

KLARSTEIN



VitAir  
Rezeptheft

## VitAir Heißluftfritteuse ein Küchengerät, vielseitiger Genuss

Die VitAir Heißluftfritteusen überzeugen neben ihrem Multifunktionsumfang mit innovativem Design bei einfacher Bedienbarkeit – ein Muss in jedem gesundheitsbewussten, modernen Haushalt!

Mit einer VitAir von Klarstein könnt ihr Fisch, Fleisch und Gemüse in Rekordzeit ohne Vorheizen, vorheriges Auftauen oder die Zugabe von Öl fast fettfrei frittieren und backen.

In diesem Heft liefern wir euch jede Menge Rezepte – probiert sie gleich aus und lasst euch zu mehr Vielfalt in der Küche inspirieren.



# KLARSTEIN

<b>Starters</b>	<b>3</b>	<b>Fleisch</b>	<b>9</b>
Aprikosen im Speckmantel		Wirsingrouladen	
Gegrillte Garnelenspieße		Rollbraten vom Rind	
Frittierte Käsekugeln		Gegrillte Schweine-Medaillons	
Gebackene Tomatenhälften		Cordon Bleu	
<b>Pizza</b>	<b>5</b>	<b>Fisch</b>	<b>11</b>
Bärlauch-Spargel		Gegrillte Rotbarschfilets	
Quattro Formaggi		Makrelenfilets mit Tomatentopping	
Hawaii		Gegrillte Thunfischsteaks	
Vier Jahreszeiten		Gebatener Zander mit Pilzkruste	
<b>Geflügel</b>	<b>7</b>	<b>Gemüse</b>	<b>13</b>
Gegrilltes Huhn		Gefüllte Tomaten	
Fried Chicken		Ofenkartoffeln	
Orangenhühnchen		Spinatchampignons	
Gegrillte Maispouardenbrust		Ofengemüse	
		<b>Desserts</b>	<b>15</b>
		Topfenpalatschinken	
		Kokos-Mandel-Makronen	
		Gebackene Bananen	
		Karamellisierte Birnen	



Starters

## Aprikosen im Speckmantel

8 getrocknete Aprikosen  
8 dünne Scheiben Speck  
200 g Frühstücksspeck

Den Speck nebeneinander in feinen Streifen auslegen.

Die Aprikosen jeweils am unteren Ende auflegen und den Speck eng aufrollen.

Die eingerollten Aprikosen auf den Rost legen und im Turbo-Modus 10 Minuten garen.

## Gegrillte Garnelenspieße

12 geschälte Garnelen  
2 Stängel Zitronengras  
1 Schalotte  
4 Cocktailtomaten  
Salz & Pfeffer  
Saft von 2 Limetten

Den Limettensaft mit Salz und Pfeffer vermengen und die Garnelen darin wenden.

Zitronengrassängel, Cocktailtomaten und die Schalotte halbieren und ggf. in kleine Stückchen schneiden.

Nun jeweils eine Garnele, eine halbe Tomate und ein Stück Zwiebel auf das Zitronengras stecken.

Die fertigen Spieße im Back-Modus 10 Minuten zubereiten und gleich servieren.

## Frittierte Käsekugeln

150 g Fetakäse  
1 Kugel Mozzarella  
Mehl  
1-2 Eier  
Paniermehl

Fetakäse und den Mozzarella reiben, miteinander vermengen und zu kleinen Kugeln formen.

Eier verquirlen; die Käsekugeln zuerst in Mehl wälzen, dann ins Ei geben und anschließend im Paniermehl wenden.

Die fertigen Kugeln auf den mit Backpapier belegten Grillrost legen und im Frittier-Modus backen, bis sie goldbraun sind.

## Gebackene Tomatenhälften

250 g kleine Eiertomaten  
frischer Thymian  
Olivenöl

Zuerst die Eiertomaten gut waschen, abtropfen und dann der Länge nach halbieren.

In eine Schüssel geben, mit Thymian, etwas Pfeffer und ein wenig Olivenöl vermengen und mit der aufgeschnittenen Seite nach oben auf den mit Backpapier ausgelegten Grillrost legen.

