

Recetas freidora de aire

Recettes friteuse a air chaud • Recipes air fryer

DUPLOAIR



Lacor

Características



- **Potencia:** 2400 W
- **Tensión:** 220 - 240 V; 50 / 60 Hz
- **Temporizador:** 1 - 60 min
- **Rango de temperatura:** 45°C - 200°C
- **Programas:** 11
- **Capacidad cestillo:** 4,0 L x 2
- **Dimensiones cestillo:** 14,5 x 21 x 12,5 cm
- **Dimensiones:** 41 x 33,5 x 31,5 cm
- **Peso:** 7,5 kg



• Cocina casera y saludable •

Diseñada para freír, hornear, asar y calentar sin apenas utilizar aceite



Base antideslizante

Garantiza máxima estabilidad durante el funcionamiento



Cestillos / Rejillas

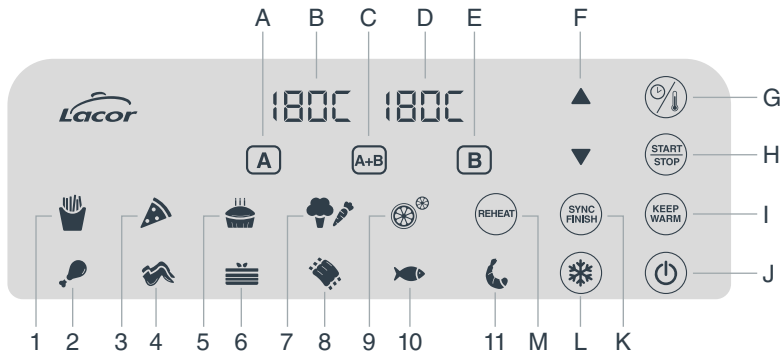
Con antiadherente 100% libre de PFOA y libre de BPA



Fácil limpieza

Rejillas extraíbles

Panel de control



- A** Botón cocinado cubeta A
- B** Display cubeta A
- C** Botón cocinado A+B simultáneo
- D** Display cubeta B
- E** Botón cocinado cubeta B
- F** Configuración tiempo/temp.
- G** Botón tiempo/temp.
- H** Botón START/STOP
- I** Botón función mantener caliente
- J** Botón ON/OFF
- K** Botón acabado simultáneo
- L** Botón descongelar
- M** Botón recalentar



Pantalla táctil

Se puede ajustar el tiempo (hasta 60 minutos) y la temperatura (de 45°C a 200°C)



DualCooking

Control de tiempo y temperatura independiente. Cocina dos platos distintos al mismo tiempo



SyncFinish

Cocina en ambos cestillos con tiempo y temperatura diferente acabando al mismo tiempo



Tecnología TotalCook

Distribuye el calor de manera uniforme a través del aire caliente



Tecnología TotalSafe

La carcasa y el asa permanecen frías mientras cocinas

11 Programas preestablecidos

- Los tiempos son orientativos, dependen del tamaño/cantidad del alimento •
- Se pueden personalizar •



1 Patatas fritas

200°C / 20 min



3 Panini

190°C / 6 min



5 Repostería

190°C / 22 min



7 Verdura

180°C / 15 min



9 Deshidratado

50°C / 20 h



2 Muslos de pollo

190°C / 30 min



4 Alitas de pollo

180°C / 20 min



6 Lasaña

190°C / 20 min



8 Costillas

180°C / 25 min



10 Pescado

180°C / 15 min



11 Marisco

180°C / 10 min

We Love Cooking



Lacor

30:00 30:00

A

A+B

B



DUPLO AIR

DUPLO AIR

RECETAS

- 07** Alitas de pollo con pimientos de padrón
- 09** Muslos de pollo con boniato frito
- 11** Costillas barbacoa con patatas fritas
- 13** Salmón con verduras
- 15** Brochetas de langostinos con salsa rosa
- 17** Lasaña de calabacín
- 19** Panini de jamón y queso
- 21** Magdalenas de limón
- 23** Plátano y fresas deshidratadas



Alitas de pollo con pimientos de padrón

INGR. ALITAS DE POLLO

- 10 alitas de pollo
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta



Alitas de pollo



20min



180°C

INGR. PIMIENTOS

- 20 ud. de pimientos (aprox.)
- Aceite de oliva
- Sal gruesa



Verdura



15min



180°C

PREPARACIÓN ALITAS DE POLLO

PASO 01

Coloca las alitas en un plato y añade una cucharada de aceite de oliva, sal y pimienta. Remueve para que se impregnen de manera uniforme.

PASO 02

Colócalas en la cubeta A y enciende la Duplo**Air** en el modo “Alitas de pollo” (20 minutos a 180°C). Dale la vuelta a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.

PREPARACIÓN PIMIENTOS DE PADRÓN

PASO 01

Lava y seca los pimientos, hazles un pequeño corte y colócalos en un plato. Añade una cucharada de aceite de oliva y remueve para que se impregnen de manera uniforme.

PASO 02

Colócalos en la cubeta B y enciende la Duplo**Air** en el modo “Verdura” (15 minutos a 180°C). Remueve a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.

PASO 03

Sirve y añade sal gruesa al gusto.



