



# AIRFRYERKOGEBOGEN.DK

AIRFRYER OPSKRIFTER

ALLE VORES BEDSTE  
OPSKRIFTER SAMLET ET STED





## AIRFRYERKOGEBOGEN.DK

Opdag et væld af spændende airfryer opskrifter, der vil forvandle din måde at lave mad på.

Fra hurtige hverdagsretter til gourmetoplevelser. Med vores omfattende samling af airfryer opskrifter, er der noget for enhver smag og ethvert måltid.

Skab kulinariske vidundere i din airfryer ved hjælp af vores enkle, trin-for-trin vejledninger.

Vi er en gruppe af passionerede madentusiaster, dedikerede til både det traditionelle køkken samt innovation inden for opskriftsudvikling specifikt til din airfryer. Dette er mere end blot en airfryer-kogebog; det er en eksklusiv samling af de fineste opskrifter fra airfryerkogebogen.dk, nøje udvalgt til at berige din madlavningsoplevelse.

Uanset om du er nybegynder eller erfaren i køkkenet, vil vores bog guide dig til at mestre kunsten at tilberede lækre retter med din airfryer, og bringe et frisk pust til dine måltider.

*Fra Airfryerkogebogen.dk  
with love*



# Indholdsfortegnelse

Regnbue Popcorn i Airfryer .....	4
Karameller i Airfryer .....	7
Amerikanske pandekager i Airfryer .....	10
Hjemmelavede Forårsruller i Airfryer .....	13
Kyllingefrikadeller i Airfryer .....	16
Laksetærte med spinat i airfryer .....	19
Hummerhaler i Airfryer .....	23
Andebryst i Airfryer .....	26
Lammeculotte i Airfryer .....	29
Flanksteak i Airfryer .....	32
Culottesteg i Airfryer .....	35
Wienerschnitzel i Airfryer .....	38
Klassisk lasagne i airfryer .....	41
Flødekartofler i Airfryer .....	45
Focaccia i Airfryer .....	48
Skyrboller i Airfryer .....	51
Indbagt Is i Airfryer (Baked Alaska) .....	54
New York Cheesecake i Airfryer .....	57
Napoleonshatte i Airfryer .....	60
Knækbrød i Airfryer .....	63





## Regnbue Popcorn i Airfryer

Denne opskrift bringer farverigt og sjov twist til klassiske popcorn. Ved at bruge en airfryer sikrer du en hurtig og mindre fed tilberedning, mens madfarve giver popcornene et festligt regnbueudseende.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 20 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skål Stor
- 1 Skål Lille
- 1 spiseske
- 1 Køkkenhandsker (valgfrit, til at håndtere madfarve)

## Ingredienser

- 1/2 kop **popcornkerner**
- 2 spsk. **kokosolie** eller anden neutral madolie
- 3 tsk. **Madfarve (olie baseret) i forskellige farver** rød, blå, grøn, gul
- 1 spsk. **Salt** efter smag

## Sådan gør du

1. Forvarm airfryeren til 180°C.
2. I en stor skål, bland popcornkerner med olie, indtil alle kerner er let dækkede.
3. Del de olieblandede kerner i mindre portioner.  
  
Tilsæt forskellige madfarver til hver portion, og bland godt, så hver portion får sin egen farve.
4. Placer en portion af de farvede popcornkerner i airfryerens kurv.  
  
Sørg for at sprede dem ud i et enkelt lag for bedst resultat.
5. Airfry i ca. 5-10 minutter eller indtil popcornene er poppet og sprøde.  
  
Gentag processen for hver farvede portion.

6. Bland de forskellige farvede popcorn i en stor skål og krydr med salt.

### Noter

- Brug handsker, når du håndterer madfarve for at undgå at farve dine hænder.
- Juster mængden af madfarve for mere eller mindre levende farver.
- Overvåg popcornene nøje under tilberedningen for at undgå at de brænder.

### Ernæring

**Kalorier:** 5 kcal **Kulhydrater:** 0.1g **Protein:** 0.01g **Fedt:** 1g **Mættet fedt:** 0.4g  
**Flerumættet fedt:** 0.01g **Enkeltumættet fedt:** 0.03g **Natrium:** 97mg **Kalium:** 0.4mg  
**Fiber:** 0.01g **Vitamin B3:** 0.003mg **Vitamin K:** 0.003µg **Kalcium:** 0.1mg **Jern:** 0.01mg  
**Magnesium:** 0.2mg **Fosfor:** 0.4mg **Zink:** 0.003mg **Netto kulhydrater:** 0.1g

**Kalorier:** 5 kcal **Ret:** slik, Snacks **Køkken:** Amerikansk **Søgeord:** Børnevenlig, Festmåltid

Link til opskriften: Regnbue Popcorn i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/regnbue-popcorn-i-airfryer>



## Karameller i Airfryer

Disse hjemmelavede karameller, lavet i en airfryer, er en hurtig og nem måde at nyde den rige, søde smag af karamel uden brug af en traditionel ovn.

**ANTAL:** 8 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 20 minutter

**HVILETID:** 2 timer

**SAMLET TID:** 2 timer 30 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Bagepapir
- 1 Lille kasserolle
- 1 Termometer (valgfrit)
- 1 Kvadratisk bageform (ca. 20x20 cm men skal passe til din airfryer)

## Ingredienser

- 200 gram **sukker**
- 120 ml **lys sirup**
- 120 ml **kondenseret mælk**
- 115 gram **usaltet smør**
- 1/2 tsk. **vaniljeekstrakt**
- 1 knsp. **salt**

## Sådan gør du

1. Bland sukker, lys sirup, kondenseret mælk og smør i en lille kasserolle. Varm over medium varme, indtil smørret er smeltet og ingredienserne er godt kombineret.
2. Fortsæt med at varme blandingen, indtil den når en temperatur på 120-125°C, omrør regelmæssigt. Dette skridt kræver omhyggelig overvågning for at undgå at blandingen brænder. Et termometer er nyttigt her.
3. Når den ønskede temperatur er nået, fjern kasserollen fra varmen og tilsæt vaniljeekstrakt og en knivspids salt. Rør godt.
4. Hæld blandingen i en bageform beklædt med bagepapir. Lad karamellen sætte sig ved stuetemperatur, eller for hurtigere resultat, sæt i køleskabet.
5. Efter karamellen har sat sig, forvarm airfryeren til 160°C. Skær karamellen i små stykker eller blokke og placér dem på et stykke bagepapir i airfryerkurven.



6. Airfry i 4-5 minutter, eller indtil karamellerne er let gyldne og boblende. Overvåg nøje for at undgå forbrænding.
7. Lad karamellerne køle af i airfryerkurven før servering. De vil hærde når de køler af.

## Noter

- Temperaturen og tilberedningstiden kan variere afhængigt af din airfryermodel.
- Karamellerne kan være meget varme og klæbrige, når de kommer ud af airfryeren. Vær forsigtig, når du håndterer dem.

## Ernæring

**Kalorier:** 331 kcal **Kulhydrater:** 53g **Protein:** 2g **Fedt:** 13g **Mættet fedt:** 8g **Flerumættet fedt:** 1g **Enkeltumættet fedt:** 3g **Transfedtsyrer:** 0.5g **Kolesterol:** 38mg **Natrium:** 75mg **Kalium:** 76mg **Sukker:** 53g **Vitamin A:** 411IU **Vitamin B1:** 0.02mg **Vitamin B2:** 0.1mg **Vitamin B3:** 0.05mg **Vitamin B5:** 0.2mg **Vitamin B6:** 0.01mg **Vitamin B12:** 0.1µg **Vitamin C:** 1mg **Vitamin D:** 0.3µg **Vitamin E:** 0.4mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 59mg **Jern:** 0.1mg **Magnesium:** 5mg **Fosfor:** 53mg **Selen:** 3µg **Zink:** 0.2mg **Alkohol:** 0.02g

**Kalorier:** 331 kcal **Ret:** slik, Snacks **Køkken:** Fransk  
**Søgeord:** Børnevenlig, Eftermiddagskaffen, Klassisk

Link til opskriften: Karameller i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/karameller-i-airfryer>



## Amerikanske pandekager i Airfryer

Prøv denne nemme og innovative opskrift på amerikanske pandekager lavet i en airfryer for en hurtig og lækker morgenmad eller til eftermiddagskaffen.

