

코코넛쿠키

에어프라이/윗단

베이킹트레이

예열 180°C 15-17분

재료(16개)

박력분 100g, 버터 70g, 설탕 50g, 소금 1g, 달걀 1/2개, 롱코코넛 35g

준비

1. 박력분은 체에 친다.

만들기

1. 버터는 실온에 두어 부드럽게 한다.

2. 설탕과 소금을 섞어 버터에 2회에 나누어 넣고 섞어준다.

3. 2)에 달걀을 풀어서 2-3회 나누어 섞어준다.

4. 박력분과 롱코코넛을 넣어 섞는다.

5. 베이킹트레이에 같은 크기로 올린다.

6. 예열된 에어프라이 180°C 15-17분간 굽는다

로투스쿠키컵

에어프라이어 /아랫단

베이킹트레이+ 6구 머핀틀

예열 180℃ 10분

재료(6개)

중력분 160g, 베이킹소다 2g, 버터 110g, 달걀 1개, 황설탕 80g, 소금 2g, 로투스 10개, 장식용로투스 3-4개

크림치즈필링

크림치즈 180g, 슈가파우더 20g

준비

- 1.중력분과 베이킹소다는 체에 친다.
- 2.로투스는 봉지에 넣고 밀대로 밀어 가루를 만들어준다.

만들기

- 1.버터는 전자렌지에 녹여 설탕을 넣어 잘 섞어준다.
2. 1)에 달걀을 넣어 잘 섞어준다.
3. 체에친 가루를 모두 넣어 섞어준후 비닐봉지에 넣어 냉장고에 1시간정도 휴지시킨다.
4. 크림치즈를 부드럽게 녹인 후 슈가파우더를 넣어 잘 섞어준다.
5. 휴지시킨 반죽을 6등분으로 나누어 얇게 펴준다.
6. 반죽에 크림치즈를 나누어 넣고 동글하게 감싸준후 머핀틀에 넣는다.
- 7.가운데를 손가락으로 살짝 눌러준후 로투스 가루를 뿌려준다.
- 8.예열된 에어프라이 180℃ 15-17분간 굽는다.
- 9.뜨거울 때 장식용 로투스를 올려준후 살짝 눌러준다.

*약간 식혀서 머핀틀에서 꺼내야 부서지지 않는다.

쿠키브라우니

에어프라이/웩단

베이킹트레이

예열 170℃ 10-12분

재료(6개)

박력분 50g, 코코아파우더 5g, 베이킹파우더 1g, 다크초콜렛 100g, 버터 30g, 달걀 1개, 흑설탕 70g, 소금 1g

준비

1. 다크초콜렛과 버터는 전자렌지용기에 담아 녹여준다.
2. 박력분과 코코아파우더, 베이킹파우더는 체에 쳐준다.

만들기

1. 달걀을 잘 풀어준후 설탕과 소금을 넣어 잘 풀어준다.
2. 녹인초콜렛과 버터를 1)에 넣어 잘 섞어준다.
3. 2)에 체에 친 가루를 넣어 섞어준후 냉장고에서 10분정도 휴지시킨다.
4. 반죽을 찰주머니에 넣는다.
5. 베이킹트레이에 일정한 크기로 짜준다.
6. 예열된 에어프라이 170℃ 10-12분 굽는다.

*기호에 따라 피칸, 아몬드등을 올려굽는다.

견과류비스코티

에어프라이 /윗단

베이킹트레이

예열 180℃ 15분 / 170℃ 10-15분

재료

박력분 100g, 아몬드파우더 30g, 베이킹파우더 3g, 설탕 60g, 달걀 1개, 견과류+ 견과일 120g

준비

1.박력분, 아몬드파우더, 베이킹파우더는 섞어 체에 친다.

