

NINJA CRISPI HEIßLUFTFRITTEUSE REZEPTBUCH

2026

1. Auflage

Alle Rechte vorbehalten

Nachdruck, auch in Auszügen, nicht gestattet

Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche
Genehmigung des Autors in irgendeiner Form
reproduziert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	6
Was ist der Unterschied zur herkömmlichen Heißluftfritteuse?	7
Aufbau und Funktionsweise	8
Anwendungen der Ninja Crispi	9
Für wen ist die Ninja Crispi geeignet?	10
Reinigung & Pflege	11
Übergang zu den Rezepten	12
FRÜHSTÜCK	13
Zimt French Toast Sticks	14
Bauernfrühstück	14
Vollkorn Bagel	15
Mini Quiches	15
Würstchen mit Spiegelei	16
Omelette Wrap	16
Kaiserschmarrn	17
Laugenbrezeln	17
Mini Scones	18
Apfel Zimt Crumble	18
Kräuter Käse Muffins	19
Schoko Brötchen	19
Frühstückssandwich	20
Zimt Frühstücksbällchen	20
Franzbrötchen	21
GERICHTE MIT GEFLÜGEL	22
Knusprige Chicken Tenders	23
Kräuter Hähnchen Spieße	23
BBQ Chicken Wings	24
Knoblauch Parmesan Wings	24
Chili Hähnchen Spieße	25



Hähnchen Cordon Bleu	25
Knoblauch Rosmarin Hähnchenkeulen	26
Orangen Thymian Hähnchenschenkel	26
Kräuter Käse Hähnchenbrust	27
Chicken Parmesan	27
GERICHTE MIT FLEISCH	28
Mini Air Fryer Pizza.	29
Bacon Würstchen	29
Hackfleischspieße	30
Hackfleisch Spinat Strudel	30
Hackfleisch Blätterteig Hörnchen	31
Lasagne Muffins	31
Quesadilla	32
Knusprige Entenbrustscheiben.	32
BBQ Spareribs	33
Gefüllte Hackfleisch Champignons	33
Hackfleisch Ofenkartoffel.	34
Hackfleisch Toast.	34
Kräuter Rinderfilet	35
Wraps mit Frikadellen und Mais	35
GERICHTE MIT FISCH	36
Knuspriger Zitronen Lachs	37
Rosmarin Zitronen Lachssteak	37
Hummer mit Kräuterbutter	38
Garnelenpfanne mit Kräutern	38
Kabeljaufilet mit Kräuterkruste.	39
Doradenfisch mit Zitrone	39
Shrimp Auflauf	40
Muscheln mit Garnelen	40
Lachsfilet mit Zitronenscheiben	41
Shrimp Lasagne	41
Garnelen Brötchen.	42
Hummer Mac and Cheese	42
Mini Thunfisch Pizza	43

Thunfisch Blätterteig Rolle	43
Teriyaki Thunfisch Steaks	44
VEGETARISCHE GERICHTE	45
Spinat Feta Hörnchen	46
Mediterranes Ofengemüse	46
Gemüse Blätterteig Strudel	47
Kürbis Mac and Cheese	47
Süßkartoffel mit Avocado und Bohnen	48
Knusprige Blumenkohlsteaks	48
Gefüllte Champignons.	49
Gefüllter Hokkaido.	49
Zucchini Kräuter Brot	50
Pizza Margherita	50
Gefüllte Ofenkartoffeln	51
Auberginen mit Granatapfelkernen	51
Spinat Feta Blätterteigscheiben	52
Ofen Feta mit Tomaten	52
SNACKS	53
Knusprige Nori Chips	54
Knoblauch Kräuter Kartoffeln	54
Kürbis mit Walnüssen	55
Spargel mit Speckmantel	55
Jalapeño Häppchen	56
Knusprige Ofen Pastinaken.	56
Gefüllte Kroketten	57
Spiral Kartoffelspieße	57
Scharfe Süßkartoffelsticks	58
AUFLÄUFE.	59
Gemüse Auflauf	60
Kräuter Gratin	60
Süßkartoffel Auflauf	61
Champignon Brokkoli Auflauf	61
Kartoffel Gratin.	62

DESSERTS	63
Schoko Cookies	64
Mini Pastéis de Nata	64
Marmeladen Scones	65
Vanille Soufflé	65
Schoko Walnuss Kuchen	66
Matcha Cookies	66
Beeren Galette	67
Creme Brûlée	67
Apfelküchle	68
Quarkbällchen	68
 BONUS: RE-CRISP REZEPTE	 69
Recrisp Pommes Frites	70
Recrisp Käse Snack	70
Kuli Kuli Erdnuss Crunch	71
Recrisp Teigtaschen	71
Recrisp Rosenkohl mit Speck	72
 Schlussworte	 73
Haftungsausschluss	74
Urheberrecht	74

Einleitung

Die Ninja CRISPi ist eine moderne Heißluftfritteuse, die für besonders knusprige Ergebnisse bei gleichzeitig saftigem Inneren entwickelt wurde. Durch leistungsstarke Umlufttechnik zirkuliert heiße Luft gleichmäßig um die Zutaten, sodass Speisen goldbraun garen, ohne dass ein klassisches Frittierbad nötig ist. Verschiedene Programme wie Air Fry (Heißluftfrittieren), Roast (Braten), Reheat (Aufwärmen) und Recrisp (Aufknuspern) ermöglichen es, Gerichte präzise zuzubereiten und Reste wieder frisch und knackig zu machen. Ob zartes Gemüse, saftiges Fleisch, Fisch, Snacks oder Desserts – die Ninja CRISPi vereint mehrere Kochmethoden in einem kompakten Gerät und ist damit ein vielseitiger Begleiter für den Alltag.

Heißluftfritteusen erfreuen sich aktuell großer Beliebtheit, weil sie schnelles Kochen mit Genuss und Komfort verbinden. Viele Gerichte gelingen deutlich schneller als im Backofen, benötigen kaum Vorheizzeit und lassen sich mit wenig Aufwand zubereiten. Gleichzeitig schätzen Nutzerinnen und Nutzer die gleichmäßigen Bräunergebnisse, die einfache Bedienung und die unkomplizierte Reinigung. Auch das gezielte Aufknuspern bereits gegarter Speisen macht die Geräte besonders attraktiv für den modernen Küchenalltag. In diesem Kochbuch zeigen wir, wie vielfältig die Ninja CRISPi eingesetzt werden kann – von herzhaften Hauptgerichten über kreative Snacks bis hin zu süßen Köstlichkeiten.

Was ist der Unterschied zur herkömmlichen Heißluftfritteuse?

Im Vergleich zu klassischen Ninja Heißluftfritteusen bringt die Ninja CRISPi einige besondere Eigenschaften mit, die sie vor allem für Nutzerinnen und Nutzer interessant machen, die Wert auf Transparenz, Design und flexible Einsatzmöglichkeiten legen.

Ein zentraler Unterschied liegt im Garbehälter. Während viele herkömmliche Modelle mit einem klassischen Frittierkorb aus beschichtetem Kunststoff oder Metall arbeiten, nutzt die Ninja CRISPi hitzebeständige Glasbehälter. Dieses Material ist nicht nur optisch ansprechend, sondern ermöglicht auch einen direkten Blick auf die Speisen während des Garens. So lässt sich jederzeit erkennen, wie weit der Bräunungsgrad fortgeschritten ist, ohne den Garvorgang unterbrechen zu müssen.

Durch den transparenten Glasbehälter wird der gesamte Garprozess sichtbar. Das ist besonders praktisch bei empfindlichen Speisen wie Fisch, Gebäck oder Aufläufen, bei denen der richtige Zeitpunkt entscheidend ist. Statt den Korb herauszuziehen, kann man einfach beobachten, wann Käse geschmolzen, Teig aufgegangen oder Krusten goldbraun geworden sind. Dieses visuelle Feedback macht das Kochen intuitiver und sorgt für mehr Kontrolle über das Ergebnis.

Auch bei Größe und Kapazität unterscheidet sich die Ninja CRISPi von vielen klassischen Modellen. Sie ist kompakter konzipiert und eignet sich besonders gut für kleinere Haushalte, Paare oder schnelle Einzelportionen. Gleichzeitig erlauben die unterschiedlichen Glasgefäße dennoch eine erstaunliche Flexibilität bei Portionsgrößen und Gerichtearten. Im Vergleich dazu sind klassische Ninja Heißluftfritteusen mit großen Körben häufig auf Familienportionen ausgelegt und nehmen entsprechend mehr Platz in der Küche ein.

Zusammengefasst steht die Ninja CRISPi für ein modernes, transparentes Garerlebnis mit Glasbehältern, sichtbarem Kochprozess und einer auf den Alltag zugeschnittenen Kapazität, während herkömmliche Ninja Heißluftfritteusen mit klassischen Körben vor allem durch große Volumen und robuste Allround-Tauglichkeit überzeugen.