**ANTAL:** 2 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 45 minutter

**SAMLET TID:** 55 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer (kapacitet på omkring 3,5 til 4 liter)
- 1 Bagepapir eller aluminiumsfolie
- 1 Skål til at blande ingredienser
- 1 Piskeris eller elpisker

## Ingredienser

- 2 kopper **hvedemel**
- 2 spsk. **sukker**
- 2 tsk. **bagepulver**
- 1/2 tsk. **salt**
- 1 3/4 kopper **mælk**
- 2 stk. **store æg**
- 1/4 kop **smeltet smør**
- 1 tsk. **vaniljeekstrakt**

## Sådan gør du

### *Forbered Dejen:*

1. Bland de tørre ingredienser (mel, sukker, bagepulver, salt) i en stor skål.
2. I en anden skål, pisk mælken, æggene, det smeltede smør og vaniljeekstrakt sammen.
3. Hæld de våde ingredienser over i de tørre ingredienser og rør forsigtigt sammen. Undgå at overarbejde dejen; små klumper er okay.

### *Forbered Airfryeren:*

1. Forvarm airfryeren til 180°C.
2. Placer bagepapir eller aluminiumsfolie i bunden af airfryerens kurv. Klip det til, så det passer og ikke dækker luftcirkulationshullerne.

### Steg Pandekagerne:

1. Anvend en stor ske eller en kande til at hælde dejen i airfryeren. Lav små pandekager, da de er nemmere at håndtere og vende.
2. Sørg for at lave plads mellem hver pandekage for god luftcirkulation.

### Bagning:

1. Bag pandekagerne i ca. 5-7 minutter, eller indtil de begynder at boble på overfladen og blive gyldenbrune på kanterne.
2. Vend dem forsigtigt med en spatel og bag den anden side i yderligere 3-5 minutter, eller indtil de er gyldenbrune og gennembagte.

### Servering:

1. Server pandekagerne varme med dit yndlingstilbehør som ahornsirup, smør, bær, eller hvad du foretrækker.

## Noter

- Eksperimentér med tilberedningstiden afhængigt af din airfryer model.
- Hvis pandekagerne ikke bliver så gyldne, som du ønsker, kan du øge temperaturen lidt.
- Undgå at overfylde airfryeren, da det kan påvirke tilberedningen.

## Ernæring

**Kalorier:** 12 kcal **Kulhydrater:** 2g **Protein:** 0.3g **Fedt:** 0.2g **Mættet fedt:** 0.1g **Flerumættet fedt:** 0.03g **Enkeltumættet fedt:** 0.1g **Transfedtsyrer:** 0.01g **Kolesterol:** 4mg **Natrium:** 373mg **Kalium:** 5mg **Fiber:** 0.03g **Sukker:** 1g **Vitamin A:** 10IU **Vitamin B1:** 0.01mg **Vitamin B2:** 0.01mg **Vitamin B3:** 0.1mg **Vitamin B5:** 0.03mg **Vitamin B12:** 0.01µg **Vitamin D:** 0.03µg **Vitamin E:** 0.01mg **Vitamin K:** 0.03µg **Kalcium:** 2mg **Jern:** 0.1mg **Magnesium:** 1mg **Fosfor:** 4mg **Selen:** 1µg **Zink:** 0.03mg **Alkohol:** 0.2g **Folinsyre:** 2µg **Netto kulhydrater:** 2g

**Kalorier:** 12 kcal **Ret:** Dessert, Morgenmad **Køkken:** Amerikansk

**Søgeord:** Børnevenlig

Amerikanske pandekager lavet i en airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/amerikanske-pandekager-lavet-i-en-airfryer>



## Hjemmelavede Forårssruller i Airfryer

Disse sprøde forårssruller er lavet med færdiglavet filodej for nemhed og hurtighed. Tilberedt i en airfryer, de er et lettere alternativ til de traditionelt dybstegete versioner, men stadig lige så lækre.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 20 minutter

**TILB. TID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 30 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skærebræt
- 1 Kniv
- 1 Skål til fyld
- 1 Pensel til olie

## Ingredienser

- 1 stk. **filodej** færdiglavet
- 200 g **hakket kylling** eller svinekød
- 1 stk. **gulerod** julienned
- 1 stk. **hvidkål** fint snittet
- 1 stk. **løg** finthakket
- 2 fed **hvidløg** finthakket
- 2 spsk. **sojasauce**
- 1 spsk. **oystersauce**
- 1 tsk. **sesamolie**
- 1 tsk. **Salt og peber** efter smag
- 1 spsk **Olie** til pensling

## Sådan gør du

1. Forvarm airfryeren til 190°C.
2. Varm en pande over medium varme, tilsæt lidt olie og steg kødet til det er næsten gennemstegt.
3. Tilføj løg, hvidløg, gulerod, og hvidkål til panden og steg indtil grøntsagerne er blødgjort. Tilsæt sojasauce, oystersauce, og sesamolie. Smag til med salt og peber. Lad fyldet køle af.
4. Læg en spiseskefuld af fyldet på hvert filodej ark, fold kanterne ind og rul stramt.

5. Pensl de rullede forårsruller med olie og placer dem i airfryer kurven uden at de rører ved hinanden.
6. Airfry i ca. 8-10 minutter eller indtil de er gyldne og sprøde, vend halvvejs gennem tilberedningen.
7. Serveres varme med din foretrukne dipping sauce.

## Noter

-Forårsruller kan fyldes med en række ingredienser efter smag, såsom rejer, tofu for en vegetarisk version, eller forskellige grøntsager.

-Filodej tørrer hurtigt ud, så hold det dækket med en fugtig klud imens du arbejder.

## Ernæring

**Kalorier:** 78 kcal **Kulhydrater:** 0.4g **Protein:** 9g **Fedt:** 5g **Mættet fedt:** 1g **Flerumættet fedt:** 1g **Enkeltumættet fedt:** 2g **Transfedtsyrer:** 0.03g **Kolesterol:** 43mg  
**Natrium:** 163mg **Kalium:** 266mg **Fiber:** 0.04g **Sukker:** 0.04g **Vitamin A:** 42IU **Vitamin B1:** 0.1mg **Vitamin B2:** 0.1mg **Vitamin B3:** 3mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 0.3mg **Vitamin B12:** 0.3µg **Vitamin C:** 0.3mg **Vitamin E:** 0.2mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 4mg **Jern:** 0.4mg **Magnesium:** 11mg **Fosfor:** 91mg **Selen:** 5µg **Zink:** 1mg **Folinsyre:** 0.2µg  
**Netto kulhydrater:** 0.4g

**Kalorier:** 78 kcal

**Ret:** Frokost

**Køkken:** Asiatisk

**Søgeord:** Børnevenlig, Fastfood

Hjemmelavede Forårsruller i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/hjemmelavede-foraarsruller-i-airfryer>



## Kyllingefrikadeller i Airfryer

Kyllingefrikadeller i airfryer er en sund og lækker ret, der kombinerer det saftige og milde ved kylling med den sprøde tekstur, som airfryeren frembringer. Denne opskrift giver dig en hurtig og nem måde at tilberede en velsmagende hverdagsret med minimal brug af olie.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 15 minutter

**TILB. TID:** 15 minutter

**SAMLET TID:** 30 minutter



## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skål til at blande ingredienserne
- 1 Målebæger
- 1 Køkkenvægt
- 1 Ske

## Ingredienser

- 500 g **kyllingefars**
- 1 stk. **løg** finthakket
- 2 fed **hvidløg** presset
- 50 g **havregryn**
- 1 stk. **æg**
- 2 spsk. **mælk**
- 1 tsk. **salt**
- ½ tsk. **sort peber**
- 1 tsk. **paprika**
- 1 bdt. **Friske krydderurter efter smag** f.eks. persille eller dild, finthakket

## Sådan gør du

1. I en stor skål, bland kyllingefarsen med løg, hvidløg, havregryn, æg, mælk, salt, peber, paprika, og de valgte krydderurter. Bland det godt sammen.
2. Form blandingen til små frikadeller med våde hænder, for at undgå at farsen klistrer.
3. Forvarm airfryeren til 180°C.
4. Placér frikadellerne i airfryer kurven, og sørg for at der er lidt plads mellem hver, så de kan blive jævnt tilberedt.