만들기

1. 달걀에 설탕을 넣어 잘 섞어준다.
2. 1)에 가루를 넣어 잘 섞어준다.
3. 견과류과 견과일을 넣어 섞은 후 한덩어리로 모양을 만들어 준다.
4. 베이킹트레이에 직사각형으로 만들어 1.5cm 두께로 펴준다.
5. 예열된 에어프라이 180℃ 15분 굽는다.
6. 일정한 두께로 썰어서 170℃ 10-15분간 더 구워준다.

마들렌

에어프라이어/윗단
베이킹트레이 + 마들렌 틀
예열 180℃ 10-12분

재료(6개)

박력분 50g, 베이킹파우더 1g, 설탕 30g, 꿀 15g, 달걀 1개, 녹인버터 50g, 레몬 1/4개

준비

1. 박력분과 베이킹파우더는 체에 친다.
2. 레몬껍질을 곱게 다지고 과육은 즙을 짠다.

만들기

1. 설탕과 꿀, 달걀을 잘 섞는다
2. 1)에 체에 친 가루를 넣어 섞는다.
3. 녹인버터와 레몬즙, 레몬껍질을 넣어 잘 섞어준다
4. 마들렌틀에 일정하게 반죽을 채운다.
5. 예열된 에어프라이 180℃ 10-12분 간 굽는다.

*반죽은 냉장고에서 1시간정도 휴지시킨후 구우면 모양도 잘 나고 풍미도 좋아요.

당근머핀

에어프라이 /아랫단
베이킹트레이 +머핀틀
예열 170℃ 20-25분

재료(6개)

박력분 150g, 베이킹파우더 4g, 시나몬 4g, 소금 1g, 황설탕 120g, 올리브오일 120g, 달걀 2개g, 당근 150g, 호두 50g

프로스팅

버터 30g, 크림치즈 70g, 레몬제스트 1개분량, 슈가파우더 100g

준비

- 1.박력분, 베이킹파우더, 시나몬은 체에 친다.
- 2.당근과 호두는 각각 다진다.

만들기

1. 올리브오일에 달걀과 황설탕, 소금을 넣어 잘 섞어준다.
2. 당근과 호두를 넣어 잘 섞어준다.
3. 2)에 체에친 가루를 넣어 섞어준다.
4. 머핀틀에 반죽을 나누어 넣는다.
5. 예열된 에어프라이 170℃ 20-25분 굽는다.
6. 버터, 크림치즈, 레몬제스트, 슈가파우더를 부드럽게 섞는다.
7. 완전히 식은 당근머핀에 프로스팅을 올려준다.

호두무화과바

에어프라이 /아랫단
베이킹트레이 +사각팬
예열 180℃ 30-35분

재료

박력분 150g, 베이킹파우더 5g, 시나몬 파우더 2g, 아몬드 파우더 50g, 두유 100ml, 꿀 90g, 소금 1g, 올리브오일 50g, 말린무화과 200g, 호두 100g

준비

1. 박력분, 베이킹파우더, 시나몬파우더를 체에 친다.
2. 말린무화과와 호두를 굵게 다진다.

만들기

1. 두유, 꿀, 소금, 올리브오일을 섞은 후 아몬드파우더를 넣어 섞는다.
- 2.1)에 말린무화과와 호두를 넣어 섞는다.
- 3.2)에 체에 친 가루를 넣어 가루가 보이지 않을 때까지 섞는다.
4. 사각 트레이에 반죽을 꼭꼭 눌러 담는다.
5. 예열된 에어프라이 180℃ 30-35 굽는다.
6. 식으면 1cm 폭으로 썬다.

참쌀파이

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이 +원형틀

예열 180℃ 30-35분

재료

참쌀가루(습식용) 2.5컵, 베이킹파우더 5g, 설탕 30g, 우유 1/2컵, 호두 20g, 완두배기(또는 팥배기) 150g, 건포도 30g, 올리브오일 약간

준비

1.호두는 굵게 다진다.

만들기

- 1.참쌀가루에 베이킹파우더, 설탕을 넣어 섞는다.
2. 1)에 호두, 완두배기, 건포도를 넣어 섞는다.
3. 우유를 넣어 섞는다.
4. 원형틀에 올리브오일을 골고루 바르고 반죽을 넣는다.
5. 예열된 에어프라이 180℃ 30-35분 간 굽는다.

