

RECETARIO GRATUITO

40 RECETAS DE FREIDORA DE AIRE

para no repetir en un mes

Recetas prácticas, tiempos claros y trucos para sacarle todo el partido a tu freidora de aire.



200°C→180°C

TEMP.

40 RECETAS

PASO A PASO

TIEMPOS Y TEMPERATURAS

Cocina fácil. Come mejor. Disfruta tu freidora.

Guía rápida para tener ideas listas cuando no sepas qué cocinar.



1. Muslos de pollo

33 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 6 muslos de pollo con piel
- 1 cda. de miel
- 1 cdta. de zumo de limón
- 1 cda. de aceite de oliva
- 1 cdta. de pimentón
- Sal y pimienta

PASOS

- 1 Mezcla miel, limón, aceite, pimentón, sal y pimienta, y unta los muslos. Marina 1 hora.
- 2 Precalienta a 200°C, coloca con la piel hacia arriba.
- 3 Cocina 18 min, voltea, y sube a 205°C 3-5 min para dorar.
- 4 Comprueba que la interna alcanza 74°C.

CONSEJO

Usa un termómetro de cocina para dar en el punto exacto sin cortar el pollo.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

en freidora de aire



2. Alitas de pollo al ajillo

25 min

TIEMPO

190°C→200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 1 kg de alitas de pollo
- 4 dientes de ajo
- 2 cdas. de aceite de oliva
- Perejil fresco
- Sal y pimienta

PASOS

- 1 Marina las alitas con ajo picado, aceite, sal y pimienta 30 min.
- 2 Cocina 15 min a 190°C, voltea.
- 3 Añade un paquete de ajo laminado en papel de aluminio, sube a 200°C.
- 4 Cocina 10 min más y mezcla con el ajo dorado y perejil.

CONSEJO

El paquete de ajo aparte evita que se queme y aporta un sabor mucho más intenso.

Ver receta completa con todos los trucos →

recetasdeairfryer.com



3. Nuggets de pollo caseros

33 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 500 g de pechuga de pollo
- 2 cdas. de queso crema
- 1 rebanada de pan remojada en leche
- Ajo en polvo, sal
- 1 huevo batido, 100 g de panko

PASOS

- 1 Pica el pollo y mezcla con queso crema, pan y ajo en polvo.
- 2 Forma porciones y aplánalas ligeramente.
- 3 Empana en huevo y panko.
- 4 Cocina 6-7 min a 200°C, voltea, 6-8 min más hasta 74°C interna.

CONSEJO

El queso crema en la masa es lo que evita que queden secos.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

EN FREIDURA DE AIRE



4. Pollo y patatas en una tanda

35 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 muslos o cuartos de pollo
- 500 g de patatas en dados
- Aceite de oliva
- Ajo en polvo, pimentón, sal

PASOS

- 1 Sazona el pollo y las patatas por separado con aceite y especias.
- 2 Coloca el pollo en el centro y las patatas alrededor.
- 3 Cocina 20 min, remueve las patatas y voltea el pollo.
- 4 Cocina 15 min más hasta que todo esté dorado.

CONSEJO

Corta las patatas en dados similares al grosor del pollo para que se hagan a la vez.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

DE POLLO



5. Milanesas de pollo

20 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 filetes de pechuga finos
- 1 huevo batido
- Pan rallado
- Sal, pimienta, ajo en polvo