Aufbau und Funktionsweise

Das Herzstück der Ninja CRISPi ist der sogenannte PowerPod – eine kompakte Einheit, in der sich Heizelement und Hochleistungsventilator befinden. Dieses Modul wird auf den Glasbehälter aufgesetzt und steuert sowohl die Temperatur als auch die Luftströmung. Je nach gewähltem Programm passt der PowerPod seine Leistung automatisch an, um Speisen schonend zu garen oder besonders knusprige Ergebnisse zu erzielen.

Die Garbehälter bestehen aus hitzebeständigem Glas und werden durch einen speziellen Crisper-Einsatz ergänzt. Dieser Einsatz hebt die Lebensmittel leicht an, sodass die heiße Luft auch von unten zirkulieren kann. Flüssigkeiten oder austretende Säfte sammeln sich darunter, während die Oberfläche der Speisen trocken bleibt und gleichmäßig bräunt. Gleichzeitig lassen sich die Glasgefäße leicht reinigen und eignen sich auch zum Servieren.

Im Inneren arbeitet die Ninja CRISPi nach dem Prinzip der intensiven Heißluftzirkulation. Der Ventilator verteilt die erhitzte Luft in schneller Bewegung im gesamten Garraum, wodurch Hitze gleichmäßig an alle Seiten der Zutaten gelangt. So entstehen Röstaromen und knusprige Texturen, ohne dass ein klassisches Frittierbad notwendig ist.

Die Temperaturregelung erfolgt präzise und programmgesteuert. Je nach Gericht wird die Hitze konstant gehalten oder in kurzen Intervallen angepasst, um empfindliche Lebensmittel saftig zu lassen und gleichzeitig eine goldbraune Oberfläche zu erzeugen. Dieser kontrollierte Garprozess sorgt für reproduzierbare Ergebnisse – vom sanften Erwärmen über gleichmäßiges Braten bis hin zum finalen Aufknuspern.

Anwendungen der Ninja Crispi

Air Fry – Heißluftfrittieren

Im Air-Fry-Modus zirkuliert besonders heiße Luft mit hoher Geschwindigkeit um die Zutaten. Dadurch werden Oberflächen schnell knusprig, während das Innere saftig bleibt. Dieser Modus eignet sich ideal für Klassiker wie Pommes, Nuggets oder panierte Snacks, aber auch für Gemüse wie Zucchini-Scheiben, Blumenkohlröschen oder Paprikastreifen. Die gleichmäßige Bräunung sorgt für Röstaromen, ohne dass ein herkömmliches Frittierbad nötig ist.

Braten & Rösten

Beim Braten und Rösten arbeitet die Ninja CRISPi mit moderaterer, konstant gehaltener Hitze. So garen Fleisch und Fisch gleichmäßig durch, während sich außen eine appetitliche Kruste bildet. Auch Ofengemüse wie Kartoffeln, Karotten, Kürbis oder Rosenkohl profitiert von diesem Modus: Die Stücke werden weich im Inneren und erhalten außen eine goldene Oberfläche. Dieser Einsatzbereich ersetzt in vielen Fällen den klassischen Backofen.

Backen & Überbacken

Für Aufläufe, kleine Kuchen oder knusprige Toasts bietet die Ninja CRISPi optimale Bedingungen, da die heiße Luft den Garraum gleichmäßig durchströmt und Teige schön aufgehen lässt. Käse schmilzt gleichmäßig und bekommt eine gebräunte Oberfläche, ohne auszutrocknen. Durch die kompakte Größe der Glasbehälter gelingen besonders gut Einzelportionen und kleinere Backprojekte für den Alltag.

Re-Crisp – Aufwärmen von Speisen

Der Re-Crisp-Modus wurde speziell dafür entwickelt, bereits gegarte Speisen wieder frisch wirken zu lassen. Pizza bekommt erneut einen knusprigen Boden, Pommes werden außen kross und innen warm, und übrig gebliebene Snacks verlieren ihre weiche Konsistenz. Im Gegensatz zur Mikrowelle bleibt die Struktur erhalten, sodass Reste schmecken wie frisch zubereitet.

Für wen ist die Ninja Crispi geeignet?

Die Ninja CRISPi richtet sich besonders an Menschen, die flexibel, platzsparend und effizient kochen möchten, ohne auf knusprige Ergebnisse zu verzichten.

Für Singles und Paare ist sie ideal, da die Portionsgrößen perfekt auf kleinere Haushalte abgestimmt sind. Ob ein schnelles Abendessen nach der Arbeit, ein warmes Frühstück oder ein Snack zwischendurch – Gerichte lassen sich ohne großen Vorbereitungsaufwand in kurzer Zeit zubereiten.

Auch in kleinen Küchen spielt die Ninja CRISPi ihre Stärken aus. Durch das kompakte Design und die stapelbaren Glasbehälter benötigt sie nur wenig Stellfläche und kann leicht verstaut werden. Damit eignet sie sich hervorragend für Wohnungen mit begrenztem Platzangebot oder als Ergänzung zu größeren Küchengeräten.

Gesundheitsbewusste Nutzer schätzen vor allem die Zubereitung mit Heißluft, bei der kaum zusätzliches Fett notwendig ist. Gemüse, Fisch und mageres Fleisch gelingen schonend und aromatisch, während Snacks trotzdem knusprig werden. So lassen sich ausgewogene Mahlzeiten unkompliziert in den Alltag integrieren.

Darüber hinaus ist die Ninja CRISPi für Menschen interessant, die mobil kochen möchten oder ihr Gerät flexibel einsetzen wollen. Durch die leichten Glasgefäße und den abnehmbaren PowerPod lässt sie sich einfach transportieren – etwa für den Einsatz im Ferienhaus, im Camper oder in einer Zweitküche. Wer wenig Platz hat und dennoch vielseitig kochen möchte, findet in der Ninja CRISPi einen praktischen Alltagshelfer.

Reinigung & Pflege

Die Ninja CRISPi ist so konzipiert, dass sie im Alltag leicht zu reinigen und sicher zu verwenden ist. Viele der abnehmbaren Teile, insbesondere die Glasbehälter und der Crisper-Einsatz, sind spülmaschinengeeignet und lassen sich nach dem Abkühlen bequem im oberen Fach reinigen. Alternativ können sie auch mit warmem Wasser und etwas Spülmittel von Hand gesäubert werden. Der PowerPod selbst darf nicht ins Wasser getaucht werden und wird ausschließlich mit einem leicht feuchten Tuch abgewischt.

Beim Umgang mit den Glasbehältern ist besondere Vorsicht geboten, da sie während des Garens sehr heiß werden. Es empfiehlt sich, stets hitzebeständige Handschuhe oder Topflappen zu verwenden und die Gefäße auf einer hitzefesten Oberfläche abzustellen. Plötzliche Temperaturwechsel sollten vermieden werden, zum Beispiel das Abstellen

eines heißen Behälters auf eine kalte Arbeitsfläche oder das Abschrecken mit Wasser, da dies das Glas beschädigen kann.

Für einen sicheren Betrieb sollten einige grundlegende Hinweise beachtet werden. Die Ninja CRISPi muss auf einer stabilen, hitzebeständigen Fläche stehen und ausreichend Abstand zu Wänden oder anderen Geräten haben, damit die Luft frei zirkulieren kann. Während des Betriebs dürfen die Lüftungsschlitze nicht abgedeckt werden. Zudem sollte das Gerät niemals unbeaufsichtigt betrieben werden, insbesondere bei längeren Garzeiten oder beim Re-Crisp-Programm. Nach dem Gebrauch empfiehlt es sich, den PowerPod vollständig abkühlen zu lassen, bevor er verstaut oder gereinigt wird. So bleibt das Gerät langlebig und sicher im täglichen Einsatz.

Übergang zu den Rezepten

Mit der Ninja Crispi Heißluftfritteuse wird jeder Tag ein Stück knuspriger, einfacher und genussvoller. Ob ein schneller Start in den Morgen, ein herzhaftes Familienessen oder ein süßer Abschluss – dieses Buch begleitet durch alle Genussmomente des Tages.

Die folgenden Kategorien erleichtern die Orientierung und helfen dabei, für jede Gelegenheit das passende Rezept zu finden. Von proteinreichen Frühstücksideen über saftige Geflügel- und Fleischgerichte, aromatische Fischrezepte und kreative vegetarische Variationen bis hin zu knusprigen Snacks, sättigenden Aufläufen und verführerischen Desserts bietet dieses Buch eine große kulinarische Vielfalt.