*참쌀가루의 수분에 따라 우유의 양을 조절한다.

커피쿠키

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 170℃ 13-15분

재료(16-20개)

박력분 130g, 옥수수전분 30g, 버터 120g, 슈가파우더 55g, 소금 1g, 노른자 1개, 커피액상 4g

준비

1.박력분과 옥수수전분은 체에 친다

만들기

1.버터는 실온에 두어 부드럽게 만든후 슈가파우더와 소금을 넣어 잘 섞는다.

2.1)에 노른자를 넣어 잘 섞어준다.

3.박력분과 옥수수전분, 커피액상을 넣어 부드럽게 잘 저어준다.

4.잘주머니에 넣어 베이킹트레이에 일정한 간격으로 짜준다.

5.예열된 에어프라이 170℃ 13-15분간 굽는다.

*커피액상은 에스프레소나 인스턴트커피를 진하게 타서 사용한다.

그레놀라

에어프라이/아랫단

베이킹트레이

예열 160℃ 20-25분

재료:オート밀 150g, 견과류(아몬드, 피칸등) 100g, 건포도 30g, 시나몬파우더 1작은술,

시럽: 메이플시럽 60g, 황설탕 40g, 올리브오일 30g, 소금 약간

준비

1.オート밀에 견과류와 시나몬파우더를 넣어 잘 섞어준다.

만들기

1.시럽재료를 넣어 보글보글 끓인다.

2.섞어놓은オート밀에 끓인시럽을 넣어 잘 섞어준다.

3.베이킹트레이에 종이호일을 깔고 2)를 펼쳐준다.

4. 예열된 에어프라이 160℃ 20-25분 굽는다.

*이때 중간에 1-2회정도 뒤적여주면서 구워주고 건포도등의 과일을 5분정도 남겨놓고 섞어준다.

바스크치즈케이크

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이 +원형 3호틀

예열 200℃ 25분 / 180℃ 20-25분

재료

크림치즈 350g, 설탕 120g, 소금 2g . 달걀 3개, 생크림 150, 바닐라에센스 1g, 밀가루 30g

준비

1.달걀과 생크림은 실온에 둔다.

만들기

1. 크림치즈에 설탕과 소금을 넣어 잘 섞는다.

2. 1)에 달걀을 하나씩 넣어 섞어준다.

3. 생크림과 바닐라에센스를 넣어 잘 섞은 후 밀가루를 넣어 섞는다.

4. 원형틀에 유산지를 깔고 반죽을 넣는다.

5. 예열된 에어프라이 200℃ 25분로 구운후 180℃ 20-25분 더 굽는다.

슈크림

오븐+스팀, 에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 오븐+스팀 180℃ 2분, 에어프라이 180℃ 20-22분

재료(20개)

물 60g, 버터 50g, 박력분 50g, 달걀 1.5-2개, 소금 1g, 생크림 (또는 커스타드 크림) 적당량

준비

- 1.크림을 준비하여 냉장고에 차게 보관한다.
2. 달걀을 잘 풀어준다.

만들기

- 1.물에 버터를 넣어 끓인다.
2. 1)에 박력분, 소금을 넣어 주걱으로 저으면서 죽처럼 쑈다.
3. 버터와 박력분이 한덩어리로 뭉쳐지면 달걀을 조금씩 넣어 가며 잘 저어 부드럽게 반죽을 만든다.
4. 찰주머니에 반죽을 넣어 베이킹트레이에 일정한 크기로 찐다.
5. 예열된 오븐+스팀 180℃ 2분 구운후 , 에어프라이 180℃ 20-22분 더 굽는다.
6. 슈가 완전히 식으면 기호에 따라 생크림이나 커스타드크림을 채운다.

option!