PASOS

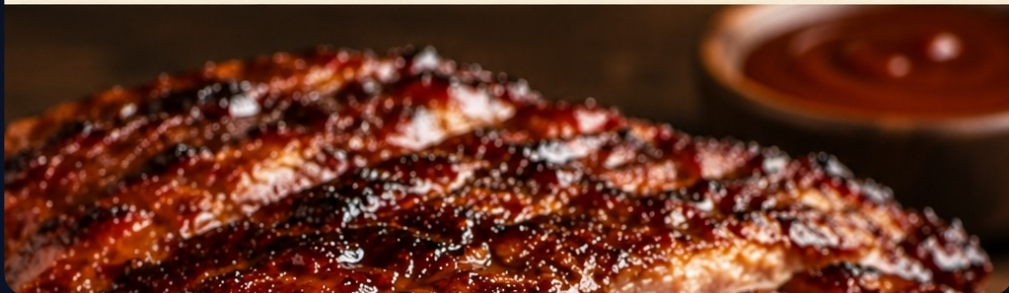
- 1 Sazona los filetes y pásalos por huevo y pan rallado.
- 2 Precalienta a 190°C.
- 3 Cocina 6-7 min, voltea.
- 4 Cocina 5-6 min más hasta dorar.

CONSEJO

Aplana los filetes con cuidado para un grosor uniforme y una cocción pareja.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

Carnes



6. Costillas de cerdo BBQ

45 min

TIEMPO

180°C→200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 1 costillar de cerdo
- Pimentón, ajo en polvo, comino
- Salsa barbacoa y miel

PASOS

- 1 Retira la membrana del hueso y adoba con las especias. Reposa 20-30 min.
- 2 Cocina 15 min con el hueso hacia abajo a 180°C, voltea.
- 3 Cocina 10 min más, unta con salsa BBQ y miel, sube a 200°C.
- 4 Cocina 5 min más hasta caramelizar.

CONSEJO

Retirar la membrana es el paso que casi nadie hace y marca toda la diferencia en textura.

Ver receta completa con todos los trucos →

recetasdeairfryer.com



7. Solomillo de cerdo

32 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 1 solomillo de cerdo
- Mostaza
- Azúcar moreno, pimentón ahumado
- Sal, pimienta

PASOS

- 1 Unta con mostaza y frota con la mezcla de azúcar y pimentón.
- 2 Precalienta 5 min a 200°C.
- 3 Cocina 20-22 min, volteando a mitad.
- 4 Comprueba 63-65°C interna y reposa 5 min antes de cortar.

CONSEJO

El reposo final es clave: si cortas nada más sacarlo, pierde gran parte del jugo.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

en freidora de aire



8. Chuletas de cerdo

24 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 chuletas de cerdo
- Azúcar moreno, pimentón, mostaza en polvo
- Sal, pimienta, aceite

PASOS

- 1 Saca de la nevera 20 min antes y seca bien.
- 2 Frota con la mezcla de especias.
- 3 Cocina 6-7 min a 200°C, voltea.
- 4 Cocina 6-8 min más hasta 60-63°C interna.

CONSEJO

Sacarlás de la nevera antes es lo que consigue una cocción uniforme por dentro y por fuera.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



9. Chuletillas de cordero

20 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 12 chuletillas de cordero
- Miel, mostaza, ajo, tomillo
- Sal, aceite

PASOS

- 1 Mezcla miel, mostaza, ajo y tomillo. Unta y reposa 30 min.
- 2 Precalienta a 200°C.
- 3 Cocina 5 min, voltea.
- 4 Cocina 3-5 min más hasta 63°C interna.

CONSEJO

Son piezas finas: vigila de cerca los últimos minutos para que no se sequen.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



10. Entrecot

14 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

2

RACIONES

INGREDIENTES

- 2 entrecots
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta

PASOS

- 1 Seca bien y unta con aceite, sal y pimienta.
- 2 Precalienta 5 min a 200°C.
- 3 Cocina 4-5 min, voltea.
- 4 Cocina 4-5 min más según el punto deseado. Reposo 5 min.

CONSEJO

Usa termómetro: 55°C poco hecho, 60°C al punto, 65°C medio, 71°C bien hecho.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



11. Hamburguesas caseras

15 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 600 g de carne picada
- Sal, pimienta
- Pan de hamburguesa y toppings al gusto

PASOS

- 1 Forma las hamburguesas sin compactar demasiado.
- 2 Precalienta a 190°C.
- 3 Cocina 5-6 min, voltea.
- 4 Cocina 4-6 min más según el punto.

