

bernq

ГАЙД - ШПАРГАЛКА

для аэрогриля BERNQ
SteamFry 1400 PRO



Быстрые правила (чтобы всегда попадать)



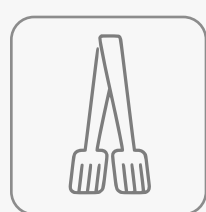
Преднагрев:

3–5 минут на 180–200°C (кроме разогрева и деликатных блюд).



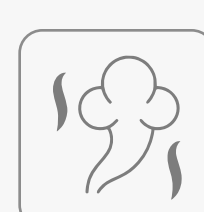
Корзина

Не забивать корзину:
лучше 2 захода, чем “горкой”.



Встряхнуть/ перевернуть:

Переверните еду на
середине и ближе к концу.



Готовка с паром

Включите пар в начале, а для
корочки последние 3–6 минут
готовьте без пара на 200°C.

* Температуры по задачам (в рамках 65–200°C)

65–90°C

Мягкий разогрев, “оживить” выпечку без пересушки, подсушить/подогреть.

120–160°C

Деликатно (рыба, выпечка, нежные изделия, блюда с сахаром/соусами).

170–190°C

Универсальная программа, почти для всего.

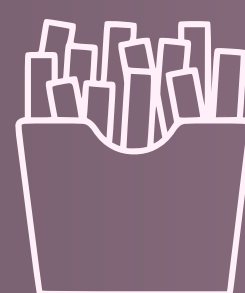
200°C

Быстрая корочка, картофель, крылья, финальное подрумянивание.



* Готовка: температуры и ориентиры по времени

КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ



- Фри замороженный: 200°C, 12–18 мин (встряхнуть 2 раза).
- Картофель по-деревенски свежий: 200°C, 18–25 мин (масло минимально, встряхнуть 2 раза).
- Овощи микс (перец/кабачок/баклажан): 190°C, 10–15 мин.
- Брокколи/цветная капуста: 190°C, 8–12 мин.
- Грибы: 190°C, 8–12 мин.

*
Готовка: температуры и ориентиры по времени

КУРИЦА



- Наггетсы/стрипсы замороженные: 200°C, 10–14 мин.
- Крылышки: 200°C, 18–25 мин (перевернуть 1–2 раза).
- Голень/бедро: 190°C, 22–30 мин.
- Филе кусочками: 190°C, 12–18 мин.

МЯСО



- Котлеты: 190°C, 12–18 мин.
- Шашлык/кебаб кусочками 3–4 см: 200°C, 10–16 мин.
- Колбаски/купаты: 190°C, 12–18 мин.

РЫБА



- Филе: 180°C, 8–12 мин.
- Стейк: 180°C, 12–16 мин.

ВЫПЕЧКА



- Самса охлаждённая: 180°C, 12–18 мин.
- Самса замороженная: 170–180°C, 18–25 мин.
- Слойки/круассаны: 170°C, 10–16 мин.

*
Готовка: температуры и ориентиры по времени

РАЗОГРЕВ



- Пицца/выпечка: 160°C, 4–7 мин.
- Картофель/наггетсы: 180°C, 5–8 мин.
- Мясо без пересушки: 160°C, 6–10 мин.

КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПАР



- Для сочности: курица (бедро/голень), рыба, выпечка типа самсы, разогрев “чтобы не высушить”.
- Схема: 170–190°C с паром большую часть времени → финальные 3–6 минут 200°C без пара для корочки.
- Если пар используете в выпечке: пар только в первой половине (чтобы начинка не пересохла), финал обязательно без пара.