5. Tilbered frikadellerne i ca. 15-20 minutter, eller indtil de er gyldne og gennemstegte. Vend dem halvvejs gennem tilberedningstiden for at sikre jævn stegning.
6. Serveres varme med dit foretrukne tilbehør

## Noter

- For en glutenfri variant, kan havregryn erstattes med glutenfrie havregryn eller undlades.
- Tilberedningstiden kan variere afhængigt af din airfryer model.  
Så hold øje med frikadellerne de sidste par minutter for at sikre, de ikke bliver for mørke.

## Ernæring

**Kalorier:** 229 kcal **Kulhydrater:** 9g **Protein:** 24g **Fedt:** 11g **Mættet fedt:** 3g **Flerumættet fedt:** 2g **Enkeltumættet fedt:** 5g **Transfedtsyrer:** 0.1g **Kolesterol:** 108 mg **Natrium:** 174 mg **Kalium:** 710mg **Fiber:** 1g **Sukker:** 0.2g **Vitamin A:** 147IU **Vitamin B1:** 0.2mg **Vitamin B2:** 0.3mg **Vitamin B3:** 7mg **Vitamin B5:** 2mg **Vitamin B6:** 1mg **Vitamin B12:** 1µg **Vitamin C:** 1mg **Vitamin D:** 0.01µg **Vitamin E:** 0.5mg **Vitamin K:** 6µg **Kalcium:** 17mg **Jern:** 2mg **Magnesium:** 45mg **Fosfor:** 277mg **Selen:** 17µg **Zink:** 2mg **Netto kulhydrater:** 8g

**Kalorier:** 229 kcal

**Ret:** Frokost

**Køkken:** Dansk

**Søgeord:** Børnevenlig, Madpakke

*Kyllingefrikadeller i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/kyllingefrikadeller-i-airfryer>*



## Laksetærte med spinat i airfryer

En nem og lækker tærte med sprød bund, cremet spinatfyld og saftige laksestykker. Perfekt til aftensmad eller frokost.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 25 minutter

**TILB. TID:** 25 minutter

**HVILETID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 1time

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Tærteform (Silikone som passer til din airfryer model)
- 1 Skål
- 1 Visp
- 1 Dejskraber
- 1 Kniv

## Ingredienser

### *Tærtebund*

- 125 g **hvedemel**
- 75 g **smør** koldt
- 50 g **koldt vand**
- 1/2 tsk. **salt**
- 1 knsp. **sukker**

### *Fyld:*

- 200 g **fersk spinat**
- 1 stk. **løg** finthakket
- 2 fed **hvidløg** finthakket
- 1 spsk. **olivenolie**
- 1/2 tsk. **salt**
- 1/4 tsk. **friskkværnet peber**
- 200 g **laks i tern**
- 100 g **creme fraiche**
- 2 stk. **æg**
- 50 g **revet ost**

## Sådan gør du

### *Fremgangsmåde:*

#### *Tærtebund:*

1. Bland mel og salt i en skål.
2. Tilsæt smør i tern og smuldr det med fingrene ind i melet, indtil det ligner groft sand.
3. Tilsæt vand gradvist, mens du ælter dejen hurtigt sammen.
4. Form dejen til en kugle, pak den i husholdningsfilm og læg den på køl i 30 minutter.

#### *Fyld:*

1. Varm olivenolie op i en gryde ved middel varme.
2. Svits løg og hvidløg i ca. 5 minutter, indtil de er bløde.
3. Tilsæt spinat og lad det falde sammen.
4. Krydr med salt og peber.
5. Lad spinaten dryppe af i en si.

#### *Samling af tærten:*

1. Forvarm airfryeren til 180°C.
2. Rul dejen ud på et melet bord til en cirkel, der er ca. 3 cm større i diameter end tærteformen.
3. Læg dejen i tærteformen og tryk den godt fast i kanterne.
4. Prik bunden med en gaffel.
5. Forbag bunden i airfryeren i 10 minutter.
6. Fordel spinatfyldet på den forbagte bund.

7. Læg laksestykkerne ovenpå.
8. Pisk creme fraiche og æg sammen og fordel det over tærten.
9. Drys med revet ost.
10. Bag tærten i airfryeren i ca. 20 minutter, indtil den er gyldenbrun og gennemstegt.

#### Servering:

1. Lad tærten afkøle i ca. 10 minutter, før den serveres.
2. Server tærten med en salat eller et stykke brød.

#### Noter

- Du kan bruge enten røget eller frisk laks i denne opskrift.
- Tilsæt gerne andre grøntsager til fyldet, f.eks. broccoli, porrer eller champignoner.
- Du kan pynte tærten med friske krydderurter, f.eks. dild eller persille.

#### Tips til at se om tærten er færdig:

For at sikre, at tærten er gennemstegt, kan du stikke en tandstikker i midten af tærten. Hvis den kommer ud uden at noget hænger ved, er tærten færdig.

#### Ernæring

**Kalorier:** 429 kcal **Kulhydrater:** 27g **Protein:** 18g **Fedt:** 28g **Mættet fedt:** 15g **Flerumættet fedt:** 2g **Enkeltumættet fedt:** 7g **Transfedtsyrer:** 1g **Kolesterol:** 96mg **Natrium:** 365mg **Kalium:** 608mg **Fiber:** 2g **Sukker:** 1g **Vitamin A:** 5418IU **Vitamin B1:** 0.4mg **Vitamin B2:** 1mg **Vitamin B3:** 6mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 1mg **Vitamin B12:** 2µg **Vitamin C:** 14mg **Vitamin D:** 0.1µg **Vitamin E:** 2mg **Vitamin K:** 244µg **Kalcium:** 174mg **Jern:** 3mg **Magnesium:** 67mg **Fosfor:** 238mg **Selen:** 33µg **Zink:** 1mg **Folinsyre:** 48µg **Netto kulhydrater:** 25g

**Kalorier:** 429 kcal **Ret:** Frokost, Tilbehør **Køkken:** Dansk

**Søgeord:** Fisk, Tilbehør

*Laksetærte med spinat i airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/laksetaerte-med-spinat-i-airfryer>*



## Hummerhaler i Airfryer

Denne opskrift på hummerhaler i airfryer er en nem og hurtig måde at tilberede hummer på, som giver en dejlig sprød skorpe uden at ofre hummerens saftige og delikate kød.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 25 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skærebræt
- 1 Kniv
- 1 Pensel (til olie)

## Ingredienser

- 8 stk. **hummerhaler** ferske eller optøede
- 2 spsk. **olivenolie**
- 1 tsk. **Salt og friskkværnet sort peber** efter smag
- 1 spsk. **hakket frisk persille** valgfrit til servering
- 2 fed **hvidløg** knust (valgfrit)
- 4 stk. **Citronskiver** til servering

## Sådan gør du

1. Forvarm din airfryer til 200°C.
2. Skær et snit ned langs midten af hummerhalernes skaller for at eksponere kødet.
3. Pensl hummerkødet let med olivenolie og krydre med salt, peber og evt. knust hvidløg.
4. Placer hummerhalerne i airfryer-kurven med kødsiden opad.
5. Tilbered i airfryeren ved 200°C i 8-10 minutter, eller indtil hummerkødet er fast og gennemsigtigt.
6. Tag hummerhalerne ud af airfryeren og lad dem hvile i et par minutter.
7. Drys med frisk persille og server med citronskiver ved siden af.



## Noter

- Justér tilberedningstiden afhængigt af størrelsen på dine hummerhaler. Større haler kan kræve længere tid.
- Du kan tilføje lidt smeltet smør til olien for ekstra smag.