Muslos de pollo con boniato frito

INGR. MUSLOS

- 4-5 muslos de pollo
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta



Muslos de pollo



30min



190°C

PREPARACIÓN MUSLOS DE POLLO

PASO 01

Coloca los muslos en un plato y añade una cucharada de aceite de oliva, sal y pimienta. Remueve para que se impregnen de manera uniforme.

PASO 02

Colócalos en la cubeta A y enciende la Duplo**Air** en el modo “Muslos de pollo” (30 minutos a 190°C). Dale la vuelta a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.

INGR. BONIATO FRITO

- 1 boniato
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta



Patatas “fritas”



20min



200°C

PREPARACIÓN BONIATO FRITO

PASO 01

Lava y pela el boniato, córtala en forma de bastón y añade una cucharada de aceite de oliva, sal y pimienta. Remueve para que los bastones se impregnen de manera uniforme.

PASO 02

Introdúcelos en la cubeta B y enciende la Duplo**Air** en el modo “Patatas fritas” (20 minutos a 200°C). Remueve a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.



Costillas barbacoa con patatas fritas

INGR. COSTILLAS

- Medio costillar de cerdo
- Sal y pimienta

SALSA BARBACOA

- 180ml de vinagre de sidra
- 100g de salsa de tomate
- 60g de azúcar moreno
- 1 cucharada de pimentón dulce
- 1 cucharadita de chile en polvo



Costillas



25min



180°C

INGR. PATATAS

- 2 patatas grandes
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta



Patatas
"fritas"



20min



200°C

PREPARACIÓN COSTILLAS

PASO 01

Prepara la salsa barbacoa. Para ello, añade a un cazo todos los ingredientes de la salsa, remueve y deja reducir a fuego medio 20 minutos.

PASO 02

Corta el costillar en 2 trozos, salpimenta y píntalos con la salsa con la ayuda de un pincel de cocina.

PASO 03

Colócalas en la cubeta A y enciende la Duplo**Air** en el modo "Costillas" (25 minutos a 180°C). Dales la vuelta a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.

PREPARACIÓN PATATAS FRITAS

PASO 01

Lava y pela las patatas, córtalas en forma de bastón y añade una cucharada de aceite de oliva, sal y pimienta. Remueve para que los bastones se impregnen de manera uniforme.

PASO 02

Introduce los bastones en la cubeta B y enciende la Duplo**Air** en el programa "Patatas fritas" (20 minutos a 200°C). Remueve a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.



Salmón con verduras

INGR. SALMÓN

- 2 lomos de salmón
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta



Pescado



15min



180°C

INGR. VERDURAS

- 1 manojo de espárragos trigueros
- 1 puerro
- 2 zanahorias
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta



Verdura



15min



180°C

PREPARACIÓN SALMÓN

PASO 01

Coloca papel de horno en la cubeta A de forma que cubra también parte de las paredes y sitúa el salmón en el interior con la piel mirando hacia abajo.

NOTA: Recorta la parte sobrante de papel de horno para que no sobresalga de la cubeta.

PASO 02

Añade un chorrito de aceite de oliva sobre el pescado y salpimenta.

PASO 03

Enciende la Duplo**Air** en el modo “Pescado” (15 minutos a 180°C) y espera a que el programa finalice.

PREPARACIÓN VERDURAS

PASO 01

Lava y seca bien todas las verduras. Pela las zanahorias y córtalas junto al resto de las verduras en forma de bastón.

PASO 02

Coloca las verduras troceadas en un plato y añade una cucharada de aceite de oliva, sal y pimienta. Remueve para que se impregnen de manera uniforme.

PASO 03

Colócalas en la cubeta B y enciende la Duplo**Air** en el modo “Verdura” (15 minutos a 180°C). Remueve a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.



Brochetas de langostinos con salsa rosa

INGR. BROCHETAS

- 200g de langostinos crudos y pelados
- 1 huevo
- Harina
- Pan rallado
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta

SALSA ROSA

- 3 cucharadas de mayonesa
- 1 cucharada de salsa de tomate
- 15ml de brandy
- 15ml de zumo de naranja
- Unas gotitas de tabasco (opcional)



Marisco



10min



180°C

PREPARACIÓN

PASO 01

Seca muy bien con papel absorbente los langostinos y salpimenta. Pásalos por harina, huevo batido, pínchalos en una brocheta y pásalos por pan rallado. Resérvalos.

PASO 02

Introduce las brochetas en la cubeta A, pulverízalas con aceite de oliva y enciende la Duplo**Air** en el modo “Marisco” (10 minutos a 180°C). Dales la vuelta a mitad de cocción para que se cocinen homogéneamente.

PASO 03

Mientras tanto, prepara la salsa rosa: mezcla en un bol la mayonesa, la salsa de tomate, el brandy y el zumo de naranja. Añade unas gotas de tabasco.

PASO 04

Sirve las brochetas con la salsa.