Da auch Reste wertvolle Zutaten sein können, enthält dieses Buch zusätzlich ein besonderes Extra: die Recrisp-Rezepte. Damit erhalten übrig gebliebene Speisen wieder eine herrlich knusprige Textur und überzeugen geschmacklich fast wie frisch zubereitet.

Dieses Kochbuch lädt dazu ein, die Vielseitigkeit der Ninja Crispi Heißluftfritteuse zu entdecken und neue Lieblingsgerichte zu finden.

Frühstück

Ein gelungener Start in den Tag beginnt mit warmen, frisch zubereiteten Gerichten aus der Ninja CRISPi. Von herzhaft bis süß gelingen schnelle Rezepte mit knusprigen Komponenten und saftigem Inneren. Perfekt für entspannte Wochenenden oder hektische Morgen.




Zutaten:

- 4 Scheiben Vollkorntoast
- 2 Eier
- 80 ml fettarme Milch
- 1 TL Zimt
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 EL Ahornsirup

Nährwerte: Kalorien 210 kcal; Kohlenhydrate 32g; Protein 14g; Fett 4g

Zimt French Toast Sticks

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Eier mit Milch, Zimt und Vanille in einer Schüssel verquirlen und die Toastscheiben in Sticks schneiden.
2. Anschließend die Toaststicks in der Mischung wenden und in den Korb der Ninja Crispi Heißluftfritteuse legen.
3. Danach bei 180 Grad Celsius für 8 Minuten im Programm Recrisp garen und einmal wenden, bis sie goldbraun sind.
4. Zuletzt herausnehmen, mit Ahornsirup beträufeln und servieren. Guten Appetit!




Zutaten:

- 300 g festkochende Kartoffeln
- 2 Eier
- 4 Scheiben Putenbacon
- 1 EL Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 20g; Fett 8g

Bauernfrühstück

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang die Kartoffeln waschen, würfeln und in den Korb der Heißluftfritteuse geben.
2. Danach im Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius für 10 Minuten garen und zwischendurch schütteln.
3. Nun die Putenbaconscheiben und die aufgeschlagenen Eier hinzufügen und weitere 4 Minuten garen.
4. Abschließend mit Schnittlauch bestreuen, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren. Guten Appetit!



Zutaten:

- 300 g Vollkornmehl
- 180 ml Wasser
- 1 TL Trockenhefe
- 1 TL Zucker
- ½ TL Salz
- 1 EL Sesam
- 1 EL Mohn

Vollkorn Bagel

 **Fertig in**
25 Minuten

 **Portionen**
4 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl, Hefe, Zucker, Salz und Wasser zu einem glatten Teig verkneten und 10 Minuten ruhen lassen.
2. Anschließend den Teig in vier Ringe formen und mit Sesam und Mohn bestreuen.
3. Danach in die Ninja Crispi Heißluftfritteuse legen und im Programm Recrisp bei 180 Grad Celsius für 12 Minuten backen.
4. Zum Schluss herausnehmen, kurz abkühlen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 190 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 7g; Fett 3g



Zutaten:

- 80 g Vollkornmehl
- 60 ml Wasser
- 1 Ei
- 60 g fettarmer Kochschinken
- 50 g geriebener Light-Käse
- Salz, Pfeffer

Mini Quiches

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Im ersten Schritt Mehl und Wasser zu einem Teig verrühren und in kleine Silikonförmchen drücken.
2. Danach das Ei verquirlen und mit gewürfelm Schinken und Käse mischen.
3. Nun die Masse in die Förmchen geben und in die Ninja Crispi Heißluftfritteuse stellen, dann im Programm Air Fry und bei 180 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Schließlich herausnehmen, kurz ruhen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 20g; Protein 18g; Fett 10g




Zutaten:

- 4 Hähnchenwürstchen light
- 2 Eier
- 1 EL Petersilie
- Salz, Pfeffer

Würstchen mit Spiegelei

 **Fertig in**
10 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Vorab die Würstchen in den Korb der Heißluftfritteuse legen.
2. Danach bei 180 Grad Celsius für 6 Minuten im Programm Air Fry erhitzen und wenden.
3. Jetzt die Eier vorsichtig dazugeben und weitere 3 Minuten garen.
4. Abschließend mit Petersilie, Salz und Pfeffer bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 230 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 22g; Fett 14g




Zutaten:

- 4 Eier
- 50 g Paprika gewürfelt
- 40 g fettarmer Käse gerieben
- 2 EL kalorienreduzierter Ketchup
- Salz, Pfeffer

Omelette Wrap

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zu Beginn die Eier mit Salz und Pfeffer verquirlen und Paprika unterheben.
2. Anschließend in eine passende Silikonform gießen und Käse darüber streuen.
3. Danach in die Heißluftfritteuse geben und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 8 Minuten garen.
4. Zum Schluss mit Ketchup beträufeln und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 220 kcal; Kohlenhydrate 6g; Protein 19g; Fett 13g



Zutaten:

- 80 g Dinkelmehl
- 2 Eier
- 150 ml fettarme Milch
- 1 Apfel gewürfelt
- 1 TL Puderzucker

Kaiserschmarrn

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl, Eier und Milch zu einem glatten Teig verrühren und die Apfelwürfel unterheben.
2. Anschließend in eine ofenfeste Form für die Heißluftfritteuse geben.
3. Danach im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 10 Minuten backen und grob zerteilen.
4. Schließlich mit Puderzucker bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 15g; Fett 5g



Zutaten:

- 250 g Dinkelmehl
- 150 ml Wasser
- 1 TL Trockenhefe
- ½ TL Salz
- 1 EL Natronlösung

Laugenbrezeln

 **Fertig in**
20 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:


1. Zunächst Mehl, Hefe, Salz und Wasser zu einem Teig verkneten und ruhen lassen.
2. Anschließend kleine Brezeln formen und kurz in Natronlösung tauchen.
3. Danach in die Heißluftfritteuse geben und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 170 kcal; Kohlenhydrate 30g; Protein 6g; Fett 2g



Mini Scones

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 200 g Dinkelmehl
- 1 TL Backpulver
- 120 ml fettarme Milch
- 2 EL Erythrit
- 2 EL Zitronensaft

Zubereitung:


1. Am Anfang Mehl, Backpulver, Milch und Erythrit zu einem Teig verrühren.
2. Anschließend kleine Kreise formen und in den Korb der Heißluftfritteuse legen.
3. Danach im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Abschließend mit Zitronensaft beträufeln und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 190 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 6g; Fett 5g



Apfel Zimt Crumble

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 Äpfel gewürfelt
- 60 g Haferflocken
- 30 g Dinkelmehl
- 1 TL Zimt
- 2 EL Honig

Zubereitung:

1. Zuerst die Apfelwürfel in eine kleine hitzefeste Form für die Heißluftfritteuse geben.
2. Anschließend Haferflocken, Mehl, Zimt und Honig vermengen und darüber streuen.
3. Danach in die Heißluftfritteuse stellen und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Zum Schluss herausnehmen und warm servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 220 kcal; Kohlenhydrate 38g; Protein 6g; Fett 4g



Zutaten:

- 120 g Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- 2 Eier
- 100 ml Milch
- 60 g geriebener Käse
- 1 EL gehackte Petersilie
- 1 EL gehackter Thymian
- Salz, Pfeffer



Zutaten:

- 220 g Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- 60 g Zucker
- 150 ml Milch
- 1 Ei
- 80 g Zartbitterschokolade gehackt

Kräuter Käse Muffins

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl und Backpulver in einer Schüssel mischen und Eier mit Milch verquirlen und hinzufügen.
2. Anschließend Käse sowie Kräuter unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Danach den Teig in kleine hitzefeste Förmchen für die Heißluftfritteuse füllen und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Zuletzt herausnehmen, kurz abkühlen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 18g; Protein 14g; Fett 14g

Schoko Brötchen

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang Mehl, Backpulver und Zucker mischen und Milch mit Ei unterrühren.
2. Danach die Schokoladenstücke in den Teig geben und gleichmäßig verteilen.
3. Nun kleine Portionen in passende Förmchen füllen und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Abschließend herausnehmen, abkühlen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 290 kcal; Kohlenhydrate 36g; Protein 7g; Fett 13g



Zutaten:

- 2 helle Brötchen halbiert
- 3 Eier
- 4 Scheiben Bacon
- 40 g Cheddar in Scheiben
- Salz, Pfeffer

Nährwerte: Kalorien 340 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 18g; Fett 18g




Zutaten:

- 200 g Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Zimt
- 60 g Zucker
- 150 ml Milch

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 6g; Fett 9g

Frühstückssandwich

 **Fertig in**
10 Minuten


 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Baconscheiben in den Korb der Heißluftfritteuse legen.
2. Anschließend im Programm Recrisp bei 180 Grad Celsius 4 Minuten knusprig garen und herausnehmen.
3. Danach die Eier in eine kleine hitzefeste Form schlagen, stocken lassen und Brötchenhälften kurz erwärmen.
4. Zuletzt Sandwiches mit Ei, Bacon und Käse belegen, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren. Guten Appetit!