CONSEJO

Haz un hueco en el centro con el pulgar para que no se abomben al cocinar.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



12. Salchichas

13 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 8 salchichas frescas
- Aceite de oliva
- Pimentón (opcional)

PASOS

- 1 Seca las salchichas y haz cortes superficiales.
- 2 Precalienta a 180°C, coloca separadas.
- 3 Cocina 6-7 min, voltea.
- 4 Cocina 6-8 min más hasta dorar.

CONSEJO

Pincharlas o hacerles cortes es lo que evita que revienten en la cesta.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



13. Panceta crujiente

25 min

TIEMPO

180°C→200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 500 g de panceta de cerdo en trozos
- Sal gorda
- Pimienta

PASOS

- 1 Corta la panceta en dados y sazona.
- 2 Cocina 15 min a 180°C.
- 3 Sube a 200°C y cocina 10 min más hasta dorar y quede crujiente.
- 4 Escurre sobre papel de cocina antes de servir.

CONSEJO

El doble tramo de temperatura es lo que consigue el crujiente sin resecar el interior.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

Pescados y mariscos



14. Salmón jugoso

15 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

2

RACIONES

INGREDIENTES

- 2 lomos de salmón
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta, eneldo

PASOS

- 1 Seca el salmón y unta con aceite y especias.
- 2 Precalienta a 190°C.
- 3 Cocina 8-10 min sin voltear.
- 4 Comprueba que se desmenuza con facilidad.

CONSEJO

No hace falta voltearlo: con la piel hacia abajo se cocina de forma uniforme.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



15. Filete de merluza empanado

22 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 filetes de merluza
- 1 diente de ajo, perejil
- 1 huevo batido, pan rallado
- Aceite en spray

PASOS

- 1 Pincela los filetes con majado de ajo y perejil.
- 2 Pasa por huevo y pan rallado.
- 3 Cocina 6 min a 190°C, voltea.
- 4 Cocina 3-4 min más hasta dorar.

CONSEJO

El majado de ajo y perejil antes de empanar da un sabor distinto a la merluza de siempre.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



16. Merluza en salsa verde

30 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 lomos de merluza
- Cebolla, ajo en rodajas gruesas
- Vino blanco, caldo de pescado
- Harina, perejil

PASOS

- 1 Enharina ligeramente la merluza.
- 2 Pocha cebolla y ajo en un molde dentro de la cesta, 5 min.
- 3 Añade vino y caldo, cocina 3 min.
- 4 Coloca la merluza encima y cocina 12-15 min más.

CONSEJO

Corta el ajo en rodajas gruesas, no picado, para que no amargue la salsa.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



17. Empanadillas de atún

24 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 12 obleas para empanadillas
- 2 latas de atún, huevo cocido
- Tomate frito
- 1 huevo batido, aceite en spray

PASOS

- 1 Mezcla el relleno de atún, huevo y tomate frito.
- 2 Rellena y sella las obleas con un tenedor.
- 3 Pincela con huevo batido.
- 4 Cocina 5 min a 190°C, voltea, 4-5 min más.

CONSEJO

El huevo batido antes de cocinar es lo que consigue el dorado como si fueran fritas.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



18. Calamares a la romana

15 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 400 g de anillas de calamar
- Harina, huevo batido
- Pan rallado o harina de rebozar
- Sal, aceite en spray

PASOS

- 1 Seca bien los calamares.
- 2 Pasa por harina, huevo y pan rallado.
- 3 Cocina 6-7 min a 200°C, voltea.
- 4 Cocina 4-5 min más hasta dorar.

CONSEJO

Secar muy bien los calamares antes de rebozar es lo que evita que el rebozado se caiga.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

Verduras y guarniciones

EN FREIDORA DE AIRE



19. Patatas fritas perfectas

25 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 patatas medianas
- 1 cda. de aceite de oliva
- Sal

PASOS

- 1 Corta en bastones y seca muy bien tras remojarlas 20 min en agua fría.
- 2 Mezcla con aceite y sal.
- 3 Cocina 15 min a 190°C, agita.
- 4 Cocina 8-10 min más hasta dorar.

