



Livington

FLIP SWITCH

Rezeptheft



Importeur | Importör:

CH: MediaShop AG | Industriering 3 | 9491 Ruggell | Liechtenstein
EU: MediaShop Holding GmbH | Schwarzottstraße 2a | 2620 Neunkirchen | Austria
DE | AT | CH: 0800 37 6 36 06 – kostenlose Servicehotline
ROW: +423 388 18 00 | **HU:** 06 96 961 186 | office@mediashop-group.com
www.mediashop.tv



Panini burger z pomidorem i mozzarellą

Składniki na 1 porcję

.....

Składniki

- 1 szt. chleba do panini
- 1 szt. pomidora
- 100 g mozzarelli
- 2 plastry szynki
- 5 łyżek oliwy z oliwek
- bazylia
- rukola

Przygotowanie:

1. Chleb panini przekrój wzdłuż i pokrop obie części po wewnętrznej stronie oliwą z oliwek.
2. Pokrój pomidora i mozzarellę, dolną część panini przekładaj na przemian przygotowanymi plastrami. Na wierzchu umieść plastry szynki.
3. Na szynce umieść rukolę i bazylię i przykryj wszystko drugą połową chleba.
4. Umieść panini na grillu wielofunkcyjnym z nakładką do grillowania i zamknij pokrywę.
5. Panini grilluj przez około 3 minuty tak, że będzie chrupiące na zewnątrz, a ser będzie się rozpląwał w środku.

Faszerowany klops z serem owczym

Składniki na 1 porcję

.....

Składniki

- 150 g mieszanego mięsa mielonego
- 1 cebula
- 10 g świeżej pietruszki
- 1 jajko
- 30 g bułki tartej
- 60 g sera owczego
- ½ czerwonej papryki
- sól
- papryka w proszku
- tymianek

Rada: Ser owczy można zastąpić dowolnym innym serem, na przykład mozzarellą.

Przygotowanie

1. Obierz cebulę i pokrój w drobną kostkę.
2. Mięso mielone przełóż do miski, dodaj cebulę, jajko i bułkę tartą. Wszystko krótko wymieszaj.
3. Posiekaj drobno pietruszkę, paprykę pokrój w kostkę i dodaj oba składniki do masy mięsnej.
4. Dopraw wszystko solą, papryką i tymiankiem i dobrze całość wymieszaj.
5. Nadaj kształt klopsa, uformuj w środku wgłębienie, do którego wciśnij ser owczy. Przykryj wszystko mięsem i wygładź.
6. Na grillu wielofunkcyjnym rozgrzej nakładkę do BBQ, połóż klops i zamknij pokrywę.
7. Grilluj przez około 8 minut. Jeśli chcesz, możesz dodatkowo usmażyć jajko sadzone.
8. To danie jest idealne z puree ziemniaczanym z ziołami lub po prostu smaczną sałatką z pomidorów.

Grillowana pierś z kurczaka teriyaki

Składniki na 1 porcję

Składniki

- 180 g piersi z kurczaka
- 40 ml sosu teriyaki
- 1 szt. trawy cytrynowej
- 1 świeżą papryczkę chili
- 1 ząbek czosnku

Przygotowanie

1. Trawę cytrynową pokrój na drobne kawałki i umieść w wysokim pojemniku.
2. Dodaj sos teryaki, papryczkę chili i ząbek czosnku i za pomocą blendera rozdrobnij wszystko na drobną pastę.
3. Teraz przekrój piersi z kurczaka wzdłuż i posmaruj całą przygotowaną pastą.
4. Następnie pozwól piersi z kurczaka marynować się w lodówce przez 30 minut.
5. Grilluj pierś na nakładce grillowej BBQ z zamkniętą pokrywą przez 4 minuty.



Omlet ze szpinakiem i serem

Składniki na 1 porcję

Składniki

- 3 jajka
- 40 g świeżych liści szpinaku
- 3 pomidorki cherry
- 30 g startego sera
- 1 łyżeczka oliwy z oliwek
- szczypta soli

Przygotowanie

1. Umyj i posiekaj liście szpinaku, a następnie ubij je z jajkami w misce i dopraw szczyptą soli.
2. Pomidorki koktajlowe rozkrój na połówki.
3. Rozgrzej grill wielofunkcyjny, do dolnej miski wlej oliwę z oliwek i mieszankę jajek i szpinaku. Zamknij pokrywę i smaż przez około minutę, następnie dodaj pomidorki, a na wierzchu rozłóż utarty ser. Duś omlet przez 3 minuty przy zamkniętej pokrywie.