Lasaña de calabacín

INGR. LASAÑA

- 1 calabacín
- 400g de carne picada o soja texturizada previamente hidratada
- 400g de salsa de tomate
- Queso mozzarella rallado
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta y orégano



Lasaña



20min



190°C

PREPARACIÓN

PASO 01

Añade un chorro de aceite de oliva en una sartén, y cuando ya esté caliente, incorpora la carne picada o la soja texturizada previamente hidratada en su defecto. Cocínala durante unos minutos y añade la salsa de tomate; salpimenta. Deja que la mezcla reduzca 5 minutos a fuego medio. Resérvala.

PASO 02

Corta las dos puntas del calabacín y quítale la piel con un pelador. Con la ayuda de una mandolina, corta el calabacín en tiras finas y sécalas muy bien con papel absorbente.

PASO 03

Coloca papel de horno en la cubeta A de forma que cubra también las paredes y coloca la primera capa de tiras de calabacín y la mezcla de salsa boloñesa. Repite el proceso hasta acabar con toda la carne picada. Cubre con queso mozzarella rallado al gusto y añade orégano. NOTA: Recorta la parte sobrante de papel de horno para que no sobresalga de la cubeta.

PASO 04

Introduce la cubeta en el interior de la Duplo**Air** y enciéndela en modo “Lasaña” (20 minutos a 190°C).



Panini de jamón y queso

INGREDIENTES

- Medio pan baguette
- Salsa de tomate
- Queso rallado
- Jamón
- Orégano



Panini



6min



190°C

PREPARACIÓN

PASO 01

Corta el medio pan baguette por la mitad y ajusta su tamaño al cestillo de la freidora.

PASO 02

Unta la base con salsa de tomate y añade queso rallado, jamón y orégano al gusto.

PASO 03

Coloca los paninis en la cubeta A y enciende la Duplo**Air** en modo “Panini” (6 minutos a 190°C).



Magdalenas de limón

INGR. MAGDALENAS

- 3 huevos
- 120g de azúcar moreno de caña integral
- 180g de nata
- 100g de aceite de oliva
- Ralladura de 1 limón
- 2 cucharadas soperas de zumo de limón
- 270g de harina de trigo normal
- 12g de levadura de repostería
- 1 pizca de sal



Repostería



22min



190°C

PREPARACIÓN

PASO 01

Bate bien los huevos con el azúcar hasta que doblen su volumen con la ayuda de una batidora de varillas.

PASO 02

Añade la nata, el aceite de oliva, la ralladura y el zumo de limón, y bate hasta que esté todo integrado.

PASO 03

Tamiza la harina junto a la levadura y añádela a la mezcla. Bate hasta que esté todo integrado.

PASO 04

Rellena 6 moldes individuales con $\frac{3}{4}$ partes de la masa y colócalos en la cubeta A. Introduce la cubeta en el interior de la DuploAir y enciéndela en modo “Repostería” (22 minutos a 190°C). Una vez finalice el programa, introduce un palillo y comprueba que salga limpio.

PASO 05

Déjalas enfriar sobre una rejilla y desmóldalas con cuidado.



Plátano y fresas deshidratadas

INGR. DESHIDRATADO

- 12 fresas (aprox.)
- 1 plátano macho verde pequeño



Deshidratado



20h



50°C

PREPARACIÓN

PASO 01

Lava, seca bien las fresas y retírales el tallo. Córtalas por la mitad y colócalas en la cubeta A.

PASO 02

Pela el plátano y córtalo en rodajas finas. Colócalas en la cubeta B en una sola capa.

PASO 03

Enciende la Duplo**Air** en modo “Deshidratado” (20 horas a 50°C).

PASO 04

Sírvelas como snack o trocéalas y añádelas a algún yogur o granola casera.

Specifications



- **Puissance:** 2400 W
- **Tension:** 220 - 240 V; 50 / 60 Hz
- **Minuterie:** 1 - 60 min
- **Plage de température:** 45°C - 200°C
- **Programmes:** 11
- **Capacité du panier:** 4,0 L x 2
- **Dimensions du panier:** 14,5 x 21 x 12,5 cm
- **Dimensions:** 41 x 33,5 x 31,5 cm
- **Poids:** 7,5 kg



• Cuisine maison saine •

Conçue pour la friture, la cuisson au four, le rôtissage et le chauffage sans presque utiliser d'huile



Base antidérapante

Garantit une stabilité maximale pendant l'utilisation



Paniers / Grilles

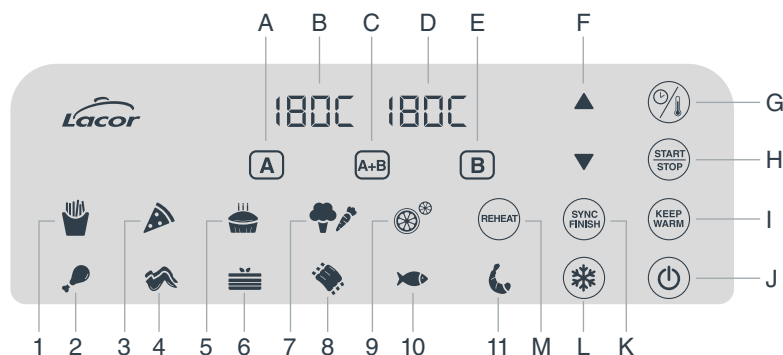
Avec antiadhésif 100% sans PFOA et sans BPA



