*Für mehr Freude mit den*

# HEISSLUFT FRITTEUSEN

*von* ROMMELSBACHER **FRH 1500 • FRH 1700**





# INHALT





## HERZHAFT


| | |
|---|---|
| BUNTES OFENGEMÜSE | 4 |
| NACHOS MIT DIP | 6 |
| MINI FRÜHLINGSROLLEN | 8 |
| CHICKEN WINGS | 10 |
| LAUGEN-WÜRSTCHEN | 12 |
| KNUSPRIGE OLIVEN-BROTSTANGEN | 14 |
| GARLIC POTATO POPS | 16 |
| CHICKEN ALL IN ONE | 18 |
| GEBACKENES EI | 20 |
| HACKFLEISCH PIZZA | 22 |
| GEFÜLLTE ZUCCHINISCHIFFCHEN | 24 |
| MAKKARONI-AUFLAUF | 26 |


## SÜSS


| | |
|---|---|
| BRATAPFEL MIT CRUMBLE-FÜLLUNG | 28 |
| MARMORIERTE MUFFINS | 30 |
| PFLAUMEN-MOHN SCHNECKEN | 32 |
| SCHOKO PIZZA | 34 |






# Fettarm frittieren und backen

Mit den Heißluftfritteusen von ROMMELSBACHER die Vielfalt des Kochens neu entdecken! Sie sind die perfekte Wahl für die fettarme, gesündere Zubereitung von Snacks und schnellen Gerichten. Die innovative Hot Air Convection Technology sorgt für optimale Hitzeverteilung und einen angenehm leisen Betrieb.

XL




**Heißluftfritteuse** FRH 1500

XXL




**Heißluftfritteuse** FRH 1700

Mehr Infos



# BUNTES OFENGEMÜSE

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

200 g festkochende Kartoffeln

100 g Hokkaido-Kürbis

1 – 2 rote Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

1 Zweig frischer Rosmarin

Salz und Pfeffer

Paprikapulver

Olivenöl

## AUSSERDEM

Back-/Auflaufform, die in die Fritteuse passt

Backpinsel

## ZUBEREITUNG

1. Den Knoblauch, die Zwiebeln und die Kartoffeln von der Schale befreien.
2. Den Kürbis waschen.
3. Die Kartoffeln, den Kürbis und die Zwiebeln in Scheiben schneiden.
4. Eine Knoblauchzehe durchschneiden. Die ofenfeste Form mit der Knoblauchzehe abreiben und etwa 2 – 3 EL Olivenöl in die Backform geben und mit einem Backpinsel verstreichen.
5. Die Gemüsescheiben aufrecht nebeneinander in die Form stellen.
6. Das Ofengemüse mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Rosmarinnadeln würzen.
7. Die zweite Knoblauchzehe pressen und über das Gemüse geben.
8. 3 EL Olivenöl über das Gemüse verteilen.
9. Die Form in die Heißluftfritteuse stellen und das Gerät schließen.
10. Das **Programm Geflügel** für 20 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.

Für 2 Portionen



# NACHOS MIT DIP

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

150 g Tortilla-Chips

75 g geriebener Käse
z.B. Cheddar

Frühlingszwiebeln

## AUSSERDEM

Verschiedene Dips
z.B. Ketchup, BBQ-Sauce,
Salsa-Sauce

## ZUBEREITUNG

1. Die Tortilla-Chips werden gleichmäßig auf dem Frittierrost verteilt.
2. Den geriebenen Käse über die Chips streuen.
3. Das Gerät schließen.
4. Das **Programm Geflügel** für 5 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
5. In der Zwischenzeit die Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden.
6. Nach Ende der Backzeit die Nachos entnehmen, mit den Dips und Frühlingszwiebeln genießen.

Für 2 Portionen



# MINI FRÜHLINGSROLLEN

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

20 Mini Frühlingsrollen
(Tiefkühlprodukt)

## AUSSERDEM

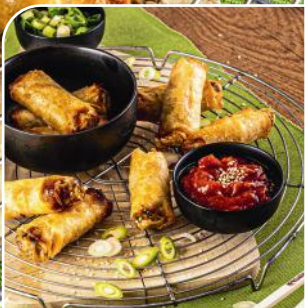
Süßsauer Sauce

Sojasauce

## ZUBEREITUNG

1. Die Frühlingsrollen in die Heißluftfritteuse geben.
2. Das Gerät schließen.
3. Das **Programm Pommes** für ca. 7 - 8 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
4. Bei Ertönen der Schüttelerinnerung die Frühlingsrollen wenden.
5. Nach Programmende die Frühlingsrollen für wenige Minuten ruhen lassen.
6. Die fertigen Frühlingsrollen mit Süßsauer Sauce und Sojasauce genießen.