## Ernæring

**Kalorier:** 7 kcal **Kulhydrater:** 0.3g **Protein:** 0.4g **Fedt:** 1g **Mættet fedt:** 0.1g **Flerumættet fedt:** 0.1g **Enkeltumættet fedt:** 0.4g **Kolesterol:** 3mg **Natrium:** 106mg **Kalium:** 9mg **Fiber:** 0.04g **Sukker:** 0.03g **Vitamin A:** 21IU **Vitamin B3:** 0.04mg **Vitamin B5:** 0.04mg **Vitamin B6:** 0.01mg **Vitamin B12:** 0.03µg **Vitamin C:** 1mg **Vitamin E:** 0.1mg **Vitamin K:** 4µg **Kalcium:** 3mg **Jern:** 0.03mg **Magnesium:** 1mg **Fosfor:** 4mg **Selen:** 1µg **Zink:** 0.1mg **Netto kulhydrater:** 0.2g

**Kalorier:** 7 kcal

**Ret:** Forret, Frokost, Tilbehør

**Køkken:** Fransk

**Søgeord:** Festmåltid, Fisk

*Hummerhaler i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/hummerhaler-i-airfryer>



## Andebryst i Airfryer

Tilbered et lækkert og saftigt andebryst i din airfryer med denne enkle opskrift

**ANTAL:** 2 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 25 minutter

**SAMLET TID:** 35 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer (kapacitet på omkring 3,5 til 4 liter)
- 1 Skærebræt
- 1 Skarp kniv
- 1 Køkkentermometer (valgfrit)

## Ingredienser

- 1 stk. **andebryst** ca. 400 g
- 1 tsk. **salt** efter smag
- 1 tsk. **peber** efter smag
- 1 knsp. **sukker** blandes sammen med salt og peber og drysses på skindet.
- 1 tsk. **tørret timian eller rosmarin** valgfrit

## Sådan gør du

1. Forbered andebrystet ved at skære et krydsmønster i fedtlaget uden at skære ned i kødet. Dette hjælper fedtet med at smelte af og skindet med at blive sprødt.
2. Drys salt, peber, og tørret timian eller rosmarin over både skind og kødsiden.
3. Forvarm airfryeren til 180°C.
4. Placer andebrystet med skindsiden nedad i airfryerens kurv og steg i ca. 10 minutter for at starte fedtsmeltingen og få skindet sprødt.
5. Vend andebrystet, så skindsiden vender opad, og fortsæt stegningen i yderligere 10-15 minutter, afhængig af hvor gennemstegt du ønsker dit andebryst. Brug et køkkentermometer til at tjekke for ønsket doneness: 58-62°C for medium rare.
6. Tag andebrystet ud af airfryeren og lad det hvile i 5-10 minutter før udskæring. Dette sikrer, at kødets safter fordeles jævnt.
7. Skær andebrystet i tynde skiver og server.

## Noter

-Tilpasning af tilberedningstiden kan være nødvendig afhængigt af din airfryers model og størrelsen på andebrystet.

-Lad altid andebrystet hvile før udkæring for at bevare saftigheden.

-Husk, at airfryere kan variere i effektivitet, så brug et køkkentermometer til præcist at måle kødets indre temperatur.

## Ernæring

**Kalorier:** 2 kcal **Kulhydrater:** 0.4g **Protein:** 0.2g **Fedt:** 0.05g **Mættet fedt:** 0.01g **Flerumættet fedt:** 0.01g **Enkeltumættet fedt:** 0.01g **Kolesterol:** 0.4mg **Natrium:** 194mg **Kalium:** 11mg **Fiber:** 0.2g **Sukker:** 0.01g **Vitamin A:** 27IU **Vitamin B3:** 0.03mg **Vitamin B5:** 0.01mg **Vitamin B6:** 0.01mg **Vitamin B12:** 0.1µg **Vitamin C:** 1mg **Vitamin E:** 0.01mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 4mg **Jern:** 0.2mg **Magnesium:** 2mg **Fosfor:** 2mg **Selen:** 0.1µg **Zink:** 0.02mg **Netto kulhydrater:** 0.2g

**Kalorier:** 2 kcal

**Ret:** Hovedret

**Køkken:** Fransk

**Søgeord:** Børnevenlig, Festmåltid, Julemad

*Andebryst i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/andebryst-i-airfryer>



## Lammeculotte i Airfryer

Denne opskrift på lammeculotte tilberedt i airfryer garanterer et mørt og saftigt resultat med en perfekt sprød yderside.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 25 minutter

**HVILETID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 45 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Køkkenkniv
- 1 Skærebræt
- 1 Køkkentermometer (valgfrit)

## Ingredienser

- 1 stk. **lammeculotte** ca. 800 g
- 2 spsk. **olivenolie**
- 2 fed **hvidløg** finthakket
- 2 tsk. **frisk rosmarin** hakket
- 2 tsk. **frisk timian** hakket
- 1 tsk. **Salt og sort peber**

## Sådan gør du

1. Forvarm airfryeren til 180°C.
2. Rør olivenolie, hvidløg, rosmarin, timian, salt og peber sammen i en lille skål.
3. Gnid lammeculotten med krydderiblandingen, så den er dækket over det hele.
4. Placer lammeculotten i airfryerens kurv. Sørg for, at den ikke rører ved kurvens sider for at sikre en jævn stegning.
5. Steg lammeculotten i airfryeren ved 180°C i ca. 20-25 minutter for medium sjælden, afhængigt af tykkelsen. Brug et køkkentermometer til at tjekke, at den indre temperatur når 58-60°C for medium sjælden.
6. Tag lammeculotten ud af airfryeren og lad den hvile i 10 minutter inden udkæring. Dette sikrer, at safterne fordeler sig jævnt.

## Noter

-Tilpasning af tilberedningstiden kan være nødvendig afhængigt af airfryerens model og størrelsen på lammeculotten.

-Husk at lade kødet hvile efter tilberedning for at maksimere saftighed og smag.

-Serveres bedst med en side af ristede grøntsager eller en frisk salat.

## Ernæring

**Kalorier:** 8 kcal **Kulhydrater:** 1g **Protein:** 0.1g **Fedt:** 1g **Mættet fedt:** 0.1g **Flerumættet fedt:** 0.1g **Enkeltumættet fedt:** 0.4g **Kolesterol:** 0.2mg **Natrium:** 97mg **Kalium:** 11mg **Fiber:** 0.3g **Sukker:** 0.01g **Vitamin A:** 39IU **Vitamin B1:** 0.003mg **Vitamin B2:** 0.01mg **Vitamin B3:** 0.04mg **Vitamin B5:** 0.01mg **Vitamin B6:** 0.02mg **Vitamin B12:** 0.01µg **Vitamin C:** 1mg **Vitamin E:** 0.1mg **Vitamin K:** 0.3µg **Kalcium:** 9mg **Jern:** 0.2mg **Magnesium:** 2mg **Fosfor:** 2mg **Selen:** 0.2µg **Zink:** 0.04mg **Netto kulhydrater:** 0.3g

**Kalorier:** 8 kcal

**Ret:** Hovedret

**Køkken:** Græsk

**Søgeord:** Festmåltid

*Lammeculotte i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/lammeculotte-i-airfryer>



## Flanksteak i Airfryer

Denne opskrift på flanksteak i airfryer giver dig en hurtig, nem og lækker måde at tilberede din steak på, så den bliver mør, saftig og fuld af smag. Perfekt til en travl hverdag eller en særlig lejlighed.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 35 minutter

**TILB. TID:** 12 minutter

**HVILETID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 57 minutter



## Udstyr

- 1 Airfryer (Kapacitet på ca. 3,5 til 4 liter)
- 1 Køkkenpapir
- 1 Skærebræt
- 1 Kniv

## Ingredienser

- 1 stk. **flankesteak** ca. 500 g
- 2 spsk. **olivenolie**
- 1 ts.k **groft salt**
- 1/2 tsk. **friskkværnet sort peber**
- 1/2 tsk. **hvidløgpulver**
- 1/2 tsk. **røget paprika** valgfrit

## Sådan gør du

1. Lad flankesteaken nå stuetemperatur: Tag flankesteaken ud af køleskabet og lad den hvile i 30 minutter.
2. Forvarm airfryeren til 200°C.
3. Tør flanksteaken af med køkkenpapir for at fjerne overskydende fugt.
4. Bland olivenolie, groft salt, friskkværnet sort peber, hvidløgpulver og røget paprika i en lille skål. Gnid krydderiblandingen jævnt over hele flanksteaken.
5. Placer flanksteaken i airfryerkurven. Sørg for, at steaken ikke overlapper sig selv.
6. Tilbered steaken ved 200°C i ca. 10-12 minutter for medium-rar, eller juster tilberedningstiden efter ønsket grad af tilberedning.

7. Når tilberedningen er færdig, lad steaken hvile på et skærebræt i 10 minutter før udskæring. Dette hjælper med at bevare saftigheden.
8. Skær flanksteaken på tværs af fibrene i tynde skiver og server.

## Noter

### *Makronæringsstoffer*

Flankesteak er en god kilde til protein og indeholder vigtige næringsstoffer som jern og zink, men det er også vigtigt at moderere indtaget af rødt kød.

### *Tykkelsesfaktorer*

Tykkelsen af din flankesteak vil påvirke tilberedningstiden; tyndere steaks kræver mindre tid, mens tykkere udskæringer behøver længere tid i airfryeren.