Facile à nettoyer

Grilles amovibles

Panneau de commande



- A** Bouton cuisine panier A
- B** Display panier A
- C** Bouton cuisine A+B
- D** Display panier B
- E** Bouton cuisine panier B
- F** Configuration temps/temp.
- G** Bouton temps/temp.
- H** Bouton START/STOP
- I** Bouton keep warm
- J** Bouton ON/OFF
- K** Bouton sync finish
- L** Bouton décongeler
- M** Bouton réchauffer



Écran tactile

Vous pouvez régler le temps (jusqu'à 60 minutes) et la température (de 45°C à 200°C)



DualCooking

Contrôle du temps et de la température de façon indépendante. Cuit deux plats différents en même temps



SyncFinish

Cuit dans les deux paniers avec une durée et une température différentes en finissant en même temps



Technologie TotalCook

Distribue la chaleur de manière homogène à travers l'air chaud à grande vitesse



Technologie TotalSafe

La boîte et la poignée restent froids pendant la cuisson

11 Programmes préconfigurations

- Les délais sont indicatifs, ils dépendent de la taille/quantité des aliments •
- Peut être personnalisé •



1 Frites

200°C / 20 min



3 Panini

190°C / 6 min



5 Pâtisserie

190°C / 22 min



7 Légume

180°C / 15 min



9 Déshydraté

50°C / 20 h

We Love Cooking



2 Cuisses de poulet

190°C / 30 min



4 Ailes de poulet

180°C / 20 min



6 Lasagne

190°C / 20 min



8 Côte

180°C / 25 min



10 Poisson

180°C / 15 min



11 Fruits de mer

180°C / 10 min



Lacor

30:00 30:00

A

A+B

B

- Hand icon
- Pizza icon
- Cake icon
- Ice cream icon
- Gear icon
- REHEAT icon
- SYNC WASH icon
- KEEP WARM icon
- Lightbulb icon
- Hand icon
- Cake icon
- Hand icon
- Fish icon
- Moon icon
- Snowflake icon
- Power icon

DUPLO AIR

DUPLO AIR

RECETTES

- 29** Ailes de poulet et poivrons de Padron
- 31** Cuisses de poulet et patate douce frite
- 33** Côtes de porc avec sauce barbecue et frites
- 35** Saumon aux légumes
- 37** Brochettes de gambas avec une sauce rose
- 39** Lasagne aux courgettes
- 41** Panini au jambon et fromage
- 43** Madeleines au citron
- 45** Banane et fraises deshidratées



Ailes de poulet et poivrons de Padron

INGR. AILES DE POULET

- 10 ailes de poulet
- Huile d'olive
- Sel et poivre



Ailes de poulet



20min



180°C

INGR. POIVRONS

- 20 poivrons de Padron (environ)
- Huile d'olive
- Gros sel



Légume



15min



180°C

PRÉPARATION AILES DE POULET

ÉTAPE 01

Mettre les ailes dans une assiette et ajouter une cuillerée d'huile d'olive, du sel et du poivre. Remuer pour qu'elles s'imprègnent de façon uniforme.

ÉTAPE 02

Les mettre dans la cuve A et allumer la Duplo**Air** sur le mode « Ailes de poulet » (20 minutes à 180°C). Les retourner à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.

PRÉPARATION POIVRONS DE PADRON

ÉTAPE 01

Laver et sécher les poivrons, leur faire une petite incision et les mettre dans une assiette. Ajouter une cuillerée d'huile d'olive et remuer pour qu'ils s'imprègnent de façon uniforme.

ÉTAPE 02

Les mettre dans la cuve B et allumer la Duplo**Air** sur le mode « Légume » (15 minutes à 180°C). Remuer à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.

ÉTAPE 03

Servir et ajouter du gros sel selon convenance.



Cuisses de poulet et patate douce frite

INGR. CUISSES

- 4-5 cuisses de poulet
- Huile d'olive
- Sel et poivre



Cuisses de poulet



30min



190°C

PRÉPARATION CUISSES DE POULET

ÉTAPE 01

Mettre les cuisses dans une assiette et ajouter une cuillerée d'huile d'olive, du sel et du poivre. Remuer pour qu'elles s'imprègnent de façon uniforme.

ÉTAPE 02

Les mettre dans la cuve A et allumer la DuploAir sur le mode « Cuisses de poulet » (30 minutes à 190°C). Les retourner à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.

INGR. PATATE DOUCE

- 1 patate douce
- Huile d'olive
- Sel et poivre



Frites



20min



200°C

PRÉPARATION PATATE DOUCE FRITE

ÉTAPE 01

Laver et peler la patate douce, la couper en bâtonnets et ajouter une cuillerée d'huile d'olive, du sel et du poivre. Remuer pour que les bâtonnets s'imprègnent de façon uniforme.

ÉTAPE 02

Les mettre dans la cuve B et allumer la DuploAir sur le mode « Frites » (20 minutes à 200°C). Remuer à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.