**Für 2 Portionen**



# CHICKEN WINGS

**ZUTATEN**

750 g Chicken Wings
(Tiefkühlprodukt)

**AUSSERDEM**

Barbecue Sauce

**ZUBEREITUNG**

1. Die Chicken Wings in die Heißluftfritteuse legen und das Gerät schließen.
2. Das **Programm Geflügel** für 15 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
3. Bei Ertönen der Schüttelerinnerung ggf. die Chicken Wings umdrehen.
4. Die fertigen Chicken Wings mit Barbecue Sauce genießen.

Für 3 Portionen



# LAUGEN-WÜRSTCHEN

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

8 Geflügel Wiener

4 Laugenbrezeln zum Aufbacken (Tiefkühlprodukt)

50 ml Ketchup

Sesam

## AUSSERDEM

Backpapier

## ZUBEREITUNG

1. Die Brezeln etwa 60 Minuten auftauen lassen.
2. Die Hälfte einer Brezel um ein Würstchen wickeln.
3. Die Würstchen mit Ketchup bestreichen und mit Sesam bestreuen.
4. Backpapier in die Heißluftfritteuse geben und die Würstchen in den Frittierkorb legen.
5. Das Gerät schließen.
6. Das **Programm Geflügel** für ca. 10 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
7. Bei Ertönen des Signaltones (Schüttelerinnerung) die Laugen-Würstchen wenden.
8. Nach Ende der Laufzeit können die Würstchen nochmals mit Ketchup bestrichen werden.

Für 4 Portionen



# KNUSPRIGE OLIVEN-BROTSTANGEN

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

1 Packung Pizzateig aus dem Kühlregal

50 g Parmesan, gerieben

100 g weiche Butter

Abrieb einer ½ Zitrone

1 Glas schwarze, entsteinte Oliven

1 TL Rosmarin, getrocknet

1 TL Thymian, getrocknet

2 Knoblauchzehen

1 Ei

Salz und Pfeffer

## AUSSERDEM

Pizzaschneider

Backpapier

Backpinsel

## ZUBEREITUNG

1. Den Hefeteig für einige Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
2. Etwa 10 Oliven kleinschneiden. Den Knoblauch pressen.
3. Die weiche Butter mit Parmesan, Kräutern, gepresstem Knoblauch und Pfeffer vermischen. Den Zitronenabrieb unterheben.
4. Den Hefeteig ausrollen und mit ¾ der Buttermischung bestreichen.
5. Die restliche Butter für später zur Seite stellen.
6. Das Backpapier auf Größe des Frittierkorbes zuschneiden.
7. Den Teig – von der Langen Seite her – zuklappen und mit einem Pizzaschneider 1,5 cm breite Bahnen abschneiden.
8. Die Teigstreifen ineinander verdrehen, leicht auseinanderziehen und auf Backpapier legen.
9. Mit einem verquirlten Ei bestreichen.
10. Die Brotstangen mit dem Backpapier in die Heißluftfritteuse legen und das Gerät schließen.
11. Für ca. 12 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) im **Programm Geflügel** in der Heißluftfritteuse backen.
12. Bei Ertönen des Signaltones (Schüttelerinnerung) werden die Brotstangen gewendet.
13. Nach der Zubereitungszeit die knusprigen Brotstangen entnehmen, nochmals mit Butter bestreichen, mit Salz bestreuen und abkühlen lassen.

Für 4 Portionen

# GARLIC POTATO POPS

ROMMELSBACHER

**ZUTATEN**

300 g mehligkochende Kartoffeln

1 EL Kartoffelstärke

1 TL Paprikapulver

Salz

Pfeffer

2 – 3 Knoblauchzehen

Olivenöl

**ZUBEREITUNG**

1. Die Kartoffeln schälen und würfeln.
2. In einem Topf mit gesalzenem Wasser die Kartoffeln weichkochen.
3. Nach dem Abkühlen werden die Kartoffeln mit einer Gabel zerdrückt.
4. Die Kartoffelmasse würzen und mit angefeuchteten Händen ca. 2 cm große Bällchen formen.
5. Den Knoblauch pressen und mit 5 EL Olivenöl mischen.
6. Die Bällchen mit der Ölmischung benetzen, die Reste der Marinade für später auf die Seite stellen.
7. Die Bällchen in den Frittierkorb legen und das Gerät schließen.
8. Das **Programm Pommes** für ca. 15 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
9. Die Potato Pops während der Zubereitungszeit wenden bzw. schütteln, wenn der Signalton zu hören ist, damit ein gleichmäßiges Ergebnis erzielt wird.
10. Nach Programmende werden die Potato Pops nochmals in der Knoblauch-Olivenöl-Mischung geschwenkt.