Zimt Frühstücksbällchen

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Vorab Mehl, Backpulver, Zimt und Zucker in einer Schüssel mischen.
2. Danach die Milch einrühren und einen glatten Teig herstellen.
3. Nun kleine Kugeln formen, in den Korb der Heißluftfritteuse legen und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Zum Schluss herausnehmen und servieren. Guten Appetit!



Zutaten:

- 250 g Weizenmehl
- 150 ml Milch
- 1 TL Trockenhefe
- 40 g Zucker
- 1 TL Zimt
- 40 g Butter geschmolzen

Franzbrötchen



Fertig in
25 Minuten



Portionen
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl, Hefe, Zucker und Milch zu einem glatten Teig verkneten.
2. Anschließend den Teig ausrollen, mit Butter bestreichen und mit Zimt bestreuen.
3. Danach Knoten formen, in die Heißluftfritteuse legen und im Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 380 kcal; Kohlenhydrate 52g; Protein 9g; Fett 15g

Gerichte mit Geflügel

Zartes Fleisch und knusprige Haut lassen sich mit der Ninja CRISPi mühelos kombinieren. Die Rezepte in diesem Kapitel zeigen, wie vielseitig Hähnchen und Pute zubereitet werden können. Ideal für schnelle Alltagsgerichte und besondere Genussmomente.



Knusprige Chicken Tenders

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 300 g Hähnchenbruststreifen
- 60 g Paniermehl
- 1 Ei
- 1 TL Paprikapulver
- 80 g Mayonnaise
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst das Ei verquirlen und Paniermehl mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer mischen.
2. Anschließend die Hähnchenstreifen erst durch das Ei ziehen und dann panieren.
3. Danach in den Korb der Heißluftfritteuse legen und im Programm Recrisp bei 190 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Zuletzt mit Mayonnaise servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 310 kcal; Kohlenhydrate 22g; Protein 26g; Fett 12g



Kräuter Hähnchen Spieße

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 350 g Hähnchenbrust gewürfelt
- 1 EL gehackte Petersilie
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang das Fleisch mit Petersilie, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend auf Holzspieße stecken.
3. Danach in die Heißluftfritteuse legen und im Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Zum Schluss herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 290 kcal; Kohlenhydrate 3g; Protein 34g; Fett 15g




Zutaten:

- 600 g Chicken Wings
- 80 ml BBQ-Sauce
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

BBQ Chicken Wings

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Wings mit BBQ-Sauce, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Korb der Heißluftfritteuse legen.
3. Danach im Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 14 Minuten knusprig garen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 8g; Protein 28g; Fett 24g




Zutaten:

- 600 g Chicken Wings
- 2 Knoblauchzehen fein gehackt
- 40 g geriebener Parmesan
- 1 EL Petersilie
- Salz, Pfeffer

Knoblauch Parmesan Wings

 **Fertig in**
17 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Wings mit Knoblauch, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Korb der Heißluftfritteuse legen.
3. Danach im Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 14 Minuten garen und mit Parmesan bestreuen.
4. Zuletzt Petersilie darübergeben und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 350 kcal; Kohlenhydrate 4g; Protein 27g; Fett 25g



Chili Hähnchen Spieße

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 350 g Hähnchenbrust gewürfelt
- 1 TL Chiliflocken
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zu Beginn das Fleisch mit Chili, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend auf Spieße stecken.
3. Danach in die Heißluftfritteuse legen und im Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 320 kcal; Kohlenhydrate 5g; Protein 33g; Fett 16g



Hähnchen Cordon Bleu

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 große Hähnchenbrustfilets
- 2 Scheiben Kochschinken
- 60 g Emmentaler in Scheiben
- 50 g Paniermehl
- 1 Ei
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst die Filets aufschneiden, mit Schinken und Käse füllen und mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Anschließend im verquirlten Ei wenden und im Paniermehl panieren.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 14 Minuten knusprig garen.
4. Zuletzt kurz ruhen lassen, aufschneiden und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 520 kcal; Kohlenhydrate 12g; Protein 46g; Fett 30g




Zutaten:

- 6 Hähnchenkeulen
- 3 Knoblauchzehen gehackt
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz, Pfeffer

Knoblauch Rosmarin Hähnchenkeulen

 **Fertig in**
22 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang Keulen mit Knoblauch, Rosmarin, Salz und Pfeffer einreiben.
2. Anschließend in den Korb der Ninja Crispi legen.
3. Danach im Programm Roast bei 185 Grad Celsius 18 Minuten braten.
4. Abschließend kurz ruhen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 480 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 42g; Fett 32g




Zutaten:

- 6 Hähnchenkeulen
- 3 Knoblauchzehen gehackt
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz, Pfeffer

Orangen Thymian Hähnchenschenkel

 **Fertig in**
22 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang Keulen mit Knoblauch, Rosmarin, Salz und Pfeffer einreiben.
2. Anschließend in den Korb der Ninja Crispi legen.
3. Danach im Programm Roast bei 185 Grad Celsius 18 Minuten braten.
4. Abschließend kurz ruhen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 480 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 42g; Fett 32g



Kräuter Käse Hähnchenbrust

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 80 g Mozzarella
- 1 EL gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Vorab die Filets einschneiden, Käse und Kräuter einfüllen und mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Anschließend in den Korb legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 12 Minuten garen.
4. Schließlich kurz ruhen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 430 kcal; Kohlenhydrate 3g; Protein 44g; Fett 26g



Chicken Parmesan

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 panierte Hähnchenfilets
- 120 ml Tomatensauce
- 80 g Mozzarella gerieben
- 1 EL Basilikum gehackt
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zu Beginn die Filets mit Tomatensauce bestreichen.
2. Anschließend mit Mozzarella und Basilikum belegen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Recrisp bei 190 Grad Celsius 10 Minuten überbacken.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 540 kcal; Kohlenhydrate 18g; Protein 42g; Fett 32g

Gerichte mit Fleisch

Ob saftige Steaks, herzhaftes Braten oder würzige Hackgerichte – hier steht voller Geschmack im Mittelpunkt. Die Ninja CRISPi sorgt für gleichmäßige Garergebnisse und aromatische Krusten. Perfekt für alle, die deftige Klassiker modern zubereiten möchten.



Zutaten:

- 200 g Pizzateig
- 80 ml Tomatensauce
- 100 g Mozzarella
- 2 Tomaten in Scheiben
- 6 Scheiben Kochschinken
- Basilikum
- Salz, Pfeffer

Mini Air Fryer Pizza

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst den Teig ausrollen und passend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
2. Anschließend Tomatensauce verstreichen und belegen.
3. Danach im Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Zuletzt mit Basilikum garnieren und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 460 kcal; Kohlenhydrate 38g; Protein 22g; Fett 24g



Zutaten:

- 9 Miniwürstchen
- 9 Scheiben Bacon
- Rosmarin

Bacon Würstchen

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:


1. Am Anfang die Würstchen mit Bacon umwickeln.
2. Anschließend in den Korb legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 195 Grad Celsius 8 Minuten knusprig garen.
4. Zum Schluss mit Rosmarin bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 410 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 18g; Fett 36g



Hackfleischspieße

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 400 g Rinderhack
- 1 Knoblauchzehe fein gehackt
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst Hackfleisch mit Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend um Spieße formen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 480 kcal; Kohlenhydrate 4g; Protein 34g; Fett 34g



Hackfleisch Spinat Strudel

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 250 g Rinderhackfleisch
- 80 g frischer Spinat
- 80 g geriebener Käse
- 4 Blätter Filoteig
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Hackfleisch mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen und den Spinat grob hacken.
2. Anschließend Filoteig auslegen, Hackfleisch, Spinat und Käse darauf verteilen und einrollen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 12 Minuten goldbraun garen.
4. Zuletzt herausnehmen, anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 540 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 32g; Fett 34g



Hackfleisch Blätterteig Hörnchen

 **Fertig in**
20 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 300 g Rinderhack
- 1 Rolle Blätterteig
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang Hackfleisch mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend Blätterteig in Dreiecke schneiden, Hackfleisch darauf verteilen und einrollen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 14 Minuten knusprig backen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 480 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 22g; Fett 30g



Lasagne Muffins

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 6 Lasagneplatten(gekocht)
- 300 g Rinderhack
- 60 g geriebener Käse
- 1 Ei
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Hackfleisch mit Ei, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend die Lasagneplatten in hitzefeste Förmchen für die Ninja Crispi drücken, mit dem Hackfleisch füllen und mit Käse bestreuen.
3. Danach im Programm Roast bei 185 Grad Celsius 12 Minuten garen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 460 kcal; Kohlenhydrate 10g; Protein 30g; Fett 32g