Die Tomatenhälften im Back-Modus für 40 Minuten zubereiten.





Pizza



## Bärlauch-Spargel

Pizzateig  
1 Glas Tomatenpüree  
Salz & Pfeffer  
1 Päckchen Bärlauch  
250 g grüner Spargel  
10 Cocktailtomaten  
100 g geriebener Parmesan

Pizzateig auf den mit Backpapier belegten Grillrost legen.

Den Bärlauch hacken. Die Hälfte des gehackten Bärlauchs in das Tomatenpüree geben, dieses zusätzlich mit Salz und Pfeffer würzen und damit den Pizzaboden bestreichen.

Den Spargel schälen und in Streifen schneiden. Die Tomaten in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Spargel auf die Pizza legen.

Den restlichen Bärlauch auf der Pizza verteilen und mit geriebenem Parmesan bestreuen. Im Back-Modus garen, bis die Pizza schön knusprig ist.

## Quattro Formaggi

Pizzateig  
1 Glas Tomatenpüree  
100 g geriebener Gouda  
100 g geriebener Mozzarella  
100 g geriebener Bergkäse  
50 g Blauschimmelkäse

Pizzateig auf den mit Backpapier belegten Grillrost legen und Tomatenpüree auftragen.

Die einzelnen Käsesorten in einer Schüssel gut vermengen und gleichmäßig auf dem Pizzaboden verteilen.

Die belegte Pizza im Back-Modus garen, bis sie schön knusprig ist.

## Hawaii

Pizzateig  
1 Glas Tomatenpüree  
Salz & Pfeffer  
1 kl. Dose Ananasscheiben  
100 g Champignons  
200 g Kochschinken  
100 g ger. Mozzarella

Den Pizzateig auf den mit Backpapier belegten Grillrost legen, das Tomatenpüree würzen und damit den Pizzaboden bestreichen.

Die Ananas abtropfen lassen, die Scheiben in kleine Stücke schneiden und auf die Pizza legen. Dann den Kochschinken und die Pilze schneiden und ebenfalls auf die Pizza legen.

Zuletzt alles mit Mozzarella bestreuen und im Back-Modus backen, bis die Pizza schön knusprig ist.

## Vier Jahreszeiten

Pizzateig  
1 Glas Tomatenpüree  
100 g Spinat  
50 g Schafskäse  
100 g Thunfisch  
3-4 Salamischeiben  
1 Prise Oregano  
50 g geriebener Mozzarella  
2-3 Cocktailtomaten

Zuerst den Pizzateig auf den mit Backpapier belegten Grillrost legen. Das Tomatenpüree würzen und damit den Boden bestreichen.

Den Spinat hacken, mit dem Schafskäse vermischen und auf einem Viertel der Pizza verteilen. Den Thunfisch ebenfalls grob zerkleinern und auf einem weiteren Viertel verteilen.

Die Salami auf dem dritten Viertel verteilen und mit Oregano würzen. Auf das letzte Viertel Mozzarella und Tomaten-Scheiben legen. Im Back-Modus solange garen, bis die Pizza schön knusprig ist.



Geflügel



## Gegrilltes Huhn

- 1 kleines Hühnchen
- 1 Zwiebel
- 1 Apfel
- 100 g Semmelmehl
- 2 EL Milch
- Salz & Pfeffer
- Zucker
- Beifuß

Apfel und Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Beides mit Semmelmehl und Milch vermengen und das Huhn damit füllen.

Den Beifuß zupfen, mit Zucker, Salz und Pfeffer vermengen und das Huhn damit einreiben.

Das Huhn auf dem Spieß befestigen und im Grill-Modus auf „Drehen“ stellen. Je nach Gewicht ca. 50 Minuten garen.

Am Ende der Garzeit die Temperatur etwas erhöhen, damit die Haut schön knusprig wird.

## Fried Chicken

- 2 Hühnerbrüste
- Mehl
- Panko-Flocken
- 100 g Semmelmehl
- 100 ml Buttermilch
- 2 Eier
- Paprikapulver, scharf
- Salz

Die Hühnerbrüste halbieren und mit der Buttermilch, dem Paprikapulver und etwas Salz bedecken.