Für 2 Portionen



# CHICKEN ALL IN ONE

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

400 g Kartoffeln
400 g Karotten
100 g gewürfelter Speck
500 g Hähnchenteile mit Haut
4 EL Ahornsirup
4 EL Olivenöl
2 Zwiebeln
Salz und Pfeffer
Paprikapulver
1 TL Rosmarin, getrocknet
1 TL Thymian, getrocknet
2 Knoblauchzehen

## FÜR DIE MARINADE

Salz und Pfeffer
1 TL Paprikapulver
1 TL Rosmarin, getrocknet
1 TL Thymian, getrocknet
4 EL Ahornsirup
4 EL Olivenöl

## AUSSERDEM

Backpinsel

## ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln und Karotten schälen. Kartoffeln in Würfel, Karotten in Scheiben schneiden und in den Frittierkorb legen.
2. Zwiebeln und Knoblauch von der Schale befreien. Den Knoblauch pressen. Die Zwiebeln in Spalten schneiden und mit dem Speck und Knoblauch in den Frittierkorb geben.
3. Das Gargut mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Rosmarin und Thymian kräftig würzen.
4. 4 EL Ahornsirup und 4 EL Olivenöl zum Gargut geben und alles durchmischen.
5. Das **Programm Pommes** für 10 Minuten aktivieren.
6. Bei Ertönen der Schüttelerinnerung das Gargut durchmischen.
7. Nach Ende des Programms die Hähnchenteile auf das Gemüse legen.
8. Aus Ahornsirup, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Kräutern eine Marinade herstellen und gleichmäßig das Fleisch damit bepinseln.
9. Das Gerät schließen.
10. Das **Programm Grillen/Fleisch** für 20 – 30 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
11. Während der Zubereitungszeit kann das Fleisch mit Resten der Marinade bestrichen werden.
12. Nach Ende der Garzeit das Chicken All In One Gericht für 10 Minuten ruhen lassen und dann genießen.

Für 3 Portionen



# GEBACKENES EI

## ZUTATEN

50 g weiche Butter

3 Eier Größe M

3 EL geriebener Käse z.B. Edamer

3 braune Champignons

3 EL durchwachsener, gewürfelter Speck

1 EL Thymian

100 ml Sahne

Salz und Pfeffer

1 Frühlingszwiebel

## AUSSERDEM

3 kleine Back-/Auflaufförmchen

## ZUBEREITUNG

1. 3 Auflaufförmchen mit flüssiger Butter fetten.
2. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden.
3. Die Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden.
4. In jedes Förmchen einen EL durchwachsenen Speck, Thymian und Pilzscheiben geben und in die Heißluftfritteuse stellen.
5. Das Gerät schließen.
6. Für 5 Minuten im **Programm Grillen/Fleisch** backen.
7. Das Gerät öffnen (Achtung die Schälchen sind heiß). In jedes Förmchen ca. 3 EL Sahne, 1 EL Frühlingszwiebeln, 1 EL Käse, Gewürze und Kräuter geben und durchrühren.
8. Abschließend die Eier aufschlagen und auf die Förmchen verteilen. Nicht umrühren!
9. Das **Programm Geflügel** für 5 – 7 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
10. Die Förmchen nach Ende der Backzeit für etwa 5 Minuten ruhen lassen.

Für 3 Portionen



# HACKFLEISCH PIZZA

## ZUTATEN

1 Hefeteig aus der Kühltheke
150 g Tomatensauce
200 g Hackfleisch, gemischt
1 Tomate
Parmesan am Stück
1 TL Rosmarin, getrocknet
1 TL Oregano, getrocknet
Olivenöl
Salz
Pfeffer

## AUSSERDEM

Backpapier

## ZUBEREITUNG

1. Hefeteig aus dem Kühlschrank entnehmen und ca. 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen. Den Hefeteig ausrollen und so formen, dass er in die Heißluftfritteuse passt.
2. Das Backpapier zurechtschneiden.
3. Den Hefeteig auf das Backpapier legen.
4. 1 EL Olivenöl in eine Pfanne geben und das Hackfleisch braun anbraten und kräftig würzen.
5. Die Tomate waschen und in Scheiben schneiden.
6. Den Hefeteig mit Tomatensauce bestreichen, die Hackfleischmasse auf der Pizza verteilen und die Tomatenscheiben auflegen.
7. Die Pizza in den Frittierkorb legen und das Gerät schließen.
8. Die Pizza im **Programm Geflügel** für ca. 10 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) backen.
9. Die Ränder der fertigen Pizza mit Olivenöl bepinseln, den Parmesan reiben und über die Pizza geben.