Côtes de porc avec sauce barbecue et frites

INGR. CÔTES DE PORC

- ½ carré de côtes de porc
- Sel et poivre

SAUCE BARBECUE

- 180ml de vinaigre de cidre
- 100g de sauce tomate
- 60g de sucre de canne
- 1 cuillerée de paprika doux
- 1 petite cuillerée de chile



Côte



25min



180°C

INGR. FRITES

- 2 pommes de terre moyennes
- Huile d'olive
- Sel et poivre



Frites



20min



200°C

PRÉPARATION CÔTES DE PORC AVEC BARBECUE

ÉTAPE 01

Préparer la sauce barbecue : mettre tous les ingrédients de la sauce dans une casserole, remuer et faire réduire à feu moyen pendant 20 minutes.

ÉTAPE 02

Couper le carré en 2, saler et poivrer et étaler la sauce à l'aide d'un pinceau de cuisine.

ÉTAPE 03

Les mettre dans la cuve A et allumer la Duplo**Air** sur le mode « Côte » (25 minutes à 180°C). Les retourner à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.

PRÉPARATION FRITES

ÉTAPE 01

Laver et éplucher les pommes de terre, les couper en bâtonnets et ajouter une cuillerée d'huile d'olive, du sel et du poivre. Remuer pour que les frites s'imprègnent de façon uniforme.

ÉTAPE 02

Mettre les frites dans la cuve B et allumer la Duplo**Air** sur le programme « Frites » (20 minutes à 200°C). Remuer à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.



Saumon aux légumes

INGR. SAUMON

- 2 dos de saumon
- Huile d'olive
- Sel et poivre



Poisson



15min



180°C

PRÉPARATION SAUMON

ÉTAPE 01

Mettre du papier sulfurisé dans la cuve A de façon à ce qu'il recouvre également une partie des parois, et mettre le saumon à l'intérieur avec la peau vers le bas.

À NOTER : Découper la partie excédante du papier sulfurisé afin qu'il ne dépasse pas de la cuve.

ÉTAPE 02

Ajouter un filet d'huile d'olive sur le poisson puis saler et poivrer.

ÉTAPE 03

Allumer la Duplo**Air** sur le mode « Poisson » (15 minutes à 180°C) et attendre la fin du programme.

INGR. LÉGUMES

- 1 botte d'asperges sauvages
- 1 poireau
- 2 carottes
- Huile d'olive
- Sel et poivre



Légume



15min



180°C

PRÉPARATION LÉGUMES

ÉTAPE 01

Laver et bien sécher tous les légumes. Éplucher les carottes et les couper en bâtonnets, tout comme le reste des légumes.

ÉTAPE 02

Mettre les légumes coupés dans une assiette et ajouter une cuillerée d'huile d'olive, du sel et du poivre. Remuer pour qu'ils s'imprègnent de façon uniforme.

ÉTAPE 03

Les mettre dans la cuve B et allumer la Duplo**Air** sur le mode « Légume » (15 minutes à 180°C). Remuer à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.



Brochettes de gambas avec une sauce rose

INGR. BROCHETTES

- 200g de gambas crues et décortiquées
- 1 œuf
- Farine
- Chapelure
- Huile d'olive
- Sel et poivre

SAUCE ROSE

- 3 cuillerées de mayonnaise
- 1 cuillerée de sauce tomate
- 15ml de brandy
- 15ml de jus d'orange
- Quelques gouttes de tabasco (optionnel)



Fruits
de mer



10min



180°C

PRÉPARATION

ÉTAPE 01

Bien sécher les gambas avec du papier absorbant puis saler et poivrer. Les passer dans la farine, l'œuf battu, les piquer sur une brochette et les passer dans la chapelure. Réserver.

ÉTAPE 02

Mettre les brochettes dans la cuve A, les pulvériser avec de l'huile d'olive et allumer la DuploAir sur le mode « Fruits de mer » (10 minutes à 180°C). Les retourner à mi-cuisson pour obtenir une cuisson homogène.

ÉTAPE 03

Pendant ce temps, préparer la sauce rose : mélanger dans un bol la mayonnaise, la sauce tomate, le brandy et le jus d'orange. Ajouter quelques gouttes de tabasco si souhaité.

ÉTAPE 04

Servir les brochettes avec la sauce.



Lasagne aux courgettes

INGR. LASAGNE

- 1 courgette
- 400g de viande hachée ou de soja texturé préalablement hydraté
- 400g de sauce tomate
- Mozzarella râpée
- Huile d'olive
- Sel, poivre et origan



Lasagne



20min



190°C

PRÉPARATION

ÉTAPE 01

Verser un filet d'huile d'olive dans une poêle et, lorsqu'elle est chaude, ajouter la viande hachée ou le soja texturé préalablement hydraté. Faire cuire pendant quelques minutes et ajouter la sauce tomate ; saler et poivrer. Laisser le mélange réduire à feu moyen pendant 5 minutes. Réserver.

ÉTAPE 02

Couper les extrémités de la courgette et l'éplucher avec un économiseur. À l'aide d'une mandoline, couper la courgette en fines lamelles puis bien les sécher avec du papier absorbant.