커스타드크림: 우유 250g, 달걀 노른자 50g, 설탕 50g, 박력분 10g, 녹말가루 10g, 버터 10g, 바닐라빈 1/5개

- 1)달걀노른자에 설탕을 넣어 잘 섞는다.
- 2)우유에 1)의달걀노른자, 바닐라빈을 넣어 잘 풀어준다.
- 3)박력분과 녹말가루를 2)에 넣어 잘 섞은 후 끓여준다.
- 4)걸쭉하게 끓여지면 버터를 넣고 불을 끈후 잘 섞어서 냉장고에 차게 보관한다.

치아파타

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 190℃ 10-12분

재료(3개)

강력분 200g, 이스트 2g, 설탕 10g, 소금 3g 물 150g, 올리브오일 20g, 덧밀가루 약간

준비

1.물은 30 ℃ 정도로 미지근하게 준비한다.

만들기

1.미지근한 물에 이스트, 설탕, 올리브오일을 넣어 섞은 후 소금을 넣어 섞는다.

2.1)에 강력분을 넣어 한덩어리가 되게 반죽한다.

3.발효기능에 넣어 30분정도 발효한다.

4.반죽을 반죽을 돌려가며 네면은 접어준다.

5.발효기에 넣어 20분정도 발효한후 다시 네면을 접어준다.

6.발효기에 넣어 다시 20분 정도 발효시킨후 다시 네면을 접어준후 다시 20분정도 발효시킨다.

7.덧밀가루를 뿌리고 반죽을 가볍게 눌러 펴준다.

8.3등분으로 나누어 베이킹트레이에 다고 천을 덮어 실온에서 20분정도 둔다.

9.예열된 베이킹 190도에서 10-12분간굽는다.

감빠뉴

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이 + 무쇠냄비

예열 230°C 20분 , 220°C 15-20분

재료

강력분 300g, 이스트 2g, 소금 5g, 물 240g, 덧밀가루 약간

준비

1.물은 30°C정도로 미지근하게 준비한다.

만들기

1.미지근한 물에 이스트, 소금을 넣어 섞는다.

2.1)에 강력분을 넣어 한덩어리가 되게 반죽한다.

3.발효기능에 넣어 1시간 발효한다.

4.반죽을 꺼내어 덧밀가루를 뿌려 돌려가며 당겨서 반죽을 여러번 접어준다.

5.발효기에 넣어 마르지 않도록 랍을 씌워 30분정도 발효한다.

6.무쇠냄비에 종이호일을 깔고 반죽을 넣은후 20분정도 실온에 둔다..

7.반죽에 예리한 칼로 반죽 윗면에 칼집을 넣는다.

8.뚜껑을 덮고 예열된 에어프라이 230°C 20분 굽는다.

9.뚜껑을 열고 예열된 에어프라이 220°C 15-20분 굽는다.

미니식빵

에어프라이/아랫단

베이킹트레이 +사각머핀틀

예열 170℃ 20-23분

재료(6개)

강력분 200g, 소금 2g, 이스트 4g, 설탕 5g, 꿀 10g, 우유 180g, 버터 20g

달걀물

달걀노른자 1개, 우유 1/4컵

준비

1.우유를 미지근하게 데운후 꿀, 버터를 넣어 섞는다. (30도)

만들기

1.강력분에 소금, 이스트, 설탕을 넣어 섞는다.

2. 1)에 우유를 넣어 한덩어리를 만들어준다.

3. 발효기능에 넣어 40도에서 10분간 발효시킨후 반죽을 사방으로 당겨서 접어준다.

4. 다시 발효기능에 넣어 20분간 발효시키고 다시 반죽을 사방으로 당겨서 접어준다(2회 반복)

5. 반죽이 2배정도로 부풀면 꺼내어 6개로 나누어 둥굴리기를 한후 실온에서 랍을 덮어서 10분정도 휴지를 시킨다.

6. 반죽은 4개로 나누어서 둥굴리기하여 머핀틀에 넣고 10분정도 발효시킨다.

7. 달걀물을 잘 섞어서 반죽에 발라주고 예열된 에어프라이어 170℃ 20-23분 간 굽는다.