Für 2 Portionen



# GEFÜLLTE ZUCCHINISCHIFFCHEN

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

150 g Hackfleisch gemischt
3 kleine Zucchini
2 Tomaten
100 g Gouda, gerieben
1 Becher Creme fraîche
3 EL Sonnenblumenöl
1 TL Rosmarin, getrocknet
1 TL Rauchpaprikapulver
Salz
Pfeffer

## ZUBEREITUNG

1. Die Zucchini waschen, längs halbieren und das Innere der Zucchini mit einem Löffel entfernen. Die Zucchinihälften salzen.
2. Die Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden.
3. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben.
4. 2 EL Creme fraîche, die Tomatenwürfel und Gouda sowie Gewürze zum Hackfleisch geben und gut mischen.
5. Die Hackmasse auf die Zucchinihälften verteilen und leicht andrücken.
6. Die Zucchinischiffchen mit Sonnenblumenöl bestreichen und in die Heißluftfritteuse (ohne Backpapier) geben.
7. Die Zucchinihälften mit Rosmarin bestreuen. Das Gerät schließen.
8. Das **Programm Fleisch** für 20 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.

Für 3 Portionen



# MAKKARONI-AUFLAUF

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

200 g Makkaroni gekocht

200 ml Sahne

100 ml Milch

150 g geriebener Käse z.B. Emmentaler

1 Ei

1/2 Stange Lauch in Scheiben geschnitten

1/2 Dose Mais

2 EL Kräuterfrischkäse

Salz und Pfeffer

Paprikapulver

## AUSSERDEM

Back-/Auflaufform, die gut in die Fritteuse passt

Butter zum Ausfetten der Form

## ZUBEREITUNG

1. Die ofenfeste Backform mit Butter ausreiben.
2. Sahne, Ei und Milch in die Backform geben und vermischen.
3. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver würzen.
4. Die gekochten Nudeln, den Mais und den Lauch zur Sahne-Ei-Mischung geben und unterheben.
5. Die Hälfte des Käses und den Frischkäse unter die Auflaufmasse rühren.
6. Den restlichen Käse obenauf geben.
7. Die Auflaufform in die Heißluftfritteuse stellen und das Gerät schließen.
8. Den Auflauf im **Programm Geflügel** für 10 – 15 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) backen lassen.
9. Nach Ablauf des Programms, den Auflauf etwas abkühlen lassen und mit einem Topflappen die Auflaufform aus der Heißluftfritteuse entnehmen.

Für 2 Portionen



# BRATAPFEL MIT CRUMBLE-FÜLLUNG

ROMMELSBACHER

### ZUTATEN

4 mittelgroße säuerliche Äpfel z.B. Elstar

100 g Weizenmehl Type 405

70 g Zucker

70 g Butter

50 g gehackte Mandeln

½ TL Zimt

### AUSSERDEM

200 ml Vanillesauce

Puderzucker

Back-/Auflaufform, die gut in die Fritteuse passt

Butter zum Ausfetten der Form

### ZUBEREITUNG

1. Die Äpfel waschen und den oberen Teil als Deckel abschneiden. Den unteren Teil des Apfels aushöhlen.
2. Aus Weizenmehl, Zucker, Butter, gehackten Mandeln und Zimt einen krümeligen Crumble-Teig herstellen. Den abgedeckten Teig für etwa 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
3. Anschließend den Teig auf die Äpfel verteilen, dabei die Masse nur locker in die Äpfel füllen. Den Apfeldeckel aufsetzen.
4. Die Bratäpfel aufrecht nebeneinander in eine gefettete Auflaufform stellen.
5. Die Form in die Heißluftfritteuse geben und das Gerät schließen.
6. Das **Programm Geflügel** für ca. 15 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
7. Die fertigen Bratäpfel mit Puderzucker bestäuben und dazu Vanillesauce reichen.