CONSEJO

El remojo previo retira el exceso de almidón y es clave para el crujiente.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



20. Boniato entero asado

45 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

2

RACIONES

INGREDIENTES

- 2 boniatos medianos
- Aceite de oliva
- Sal (opcional)

PASOS

- 1 Lava, pincha varias veces con un tenedor y unta con aceite.
- 2 Precalienta a 200°C.
- 3 Cocina 20 min, voltea.
- 4 Cocina 15-20 min más hasta que estén tiernos.

CONSEJO

Pincharlos bien evita que revienten por la presión del vapor interno.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



21. Calabaza asada

25 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 500 g de calabaza en dados
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta

PASOS

- 1 Corta en dados sin necesidad de pelar.
- 2 Añade agua en el fondo de la cesta.
- 3 Cocina 7 min a 200°C.
- 4 Voltea y cocina 6-8 min más.

CONSEJO

El agua en el fondo de la cesta evita que la calabaza se reseque.

Ver receta completa con todos los trucos →

recetasdeairfryer.com

**congeladas en
freidora de aire**



22. Alcachofas doradas

25 min

TIEMPO

180°C→190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 alcachofas frescas
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta, ajo

PASOS

- 1 Limpia y parte las alcachofas por la mitad.
- 2 Mezcla con aceite y especias.
- 3 Cocina 10 min a 180°C.
- 4 Voltea, sube a 190°C, 4-5 min más.

CONSEJO

Sube la temperatura solo en el último tramo para un dorado crujiente sin que queden duras.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



23. Setas laminadas

18 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 400 g de setas variadas
- Aceite de oliva
- Ajo, tomillo, sal

PASOS

- 1 Limpia las setas con un paño, sin mojarlas.
- 2 Corta en láminas y mezcla con aceite y especias.
- 3 Cocina 5 min a 180°C.
- 4 Agita y cocina 5-7 min más.

CONSEJO

Nunca mojes las setas al limpiarlas: absorben agua y quedan blandas en vez de doradas.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

en freidora de aire



24. Garbanzos crujientes

23 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 400 g de garbanzos cocidos
- Aceite de oliva
- Pimentón, comino, sal

PASOS

- 1 Escurre y seca muy bien los garbanzos.
- 2 Mezcla con aceite y especias.
- 3 Cocina 12-15 min a 190°C, agitando cada 5 min.
- 4 Deja reposar 10-15 min fuera de la freidora.

CONSEJO

El reposo final, no la cocción, es lo que los pone realmente crujientes.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



25. Judías verdes

15 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 400 g de judías verdes
- Aceite de oliva
- Sal, ajo en polvo

PASOS

- 1 Lava y seca bien las judías.
- 2 Mezcla con aceite y especias.
- 3 Cocina 7-8 min a 190°C.
- 4 Agita y cocina 5-7 min más.

CONSEJO

Sécalas bien tras lavarlas para que doren en vez de cocerse al vapor.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



26. Coles de Bruselas

18 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 500 g de coles de Bruselas
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta, parmesano (opcional)

PASOS

- 1 Parte las coles por la mitad.
- 2 Mezcla con aceite y especias.
- 3 Cocina 10 min a 190°C.
- 4 Agita y cocina 6-8 min más hasta dorar.

CONSEJO

Partidas por la mitad, con el corte hacia abajo, doran mucho mejor.

Ver receta completa con todos los trucos →

recetasdeairfryer.com



27. Brócoli crujiente

18 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 1 cabeza de brócoli
- Aceite de oliva
- Ajo en polvo, sal

PASOS

- 1 Corta en ramitos uniformes y seca bien.
- 2 Añade agua en el fondo de la cesta.
- 3 Cocina 5 min a 190°C.
- 4 Agita y cocina 4-5 min más.

