Place the loaf pan into the preheated air fryer.
8. **Select** the Desserts function, adjust time to 40 minutes, and press *Start/Pause*.
9. **Remove** when done and serve.

Blueberry Lemon Muffins

YIELDS 6-8 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 15 minutes

1 lemon, juiced (5 grams) & zested
112 grams coconut milk or soy milk
120 grams all-purpose flour
4 grams baking powder
2 grams baking soda
1 gram salt
50 grams granulated sugar
60 grams coconut oil, melted
5 grams vanilla extract
75 grams fresh blueberries
Nonstick cooking spray

ITEMS NEEDED

8-cup muffin pan

1. **Combine** lemon juice and coconut milk in a small bowl, then set aside.
2. **Mix** flour, baking powder, baking soda, and salt in a separate bowl and set aside.
3. **Blend** sugar, coconut oil, lemon zest, and vanilla extract in an additional bowl.
4. **Combine** the lemon zest and vanilla mixture with the coconut and lemon mixture.
5. **Mix** the dry ingredients into the wet, gradually, until smooth. Gently fold in the blueberries.
6. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 150°C, then press *Start/Pause*.
7. **Grease** muffin cups with cooking spray and pour batter in until cups are ¾ full.
8. **Place** the muffin cups carefully into the preheated air fryer.
9. **Select** the Desserts function, adjust time to 15 minutes, and press *Start/Pause*.
10. **Remove** when done cooking and let cool for 10 minutes before serving.

Chocolate Mochi Muffins

YIELDS 6-8 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 16 minutes

64 grams dark brown sugar
120 milliliters milk
1 large egg
1 teaspoon vanilla extract
2 tablespoons unsalted butter, melted
128 grams mochiko sweet rice flour
16 grams cocoa powder
1 teaspoon baking powder
¼ teaspoon salt
64 grams chocolate chips
Cooking spray

1. **Whisk** brown sugar, milk, egg, and vanilla extract until smooth.
2. **Stir** in melted butter, rice flour, cocoa powder, baking powder, and salt.
3. **Fold** in chocolate chips.
4. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 150°C, and press *Start/Pause*.
5. **Grease** muffin cups with cooking spray. Fill muffin cups ¾ full with batter.
6. **Insert** muffin cups into the preheated air fryer.
7. **Select** the Desserts function on the air fryer, adjust time to 16 minutes, then press *Start/Pause*.
8. **Remove** when a cake tester inserted into the middle of the muffin comes out clean.

Chocolate Soufflé

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 15 minutes

Butter, for greasing
Sugar, for coating
84 grams bittersweet chocolate, chopped
32 grams unsalted butter
2 eggs, yolks separated from whites
½ teaspoon pure vanilla extract
2 tablespoons all-purpose flour
3 tablespoons sugar
Powdered sugar, for dusting

ITEMS NEEDED

Two 168-gram ramekins

1. **Grease** the ramekins with butter. Sprinkle sugar into the ramekins, shaking to spread around, then dumping out the excess.
2. **Microwave** the chocolate and butter together in 15-second intervals, stirring after each interval, until the chocolate is fully melted.
3. **Whisk** the egg yolks and vanilla extract into the melted chocolate vigorously to prevent scrambling. Stir in the flour until there are no lumps, then set aside to cool.
4. **Beat** the egg whites in a large bowl with an electric mixer at medium speed until they hold soft peaks.
5. **Add** sugar to the egg whites, a little at a time, continuing to beat at medium speed. Once the sugar has been added, increase to high speed until the egg whites hold stiff peaks. Set aside.
6. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 165°C, then press *Start/Pause*.
7. **Stir** ½ of the egg whites into the chocolate mixture to lighten it. Then, add the chocolate mixture to the remaining whites, folding in gently but thoroughly.
8. **Spoon** batter into the ramekins and place into the preheated air fryer.
9. **Set** temperature to 165°C and time to 15 minutes, then press *Start/Pause*.
10. **Remove** when done, dust the soufflés with powdered sugar, and serve immediately.