Quesadilla

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 große Weizentortillas
- 200 g gebratenes Rinderhack
- 100 g geriebener Cheddar
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst Tortillas mit Hackfleisch und Käse belegen und zusammenklappen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Programm Recrisp bei 190 Grad Celsius 6 Minuten knusprig garen.
4. Abschließend schneiden und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 520 kcal; Kohlenhydrate 38g; Protein 28g; Fett 28g



Knusprige Entenbrustscheiben

 **Fertig in**
22 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 600 g Entenbrustscheiben
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang das Fleisch mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer einreiben.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Programm Roast bei 190 Grad Celsius 18 Minuten knusprig braten.
4. Zum Schluss kurz ruhen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 620 kcal; Kohlenhydrate 0g; Protein 28g; Fett 54g



Zutaten:

- 800 g Schweinerippchen
- 100 ml BBQ-Sauce
- Salz, Pfeffer

BBQ Spareribs

 **Fertig in**
25 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Rippchen mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Programm Roast bei 180 Grad Celsius 18 Minuten garen und mit BBQ-Sauce bestreichen.
4. Abschließend im Programm Recrisp 5 Minuten karamellisieren und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 640 kcal; Kohlenhydrate 12g; Protein 34g; Fett 48g



Zutaten:

- 8 große Champignons
- 200 g Rinderhack
- 60 g geriebener Käse
- Salz, Pfeffer

Gefüllte Hackfleisch Champignons

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:


1. Zuerst die Pilze aushöhlen und Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Anschließend die Pilze füllen und mit Käse bestreuen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Zum Schluss herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 420 kcal; Kohlenhydrate 8g; Protein 26g; Fett 30g



Hackfleisch Ofenkartoffel

 **Fertig in**
25 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 3 große Kartoffeln
- 250 g Rinderhack
- 80 g geriebener Käse
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst die Kartoffeln im Ninja Crispi Programm Roast bei 190 Grad Celsius 15 Minuten vorgaren.
2. Anschließend Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Kartoffeln aushöhlen und füllen.
3. Danach mit Käse bestreuen und im Programm Air Fry weitere 8 Minuten backen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 560 kcal; Kohlenhydrate 42g; Protein 26g; Fett 30g



Hackfleisch Toast

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 300 g fester Toast
- 200 g Rinderhack
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang den Toast würfeln und das Fleisch mit Paprikapulver, Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend die Toasts mit dem Rinderhack bestreuen und in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Programm Air Fry bei 195 Grad Celsius 8 Minuten knusprig garen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 10g; Protein 28g; Fett 22g



Kräuter Rinderfilet

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 400 g Rinderfilet
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 TL Knoblauchpulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst das Fleisch mit Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer einreiben und Rosmarin darauflegen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Programm Roast bei 200 Grad Celsius 10 Minuten saftig garen.
4. Abschließend ruhen lassen, aufschneiden und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 520 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 44g; Fett 36g



Wraps mit Frikadellen und Mais

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 4 kleine Weizentortilla-Wraps
- 250 g Rinderhackfleisch
- 80 g Mais aus der Dose abgetropft
- 60 g geriebener Cheddar
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst das Hackfleisch mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen und kleine Frikadellen formen.
2. Anschließend die Frikadellen im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 8 Minuten garen.
3. Danach die Wraps mit Frikadellen, Mais und Käse füllen, zusammenrollen und im Programm Recrisp 4 Minuten knusprig aufwärmen.
4. Zum Schluss halbieren und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 520 kcal; Kohlenhydrate 42g; Protein 28g; Fett 26g

Gerichte mit Fisch

Feine Filets, ganze Fische und aromatische Krustentiere
gelingen besonders schonend in der Heißluft. Knusprige
Oberflächen treffen auf saftiges Inneres und frische
Aromen. Dieses Kapitel bietet Inspiration für leichte und
zugleich raffinierte Gerichte.



Zutaten:

- 2 Lachsfilets
- 60 g Paniermehl
- 1 Bio-Zitrone in Scheiben
- 1 EL gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer

Knuspriger Zitronen Lachs

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Filets mit Salz und Pfeffer würzen und das Paniermehl mit Petersilie vermengen.
2. Anschließend den Lachs mit der Bröselmischung bedecken und Zitronenscheiben darauflegen.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 11 Minuten knusprig garen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 420 kcal; Kohlenhydrate 6g; Protein 38g; Fett 26g



Zutaten:

- 2 Lachssteaks
- 2 Zweige Rosmarin
- ½ Zitrone in Spalten
- Salz, Pfeffer

Rosmarin Zitronen Lachssteak

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und Rosmarin darauflegen.
2. Anschließend in den Korb legen.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 190 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Zum Schluss Zitronenspalten darüberpressen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 410 kcal; Kohlenhydrate 3g; Protein 36g; Fett 27g




Zutaten:

- 2 Hummerschwänze
- 40 g Butter weich
- 1 EL Petersilie
- Salz, Pfeffer

Hummer mit Kräuterbutter

 **Fertig in**
13 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Butter mit Petersilie, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend die Hummerschwänze aufschneiden und füllen.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 9 Minuten garen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 32g; Fett 24g




Zutaten:

- 300 g rohe Garnelen geschält
- 1 TL Paprikapulver
- 1 EL Petersilie
- Salz, Pfeffer

Garnelenpfanne mit Kräutern

 **Fertig in**
10 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zu Beginn Garnelen mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Korb geben.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 195 Grad Celsius 6 Minuten garen.
4. Abschließend mit Petersilie bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 280 kcal; Kohlenhydrate 4g; Protein 30g; Fett 16g



Kabeljaufilet mit Kräuterkruste

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 Kabeljaufilets
- 50 g Paniermehl
- 1 EL Petersilie
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst die Filets würzen und Paniermehl mit Petersilie vermengen.
2. Anschließend die Kruste andrücken.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 11 Minuten garen.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 300 kcal; Kohlenhydrate 6g; Protein 36g; Fett 14g



Doradenfisch mit Zitrone

 **Fertig in**
22 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 1 ganze Dorade ausgenommen
- 1 Zitrone in Scheiben
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang den Fisch mit Salz und Pfeffer einreiben und mit Zitrone füllen.
2. Anschließend in den Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 185 Grad Celsius 18 Minuten garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 390 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 42g; Fett 22g



Zutaten:

- 250 g Garnelen
- 120 ml Sahne
- 80 g geriebener Käse
- Salz, Pfeffer

Shrimp Auflauf

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Form geben.
2. Anschließend Sahne zugießen und Käse darüberstreuen.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 190 Grad Celsius 12 Minuten überbacken.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 460 kcal; Kohlenhydrate 12g; Protein 34g; Fett 30g




Zutaten:

- 4 Muscheln
- 150 g Garnelen
- 1 EL Petersilie
- Salz, Pfeffer

Muscheln mit Garnelen

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Muscheln und Garnelen würzen.
2. Anschließend in hitzefeste Förmchen legen.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 195 Grad Celsius 7 Minuten garen.
4. Zuletzt mit Petersilie bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 340 kcal; Kohlenhydrate 4g; Protein 32g; Fett 22g



Lachsfilet mit Zitronenscheiben

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 Lachsfilets
- ½ Zitrone in Scheiben
- 1 EL Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zu Beginn die Filets würzen und Zitronen auflegen.
2. Anschließend in den Korb geben.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 190 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Abschließend mit Schnittlauch servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 410 kcal; Kohlenhydrate 2g; Protein 36g; Fett 28g



Shrimp Lasagne

 **Fertig in**
20 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 6 Lasagneplatten vorgekocht
- 250 g Garnelen
- 150 ml Sahne
- 80 g Mozzarella
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst Garnelen würzen und mit Sahne mischen.
2. Anschließend schichten und mit Käse bestreuen.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 185 Grad Celsius 15 Minuten backen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 540 kcal; Kohlenhydrate 32g; Protein 30g; Fett 32g



Garnelen Brötchen

 **Fertig in**
10 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 kleine Brötchen halbiert
- 200 g Garnelen
- 1 EL Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst Garnelen würzen und in den Ninja Einsatz legen.
2. Anschließend im Programm Air Fry bei 195 Grad Celsius 5 Minuten garen.
3. Danach Brötchen mit Garnelen belegen und im Programm Recrisp 3 Minuten aufknuspern.
4. Abschließend mit Schnittlauch servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 380 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 22g; Fett 20g