### *Ønsket Mørhed*

Tilberedningstiden afhænger også af, hvor gennemstegt du ønsker din steak. En medium-rar til medium tilberedning er oftest at foretrække for at sikre mørhed.

### *Portionstørrelse*

En sund portionstørrelse for flankesteak er typisk omkring 150-200 gram per person.

## Ernæring

**Kalorier:** 6 kcal **Kulhydrater:** 0.2g **Protein:** 0.1g **Fedt:** 1g **Mættet fedt:** 0.1g **Flerumættet fedt:** 0.1g **Enkeltumættet fedt:** 0.4g **Kolesterol:** 0.1mg **Natrium:** 97mg **Kalium:** 7mg **Fiber:** 0.1g **Sukker:** 0.02g **Vitamin A:** 62IU **Vitamin B2:** 0.003mg **Vitamin B3:** 0.03mg **Vitamin B5:** 0.01mg **Vitamin B6:** 0.01mg **Vitamin B12:** 0.003µg **Vitamin C:** 0.003mg **Vitamin E:** 0.1mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 1mg **Jern:** 0.1mg **Magnesium:** 1mg **Fosfor:** 2mg **Selen:** 0.1µg **Zink:** 0.02mg  
**Netto kulhydrater:** 0.2g

**Kalorier:** 6 kcal

**Ret:** Hovedret

**Køkken:** Fransk

**Søgeord:** Kød, Steak, Steg

*Flankesteak i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/flanksteak-i-airfryer>*



## Culottesteg i Airfryer

Denne opskrift på culottesteg i airfryer er en enkel og hurtig metode til at tilberede en saftig og smagfuld steg med en skøn, sprød skorpe

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 10 minutter

**TILB. TID:** 25 minutter

**HVILE. TID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 45 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Køkkentermometer
- 1 Skærebræt
- 1 Køkkenkniv

## Ingredienser

- 1 stk. **culottesteg** på ca. 1 kg
- 2 spsk **olivenolie**
- 2 tsk. **groft salt**
- 1 tsk. **friskkværnet sort peber**
- 2 fed **hvidløg** knust
- 1 tsk. **rosmarin** tørret eller frisk

## Sådan gør du

1. Lad culottestegen hvile ved stuetemperatur i ca. 30 minutter før tilberedning.
2. Forvarm airfryeren til 200 grader C. (Hvis din airfryer har denne funktion)
3. Gnid stegen overalt med olivenolie, og krydr derefter jævnt med salt, peber, knust hvidløg og rosmarin.
4. Placer stegen i airfryerkurven, og tilbered ved 200 grader C i ca. 15 minutter. Vend stegen halvvejs igennem for en jævn stegning.
5. Reducer varmen til 160 grader C, og fortsæt med at tilberede stegen, indtil et indstukket køkkentermometer viser 58-60 grader C for medium sjælden. Tilpas tilberedningstiden efter ønsket færdighed.
6. Tag stegen ud af airfryeren, og lad den hvile i 10 minutter inden udskæring. Dette sikrer, at safterne fordeler sig jævnt.

## Noter

- Tilberedningstiden kan variere afhængigt af din airfryers model og stegens starttemperatur.
- Brug altid et køkkentermometer for at sikre den ønskede færdighed.

## Ernæring

**Kalorier:** 7 kcal **Kulhydrater:** 0.5g **Protein:** 0.1g **Fedt:** 1g **Mættet fedt:** 0.1g **Flerumættet fedt:** 0.1g **Enkeltumættet fedt:** 0.4g **Kolesterol:** 0.2mg **Natrium:** 194mg **Kalium:** 9mg **Fiber:** 0.2g **Sukker:** 0.01g **Vitamin A:** 9IU **Vitamin B1:** 0.003mg **Vitamin B3:** 0.02mg **Vitamin B5:** 0.01mg **Vitamin B6:** 0.01mg **Vitamin B12:** 0.003µg **Vitamin C:** 0.3mg **Vitamin E:** 0.1mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 5mg **Jern:** 0.1mg **Magnesium:** 1mg **Fosfor:** 2mg **Selen:** 0.2µg **Zink:** 0.03mg **Netto kulhydrater:** 0.3g

**Kalorier:** 7 kcal

**Ret:** Hovedret

**Køkken:** Fransk

**Søgeord:** Kød, Steg

*Culottesteg i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/culottesteg-i-airfryer>



## Wienerschnitzel i Airfryer

En sundere version uden at gå på kompromis med den sprøde overflade og den saftige smag. Serveres med klassisk garniture og sprøde kartofler for en fuldendt oplevelse.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 15 minutter

**TILB. TID:** 20 minutter

**SAMLET TID:** 35 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Køkkenhammer
- 3 Dybe tallerkener til panering
- 1 Bagepapir
- 1 Skrællekniv
- 1 Rivejern

## Ingredienser

- 4 stk. **kalveschnitzler** udbankede
- 1 tsk **Salt og friskkværnet peber**
- 100 g **hvedemel**
- 2 stk. **æg** slået ud i en tallerken
- 150 g **rasp**
- 4 spsk. **olivenolie**
- 1 stk. **citron** skåret i både
- 1 stk. **Frisk høvlet peberrod** efter smag
- 4 stk. **ansjoser**
- 1 spsk. **kapers**
- 500 g **kartofler** skrællet og skåret i både

## Sådan gør du

1. Forvarm airfryeren til 200°C. Krydr schnitzlerne med salt og peber.
2. Panér schnitzlerne ved først at dyppe dem i hvedemel, æg, og rasp. Sørg for at dække dem helt.
3. Pensl schnitzlerne let med olivenolie og læg dem i airfryeren med bagepapir.  
  
Tilbered i ca. 10 minutter, vend dem halvvejs igennem, indtil de er gyldne og gennemstegte.
4. Mens schnitzlerne tilberedes, bag kartoffelbådene i airfryeren ved siden af eller efter schnitzlerne, ca. 15 min. indtil de er sprøde og gyldne.
5. Server schnitzlerne med en skive citron, ansjoser, kapers og frisk høvlet peberrod ovenpå. Server kartoffelbådene ved siden af.

## Noter

-For ekstra sprødhed kan du spraye eller pensle schnitzlerne med en smule mere olie halvvejs gennem tilberedningen.

-Juster tilberedningstiden baseret på tykkelsen af dine schnitzler og din airfryers specifikationer.

## Ernæring

**Kalorier:** 348 kcal **Kulhydrater:** 68g **Protein:** 11g **Fedt:** 3g **Mættet fedt:** 1g **Flerumættet fedt:** 1g **Enkeltumættet fedt:** 1g **Kolesterol:** 3mg **Natrium:** 293mg **Kalium:** 639mg **Fiber:** 5g **Sukker:** 3g **Vitamin A:** 8IU **Vitamin B1:** 1mg **Vitamin B2:** 0.3mg **Vitamin B3:** 6mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 0.4mg **Vitamin B12:** 0.2µg **Vitamin C:** 25mg **Vitamin D:** 0.01µg **Vitamin E:** 0.2mg **Vitamin K:** 6µg **Kalcium:** 91mg **Jern:** 4mg **Magnesium:** 52mg **Fosfor:** 166mg **Selen:** 19µg **Zink:** 1mg **Folinsyre:** 69µg **Netto kulhydrater:** 63g

**Kalorier:** 348 kcal **Ret:** Hovedret **Køkken:** Tysk

**Søgeord:** Klassisk, Steak, Steg

Wienerschnitzel i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/wienerschnitzel-i-airfryer>





## Klassisk lasagne i airfryer

Nyd en lækker airfryer-lasagne med saftigt oksekød, cremet bechamelsauce og frisk grøn salat - perfekt aftrnsmad der kan lunes dagen efter i din airfryer.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 30 minutter

**TILB. TID:** 25 minutter

**HVILETID:** 15 minutter

**SAMLET TID:** 1 time 10 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer (kapacitet på omkring 3,5 til 4 liter)
- 1 Stegepande
- 1 Gryde
- 1 Kniv
- 1 Skærebræt
- 1 Skål

## Ingredienser

### *Lasagne:*

- 500 g **hakket oksekød**
- 1 stk. **løg** hakket
- 2 fed **hvidløg** hakket
- 400 g **dåsetomater**
- 2 spsk. **tomatpuré**
- 200 ml **oksekød bouillon**
- 1 tsk. **tørret oregano**
- 1 tsk. **tørret basilikum**
- ½ tsk. **salt og peber**
- 9 stk. **lasagneplader** forudkogte
- 250 g **revet mozzarella**

### *Bechamelsauce:*

- 50 g **smør**
- 50 g **mel**
- 500 ml **mælk**
- ½ tsk. **Salt** peber og muskatnød

## Sådan gør du

### 1. **Forbered kødsaucen:**

Brun hakket oksekød i en stegepande. Tilsæt løg og hvidløg, og steg indtil de er bløde. Tilføj dåsetomater, tomatpuré, bouillon, oregano og basilikum. Lad det simre i ca. 20 minutter. Smag til med salt og peber.