French Toast Sticks

YIELDS 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 10 minutes

- 4 slices white bread (preferably stale), 38-mm thick
- 2 eggs
- 60 grams milk
- 15 grams maple syrup, plus more for serving
- 2 grams vanilla extract
- Cooking spray
- 38 grams granulated sugar
- 3 grams ground cinnamon
- Powdered sugar, for dusting

1. **Cut** each slice of bread into thirds, making 12 pieces. Set aside.
2. **Whisk** together the eggs, milk, maple syrup, and vanilla extract.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 175°C, then press *Start/Pause*.
4. **Dip** the bread sticks into the egg mixture and place into the preheated air fryer. Spray the French toast sticks liberally with cooking spray.
5. **Set** temperature to 175°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*. Flip the sticks halfway through cooking.
6. **Mix** the sugar and cinnamon together in a bowl.
7. **Remove** the French toast sticks when done and coat with the cinnamon sugar mixture.
8. **Dust** with powdered sugar and serve with maple syrup.

Ginger Blueberry Scones

6 SCONES

PREP TIME: 10 minutes
COOK TIME: 16 minutes

240 grams all-purpose flour
50 grams granulated sugar
8 grams baking powder
2 grams salt
85 grams butter, cold, cut into pieces
85 grams fresh blueberries
3 grams fresh ginger, finely grated
113 grams heavy cream
2 large eggs, divided
4 grams vanilla extract
5 grams water

1. **Sift** together the flour, sugar, baking powder, and salt in a large bowl.
2. **Cut** the butter into the flour using a pastry blender or by hand until the mixture resembles coarse crumbs.
3. **Mix** the blueberries and ginger into the flour mixture. Set aside.
4. **Whisk** together the heavy cream, 1 egg, and the vanilla extract in a separate bowl.
5. **Fold** the cream mixture into the flour mixture until combined.
6. **Form** the dough into a round shape, about 38-mm thickness, and cut it into 8 wedges.
7. **Brush** the scones with an egg wash made from 1 egg and the water. Set aside.
8. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, set temperature to 175°C, then press *Start/Pause*.
9. **Line** the preheated inner basket with parchment paper and place the scones on top.
10. **Set** temperature to 175°C and time to 12 minutes, and press *Start/Pause*.
11. **Remove** when scones are golden brown, then serve.

Matcha Mochi Pancakes

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 40 minutes

1 large egg
240 milliliters whole milk
½ teaspoon vanilla extract
64 grams all-purpose flour
64 grams mochiko flour
1 tablespoon sugar
2 teaspoons baking powder
¼ teaspoon kosher salt
1 tablespoon matcha powder
2 tablespoons unsalted butter, melted
Cooking spray

ITEMS NEEDED

One 127-mm Cosori Pizza Pan accessory

1. **Whisk** the egg, milk, and vanilla until bubbles form.
2. **Add** flour, mochiko, sugar, baking powder, salt, and matcha powder, then whisk to combine. Fold in melted butter.
3. **Place** the pizza pan into the air fryer.
4. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 180°C, then press *Start/Pause*.
5. **Spray** the pan with cooking spray and add 32 grams of batter to the pan.
6. **Set** temperature to 180°C and time to 4 minutes, then press *Start/Pause*.
7. **Remove** pancake and repeat steps 5-6 until all the batter has been cooked.
8. **Serve** with your favorite toppings. Try layering them with fresh strawberries and butter on top!

Mini Apple Pies

YIELDS 2 SERVINGS

PREP TIME: 35 minutes
COOK TIME: 10 minutes

1 medium apple, peeled and diced
18 grams granulated sugar
18 grams unsalted butter
2 grams ground cinnamon
1 gram ground nutmeg
1 gram ground allspice
1 sheet premade pie dough
1 egg, beaten
5 grams milk

1. **Combine** the diced apples, granulated sugar, butter, cinnamon, nutmeg, and allspice together in a medium saucepan or skillet over medium-low heat. Bring to a simmer.
2. **Simmer** for 2 minutes, then remove from heat.
3. **Allow** the apples to cool uncovered at room temperature for 30 minutes.
4. **Cut** the pie dough into 2 circles, each with a 127-mm diameter.
5. **Add** ¼ cup of the filling to the center of each pie crust circle and use your finger to apply water to the outer edges. Some filling will be left over.
6. **Fold** each pie into a half moon. Crimp shut and cut a small slit on the top.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 175°C, then press Start/Press.
8. **Mix** the egg and milk in a bowl to make an egg wash, then brush the top of each pie.
9. **Place** the pies into the preheated air fryer.
10. **Set** temperature to 175°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
11. **Remove** when the pies are golden brown and serve.