Für 4 Portionen

# MARMORIERTE MUFFINS

## ZUTATEN

300 g Weizenmehl Type 405
130 g weiche Butter
120 g Zucker
1 Ei
1 Päckchen Vanillezucker
100 g gemahlene Mandeln
1 Päckchen Backpulver
250 ml Milch
1 Prise Salz
1 EL Rum
3 EL Kakao
1 EL Zimt

## AUSSERDEM

Muffinförmchen
Puderzucker

## ZUBEREITUNG

1. Die Butter mit Zucker und Vanillezucker in eine große Rührschüssel einwiegen und cremig aufschlagen. Das Ei unterrühren.
2. Nach und nach gemahlene Mandeln, Weizenmehl, Backpulver, Salz und Milch zugeben und unterrühren.
3. Den Teig auf zwei Schüsseln verteilen. In eine Schüssel Rum, Kakao und Zimt geben und zu einem homogenen Teig verarbeiten.
4. Abwechselnd die zwei Teige auf die Muffinförmchen verteilen.
5. Den Teig in den Förmchen mit einer Gabel vorsichtig durchrühren, damit eine Marmorierung entsteht. Die Muffins in die Heißluftfritteuse setzen.
6. Das Gerät schließen.
7. Das **Programm Backen** für ca. 13 – 15 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
8. Nach dem Backen werden die Muffins mit Puderzucker bestäubt.

Für 12
Muffins



# PFLAUMEN-MOHN SCHNECKEN

ROMMELSBACHER

## ZUTATEN

500 g Weizenmehl Type 405
50 g Mohn-Fix
100 g Zucker
100 g Butter
200 ml Milch
1 Tütchen Trockenhefe
2 Tütchen Vanillezucker
½ TL Zitronensaft
Puderzucker

## FÜR DIE FÜLLUNG:

100 g Pflaumenmus
200 g Mohn-Fix

## AUSSERDEM

Back-/Auflaufform, die gut in die Fritteuse passt
Butter zum Ausfetten der Form

## ZUBEREITUNG

1. Aus Weizenmehl, 50 g Mohn-Fix, Zucker, Butter, Milch, Trockenhefe, Vanillezucker und Zitronensaft einen Hefeteig herstellen. Gut und lange kneten lassen!
2. An einem warmen Ort für ca. 45 Minuten abgedeckt gehen lassen. Das Volumen sollte sich deutlich vergrößern.
3. Anschließend den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem Rechteck ausrollen.
4. Zuerst mit dem Mohn-Fix und dann mit dem Pflaumenmus bestreichen.
5. Den Teig in ca. 5 cm breite Bahnen schneiden und diese zu Schnecken aufrollen.
6. Die Schnecken aufrecht nebeneinander in eine gefettete Auflaufform setzen und mit flüssiger Butter bestreichen.
7. Die Form in die Heißluftfritteuse stellen und das Gerät schließen.
8. Das **Programm Backen** für 15 - 20 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) aktivieren.
9. Danach die Form aus der Fritteuse nehmen und abkühlen lassen.
10. Vor dem Genießen die Pflaumen-Mohn Schnecken mit Puderzucker bestreuen.


Für 6
Portionen

# SCHOKO PIZZA

## ZUTATEN

1 Hefeteig aus der Kühltheke
50 g Haselnüsse oder Mandeln
50 g frische Himbeeren
100 g Vollmilchschokolade
50 g weiße Schokolade

## AUSSERDEM

Backpapier

## ZUBEREITUNG

1. Hefeteig aus dem Kühlschrank entnehmen und ca. 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Vollmilchschokolade und die weiße Schokolade getrennt voneinander im Wasserbad schmelzen.
3. Den Hefeteig ausrollen und ggf. so formen, dass er in die Heißluftfritteuse passt.
4. Backpapier zurechtschneiden.
5. Den Pizzateig auf das Backpapier legen.
6. Den Teig in die Fritteuse geben und das Gerät schließen.
7. In der Heißluftfritteuse im **Programm Geflügel** für ca. 10 Minuten (je nach gewünschter Bräunung) backen.
8. Den Hefeteig mit der Vollmilchschokolade übergießen, Haselnüsse oder Mandeln, Himbeeren und weiße Schokolade als Topping obendrauf geben.

Für 2 Portionen








ROMMELSBACHER
ElektroHausgeräte GmbH

Rudolf-Schmidt-Straße 18 • 91550 Dinkelsbühl
info@rommelsbacher.de • www.rommelsbacher.de






FRH-1500-FRH-1700_RB_V00-R1_R2608

Technische/farbliche Änderungen und Irrtümer vorbehalten.