Das Geflügel für vier Stunden in der Marinade ruhen lassen, dann herausnehmen und in Mehl wälzen. Die Eier verquirlen und die mit Mehl bestäubten Hühnerbrüste darin wenden.

Das Semmelmehl und die Panko-Flocken im Verhältnis 1 zu 2 vermengen und das Geflügel gut damit beklopfen.

Zuletzt die Hühnerbrüste in die Pfanne auf dem Drahtgestell geben und im Frittier-Modus knusprig backen.

## Orangenhühnchen

- 2 Hühnchenschenkel
- 1 Orange
- frischer Thymian
- Salz & Pfeffer

Die Orange schälen, filetieren und aus dem restlichen Fruchtfleisch den Saft auspressen.

Die Orangen-Filets fein würfeln, mit dem frischen Thymian vermengen und in eine feuerfeste Form legen.

Das Fleisch salzen, pfeffern und auf den Orangenstücken platzieren.

Den Saft darüber gießen und die Schenkel im Grill-Modus 20 Minuten grillen. Die Schenkel wenden und erneut grillen.

## Gegrillte Maispouardenbrust

- 2 Maispouardenbrüste mit Knochen
- 1 frische Knoblauchzehe
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz & Pfeffer
- etwas Pflanzenöl

Knoblauch schälen und zerdrücken, Hühnerbrüste salzen und pfeffern.

Dann die Thymian- und Rosmarinzweige auf den Grillrost betten, den Knoblauch darauf verteilen und das Geflügel mit der Haut nach oben darauf legen.

Alles mit Öl beträufeln und im Grill-Modus 15 Minuten grillen.

Nicht zu lange grillen, sonst wird das Fleisch eventuell zu trocken.



Fleisch



## Wirsingkohlrouladen

4 Blätter Wirsingkohl  
200 g Hackfleisch  
100 g Semmelmehl  
1 Ei  
1 kleine Karotte  
50 g Sellerie  
1 kleine Zwiebel  
Paprikapulver, Salz & Pfeffer  
zerlassene Butter

Zuerst die Wirsingblätter in kochendes Wasser geben, kurz aufkochen und dann in kaltem Wasser abschrecken.

Dann das Hackfleisch, die Karotte, den Sellerie und die gehackte Zwiebel in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten.

Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken, dann Semmelbrösel und Ei einarbeiten. Die Füllung auf die Blätter verteilen und diese fest einrollen.

In zerlassener Butter wenden, auf den Grillrost legen und im Back-Modus 15 Minuten backen. Dann wenden und erneut backen.

## Rollbraten vom Rind

1 fertiger Rollbraten von der Fleischtheke, ca. 500 g  
5 Wacholderbeeren  
5 Pimentkörner  
2 Stängel Rosmarin  
2 Stängel Thymian  
1 Liter Rotwein

Den Rollbraten mit den Gewürzen und Kräutern marinieren.

Ungefähr sechs Stunden in Rotwein in einem Gefäß durchziehen lassen.

Danach den Braten gut abtropfen lassen, die Kräuter entfernen, mit Salz und Pfeffer einreiben.

Zuletzt den Braten auf den Spieß stecken und im Grill-Modus eine Stunde drehend garen lassen.

## Gegrillte Schweine-Medaillons

1 mittelgroßes Schweinefilet  
frischer Rosmarin  
2 Knoblauchzehen  
Salz & Pfeffer  
Pflanzenöl

Schweinefilet in gleichmäßige Medaillons schneiden.

Dann den Knoblauchschälen, zerdrücken und zusammen mit dem Rosmarin und Thymian auf dem Rost drapieren.

Die Medaillons darauf legen und im Back-Modus für etwa 10 Minuten zubereiten.

Ggf. wenden und noch einmal 5 Minuten backen. Zuletzt salzen und pfeffern. Gleich servieren!

## Cordon Bleu

2 Schweineschnitzel  
3 Eier  
1 Scheibe Kochschinken  
100 g Gorgonzola  
Semmelmehl und Mehl  
Salz & Pfeffer

Zuerst die Eier mit Salz und Pfeffer gut verquirlen. Die Schnitzel auslegen, mit dem Kochschinken und dem Gorgonzola belegen.