ÉTAPE 03

Mettre du papier sulfurisé dans la cuve A de façon à ce qu'il couvre également les parois puis mettre la première couche de lamelles de courgette et la mélanger à la sauce bolognaise. Répéter l'opération jusqu'à finir toute la viande hachée. Couvrir avec la mozzarella râpée selon convenance et ajouter l'origan.

À NOTER : Découper la partie excédante du papier sulfurisé afin qu'il ne dépasse pas de la cuve.

ÉTAPE 04

Mettre la cuve dans la Duplo**Air** et l'allumer sur le mode « Lasagne » (20 minutes à 190°C).



Panini au jambon et fromage

INGRÉDIENTS

- Medio baguette
- Sauce tomate
- Fromage râpé
- Jambon
- Origan



Panini



6min



190°C

PRÉPARATION

ÉTAPE 01

Couper la demi-baguette en deux dans le sens de la longueur et ajuster sa taille à celle du panier de la friteuse.

ÉTAPE 02

Tartiner la base avec la sauce tomate et ajouter le fromage râpé, le jambon et l'origan selon convenance.

ÉTAPE 03

Mettre les paninis dans la cuve A et allumer la Duplo**Air** sur le mode « Panini » (6 minutes à 190°C).



Madeleines au citron

INGR. MADELEINES

- 3 œufs
- 120g de sucre de canne complet
- 180g de crème
- 100g d'huile d'olive
- Zest de 1 citron
- 2 cuillerées à soupe de jus de citron
- 270g de farine de blé normale
- 12g de levure de pâtisserie
- 1 pincée de sel



Pâtisserie



22min



190°C

PRÉPARATION

ÉTAPE 01

À l'aide d'un fouet, bien battre les œufs avec le sucre jusqu'à doubler leur volume.

ÉTAPE 02

Ajouter la crème, l'huile d'olive, le zest et le jus de citron, et battre jusqu'à obtenir un mélange homogène.

ÉTAPE 03

Tamiser la farine et la levure et les ajouter au mélange. Battre jusqu'à obtenir un mélange homogène.

ÉTAPE 04

Remplir 6 moules individuels avec les $\frac{3}{4}$ de la pâte et les mettre dans la cuve A. Mettre la cuve dans la DuploAir et l'allumer sur le mode « Pâtisserie » (22 minutes à 190°C). Une fois le programme terminé, piquer avec un cure-dent et vérifier qu'il ressorte propre.

ÉTAPE 05

Les laisser refroidir sur une grille et les démouler délicatement.



Banane et fraises deshidratées

INGR. DÉSHYDRATÉ

- 12 fraises (environ)
- 1 petite banane plantain verte



Déshydraté



20h



50°C

PRÉPARATION

ÉTAPE 01

Laver et bien sécher les fraises puis les équeuter. Les couper en deux et les mettre dans la cuve A.

ÉTAPE 02

Peler la banane et la couper en fines rondelles. Les mettre dans la cuve B sur une seule couche.

ÉTAPE 03

Allumer la Duplo**Air** sur le mode « Déshydraté » (20 heures à 50°C).

ÉTAPE 04

Les servir comme snack ou les couper et les ajouter dans un yaourt ou un granola maison.

Features



- **Power:** 2400 W
- **Voltage:** 220 - 240 V; 50 / 60 Hz
- **Timer:** 1 - 60 min
- **Temperature range:** 45°C - 200°C
- **Programs:** 11
- **Basket capacity:** 4,0 L x 2
- **Basket dimensions:** 14,5 x 21 x 12,5 cm
- **Dimensions:** 41 x 33,5 x 31,5 cm
- **Weight:** 7,5 kg



• Homemade healthy cooking •

It's designed for frying, baking, roasting and heating with hardly any oil



Non-slip base

Ensures maximum stability during use



Baskets / Racks

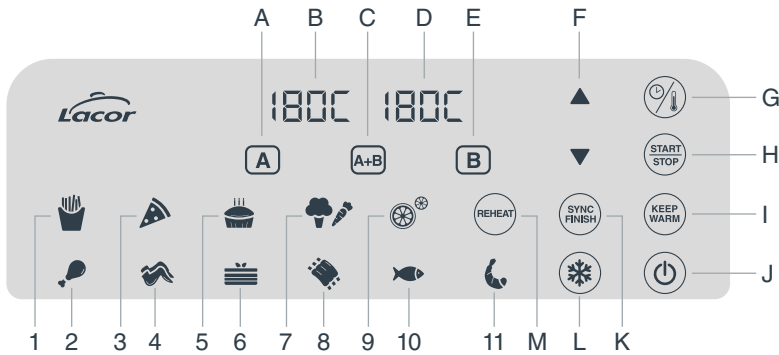
With 100% PFOA-free non-stick and BPA free



Easy to clean

Racks removable

Control panel



- A** Basket A cooking button
- B** Basket A display
- C** A+B cooking button
- D** Basket B display
- E** Basket B cooking button
- F** Time/temp. configuration
- G** Time/temp. button
- H** START/STOP button
- I** Keep warm button
- J** ON/OFF button
- K** Sync finish button
- L** Defrost button
- M** Reheat button



Touch screen

You can adjust time (up to 60 minutes) and the temperature (from 45°C to 200°C)