Frittata z warzywami

Składniki na 1 porcję

Składniki

- 1 cukinia
- 3 pieczarki
- 1 czerwona papryka
- 75 g niedojrzałego miękkiego sera
- 3 jajka
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- sól
- pietruszka

Przygotowanie

1. Rozgrzej wielofunkcyjny grill z nakładką do omletów.
2. Jajka, pietruszkę i niedojrzały miękki ser lekko posól i zmiksuj za pomocą blendera.
3. Wlej oliwę z oliwek do dolnej połowy wielofunkcyjnego grilla.
4. Teraz dodaj pokrojone warzywa i przy zamkniętej pokrywie smaż przez około 1 minutę.
5. Otwórz pokrywę i wlej masę z niedojrzałym miękkim serem. Piecz wszystko przez około 5 minut przy zamkniętej pokrywie.

Tosty francuskie

Składniki na 1 porcję

Składniki

- 1 jajko
- 6 łyżek mleka
- 1 łyżeczka cukru
- szczypta cynamonu
- 2 kromki tostów
- 20 g masła
- syrop klonowy
- świeże truskawki

Przygotowanie

1. Jajka ubij z mlekiem, cukrem i cynamonem. Włóż tost do mieszanki i obróć ją raz.
2. Rozgrzej grill wielofunkcyjny z formą do omletów, włóż masło do dolnej połowy formy i poczekaj aż się rozpuści.
3. Włóż kromki tostów i piecz przez 1 minutę z zamkniętą pokrywą, aż do uzyskania złotego koloru.
4. Zdejmij grzanki z grilla i udekoruj syropem klonowym i świeżymi truskawkami.



Gofry belgijskie

Składniki na ok. 10 porcji

Składniki:

- 220 g miękkiego masła
- 120 g cukru
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- 4 jajka
- 350 g mąki
- 1 opakowanie proszku do pieczenia
- 250 ml mleka
- 1 szczypta soli
- olej
- cukier puder

Rada: Z goframi świetnie komponują się wiśnie i bita śmietana lub, w zależności od pory roku, świeże owoce jagodowe.

Przygotowanie:

1. W robocie kuchennym lub za pomocą miksera ręcznego ubij miękkie masło z cukrem i cukrem waniliowym do uzyskania puszystej masy.
2. Stopniowo wmieszaj jajka do masy.
3. Mąkę wymieszaj z proszkiem do pieczenia i wsyp mieszankę do masy.
4. Na koniec masę połącz z mlekiem i dopraw ciasto szczyptą soli.
5. Teraz pozwól ciastu odpocząć przez 15 minut.
6. Rozgrzej nakładkę gofrową na grillu wielofunkcyjnym, skrop powierzchnię odrobiną oleju i umieść jedną łyżkę ciasta w formie.
7. Zamknij pokrywę i piecz gofry przez około 3 minuty, aż będą złote.
8. Zdejmij gofry z grilla i posyp je cukrem pudrem.

Gofry ziemniaczane

Składniki na 1 porcję

.....

Składniki

- 300 g gotowanych ziemniaków
- 2 jajka
- 2 łyżki stołowe skrobi spożywczej
- 2 cebule dymki
- 1 opakowanie proszku do pieczenia
- 50 g sera do tarcia
- gałka muszkatołowa
- sól
- olej

Rada: Gofry można podawać ze świeżym twarogiem ziołowym lub sałatką pomidorową.

Przygotowanie

1. Ziemniaki obierz i utrzyj na tarce w drobne prążki. Natychmiast dodaj jajko, aby ziemniaki nie zbrązowiały.
2. Cebulę dymkę pokrój w cienkie plasterki i dodaj do masy ziemniaczano-jajecznej wraz z pozostałymi składnikami. Dopraw ciasto solą i gałką muszkatołową.
3. Rozgrzej nakładkę gofrową na grillu wielopaliwowym, skrop ją kilkoma kroplami oleju i umieść na niej dużą łyżkę ciasta.
4. Przy zamkniętej pokrywie piecz gofry przez około 3 minuty, aż będą złote.

Gofry z cukinii low carb

Składniki na 1 porcję

.....

Składniki

- 180 g cukinii
- 2 cebule dymki
- 1 jajko
- 1 opakowanie proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka twarogu
- 60 g startego sera
- 50 g mąki gryczanej
- sól
- olej

Rada: Gofry świetnie smakują z humusem, świeżymi pomidorami i bazylią.

Przygotowanie

1. Cukinię umyj i odetnij końce. Pokrój w drobne paski za pomocą kralajnicy Livingston Slice & Dice lub użyj tarki.
2. Lekko posól cukinię, pozwól jej się macerować przez 5 minut, następnie zawiń ją w ścierkę i wyciśnij sok.
3. Cebulę pokrój w drobną kostkę.
4. Wszystkie składniki wymieszaj ze sobą w misce i wyrób ciasto.
5. Rozgrzej nakładkę do gofrów na grillu wielofunkcyjnym. Wlej trochę oleju, wypełnij formę jedną łyżką ciasta na gofry, zamknij pokrywę i piecz przez około 3 minuty.