*뜨거울 때 버터를 발라주면 더 촉하고 맛있다.

크림브뤼레

에어프라이어 /아랫단

베이킹트레이

예열 150℃ 30-35분

재료(2개)

생크림 140g, 우유 30g, 설탕 30g, 노른자 3g0, 바닐라빈 1/4개, 카라멜라이징 설탕 적당량

준비

1.바닐라빈을 칼로 갈라준다

만들기

- 1.노른자에 설탕 반을 넣어 잘 섞어준다.
2. 생크림과 우유, 남은 설탕과 바닐라빈을 넣어 냄비에서 끓지 않을정도로 데워준다.
3. 2)에 1)의 노른자를 넣어서 잘 풀어준다.
4. 반죽을 그릇에 담고 중탕으로 예열된 에어프라이 150℃ 30-35분 간 굽는다.
5. 익힌 크림을 냉장고에서 2-3시간동안 차게 식힌다.
6. 설탕을 뿌리고 토치로 갈색을 태워서 갈색을 만들어준다.

*중탕을 오븐용기에 끓는물을 담고 반죽을 담은 용기를 올려 익힌다.

가지피자

에어프라이 /윗단

베이킹트레이

예열 180°C 10-15분

재료

가지 2개, 양파 1/4개, 다진마늘 1큰술, 베이컨 2줄, 토마토 소스 1/2컵, 모짜렐라 치즈 150g, 소금, 후추가루, 올리브오일 약간

준비

- 1.가지는 세로로 반으로 갈라 속을 긁어내어 보트모양을 만든다.
- 2.가지속, 양파, 베이컨은 다진다.

만들기

- 1.올리브오일을 두르고 다진양파와 다진마늘을 볶다가 베이컨을 넣어 볶는다.
2. 1)에 가지속을 넣어 볶은후 토마토 소스를 넣어 끓인후 소금, 후추가루로 간을 한다
3. 잘라둔 가지에 2)를 채우고 모짜렐라 치즈를 올린다.
4. 예열된 에어프라이 180°C 10-15분 굽는다.

스터프드치킨

에어플라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 200℃ 15-18분

재료

닭가슴살 2조각, 크림치즈 150g, 다진마늘 1큰술, 시금치 80, 슈레드치즈 30g, 소금, 후추가루, 파프리카 가루, 올리브약간, 오일 1큰술

준비

- 1.닭가슴살은 한쪽면에 칼집을 넣어 주머니처럼 만들어둔다.
- 2.시금치는 굵게 다진다.

만들기

- 1.크림치즈를 부드럽게 만든 후 시금치와 다진마늘, 슈레드치즈를 넣어 잘 섞어 소금, 후추가루로 간을 한다.
- 2.닭가슴살에 1)을 채우고 소금, 후추가루, 파프리카가루를 골고루 뿌린후 올리브오일을 뿌린다.
- 3.예열된 에어프라이 예열 200℃ 15-18분 굽는다.

닭다리레몬소스구이

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 200℃ 25-30분

재료

닭다리 6개, 레몬 1/2개, 파슬리 가루 약간

닭고기마리네이드

카레가루 2큰술, 올리브오일 1큰술, 꿀 1큰술, 다진마늘 1큰술, 소금, 후추가루 약간

레몬소스

꿀 2큰술, 화이트와인 2큰술, 레몬즙 2큰술, 물 1/4컵, 간장 1큰술, 올리브오일 1큰술, 레몬제스트 1큰술, 소금, 후추가루 약간

준비

1. 닭다리에는 잔칼집을 넣는다.
2. 닭고기마리네이드 재료를 잘 섞어서 닭다리에 20분 정도 재워둔다.

만들기

1. 베이킹트레이에 마리네이드한 닭다리를 올린다.
2. 예열된 에어프라이 200℃ 25-30분 굽는다.
3. 팬에 소스재료를 모두 넣고 되직할때까지 5분정도 끓인다.
4. 닭다리에 소스를 뿌린다.