DualCooking

Independent time and temperature control. Cooks two different dishes at the same time



SyncFinish

Cooks food in both baskets at different time and temperature settings, but finishes at the same time



TotalCook technology

It distributes heat uniformly with high speed hot air



TotalSafe technology

The body and handle stay cool while you cook

11 Pre-set programs

- The times are indicative, they depend on the size/quantity of the food •
- Can be customized •



1 Chips

200°C / 20 min



3 Panini

190°C / 6 min



5 Baking

190°C / 22 min



7 Vegetable

180°C / 15 min



9 Dehydrated

50°C / 20 h



2 Chicken legs

190°C / 30 min



4 Chicken wings

180°C / 20 min



6 Lasagne

190°C / 20 min



8 Ribs

180°C / 25 min



10 Fish

180°C / 15 min



11 Seafood

180°C / 10 min

We Love
Cooking



RECIPES

- 51** Chicken wings with Padron peppers
- 53** Chicken legs with fried sweet potato
- 55** Spareribs with barbecue sauce and chips
- 57** Salmon with vegetables
- 59** King prawns with thousand island dressing Skewers
- 61** Courgette lasagne
- 63** Ham and cheese panini
- 65** Lemon muffins
- 67** Dehydrated banana and strawberries



Chicken wings with Padron peppers

INGR. CHICKEN WINGS

- 10 chicken wings
- Olive oil
- Salt and pepper



Chicken wings



20min



180°C

PREPARATION CHICKEN WINGS

STEP 01

Put the wings on a dish and add a tablespoon of olive oil, salt and pepper. Stir to evenly absorb.

STEP 02

Put into pan A and turn the Duplo**Air** on in “Chicken wings” mode (20 min. at 180°C). Turn them over halfway through cooking to cook evenly.

INGR. PEPPERS

- 20 Padron peppers (approx.)
- Olive oil
- Coarse salt



Vegetable



15min



180°C

PREPARATION PADRON PEPPERS

STEP 01

Wash and dry the peppers, cut a small slit in them and put them on a dish. Add a tablespoon of olive oil and stir to evenly absorb.

STEP 02

Put into pan B and turn the Duplo**Air** on in “Vegetable” mode (15 min. at 180°C). Stir halfway through cooking to cook evenly.

STEP 03

Serve and add coarse salt to taste.



Chicken legs with fried sweet potato

INGR. CHICKEN LEGS

- 4-5 chicken legs
- Olive oil
- Salt and pepper



Chicken legs



30min



190°C

PREPARATION CHICKEN LEGS

STEP 01

Put the legs on a dish and add a tablespoon of olive oil, salt and pepper. Stir to evenly absorb.

STEP 02

Put into pan A and turn the Duplo**Air** on in “Chicken legs” mode (30 min. at 190°C). Turn them over halfway through cooking to cook evenly.

INGR. SWEET POTATO

- 1 sweet potato
- Olive oil
- Salt and pepper



Chips



20min



200°C

PREPARATION SWEET POTATO

STEP 01

Wash and peel the sweet potato, cut into sticks and add a tablespoon of olive oil, salt and pepper. Stir so the sticks evenly absorb the seasoning.

STEP 02

Put into pan B and turn the Duplo**Air** on in “Chips” mode (20 min. at 200°C). Stir halfway through cooking to cook evenly.



Spareribs with barbecue sauce and chips

INGR. SPARERIBS

- A half rack of pork ribs
- Salt and pepper

BARBECUE SAUCE

- 180ml cider vinegar
- 100g tomato sauce
- 60g brown sugar
- 1 tbsp sweet paprika
- 1 tsp chilli powder



Ribs



25min



180°C

INGR. CHIPS

- 2 medium-sized potatoes
- Olive oil
- Salt and pepper



Chips



20min



200°C

PREPARATION SPARERIBS

STEP 01

Prepare the barbecue sauce: add all the sauce ingredients to a saucepan, stir and reduce over medium heat for 20 minutes.

STEP 02

Cut the ribs into 2 portions, season with salt and pepper and baste them with the sauce using a kitchen brush.

STEP 03

Put into pan A and turn the Duplo**Air** on in "Ribs" mode (25 min. at 180°C). Turn them over halfway through cooking to cook evenly.

PREPARATION CHIPS

STEP 01

Wash and peel the potatoes, cut into sticks and add a tablespoon of olive oil, salt and pepper. Stir so the sticks evenly absorb the seasoning.

STEP 02

Put the sticks into pan B and turn the Duplo**Air** on in "Chips" mode (20 min. at 200°C). Stir halfway through cooking to cook evenly.



Salmon with vegetables

INGR. SALMON

- 2 salmon fillets
- Olive oil
- Salt and pepper



Fish



15min



180°C

PREPARATION SALMON

STEP 01

Line pan A with baking paper, making sure to cover the sides, then put the salmon in with the skin side facing down.

PLEASE NOTE: remove any surplus baking paper to prevent it from sticking out of the pan.

STEP 02

Add a dash of olive oil to the fish and season with salt and pepper.

STEP 03

Turn the Duplo**Air** on in “Fish” mode (15 min. at 180°C) and wait until it finishes.