### 2. **Lav bechamelsaucen:**

Smelt smørret i en gryde, tilsæt mel og rør godt. Tilsæt gradvist mælken under omrøring, indtil saucen tykner. Krydr med salt, peber og muskatnød.

### 3. **Samling af lasagnen:**

I en airfryer-egnet skål, læg et lag kødsauce, derefter lasagneplader og et lag bechamelsauce. Gentag lagene og afslut med bechamelsauce og revet mozzarella på toppen.

### 4. **Tilberedning i airfryer:**

Forvarm airfryeren til 180°C. Placer lasagnen i airfryeren og tilbered i ca. 25 minutter, indtil overfladen er gylden og boblende.

### 5. **Servering:**

Lad lasagnen hvile i 5 minutter efter tilberedning.

## Noter

- Juster krydderierne i kødsaucen efter smag.
- Hvis airfryeren er lille, kan du lave lasagnen i portioner.
- Tjek lasagnen regelmæssigt for at sikre, at den ikke bliver for mørk på toppen.

## Ernæring

**Kalorier:** 763 kcal **Kulhydrater:** 26g **Protein:** 44g **Fedt:** 54g **Mættet fedt:** 27g **Flerumættet fedt:** 2g **Enkeltumættet fedt:** 19g **Transfedtsyrer:** 2g **Kolesterol:** 180mg **Natrium:** 1028mg **Kalium:** 996mg **Fiber:** 3g **Sukker:** 12g **Vitamin A:** 1202IU **Vitamin B1:** 0.3mg **Vitamin B2:** 1mg **Vitamin B3:** 8mg **Vitamin B5:** 2mg **Vitamin B6:** 1mg **Vitamin B12:** 5µg **Vitamin C:** 10mg **Vitamin D:** 2µg **Vitamin E:** 2mg **Vitamin K:** 14µg **Kalcium:** 548mg **Jern:** 5mg **Magnesium:** 104mg **Fosfor:** 639mg **Selen:** 35µg **Zink:** 8mg **Netto kulhydrater:** 22g

**Kalorier:** 763 kcal

**Ret:** Hovedret

**Køkken:** Italiensk

**Søgeord:** Børnevenlig, Klassisk

*Klassisk lasagne i airfryer med tilbehør* <https://airfryerkogebogen.dk/lasagne-i-airfryer>



## Flødekartofler i Airfryer

Denne opskrift kombinerer den dybe, rige smag af flødekartofler med den nemme og hurtigere tilberedningsmetode som en airfryer tilbyder.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 15 minutter

**TILB. TID:** 25 minutter

**HVILETID:** 5 minutter

**SAMLET TID:** 45 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skål
- 1 Kniv
- 1 Skærebræt

## Ingredienser

- 1 kg **kartofler** skrællede og skåret i tynde skiver
- 200 ml **fløde**
- 2 fed **hvidløg** finthakket
- 1 tsk. **salt**
- ½ tsk. **sort peber**
- 1 tsk. **timian eller rosmarin** efter smag
- 100 g **revet ost** valgfri

## Sådan gør du

1. I en stor skål, bland kartoffelskiverne med fløde, hvidløg, salt, peber, og timian/rosmarin. Sørg for at kartoflerne er godt dækket af flødeblandingen.
2. Læg et lag af kartoffelskiver i bunden af airfryerens kurv. Hvis ønsket, drys med revet ost mellem lagene.
3. Tilbered i airfryeren ved 180°C i 25-30 minutter, eller indtil kartoflerne er møre og toppen er gylden og sprød.
4. Lad flødekartoflerne hvile i 5 minutter før servering.

## Noter

- Tilpas mængden af fløde efter ønske. Brug mere for en rigere ret eller mindre for en lettere version.
- Ost er valgfri, men tilføjer en dejlig smeltet og gylden top.
- Husk at tjekke flødekartoflerne undervejs, da tilberedningstiden kan variere afhængigt af din airfryer.

## Ernæring

**Kalorier:** 455 kcal **Kulhydrater:** 46g **Protein:** 12g **Fedt:** 26g **Mættet fedt:** 16g **Flerumættet fedt:** 1g **Enkeltumættet fedt:** 7g **Kolesterol:** 81mg **Natrium:** 277mg **Kalium:** 1128mg **Fiber:** 6g **Sukker:** 4g **Vitamin A:** 918IU **Vitamin B1:** 0.2mg **Vitamin B2:** 0.3mg **Vitamin B3:** 3mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 1mg **Vitamin B12:** 0.4µg **Vitamin C:** 50mg **Vitamin D:** 1µg **Vitamin E:** 1mg **Vitamin K:** 7µg **Kalcium:** 233mg **Jern:** 2mg **Magnesium:** 68mg **Fosfor:** 282mg **Selen:** 6µg **Zink:** 2mg **Netto kulhydrater:** 40g

**Kalorier:** 455 kcal

**Ret:** Tilbehør

**Køkken:** Fransk

**Søgeord:** Børnevenlig, Ost

*Flødekartofler i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/floedekartofler-i-airfryer>



## Focaccia i Airfryer

Med denne metode får du et herligt brød med en skøn aroma af rosmarin og en knasende kant fra havsaltet.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 15 minutter

**TILB. TID:** 20 minutter

**HÆVETID:** 1 time

**SAMLET TID:** 1 time 35 minutter



## Udstyr

- 1 Airfryer (kapacitet på omkring 3,5 til 4 liter)
- 1 Skål til at ælte dejen
- 1 Bagepapir Eller silikone skål

## Ingredienser

- 500 g **hvedemel**
- 325 ml **lunkent vand**
- 1 pose **tør gær** ca. 7g
- 2 tsk. **sukker** eller brun farin
- 2 tsk. **groft havsalt** plus ekstra til topping
- 2 spsk. **olivenolie** plus ekstra til pensling
- 1 bdt. **rosmarin** friske

## Sådan gør du

1. **Forbered Dejen:** I en stor skål, opløs gæren og sukkeret i det lunkne vand. Lad det sidde i 5 minutter, indtil det skummer. Tilsæt hvedemel, 2 tsk groft havsalt og olivenolie. Ælt dejen godt sammen, indtil den er glat og elastisk.
2. **Lad Dejen Hæve:** Dæk skålen med et fugtigt klæde og lad dejen hæve et lunt sted i ca. 1 time, eller indtil den er fordoblet i størrelse.
3. **Forbered Airfryeren:** Beklæd airfryerens kurv med bagepapir. Efter hævning, tryk dejen ned og form den til en flad firkant eller cirkel, der passer til din airfryer's kurv.
4. **Tilføj Toppings:** Drys overfladen af dejen med frisk rosmarin og ekstra groft havsalt. Pensl forsigtigt med olivenolie.
5. **Bag Brødet:** Forvarm airfryeren til 200°C. Bag focaccia brødet i 15-20 minutter, eller indtil det er gyldent og sprødt.
6. **Servering:** Lad brødet køle lidt af, før det skæres i stykker og serveres.

## Noter

- Juster bagetiden afhængigt af din airfryer model og ønsket sprødhed.

## Ernæring

**Kalorier:** 463 kcal **Kulhydrater:** 96g **Protein:** 13g **Fedt:** 2g **Mættet fedt:** 0.3g **Flerumættet fedt:** 1g **Enkeltumættet fedt:** 0.5g **Natrium:** 201mg **Kalium:** 139mg **Fiber:** 4g **Sukker:** 1g **Vitamin A:** 8IU **Vitamin B1:** 1mg **Vitamin B2:** 1mg **Vitamin B3:** 7mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 0.1mg **Vitamin C:** 0.2mg **Vitamin E:** 0.1mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 25mg **Jern:** 6mg **Magnesium:** 29mg **Fosfor:** 137mg **Selen:** 42µg **Zink:** 1mg **Folinsyre:** 193µg **Netto kulhydrater:** 93g

**Kalorier:** 463 kcal

**Ret:** Bagning, Tilbehør

**Køkken:** Italiensk

**Søgeord:** Mellemmåltid, Tilbehør

*Focaccia Brød med Rosmarin og Groft Havsalt i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/focaccia-broed-i-airfryer>



## Skyrboller i Airfryer

Disse skyrboller er en sund og lækker variant af traditionelle boller, med en saftig krumme og et let sprødt ydre takket være havregryn på toppen.