Stuffed French Toast

YIELDS 1 SERVING

PREP TIME: 4 minutes
COOK TIME: 10 minutes

1 slice brioche bread (preferably stale), 64-mm thick
113 grams cream cheese
2 eggs
15 grams milk
30 grams heavy cream
38 grams granulated sugar
3 grams cinnamon
2 grams vanilla extract
Cooking spray
Pistachios, chopped, for topping
Maple syrup, for serving

1. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 175°C, then press *Start/Pause*.
2. **Cut** a slit in the middle of the brioche slice.
3. **Stuff** the inside of the slit with cream cheese. Set aside.
4. **Whisk** together the eggs, milk, heavy cream, sugar, cinnamon, and vanilla extract.
5. **Soak** the stuffed French toast in the egg mixture for 10 seconds on each side.
6. **Spray** each side of the French toast with cooking spray.
7. **Place** the French toast into the preheated air fryer.
8. **Set** temperature to 175°C and time to 10 minutes, then press *Start/Pause*.
9. **Remove** the French toast carefully with a spatula when done cooking.
10. **Serve** topped with chopped pistachios and maple syrup.

Sweet Butter Toast

YIELDS 1-2 SERVINGS

PREP TIME: 5 minutes
COOK TIME: 7 minutes

3 slices of thick white bread
Unsalted butter, melted
Vanilla ice cream
Honey

1. **Cut** out the inner portion of the bread, leaving the crust intact. Cut into bite-size pieces, brush with melted butter, and set back in place. Spread more melted butter on both sides of each piece.
2. **Place** bread slices into the Cosori Air Fryer baskets.
3. **Select** the Bread function on the air fryer, adjust time to 7 minutes, then press *Start/Pause*.
4. **Remove** when bread is golden brown.
5. **Stack** all the bread slices on top of one another.
6. **Top** with a scoop of ice cream.
7. **Drizzle** with honey and serve.

Dorayaki

YIELDS 6 SERVINGS

PREP TIME: 20 minutes
COOK TIME: 36 minutes

2 eggs
70 grams sugar
1 tablespoon honey
80 grams all-purpose flour
½ teaspoon baking powder
½ tablespoon water
Neutral oil spray
260 grams sweet red bean paste

ITEMS NEEDED

One 7.6-cm diameter ramekin, or one small round dish

1. **Whisk** together eggs, sugar, and honey in a mixing bowl. Sift in the flour and baking powder and stir to combine. Wrap the bowl in plastic wrap and place in the refrigerator for 15 minutes.
2. **Remove** plastic wrap and add water to loosen the batter slightly.
3. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 195°C, and press *Start/Pause*.
4. **Spray** the ramekin or small round dish lightly with neutral oil spray. Place 1 tablespoon of batter in the dish and insert into the preheated air fryer.
5. **Set** temperature to 195°C and time to 3 minutes, then press *Start/Pause*.
6. **Remove** pancake to a plate when done and continue making pancakes until you've used all the batter.
7. **Spread** sweet red bean paste on one pancake, putting more red bean paste in the center so the shape of the dorayaki will be curved in the middle, then place another pancake on top.
8. **Repeat** with the rest of the pancakes.
9. **Wrap** the dorayaki with plastic wrap until ready to serve.

Earl Grey Chiffon Cake

YIELDS 8 SERVINGS

PREP TIME: 15 minutes
COOK TIME: 35 minutes

8 grams earl grey loose tea, divided
90 milliliters hot water
3 large eggs, yolks and whites separated
85 grams sugar, divided
40 milliliters neutral oil
75 grams cake flour
3 grams baking powder
0.5 grams salt
Powdered sugar, for serving (optional)