CONSEJO

El agua en el fondo evita el humo típico al cocinar brócoli.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



28. Zanahorias baby

35 min

TIEMPO

200°C→180°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 400 g de zanahorias baby
- Aceite de oliva
- Sal, pimentón

PASOS

- 1 Lava las zanahorias, no hace falta pelarlas.
- 2 Mezcla con aceite y especias.
- 3 Cocina 15 min a 200°C.
- 4 Baja a 180°C, agita, cocina 15 min más.

CONSEJO

El cambio de temperatura a mitad es lo que las deja tiernas por dentro y doradas por fuera.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



29. Champiñones rellenos

27 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 12 champiñones grandes
- Jamón, ajo, cebolla
- Queso rallado

PASOS

- 1 Limpia los champiñones con un paño, sin mojar.
- 2 Rellena con el sofrito de jamón, ajo y cebolla.
- 3 Cubre con queso.
- 4 Cocina 10-12 min a 180°C.

CONSEJO

Nunca los laves bajo el grifo: sueltan agua durante la cocción.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



30. Tortilla de patatas

35 min

TIEMPO

170°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 5 huevos
- 4 patatas medianas
- 1 cebolla (opcional)
- Aceite, sal

PASOS

- 1 Pocha las patatas y la cebolla en poco aceite.
- 2 Bate los huevos y mezcla con las patatas.
- 3 Vierte en un molde apto para freidora.
- 4 Cocina 20-25 min a 170°C hasta cuajar.

CONSEJO

Usa un molde de silicona bien engrasado para que se desmolde sin problema.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

Aperitivos y snacks

EN FREIDORA DE AIRE



31. Rollitos de primavera

18 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 8 rollitos de primavera (frescos o congelados)
- Aceite en spray
- Salsa agri dulce para mojar

PASOS

- 1 Coloca los rollitos en la cesta sin amontonar.
- 2 Rocía con aceite en spray.
- 3 Cocina 8 min a 190°C, voltea.
- 4 Cocina 6-8 min más hasta dorar.

CONSEJO

Si son congelados, no hace falta descongelar, solo añade unos minutos más.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



CASERAS

32. Croquetas caseras

20 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 12 croquetas caseras (bechamel + jamón)
- 1 huevo batido, pan rallado
- Aceite en spray

PASOS

- 1 Empana las croquetas ya frías y formadas.
- 2 Coloca en la cesta sin amontonar.
- 3 Rocía con aceite en spray.
- 4 Cocina 10-12 min a 190°C, volteando a mitad.

CONSEJO

Congélaslas antes de freír: mantienen mejor la forma y el relleno no se sale.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



33. Pizza individual masa fina

22 min

TIEMPO

200°C

TEMP.

1

RACIONES

INGREDIENTES

- 1 base de pizza individual
- Tomate frito, mozzarella
- Sémola, ingredientes al gusto

PASOS

- 1 Precocina la base sola 3 min por lado.
- 2 Añade tomate, mozzarella e ingredientes.
- 3 Cocina 6-8 min a 200°C.
- 4 Vigila los últimos minutos, se pasa rápido por ser fina.

CONSEJO

La precocción de la base es lo que evita que quede cruda en el centro.

Ver receta completa con todos los trucos →

recetasdeairfryer.com

Panes y básicos



34. Pan de hamburguesa casero

32 min + levado

TIEMPO

170°C

TEMP.

5 panes

RACIONES

INGREDIENTES

- 250 g de harina, levadura
- 1 huevo, leche tibia, mantequilla
- 1 huevo batido, sésamo

PASOS

- 1 Amasa y deja levar 1-1,5 h hasta doblar tamaño.
- 2 Forma los bollos y levan dentro de la freidora apagada 20-30 min.
- 3 Pincela con huevo y sésamo.
- 4 Precalienta y cocina 10-12 min a 170°C.