**ANTAL:** 12 Personer

**FORB. TID:** 15 minutter

**TILB. TID:** 20 minutter

**HÆVETID:** 1 time

**SAMLET TID:** 1time 35 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skål til æltning af dejen
- 1 Dejskraber
- 1 Vægt
- 1 Måleskeer

## Ingredienser

- 500 g **hvedemel**
- 2 dl **skyr**
- 250 ml **vand** lunkent
- 1 tsk. **salt**
- 1 spsk. **sukker**
- 25 g **gær** frisk
- 100 g **havregryn** + lidt ekstra til pynt
- 1 spsk. **olivenolie** til pensling

## Sådan gør du

1. Opløs gæren i det lunkne vand i en stor skål. Tilføj skyr, sukker, og salt og rør.
2. Tilsæt hvedemel og havregryn lidt ad gangen, mens du ælter dejen, indtil den er glat og elastisk. Dette tager ca. 10 minutter.
3. Dæk skålen med et fugtigt klæde og lad dejen hæve et lunt sted i ca. 1 time, eller indtil den har fordoblet sin størrelse.
4. Del dejen i 12 lige store stykker og form dem til boller. Pensl hver bolle let med olivenolie og drys med havregryn på toppen som pynt.
5. Forvarm airfryeren til 180°C. Placer bollerne i airfryer kurven, sørg for at der er plads mellem dem for ensartet tilberedning.

6. Airfry bollerne ved 180°C i ca. 15-20 minutter, eller indtil de er gyldne og gennembagte.

7. Lad bollerne køle af på en bagerist før servering.

## Noter

Airfryerens tilberedningstid kan variere afhængigt af model, så hold øje med bollerne de første gange, du laver dem.

## Ernæring

**Kalorier:** 198 kcal **Kulhydrater:** 39g **Protein:** 8g **Fedt:** 1g **Mættet fedt:** 0.2g **Flerumættet fedt:** 0.4g **Enkeltumættet fedt:** 0.3g **Natrium:** 52mg **Kalium:** 87mg **Fiber:** 2g **Sukker:** 1g **Vitamin B1:** 0.4mg **Vitamin B2:** 0.2mg **Vitamin B3:** 3mg **Vitamin B5:** 0.4mg **Vitamin B6:** 0.04mg **Vitamin C:** 0.003mg **Vitamin E:** 0.1mg **Vitamin K:** 0.3µg **Kalcium:** 12mg **Jern:** 2mg **Magnesium:** 22mg **Fosfor:** 86mg **Selen:** 17µg **Zink:** 1mg **Folinsyre:** 64µg **Netto kulhydrater:** 36g

**Kalorier:** 198 kcal

**Ret:** Bagning, Mellemmåltider, Morgenmad

**Køkken:** Dansk

**Søgeord:** Eftermiddagskaffen, Mellemmåltid, Snacks

*Skryboller i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/skryboller-i-airfryer>



## Indbagt Is i Airfryer (Baked Alaska)

Denne opskrift på indbagt is i airfryer er en moderne twist på den klassiske Baked Alaska. Det er en imponerende dessert, der kombinerer kold is med varm marengs, alt sammen bagt til perfektion i en airfryer.

**ANTAL:** 6 Personer

**FORB. TID:** 20 minutter

**TILB. TID:** 5 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Bagepapir
- 1 Rund kageform der passer i din airfryer
- 1 Håndmixer eller køkkenmaskine
- 1 Spatel
- 1 Køkkenkniv

## Ingredienser

- 1 liter **is efter eget valg**
- 4 stk. **æggehvider** pasteuriseret
- 200 g **sukker**
- 1 tsk. **vaniljeekstrakt**
- 1 stk. **købt eller hjemmelavet kagebund** tilpasset størrelsen på din form

## Sådan gør du

1. Forvarm airfryeren til 200°C.
2. Placér kagebunden i bunden af kageformen.
3. Skær isen ud, så den passer over kagebunden, og tryk den ned, så overfladen bliver jævn. Frys, indtil den er fast.
4. Pisk æggehvider med en håndmixer eller køkkenmaskine, indtil bløde toppe former sig. Tilsæt sukker gradvist, og fortsæt med at piske, indtil marengsen er blank og stiv. Tilsæt vaniljeekstrakt.
5. Fordel marengsen over isen, og sørg for at dække den helt, også langs kanterne.
6. Placér kageformen i airfryeren, og bag i ca. 4-5 minutter, eller indtil marengsen er gylden. Server straks efter bagning for bedste resultat.

## Noter

Hold godt øje med isen efter ca. 3 minutter inde i tilberedningen.

## Ernæring

**Kalorier:** 322 kcal **Kulhydrater:** 55g **Protein:** 3g **Fedt:** 10g **Mættet fedt:** 6g **Flerumættet fedt:** 0.4g **Enkeltumættet fedt:** 3g **Kolesterol:** 41mg **Natrium:** 77mg **Kalium:** 187mg **Fiber:** 1g **Sukker:** 53g **Vitamin A:** 391IU **Vitamin B1:** 0.04mg **Vitamin B2:** 0.2mg **Vitamin B3:** 0.1mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 0.05mg **Vitamin B12:** 0.4µg **Vitamin C:** 1mg **Vitamin D:** 0.2µg **Vitamin E:** 0.3mg **Vitamin K:** 0.3µg **Kalcium:** 120mg **Jern:** 0.1mg **Magnesium:** 13mg **Fosfor:** 98mg **Selen:** 2µg **Zink:** 1mg **Alkohol:** 0.1g **Folinsyre:** 0.1µg **Netto kulhydrater:** 55g

**Kalorier:** 322 kcal

**Ret:** Dessert

**Køkken:** Amerikansk

**Søgeord:** Børnevenlig, Festmåltid

*Indbagt Is i Airfryer (Baked Alaska)* <https://airfryerkogebogen.dk/indbagt-is-i-airfryer-baked-alaska>





## New York Cheesecake i Airfryer

En lækker og nem opskrift på den klassiske New York cheesecake, tilberedt i en airfryer. Denne opskrift giver dig en cremet og rig cheesecake med den karakteristiske sprøde bund.

**ANTAL:** 6 Personer

**FORB. TID:** 20 minutter

**TILB. TID:** 30 minutter

**HVILETID:** 5 timer

**SAMLET TID:** 5 timer 50 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Springform der passer i din airfryer
- 1 Skål til at blande ingredienser
- 1 Håndmixer eller røremaskine

## Ingredienser

### *Bund:*

- 150 g **Digestive kiks** knust
- 75 g **smeltet smør**

### *Fyld:*

- 600 g **flødeost** stuetemperatur
- 150 g **sukker** granuleret
- 2 spsk. **hvedemel**
- 1 tsk. **vaniljeekstrakt**
- 2 stk. **æg** stuetemperatur
- 100 ml **creme fraiche**

## Sådan gør du

1. Bland de knuste kiks med det smeltede smør og tryk blandingen fast i bunden af din springform. Stil den i køleskabet, mens du laver fyldet.
2. Forvarm airfryeren til 160°C.
3. I en stor skål, pisk flødeost og sukker sammen, indtil det er glat. Tilsæt hvedemel og vaniljeekstrakt, og pisk igen.
4. Tilsæt æggene et ad gangen, pisk godt efter hvert æg. Rør creme fraiche i, indtil blandingen er ensartet.

5. Hæld fyldet over kiksebunden og glat toppen med en spatel.
6. Placer springformen i airfryeren og bag cheesecaken i ca. 25-30 minutter, eller indtil midten er næsten fast, men stadig en smule gyngende, når du ryster formen forsigtigt.
7. Sluk for airfryeren og lad cheesecaken hvile i airfryeren i ca. 1 time med døren lukket.
8. Tag cheesecaken ud og lad den afkøle helt ved stuetemperatur, før den køles ned i køleskabet i mindst 4 timer, gerne natten over.