Die Schnitzel im Anschluss einklappen, gut festdrücken, in Mehl wenden, dann ins Ei geben und zuletzt mit Semmelmehl panieren.

Anschließend noch einmal ins Ei geben und erneut im Semmelmehl wenden.

Die Schnitzel im Frittier-Modus 10 Minuten frittieren, dann wenden und wiederholt frittieren.



Fisch



## Gegrillte Rotbarschfilets

2 Rotbarschfilets ca. 200 g  
Saft von ½ Zitrone  
Salz & Pfeffer  
zerlassene Butter  
Mehl

Zitronensaft mit Salz und Pfeffer vermengen und die Filets darin mehrmals wenden. Im Anschluss mit Mehl bestäuben.

Den Fisch in der zerlassenen Butter beidseitig wenden und auf den Grillrost legen.

Im Grill-Modus für 10 Minuten grillen, je nach Dicke der Filets auch kürzer!

## Makrelenfilets mit Tomatentopping

8 Makrelenfilets  
1 kl. Dose passierte Tomaten  
50 g Semmelmehl  
gezupfter Basilikum  
Salz & Pfeffer  
Knoblauchpulver

Die Filets gut salzen und pfeffern. Basilikum kleinhacken und die passierten Tomaten mit dem Basilikum, Semmelmehl und etwas Knoblauchpulver würzen.

Die Makrelenfilets mit der Haut nach oben auf den Grillrost legen und gleichmäßig mit der Tomatensauce bestreichen.

Die Filets im Grill-Modus fünf Minuten grillen - bei Bedarf die Garzeit etwas verlängern.

## Gegrillte Thunfischsteaks

2 Thunfischsteaks je 200 g  
frischer Knoblauch  
Butterschmalz  
Salz & Pfeffer

Den Knoblauch schälen, zerdrücken und kurz in zerlassenen Butterschmalz andünsten.

Die Steaks beidseitig mit Mehl bestäuben und in der Knoblauchbutter wenden.

Die Steaks auf den Grillrost legen und im Grill-Modus fünf Minuten grillen.

Im Anschluss wenden und erneut fünf Minuten grillen. Erst nach dem Grillen salzen!

## Gebratener Zander mit Pilzkruste

2 Zanderfilets ohne Haut ca. 200 g  
200 g  
3 EL Semmelmehl  
100 g Champignons  
1 kleine Zwiebel  
50 g Butter  
Zitronensaft  
etwas Mehl  
Salz & Pfeffer

Zuerst den Zitronensaft mit Salz und Pfeffer vermischen und die Filets darin marinieren.

Dann die Champignons klein schneiden, in der Butter anbraten und das Semmelmehl dazugeben.

Das Eiweiß steif schlagen und unter die Semmel-Pilz-Mischung geben.

Den Fisch aus der Marinade nehmen, die Oberseite leicht mit Mehl bestäuben und dann die Pilzmasse gleichmäßig darauf verteilen.

Mit der Kruste nach oben auf den Grillrost legen und im Grill-Modus zehn Minuten grillen.



Gemüse

## Gefüllte Tomaten

100 g Couscous  
140 ml Wasser  
Zucker  
Saft von 1 Zitrone  
4-6 große Tomaten  
¼ Bund Petersilie  
100 g geriebener Parmesan  
Salz & Pfeffer

Zuerst das Wasser mit Salz und Zucker aufkochen und über das Couscous gießen. Verrühren, bis der Couscous gequollen ist.

Die Petersilie hacken und mit dem Zitronensaft, der Hälfte des Parmesans und etwas Zucker zum Couscous geben.

Die Tomaten oben öffnen und mit einem Löffel das Fruchtfleisch entfernen.

Dann die Füllung hineingeben und den restlichen Parmesan auf den Tomaten verteilen.

Die gefüllten Tomaten auf den Grillrost stellen und im Back-Modus 40 Minuten garen.

## Ofenkartoffeln

1 kg festkochende junge Kartoffeln  
1 große Zwiebel  
Thymian u. Rosmarin (getr.)  
Salz & Pfeffer  
Olivenöl

Die Kartoffeln abwaschen, in Spalten schneiden und in eine Schüssel geben.