Hummer Mac and Cheese

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 200 g gekochte Makkaroni
- 200 g Hummerfleisch
- 150 ml Sahne
- 100 g Cheddar
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Nudeln mit Sahne, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend Hummerfleisch unterheben und mit Käse bestreuen.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 185 Grad Celsius 12 Minuten überbacken.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 610 kcal; Kohlenhydrate 38g; Protein 32g; Fett 38g



Mini Thunfisch Pizza

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 200 g Pizzateig
- 80 ml Tomatensauce
- 120 g Thunfisch
- 2 Frühlingszwiebeln gehackt
- Mozzarella
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst den Teig in Kreise formen.
2. Anschließend belegen.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 420 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 22g; Fett 22g



Thunfisch Blätterteig Rolle

 **Fertig in**
20 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig
- 250 g Thunfisch
- 80 g Frischkäse
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst den Thunfisch würzen und mit Frischkäse mischen.
2. Anschließend die Mischung im Blätterteig einrollen.
3. Danach im Ninja Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 15 Minuten backen.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 560 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 28g; Fett 36g



Zutaten:

- 2 Thunfischsteaks
- 60 ml Teriyakisauce
- Salz, Pfeffer

Teriyaki Thunfisch Steaks



Fertig in
14 Minuten



Portionen
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Steaks marinieren.
2. Anschließend in den Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Programm Roast bei 190 Grad Celsius 10 Minuten glasieren.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 430 kcal; Kohlenhydrate 8g; Protein 36g; Fett 26g

Vegetarische Gerichte

Gemüse, Käse und Teigwaren zeigen hier ihre ganze Vielfalt. Von herzhaften Aufläufen bis zu knusprigen Snacks entstehen abwechslungsreiche Mahlzeiten ohne Fleisch. Ideal für alle, die pflanzenbetonte Küche lieben oder Neues ausprobieren möchten.




Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig
- 120 g frischer Spinat
- 100 g Feta zerbröseln
- 1 Ei
- Salz, Pfeffer

Spinat Feta Hörnchen

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst den Spinat grob hacken, mit Feta mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Anschließend den Blätterteig in Dreiecke schneiden und die Füllung darauf verteilen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 12 Minuten knusprig backen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 420 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 14g; Fett 26g




Zutaten:

- 1 Paprika in Streifen
- 1 TL Oregano
- 1 Zucchini in Scheiben
- Salz, Pfeffer
- 1 rote Zwiebel in Spalten
- 150 g Kirschtomaten

Mediterranes Ofengemüse

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang das Gemüse schneiden und mit Oregano, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 185 Grad Celsius 14 Minuten garen.
4. Abschließend herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 24g; Protein 6g; Fett 16g



Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig
- 1 Karotte geraspelt
- 1 Zucchini gewürfelt
- 80 g Spinat
- 100 g Frischkäse
- Salz, Pfeffer

Nährwerte: Kalorien 440 kcal; Kohlenhydrate 36g; Protein 10g; Fett 28g



Zutaten:

- 200 g gekochte Makkaroni
- 200 g Kürbiswürfel gegart
- 120 ml Sahne
- 80 g Cheddar gerieben
- Salz, Pfeffer

Nährwerte: Kalorien 480 kcal; Kohlenhydrate 42g; Protein 16g; Fett 26g

Gemüse Blätterteig Strudel

 **Fertig in**
20 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Gemüse mit Frischkäse, Salz und Pfeffer mischen.
2. Anschließend auf den Teig streichen und einrollen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 15 Minuten backen.
4. Zum Schluss schneiden und servieren. Guten Appetit!

Kürbis Mac and Cheese

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zu Beginn Nudeln mit Kürbis und Sahne vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Anschließend in eine hitzefeste Form geben und mit Käse bestreuen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 185 Grad Celsius 12 Minuten überbacken.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!




Zutaten:

- 2 große Süßkartoffeln
- 150 g schwarze Bohnen
- 1 Avocado gewürfelt
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Süßkartoffel mit Avocado und Bohnen

 **Fertig in**
22 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Süßkartoffeln im Ninja Crispi Programm Roast bei 190 Grad Celsius 16 Minuten garen.
2. Anschließend Bohnen würzen und die Kartoffeln aufschneiden.
3. Danach Bohnen und Avocado einfüllen und im Programm Recrisp 4 Minuten aufknuspern.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 440 kcal; Kohlenhydrate 46g; Protein 12g; Fett 22g




Zutaten:

- 1 Blumenkohl in Scheiben
- 80 g Semmelbrösel
- 1 Ei
- Salz, Pfeffer

Knusprige Blumenkohlsteaks

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang Ei verquirlen und Blumenkohl würzen.
2. Anschließend panieren.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 12 Minuten knusprig garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 18g; Protein 8g; Fett 14g



Gefüllte Champignons



Fertig in
14 Minuten



Portionen
2 Portionen

Zutaten:

- 8 große Champignons
- 100 g Spinat
- 80 g geriebener Käse
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Pilze aushöhlen und Spinat hacken.
2. Anschließend mit Käse, Salz und Pfeffer mischen und füllen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 320 kcal; Kohlenhydrate 10g; Protein 16g; Fett 22g



Gefüllter Hokkaido



Fertig in
24 Minuten



Portionen
2 Portionen

Zutaten:

- 1 kleiner Hokkaido halbiert
- 80 g Walnüsse gehackt
- 100 g Frischkäse
- 1 TL Thymian
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Kürbis mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.
2. Anschließend Frischkäse und Nüsse einfüllen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 185 Grad Celsius 20 Minuten garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 460 kcal; Kohlenhydrate 32g; Protein 10g; Fett 30g




Zutaten:

- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 150 g Zucchini gerieben
- 2 Eier
- 80 ml Milch
- Salz, Pfeffer

Zucchini Kräuter Brot

 **Fertig in**
35 Minuten

 **Portionen**
6 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl und Backpulver mischen und Eier mit Milch unterrühren.
2. Anschließend Zucchini sowie Salz und Pfeffer einarbeiten.
3. Danach in eine passende Form füllen und im Ninja Crispi Programm Bake bei 175 Grad Celsius 30 Minuten backen.
4. Abschließend schneiden und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 24g; Protein 8g; Fett 14g




Zutaten:

- 200 g Pizzateig
- 80 ml Tomatensauce
- 120 g Mozzarella
- Basilikum
- Salz, Pfeffer

Pizza Margherita

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst den Teig ausrollen und in den Einsatz legen.
2. Anschließend Sauce, Käse und Basilikum verteilen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 195 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 480 kcal; Kohlenhydrate 46g; Protein 18g; Fett 24g



Gefüllte Ofenkartoffeln

 **Fertig in**
22 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 3 große Kartoffeln
- 80 g Frischkäse
- 1 EL Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln im Ninja Crispi Programm Roast bei 190 Grad Celsius 16 Minuten garen.
2. Anschließend aufschneiden und Frischkäse einrühren.
3. Danach im Programm Recrisp 4 Minuten knusprig machen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 380 kcal; Kohlenhydrate 42g; Protein 10g; Fett 18g



Auberginen mit Granatapfelkernen

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 2 Auberginen halbiert
- 120 g griechischer Joghurt
- 60 g Granatapfelkerne
- 1 TL Kreuzkümmel
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Auberginen würzen und in den Einsatz legen.
2. Anschließend im Ninja Crispi Programm Roast bei 190 Grad Celsius 14 Minuten garen.
3. Danach mit Joghurt bestreichen und Kerne daraufstreuen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 340 kcal; Kohlenhydrate 22g; Protein 10g; Fett 22g



Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig
- 120 g Spinat
- 100 g Feta
- 1 Ei
- Salz, Pfeffer

Spinat Feta Blätterteigscheiben

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Spinat hacken und mit Feta vermengen.
2. Anschließend auf den Teig streichen und stapeln.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 420 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 14g; Fett 26g




Zutaten:

- 200 g Feta
- 200 g Kirschtomaten
- 1 TL Thymian
- Salz, Pfeffer

Ofen Feta mit Tomaten

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Feta und Tomaten würzen.
2. Anschließend in eine Form legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 190 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 12g; Protein 18g; Fett 26g

Snacks

Kleine Häppchen und beliebte Alltagsgerichte werden in der Ninja CRISPi besonders schnell und knusprig.

Perfekt für den Fernsehabend, Gäste oder den spontanen Hunger zwischendurch. Hier finden sich unkomplizierte Rezepte mit großem Genussfaktor.