ITEMS NEEDED

Spice grinder
One 17-cm diameter tube pan

1. **Place** 3 grams of earl grey loose tea in a spice grinder and grind thoroughly. Set aside.
2. **Steep** the remaining 5 grams of earl grey loose tea in the hot water. Cover with a lid and steep for 15 minutes. Strain the earl grey, measure out 40 mL, then set aside.
3. **Whisk** together the egg yolks, 28 grams of sugar, and the 40 mL of earl grey tea until smooth. Add the powdered earl grey and neutral oil and whisk together.
4. **Sift** in the cake flour, baking powder, and salt. Stir together.
5. **Beat** egg whites until stiff peaks form, then add the remaining sugar gradually into the egg whites.
6. **Add** ⅓ of the egg whites into the cake batter at a time, folding gently until all the egg whites have been added.
7. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 150°C, then press *Start/Pause*.
8. **Add** cake batter into the ungreased tube pan. Bang pan gently on your countertop to remove any air bubbles.
9. **Insert** pan into the preheated air fryer.
10. **Set** temperature to 150°C and time to 35 minutes, then press *Start/Pause*.
11. **Remove** cake when a toothpick inserted into the center comes out clean.
12. **Immediately** turn the pan upside-down and allow it to cool completely.
13. **Remove** cake from the pan and serve with powdered sugar on top (optional).

Cotton Cheesecake

YIELDS 8 SERVINGS

PREP TIME: 30 minutes
COOK TIME: 55 minutes

- 110 grams cream cheese, room temperature
- 30 grams unsalted butter, room temperature
- 70 grams whole milk
- 3 large eggs, yolks and whites separated
- 3 grams vanilla extract
- 20 grams cake flour
- 10 grams cornstarch
- 3 grams lemon juice
- 50 grams sugar
- Powdered sugar, for topping (optional)

ITEMS NEEDED

- One 18-cm diameter cake pan

1. **Grease** cake pan with butter. Line the bottom and sides of the pan with parchment paper. Set aside.
2. **Combine** the cream cheese, unsalted butter, and whole milk in a heat-proof bowl, then set over a pot of simmering water to create a double boiler. Whisk ingredients together until smooth.
3. **Add** egg yolks and vanilla extract. Whisk very gently until smooth. You don't want any bubbles to form. Remove bowl from the double boiler.
4. **Sift** the cake flour and cornstarch over the batter and whisk gently until well combined.
5. **Add** lemon juice to the egg whites. Using a stand mixer, whisk egg whites. Add ⅓ of the sugar to the egg whites at a time, continuing to whisk gently until all sugar has been added and egg whites form soft peaks.
6. **Add** ⅓ of the egg whites at a time to the cake batter. Whisk each portion of egg whites gently into the batter, making sure not to deflate the egg whites. Change to a spatula and make sure everything is evenly incorporated.
7. **Pour** cake batter into the greased and lined cake pan.
8. **Run** a skewer through the cake batter to remove bubbles. Drop the pan lightly onto the counter a few times to ensure any remaining bubbles are removed.
9. **Select** the Preheat function on the Cosori Air Fryer, adjust temperature to 120°C, then press *Start/Pause*.
10. **Pour** 237 mL of hot water into the air fryer baskets, then place the cake pan into the preheated air fryer.
11. **Set** temperature to 120°C and time to 55 minutes, then press *Start/Pause*.
12. **Remove** when the cake is set and golden on top. Carefully invert onto a plate lined with parchment paper. Peel off the parchment paper that was in the pan. Be extremely careful as the cake will be hot. Flip cake over again so it is right side up.
13. **Serve** the cake warm with a dusting of powdered sugar on top (optional). Enjoy!

More Cosori Products

If you're happy with this air fryer, the line doesn't stop here. Check out **www.cosori.com** for a line of all our beautiful and thoughtfully designed cookware. They might be right at home in your kitchen, too!

Looking For More?

We're committed to providing you with a community to bring out the best inner home cooking chef in you. Share your recipes and join the conversation! We're constantly posting fun ways to experience all of our Cosori devices.

Share Your Recipes With Us!

#ICOOKCOSORI

We'd love to see what you create. Join the growing community of passionate home cooks for recipe ideas and healthy inspiration on the daily.

COSORI®

質問やお困りの場合は、以下までご連絡ください。

フリーダイヤル：050-5893-6748（10:00-18：00）（土•日•祝日を除く）

Eメール：support.jp@cosori.com（年中無休）（24時間内返信で対応いたします）

021721AL-R1_0121CP137-AF_jp