

Ingrediënten en Recept

Bericht van Air Fryer débutant



Air Fryer débutant

8 juli om 21:33 · 🌐

FRITTATA ! 😊

3 œufs - poivrons hachés - oignon rouge coupé en dés

bacon fumé haché - fromage râpé - grains de poivre noir - sel - poivre de Cayenne.

(Battez le tout, versez dans un moule ou un plateau, et faites cuire à l'air à 200 °C pendant 15 minutes).

Servez froid avec une salade bistro 😊 *modification - ou chaud si vous préférez une omelette.



Bron



Internet - Facebook - Air Fryer débutant

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02WXaCLubzjxkjd8bh8HJnFViycFcUW3Uk3tqRYXMuP5HQv1GQvotnD2iBgYcQ8PNTI&id=61563913781596

Info Martine Lycke

18/07/2025

Daags tevoren al in de oven gemaakt:

Ovenschotel

Met 1 grote ui in schijfjes

4 zoete paprika's, gehalveerd en ontzaad

+ Olijfolie

+ Komijnpoeder

+ Paprikapoeder

+ Korianderpoeder

Ongeveer een 20 tal minuten in de oven van 200°C

Afgedekt met folie, wat laten afkoelen en daarna de paprika's ontveld en in stukjes gesneden

+ eieren + cayennepeper + kaneel

+ gebakken gekookte hesp met lenteui en stukje chorizo

Airfryer

180°C 10 minuten – 200°C 10 minuten

bij 2^{de} lading wat minder, airfryer al goed op temp.

Fotos