Zutaten:

- 6 Noriblätter
- 1 TL Sesam
- Salz, Pfeffer

Knusprige Nori Chips

 **Fertig in**
6 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Noriblätter in Stücke schneiden und mit Sesam sowie Salz und Pfeffer bestreuen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 4 Minuten knusprig garen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 90 kcal; Kohlenhydrate 4g; Protein 6g; Fett 4g




Zutaten:

- 400 g kleine Kartoffeln halbiert
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Rosmarin gehackt
- Salz, Pfeffer

Knoblauch Kräuter Kartoffeln

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln mit Knoblauchpulver, Rosmarin, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz geben.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 185 Grad Celsius 12 Minuten garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 38g; Protein 6g; Fett 8g



Kürbis mit Walnüssen

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 300 g Kürbisspalten
- 60 g Walnüsse
- 1 TL Zimt
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang Kürbis mit Zimt, Salz und Pfeffer würzen und mit Walnüssen vermengen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 190 Grad Celsius 14 Minuten garen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 280 kcal; Kohlenhydrate 22g; Protein 6g; Fett 18g



Spargel mit Speckmantel

 **Fertig in**
12 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 12 grüne Spargelstangen
- 6 Scheiben Bacon
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst die Spargelstangen würzen und jeweils mit Bacon umwickeln.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 8 Minuten knusprig garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 340 kcal; Kohlenhydrate 8g; Protein 14g; Fett 26g




Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig
- 80 g Cheddar gerieben
- 1 Jalapeño in Scheiben
- 40 g Baconwürfel
- Salz, Pfeffer

Jalapeño Häppchen

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zu Beginn den Teig schneiden und mit Käse, Jalapeño und Bacon belegen.
2. Anschließend einrollen und in Scheiben schneiden.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 12 Minuten backen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 18g; Protein 16g; Fett 26g




Zutaten:

- 400 g Pastinakenstifte
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Knusprige Ofen Pastinaken

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Pastinaken mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz geben.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 12 Minuten knusprig garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 36g; Protein 5g; Fett 6g



Zutaten:

- 300 g Kartoffelpüree fest
- 60 g Erbsen und Karotten fein gewürfelt
- 60 g geriebener Käse
- 1 Ei
- 60 g Paniermehl
- Salz, Pfeffer

Gefüllte Krokette

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Am Anfang Kartoffelpüree mit Gemüse, Käse, Salz und Pfeffer mischen.
2. Anschließend Krokette formen, durch Ei ziehen und panieren.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten knusprig garen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 32g; Protein 10g; Fett 22g



Zutaten:

- 3 große Kartoffeln spiralisiert
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Spiral Kartoffelspieße

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln auf Spieße stecken und würzen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz legen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 12 Minuten knusprig garen.
4. Zum Schluss servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 280 kcal; Kohlenhydrate 40g; Protein 6g; Fett 8g



Scharfe Süßkartoffelsticks



Fertig in
15 Minuten



Portionen
2 Portionen

Zutaten:

- 400 g Süßkartoffelstifte
- 1 TL Chiliflocken
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst die Stifte mit Chili, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in den Ninja Crispi Einsatz geben.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 12 Minuten knusprig garen.
4. Abschließend servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 4g; Fett 8g


Aufläufe

Cremige Füllungen, goldbraune Käsekrusten und perfekt gegarte Zutaten stehen in diesem Kapitel im Fokus. Die Ninja CRISPi eignet sich ideal für kleine Auflaufformen und schnelle Ofengerichte. Komfortküche in kompakter Form.



Gemüse Auflauf

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
4 Portionen

Zutaten:

- 200 g gekochter Reis
- 120 g Erbsen
- 100 g Paprika gewürfelt
- 150 ml Sahne
- 120 g geriebener Käse
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst Reis mit Erbsen, Paprika, Sahne sowie Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend die Masse in hitzefeste Förmchen für den Ninja Crispi füllen.
3. Danach im Programm Roast bei 185 Grad Celsius 12 Minuten goldbraun backen.
4. Zuletzt herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 320 kcal; Kohlenhydrate 22g; Protein 18g; Fett 18g



Kräuter Gratin

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 200 ml Sahne
- 2 Eigelb
- 40 g Parmesan gerieben
- 1 TL Thymian
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang Sahne, Eigelb, Parmesan sowie Salz und Pfeffer verrühren.
2. Anschließend in kleine Auflaufformen gießen und Thymian darüberstreuen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 180 Grad Celsius 10 Minuten stocken lassen.
4. Zum Schluss im Programm Recrisp 3 Minuten karamellisieren und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 6g; Protein 10g; Fett 30g



Süßkartoffel Auflauf

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 400 g Süßkartoffeln gegart
- 80 g brauner Zucker
- 1 TL Zimt
- 120 g Marshmallows

Zubereitung:

1. Zuerst Süßkartoffeln zerdrücken und mit Zucker sowie Zimt vermengen.
2. Anschließend in eine hitzefeste Form für den Ninja Crispi geben.
3. Danach im Programm Roast bei 185 Grad Celsius 10 Minuten backen und Marshmallows auflegen.
4. Zuletzt im Programm Recrisp 4 Minuten bräunen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 420 kcal; Kohlenhydrate 46g; Protein 6g; Fett 22g



Champignon Brokkoli Auflauf

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
4 Portionen

Zutaten:

- 6 Eier
- 80 ml Milch
- 80 g Brokkoli
- 80 g Champignons
- 60 g Cherrytomaten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Am Anfang Eier mit Milch, Salz und Pfeffer verquirlen und Gemüse klein schneiden.
2. Anschließend alles in Förmchen füllen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 10 Minuten garen.
4. Zum Schluss herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 220 kcal; Kohlenhydrate 8g; Protein 14g; Fett 14g



Kartoffel Gratin



Fertig in
20 Minuten



Portionen
3 Portionen

Zutaten:

- 400 g
Kartoffelscheiben
- 150 ml Sahne
- 120 g Gruyère gerieben
- 1 TL Rosmarin
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Kartoffeln mit Sahne, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Anschließend in kleine Gusseisenformen für den Ninja Crispi geben und Käse darüberstreuen.
3. Danach im Programm Roast bei 190 Grad Celsius 15 Minuten backen.
4. Zuletzt mit Rosmarin bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 440 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 18g; Fett 26g

Desserts

Ob Kuchen, Tartes oder warme Nachspeisen – auch Süßes gelingt überraschend gut in der Heißluftfritteuse. Knusprige Ränder und fluffige Innenleben sorgen für echte Genussmomente. Dieses Kapitel lädt zum Naschen und Verwöhnen ein.



Schoko Cookies

 **Fertig in**
10 Minuten

 **Portionen**
6 Portionen

Zutaten:

- 120 g Butter weich
- 100 g Zucker
- 1 Ei
- 180 g Mehl
- 80 g Schokotropfen

Zubereitung:


1. Zuerst Butter, Zucker und Ei cremig rühren und Mehl unterheben.
2. Anschließend Schokotropfen einarbeiten und kleine Kugeln formen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 175 Grad Celsius 8 Minuten backen.
4. Zum Schluss abkühlen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 30g; Protein 4g; Fett 14g



Mini Pastéis de Nata

 **Fertig in**
14 Minuten

 **Portionen**
6 Portionen

Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig
- 200 ml Milch
- 2 Eigelb
- 60 g Zucker
- 1 TL Vanille

Zubereitung:

1. Am Anfang Milch, Eigelb, Zucker und Vanille verrühren.
2. Anschließend Blätterteig in Förmchen drücken und Creme einfüllen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 190 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Zum Schluss herausnehmen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 26g; Protein 5g; Fett 14g



Marmeladen Scones

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
4 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl, Backpulver, Zucker und Butter verkneten und Milch einarbeiten.
2. Anschließend Kreise ausstechen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Zum Schluss mit Marmelade servieren. Guten Appetit!

Zutaten:

- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 60 g Butter
- 80 ml Milch
- 40 g Zucker
- Marmelade

Nährwerte: Kalorien 300 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 6g; Fett 16g



Vanille Soufflé

 **Fertig in**
13 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Eigelb mit Zucker und Vanille verrühren und Milch einarbeiten.
2. Anschließend Eiweiß steif schlagen und unterheben.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 180 Grad Celsius 9 Minuten backen.
4. Zum Schluss mit Kakaopulver bestäuben und sofort servieren. Guten Appetit!