INGR. VEGETABLES

- 1 bunch of wild asparagus
- 1 leek
- 2 carrots
- Olive oil
- Salt and pepper



Vegetable



15min



180°C

PREPARATION VEGETABLES

STEP 01

Thoroughly rinse and dry all the vegetables. Peel the carrots and cut them and the rest of the vegetables into sticks.

STEP 02

Put the diced vegetables on a dish and add a tablespoon of olive oil, salt and pepper. Stir to evenly absorb.

STEP 03

Put into pan B and turn the Duplo**Air** on in “Vegetable” mode (15 min. at 180°C). Stir halfway through cooking to cook evenly.



King prawns with thousand island dressing Skewers

INGR. KING PRAWNS

- 200g raw and peeled king prawns
- 1 egg
- Flour
- Breadcrumbs
- Olive oil
- Salt and pepper

THOUSAND ISLAND DRESSING

- 3 tbsp mayonnaise
- 1 tbsp tomato sauce
- 15ml brandy
- 15ml orange juice
- Optional drops of Tabasco



Seafood



10min



180°C

PREPARATION

STEP 01

Thoroughly dry the prawns with absorbent kitchen paper and season with salt and pepper. Coat in flour, dip them in the beaten egg, skewer them on a spit, then coat in breadcrumbs. Put aside.

STEP 02

Put the skewers in pan A, spray with olive oil and turn the Duplo**Air** on in “Seafood” mode (10 minutes at 180°). Turn them over halfway through cooking to cook evenly.

STEP 03

Meanwhile, prepare the thousand island dressing: mix the mayonnaise, tomato sauce, brandy and orange juice in a bowl. Add a few drops of Tabasco.

STEP 04

Serve the skewers with the sauce.



Courgette lasagne

INGR. LASAGNE

- 1 courgette
- 400g mincemeat or previously hydrated textured soybeans
- 400g tomato sauce
- Grated mozzarella cheese
- Olive oil
- Salt, pepper and oregano



Lasagne



20min



190°C

PREPARATION

STEP 01

Add a dash of olive oil to a frying pan; when hot, add the mincemeat or the previously hydrated textured soybeans. Cook for a few minutes and add the tomato sauce; season with salt and pepper. Let the mixture reduce for 5 minutes over medium heat. Put aside.

STEP 02

Cut the tips off the courgette and peel off the skin. Using a mandoline slicer, cut the courgette into thin slices and dry them thoroughly with absorbent paper.

STEP 03

Line pan A with baking paper, making sure to cover the sides, then put in the first layer of courgette slices and the bolognese sauce mixture. Repeat the process until all the minced meat is used up. Top with grated mozzarella cheese to taste and add oregano.

PLEASE NOTE: remove any surplus baking paper to prevent it from sticking out of the pan.

STEP 04

Insert the pan into the Duplo**Air** fryer and turn it on in “Lasagne” mode (20 minutes at 190°C).



Ham and cheese panini

INGREDIENTS

- ½ baguette bread loaf
- Tomato sauce
- Grated cheese
- Ham
- Oregano



Panini



6min



190°C

PREPARATION

STEP 01

Cut the ½ baguette loaf in half and size it to fit into the fryer basket.

STEP 02

Coat the bottom with tomato sauce and add grated cheese, ham and oregano to taste.

STEP 03

Put the paninis into pan A and turn the Duplo**Air** on in “Panini” mode (6 min. at 190°C).



Lemon muffins

INGR. MUFFINS

- 3 eggs
- 120g whole cane brown sugar
- 180g cream
- 100g olive oil
- Zest of 1 lemon
- 2 tablespoons of lemon juice
- 270g plain wheat flour
- 12g baking powder
- 1 pinch of salt



Baking



22min



190°C

PREPARATION

STEP 01

Beat the eggs and sugar together with a wire whisk until doubled in volume.

STEP 02

Add the cream, olive oil, zest and lemon juice and whisk until blended.

STEP 03

Sieve the flour together with the baking powder and add it to the mixture. Whisk until well blended.

STEP 04

Fill 6 individual moulds with $\frac{3}{4}$ of the mixture and put them in pan A. Insert the pan into the Duplo**Air** fryer and turn on in “Baking” mode (22 minutes at 190°C). At the end of the programme, insert a toothpick and check that it comes out clean.

STEP 05

Let them cool on a rack, then carefully remove them from the moulds.



Dehydrated banana and strawberries

INGR. DEHYDRATED

- 12 strawberries (approx.)
- 1 small green plantain



Dehydrated



20h



50°C

PREPARATION

STEP 01

Rinse, dry the strawberries thoroughly and remove the stems. Cut them in half and put in pan A.

STEP 02

Peel the banana and cut into thin slices. Lay them out in pan B in a single layer.

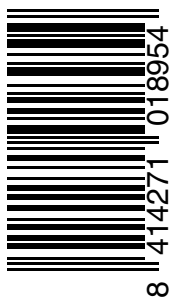
STEP 03

Turn the Duplo**Air** on in “Dehydrated” mode (20 hours at 50°).

STEP 04

Serve as a snack or chop up and add to yoghurt or homemade granola.

Ref: R69508R



www.lacor.es