## Noter

Cheesecaken kan revne på toppen, hvilket er normalt.

Langsom nedkøling af kagen kan mindske dette.

Den kan pyntes med frisk frugt, bær eller flødeskum for at skjule eventuelle revner.

## Ernæring

**Kalorier:** 678 kcal **Kulhydrater:** 51g **Protein:** 8g **Fedt:** 50g **Mættet fedt:** 29g **Flerumættet fedt:** 3g **Enkeltumættet fedt:** 13g **Transfedtsyrer:** 0.4g **Kolesterol:** 139mg **Natrium:** 529mg **Kalium:** 199mg **Fiber:** 1g **Sukker:** 35g **Vitamin A:** 1759IU **Vitamin B1:** 0.1mg **Vitamin B2:** 0.4mg **Vitamin B3:** 1mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 0.1mg **Vitamin B12:** 0.3µg **Vitamin C:** 0.1mg **Vitamin D:** 0.01µg **Vitamin E:** 2mg **Vitamin K:** 7µg **Kalcium:** 136mg **Jern:** 1mg **Magnesium:** 21mg **Fosfor:** 170mg **Selen:** 11µg **Zink:** 1mg **Alkohol:** 0.1g **Folinsyre:** 19µg **Netto kulhydrater:** 50g

**Kalorier:** 678 kcal

**Ret:** Baging, Cookies, Dessert

**Køkken:** Amerikansk

**Søgeord:** Eftermiddagskaffen, Festmåltid

*New York Cheesecake i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/new-york-cheesecake-i-airfryer>*



## Napoleonshatte i Airfryer

Napoleonshatte er en klassisk dansk småkage, der med sit karakteristiske udseende og lækre smagskombination af marcipan, chokolade og mørdej, er elsket af mange.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 45 minutter

**TILB. TID:** 12 minutter

**HVILETID:** 30 minutter

**SAMLET TID:** 1 time 27 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer
- 1 Skål til blanding
- 1 Kagerulle
- 1 Udstikker eller et glas
- 1 Bagepapir

## Ingredienser

### *Mørdej:*

- 200 g **hvedemel**
- 125 g **smør**
- 75 g **flormelis**
- 1 stk. **æggeblomme**
- 1 spsk. **koldt vand**

### *Fyld:*

- 200 g **ren rå marcipan**
- 50 g **sukker**
- 1 stk. **æggehvide**

### *Overtræk:*

- 100 g **mørk chokolade**

## Sådan gør du

1. Start med at tilberede mørdejen ved at blande hvedemel og smør sammen, indtil det har en sandet konsistens. Tilsæt flormelis, æggeblomme og vand, og ælt dejen hurtigt sammen. Pak dejen ind i film og lad den hvile i køleskabet i 30 minutter.
2. Forbered fyldet ved at røre marcipan og sukker sammen. Tilsæt æggehviten og bland, indtil du har en jævn masse.
3. Rul mørdejen ud i en tykkelse på ca. 3 mm og udstik cirkler med en diameter på ca. 8 cm.
4. Form små kegler af marcipanfyldet og placer en på hver dejcirkel. Fold dejsiderne op om marcipanen og form en trekantet "hat".
5. Forvarm airfryeren til 180°C. Placer napoleonshattene på bagepapir i airfryerkurven, og bag dem i 10-12 minutter, eller indtil de er gyldne.
6. Smelt chokoladen over vandbad og dyb bunden af de afkølede kager i chokoladen. Lad dem hvile, indtil chokoladen er stivnet.

## Noter

Airfryere varierer i effektivitet, så hold øje med dine napoleonshatte undervejs .

## Ernæring

**Kalorier:** 916 kcal **Kulhydrater:** 106g **Protein:** 13g **Fedt:** 50g **Mættet fedt:** 23g **Flerumættet fedt:** 4g **Enkeltumættet fedt:** 19g **Transfedtsyrer:** 1g **Kolesterol:** 71mg **Natrium:** 224mg **Kalium:** 376mg **Fiber:** 6g **Sukker:** 57g **Vitamin A:** 801IU **Vitamin B1:** 0.5mg **Vitamin B2:** 0.5mg **Vitamin B3:** 5mg **Vitamin B5:** 1mg **Vitamin B6:** 0.1mg **Vitamin B12:** 0.1µg **Vitamin D:** 0.01µg **Vitamin E:** 7mg **Vitamin K:** 4µg **Kalcium:** 63mg **Jern:** 6mg **Magnesium:** 139mg **Fosfor:** 260mg **Selen:** 20µg **Zink:** 2mg **Koffein:** 20mg **Folinsyre:** 77µg **Netto kulhydrater:** 100g

**Kalorier:** 916 kcal

**Ret:** Baging, Kager **Køkken:** Fransk **Søgeord:** Eftermiddagskaffen

*Napoleonshatte i Airfryer <https://airfryerkogebogen.dk/napoleonshatte-i-airfryer>*



## Knækbrød i Airfryer

Dette knækbrød i airfryer opskrift er en hurtig og nem måde at lave sprødt, velsmagende knækbrød på.

**ANTAL:** 4 Personer

**FORB. TID:** 15 minutter

**TILB. TID:** 10 minutter

**HVILETID:** 10 minutter

**SAMLET TID:** 35 minutter

## Udstyr

- 1 Airfryer (kapacitet på omkring 3,5 til 4 liter)
- 1 Skærebræt
- 1 Kagerulle
- 1 Kniv
- 1 Bagepapir

## Ingredienser

- 200 g **fuldkornshvedemel** eller rugmel
- 1 tsk. **bagepulver**
- 1 tsk. **salt** havsalt eller sydesalt er godt
- 2 spsk. **olivenolie**
- 150 ml **vand**
- 1 spsk. **valgfrie frø og kerner** f.eks. sesamfrø, solsikkekerner, hørfrø til at drysse ovenpå

## Sådan gør du

1. Bland fuldkornsmel, bagepulver og salt i en skål.
2. Tilsæt olivenolie og vand. Ælt dejen godt sammen, indtil den er ensartet.
3. Lad dejen hvile i ca. 10 minutter.
4. Rul dejen ud på et let melet bord til den er ca. 2-3 mm tyk.
5. Brug en kniv til at skære dejen i ønskede størrelser.
6. Placer bagepapir i airfryer-kurven og læg de udskårne dejstykker på bagepapiret. Det er vigtigt, at de ikke overlapper.
7. Drys valgfrie frø og kerner over dejen.



8. Indstil airfryeren til 180°C og bag knækbrødet i ca. 8-10 minutter, eller indtil de er gyldne og sprøde.
9. Lad knækbrødet køle af på en rist, før det serveres.

## Noter

- Tykkelsen på dejen og bagetiden kan justeres efter præference. Tyndere knækbrød kræver kortere bagetid.
- Hold øje med knækbrødet under bagning, da airfryere kan variere i effektivitet, og knækbrødet kan brænde på.

## Ernæring

**Kalorier:** 174 kcal **Kulhydrater:** 36g **Protein:** 7g **Fedt:** 2g **Mættet fedt:** 0.3g **Flerumættet fedt:** 1g **Enkeltumættet fedt:** 1g **Natrium:** 168mg **Kalium:** 182mg **Fiber:** 5g **Sukker:** 0.2g **Vitamin A:** 5IU **Vitamin B1:** 0.3mg **Vitamin B2:** 0.1mg **Vitamin B3:** 2mg **Vitamin B5:** 0.3mg **Vitamin B6:** 0.2mg **Vitamin E:** 0.4mg **Vitamin K:** 1µg **Kalcium:** 18mg **Jern:** 2mg **Magnesium:** 69mg **Fosfor:** 179mg **Selen:** 31µg **Zink:** 1mg **Netto kulhydrater:** 31g

**Kalorier:** 174 kcal

**Ret:** Bagning

**Køkken:** Dansk

**Søgeord:** Børnevenlig, Festmåltid, Madpakke

*Knækbrød i Airfryer* <https://airfryerkogebogen.dk/knaekbroed-i-airfryer>



# AIRFRYERKOGEBOGEN.DK

AIRFRYER OPSKRIFTER

ALLE VORES BEDSTE OPSKRIFTER  
FINDES PÅ:  
[WWW.AIRFRYERKOGEBOGEN.DK](http://WWW.AIRFRYERKOGEBOGEN.DK)