CONSEJO

Puedes levar los bollos directamente dentro de la freidora apagada, sin buscar otro sitio cálido.

Ver receta completa con todos los trucos →recetasdeairfryer.com



35. Churros caseros

20 min

TIEMPO

190°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- Masa de churro (agua, harina, mantequilla, sal)
- Azúcar y canela
- Chocolate para mojar

PASOS

- 1 Forma los churros con manga pastelera sobre papel.
- 2 Cocina 8-10 min a 190°C, volteando a mitad.
- 3 Reboza en azúcar y canela recién hechos.
- 4 Sirve con chocolate caliente.

CONSEJO

El papel para freidora facilita mucho manejar la masa cruda sin que se pegue.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com



36. Donuts glaseados

15 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

8

RACIONES

INGREDIENTES

- Masa de donut (harina, levadura, huevo, leche)
- Glaseado de azúcar glas y leche

PASOS

- 1 Forma los donuts con un molde o cortador.
- 2 Deja levar 30-40 min.
- 3 Cocina 6-8 min a 180°C, volteando a mitad.
- 4 Glasea en templado.

CONSEJO

Glasea justo cuando estén templados, ni calientes ni fríos, para que se adhiera bien.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

CHOCOLATOSOS

LISTOS EN 15 MINUTOS



37. Brownies

15 min

TIEMPO

160°C

TEMP.

6

RACIONES

INGREDIENTES

- Chocolate, mantequilla, azúcar
- Huevos, harina, cacao en polvo

PASOS

- 1 Funde el chocolate con la mantequilla.
- 2 Mezcla con azúcar, huevos, harina y cacao.
- 3 Vierte en un molde apto para freidora.
- 4 Cocina 15 min a 160°C, un poco húmedo en el centro.

CONSEJO

Sácalos aún algo húmedos en el centro: siguen cociéndose con el calor residual.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

ESPUNJUSAS

EL TRUCO DEL MOLDE RÍGIDO

38. Magdalenas caseras

18 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

6

RACIONES

INGREDIENTES

- Harina, azúcar, huevos
- Aceite de oliva suave, leche
- Levadura, ralladura de limón

PASOS

- 1 Mezcla los ingredientes húmedos y luego los secos.
- 2 Rellena moldes de magdalena rígidos 2/3 partes.
- 3 Cocina 15-18 min a 180°C.
- 4 Comprueba con un palillo que sale limpio.

CONSEJO

Usa moldes rígidos, no de papel solo: ayudan a que suban con el copete alto característico.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com

EL TRUCO PARA QUE NO SE APLASTEN



39. Galletas con pepitas de chocolate

14 min

TIEMPO

160°C

TEMP.

12

RACIONES

INGREDIENTES

- Mantequilla, azúcar moreno
- Harina, huevo, levadura
- Pepitas de chocolate

PASOS

- 1 Bate la mantequilla con el azúcar, añade huevo.
- 2 Incorpora harina, levadura y pepitas.
- 3 Forma bolas y aplasta ligeramente, con espacio entre ellas.
- 4 Cocina 10-12 min a 160°C.

CONSEJO

Déjalas enfriar 5 minutos en la cesta antes de moverlas: recién hechas están muy frágiles.

Ver receta completa con todos los trucos →

recetasdeairfryer.com



40. Manzana asada rellena

20 min

TIEMPO

180°C

TEMP.

4

RACIONES

INGREDIENTES

- 4 manzanas para asar
- Nueces, pasas, canela
- Miel

PASOS

- 1 Vacía el corazón de las manzanas.
- 2 Rellena con nueces, pasas y canela.
- 3 Cocina 15-18 min a 180°C.
- 4 Sirve con un chorrito de miel por encima.

CONSEJO

Elige manzanas firmes tipo Reineta o Golden, aguantan mejor la cocción sin deshacerse.

Ver receta completa con todos los trucos →
recetasdeairfryer.com