Zutaten:


- 2 Eier getrennt
- 120 ml Milch
- 40 g Zucker
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 TL Kakaopulver

Nährwerte: Kalorien 280 kcal; Kohlenhydrate 22g; Protein 8g; Fett 18g



Schoko Walnuss Kuchen

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
6 Portionen

Zutaten:

- 120 g Zartbitterschokolade
- 100 g Butter
- 120 g Zucker
- 2 Eier
- 100 g Mehl
- 60 g Walnüsse

Zubereitung:


1. Zuerst Schokolade mit Butter schmelzen und Zucker sowie Eier unterrühren.
2. Anschließend Mehl und Walnüsse einarbeiten.
3. Danach in eine Form für den Ninja Crispi füllen und im Programm Roast bei 180 Grad Celsius 14 Minuten backen.
4. Zum Schluss schneiden und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 340 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 6g; Fett 22g



Matcha Cookies

 **Fertig in**
10 Minuten

 **Portionen**
6 Portionen

Zutaten:

- 120 g Butter weich
- 100 g Zucker
- 1 Ei
- 180 g Mehl
- 2 TL Matchapulver
- 80 g weiße Schokolade gehackt

Zubereitung:

1. Zuerst Butter, Zucker und Ei cremig rühren und Mehl sowie Matchapulver unterheben.
2. Anschließend die Schokolade einarbeiten und kleine Kugeln formen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 175 Grad Celsius 8 Minuten backen.
4. Zuletzt abkühlen lassen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 240 kcal; Kohlenhydrate 28g; Protein 4g; Fett 12g



Zutaten:

- 1 Rolle Mürbeteig
- 250 g gemischte Beeren
- 60 g Zucker
- 1 TL Vanillezucker

Beeren Galette

 **Fertig in**
18 Minuten

 **Portionen**
4 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Beeren mit Zucker und Vanillezucker mischen und den Teig ausrollen.
2. Anschließend die Früchte in die Mitte geben und den Rand einschlagen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 14 Minuten backen.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 320 kcal; Kohlenhydrate 38g; Protein 5g; Fett 16g



Zutaten:

- 2 kleine Mürbeteigförmchen
- 150 ml Sahne
- 2 Eigelb
- 40 g Zucker
- 1 TL Vanille

Crème Brûlée

 **Fertig in**
16 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Sahne, Eigelb, Vanille und Zucker verrühren.
2. Anschließend die Masse in die Förmchen füllen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Roast bei 180 Grad Celsius 12 Minuten stocken lassen.
4. Zuletzt im Programm Recrip 3 Minuten karamellisieren und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 360 kcal; Kohlenhydrate 24g; Protein 6g; Fett 26g



Zutaten:

- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 80 g Zucker
- 150 ml Milch
- 1 Ei
- 2 Äpfel in Ringen

Nährwerte: Kalorien 280 kcal; Kohlenhydrate 36g; Protein 6g; Fett 12g




Zutaten:

- 250 g Mehl
- 1 TL Trockenhefe
- 40 g Zucker
- 150 ml Milch
- 1 Ei

Nährwerte: Kalorien 300 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 6g; Fett 14g

Apfelküchle

 **Fertig in**
14 Minuten


 **Portionen**
4 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst Mehl, Backpulver, Zucker, Milch und Ei zu einem Teig verrühren.
2. Anschließend Apfelringe durchziehen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 180 Grad Celsius 10 Minuten backen.
4. Zuletzt mit Puderzucker bestreuen und servieren. Guten Appetit!

Quarkbällchen

 **Fertig in**
15 Minuten

 **Portionen**
4 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst alle Zutaten zu einem glatten Hefeteig verkneten.
2. Anschließend kleine Kugeln formen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 11 Minuten backen.
4. Zuletzt in Zucker wälzen und servieren. Guten Appetit!

Bonus: Re-Crisp Rezepte

Hier dreht sich alles um das Wiederaufknuspern bereits gegarter Speisen. Pizza, Pommes und Snacks werden mit dem Re-Crisp-Programm erneut goldbraun und aromatisch. Ideal, um Reste in frischen Genuss zu verwandeln.




Zutaten:

- 400 g vorgegarte Pommes
- Salz, Pfeffer

Recrisp Pommes Frites

 **Fertig in**
6 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Pommes in den Ninja Crispi Einsatz geben.
2. Anschließend gleichmäßig verteilen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Recrisp bei 195 Grad Celsius 5 Minuten aufknuspern.
4. Zuletzt würzen und servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 260 kcal; Kohlenhydrate 34g; Protein 4g; Fett 10g



Zutaten:

- 6 panierte Käsesticks
- Salz, Pfeffer

Recrisp Käse Snack

 **Fertig in**
5 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zubereitung:

1. Zuerst die Käsesticks in den Ninja Crispi Korb legen.
2. Anschließend locker verteilen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Recrisp bei 190 Grad Celsius 4 Minuten erhitzen.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 300 kcal; Kohlenhydrate 14g; Protein 18g; Fett 20g



Kuli Kuli Erdnuss Crunch

 **Fertig in**
7 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 150 g Erdnusspaste
- 60 g Erdnussmehl
- 1 TL Paprikapulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Erdnusspaste mit Mehl, Paprikapulver, Salz und Pfeffer verkneten.
2. Anschließend kleine Stangen formen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Air Fry bei 185 Grad Celsius 6 Minuten rösten.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 280 kcal; Kohlenhydrate 8g; Protein 10g; Fett 22g



Recrisp Teigtaschen

 **Fertig in**
6 Minuten

 **Portionen**
3 Portionen

Zutaten:

- 8 gefüllte Teigtaschen
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:


1. Zuerst die Teigtaschen in den Ninja Crispi Einsatz legen.
2. Anschließend gleichmäßig verteilen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Recrisp bei 190 Grad Celsius 5 Minuten erhitzen.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 340 kcal; Kohlenhydrate 30g; Protein 10g; Fett 20g



Recrisp Rosenkohl mit Speck

 **Fertig in**
7 Minuten

 **Portionen**
2 Portionen

Zutaten:

- 300 g gegarter Rosenkohl
- 80 g Speckwürfel
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst Rosenkohl und Speck in den Ninja Crispi Einsatz geben.
2. Anschließend mischen.
3. Danach im Ninja Crispi Programm Recrip bei 195 Grad Celsius 6 Minuten aufknuspern.
4. Zuletzt servieren. Guten Appetit!

Nährwerte: Kalorien 320 kcal; Kohlenhydrate 18g; Protein 12g; Fett 22g

Schlussworte

100 Rezepte, unzählige Möglichkeiten – und hoffentlich viele genussvolle Momente in der Küche.

Dieses Buch zeigt, wie vielseitig die Ninja Crispi Heißluftfritteuse eingesetzt werden kann. Vom schnellen Frühstück über herzhaft Hauptgerichte und knusprige Snacks bis hin zu süßen Desserts und kreativen Recrisp-Ideen decken die Rezepte eine große Bandbreite ab. Jedes einzelne wurde mit dem Anspruch entwickelt, den Kochalltag zu erleichtern und gleichzeitig echten Genuss auf den Teller zu bringen.

Kochen bedeutet mehr als reine Nahrungszubereitung. Es steht für Kreativität, Experimentierfreude und das Entdecken neuer Lieblingsgerichte. Die Rezepte in diesem Buch verstehen sich als Inspiration und Grundlage für eigene Variationen – sei es durch neue Gewürzkombinationen, angepasste Zutaten oder individuelle Garzeiten.

Möge die Ninja Crispi Heißluftfritteuse stets perfekte Knusprigkeit liefern und für viele köstliche Ergebnisse sorgen.

Viel Freude beim Ausprobieren, Genießen und Weiterentwickeln der Rezepte.

Haftungsausschluss

Die Umsetzung aller enthaltenen Informationen, Anleitungen und Strategien dieses Werkes erfolgt auf eigenes Risiko. Für etwaige Schäden jeglicher Art kann der Autor aus keinem Rechtsgrund eine Haftung übernehmen. Für Schäden materieller oder ideeller Art, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und/oder unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind Haftungsansprüche gegen den Autor grundsätzlich ausgeschlossen. Ausgeschlossen sind daher auch jegliche Rechts- und

Schadensersatzansprüche. Dieses Werk wurde mit größter Sorgfalt nach bestem Wissen und Gewissen erarbeitet und niedergeschrieben. Für die Aktualität, Vollständigkeit und Qualität der Informationen übernimmt der Autor jedoch keinerlei Gewähr. Auch können Druckfehler und Falschinformationen nicht vollständig ausgeschlossen werden. Für fehlerhafte Angaben vom Autor kann keine juristische Verantwortung sowie Haftung in irgendeiner Form übernommen werden.

Urheberrecht

Alle Inhalte dieses Werkes sowie Informationen, Strategien und Tipps sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte sind vorbehalten. Jeglicher Nachdruck oder jegliche Reproduktion – auch nur auszugsweise – in irgendeiner Form wie Fotokopie oder ähnlichen Verfahren, Einspeicherung, Verarbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe von

elektronischen Systemen jeglicher Art (gesamt oder nur auszugsweise) ist ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Autors strengstens untersagt. Alle Übersetzungsrechte vorbehalten. Die Inhalte dürfen keinesfalls veröffentlicht werden. Bei Missachtung behält sich der Autor rechtliche Schritte vor.

Name: Wlad Winkler

Anschrift: 49610 Quakenbrück Okerweg 3

E-Mail: Wlad.winkler@yahoo.com