Die Zwiebel schälen, halbieren, in Ringe schneiden und dazugeben.

Nun alles gut salzen, pfeffern, mit Kräutern würzen und in etwas Olivenöl wenden.

Die Spalten in eine ofenfeste Form füllen, diese auf den Grillrost stellen und im Back-Modus 15 Minuten backen.

Danach alles kurz durchmengen und erneut für 15 Minuten backen.

## Spinat-Champignons

6 große Champignons  
200 g Spinat  
100 g Ziegenkäse  
1 Zwiebel  
1 Tomate  
Salz & Pfeffer

Zuerst den Spinat fein hacken. Die Zwiebel schälen, fein schneiden und zum Spinat geben.

Die Tomate ebenfalls fein schneiden und untermengen. Den Ziegenkäse nach Wunsch zerkleinern und unterheben. Alles mit Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken.

Aus den Champignons die Stiele entfernen und mit einem Messer die schwarzen Lamellen herauskratzen.

Zuletzt die Pilze gleichmäßig mit der Masse befüllen und im Back-Modus für 15 Minuten backen.

## Ofengemüse

1 Paprika rot  
1 Zucchini  
1 weiße und 1 rote Zwiebel  
150 g Champignons  
2 Tomaten  
Knoblauchpulver  
Salz & Pfeffer  
Olivenöl

Die Paprika waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in Halbringe schneiden.

Die Zucchini gründlich waschen, halbieren und in Würfel schneiden. Die Tomaten achteln, die Pilze vierteln.

Alles miteinander vermengen und mit Pfeffer, Salz, Knoblauchpulver und Olivenöl kräftig würzen. In ofenfeste Form geben und im Back-Modus 30 Minuten backen.



Dessert



## Topfenpalatschinken

4 Eierkuchen  
1 Päckchen Quark  
2 Eigelb  
100 g Puderzucker  
Prise Salz  
Rosinen oder frische Beeren

Quark mit Eigelb, 50 g Puderzucker, einer Prise Salz sowie den Rosinen in einer Schüssel vermengen.

Die Quarkmischung gleichmäßig auf den Pfannkuchen verteilen, diese einklappen und an den Rändern einrollen.

Pfannkuchen im Anschluss in die Pfanne auf den Grillrost legen und im Back-Modus zubereiten.

Zuletzt mit Puderzucker bestäuben und zusammen mit frischen Beeren servieren.

## Kokos-Mandel-Makronen

100 g Kokosraspeln  
50 g Mandelmehl  
2 Eiweiß  
30 g Zucker  
10 g Vanillezucker  
Backoblaten

Die zwei Eiweiße mit Zucker steif schlagen, dann die Kokosraspeln und das Mandelmehl unterheben.

Im Anschluss den Grillrost mit Backpapier auslegen und leicht mit Mehl bestäuben. Darauf dann die Backoblaten verteilen.

Mit einem Löffel aus der Kokos-Mandel-Masse kleine Portionen formen und auf die Oblaten legen.

Die Makronen im Back-Modus für ca. 30 Minuten backen.

## Gebackene Bananen

2 reife Bananen  
1 Ei  
20 g Mehl  
1 EL Öl  
Prise Backpulver  
Prise Salz

Mehl, Ei, Backpulver und Salz gut miteinander vermengen.

Die Bananen von der Schale befreien, halbieren und durch den Teig ziehen.

Die Bananen im Anschluss zusammen mit einem Esslöffel Öl in die Pfanne legen und frittieren, bis sie goldgelb sind.

## Karamellisierte Birnen

1 Dose Birnenhälften in Sirup  
50 g Butter  
2 EL Honig  
2 cl Cointreau o. ähnl. Likör

Zuerst die Birnen aus dem Sirup nehmen und gut abtropfen lassen. Dann die Butter in einer Pfanne zerlassen und den Honig einrühren.

Im Anschluss die Birnen mit der Schnittfläche nach oben in die Pfanne legen, mit der Honigbutter bepinseln und im Back-Modus 10 Minuten backen.

Zuletzt die karamellisierten Birnen mit Likör beträufeln und zusammen mit Vanille-Eis servieren.