감자그라탕

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 220℃ 10-12분

재료

감자 2개, 양파 1/2개, 양송이버섯 2개, 베이컨 2줄, 모짜렐라 치즈 80g, 슈레드치즈 30g, 올리브오일 1큰술, 소금, 후추가루 약간

화이트소스

버터 20, 밀가루 20, 우유 300ml, 소금, 후추가루 약간

준비

- 1.감자는 전자레인지에 익히거나 삶아서 으갠다.
- 2.양파는 채썰고 양송이버섯은 슬라이스하고 베이컨은 굵게 다진다.

만들기

- 1.화이트소스를 만든다. 버터를 녹여서 밀가루를 볶다가 우유를 넣어 잘 풀어서 소금, 후추가루로 간을 한다.
- 2.팬에 올리브오일을 두르고 양파와 베이컨을 볶다가 양송이버섯을 볶아 소금, 후추가루로 간을 한다.
3. 2)에 감자와 화이트소스를 넣어 잘 섞어준다.
4. 그라탕용기에 3)을 담고 모짜렐라치즈와 슈레드치즈를 골고루 뿌린다.
5. 예열된 에어프라이어 220℃ 10-12분 익힌다.

호두정과

에어프라이 /윗단

베이킹트레이+에어프라이 바구니

예열 160°C 4-5분, 170°C 8-10분

재료

호두 300g, 물 120g, 설탕 60g, 물엿 60g

준비

1. 호두는 끓는 물에 데쳐 건져 뽕은맛을 제거해준다.

만들기

1. 에어프라이 바구니에 데친 호두를 펴서 담고 예열된 에어프라이 160°C 4-5분 굽는다.

2. 팬에 설탕, 물, 물엿을 넣어 저지 않고 가운데 설탕이 녹을때까지 끓인다.

3. 구운 호두를 넣어 시럽코팅을 해준다. 거의 졸아들때까지 저어주면서 끓인다.

4. 시럽이 굳기전에 베이킹트레이에 펼쳐 담는다.

5. 예열된 에어프라이 170°C 8-10분 굽는다.

*밀폐용기에 담아 보관해야 바삭하다

에그머핀

에어프라이/아랫단

베이킹트레이

예열 160℃ 15-17분

재료(6개)

달걀 6개, 파프리카 1/2개(빨갈+노랑), 양파 1/4개, 실파2-3줄기, 베이컨 6줄, 모짜렐라 치즈 80g, 소금, 후추가루

준비

- 1.달걀을 잘 풀어준다.
- 2.파프리카, 양파는 굵게 다지고 실파는 송송 썬다.
- 3.머핀틀에 기름을 골고루 칠한다

만들기

- 1.달걀에 다진채소를 넣어 섞어서 소금, 후추가루로 간을 한다.
- 2.머핀틀에 베이컨을 둘러주고 1)의 달걀물을 골고루 채워준다.
- 3.예열된 에어프라이 160℃ 15-17분 굽는다.

버섯타파스

에어프라이/윗단

베이킹트레이

예열 200℃ 10-12분

재료

양송이버섯 10개, 초리조(또는 베이컨) 30, 다진마늘1큰술, 다진파슬리 1작은술, 올리브오일 2큰술, 레몬즙 1작은술, 소금, 후추가루 약간

준비

- 1.양송이버섯은 기둥을 떼어낸다.
- 2.초리조는 굵게 다진다.

만들기

1. 다진마늘, 다진파슬리, 올리브오일, 레몬즙을 섞어서 소금, 후추가루로 간을 한다.
2. 기둥을 떼어낸 양송이버섯에 1)을 골고루 채운다.
3. 2)에 다진 초리조를 올린다.
4. 예열된 에어프라이 200℃ 10-12분 굽는다.

훈제오리구이

에어프라이어 /윗단
베이킹트레이
예열 210℃ 10-12분

재료
훈제오리 300g, 허니머스타드 적당량

만들기
1. 베이킹트레이에 훈제오리를 펴서 담는다.
2. 예열된 에어프라이 210℃ 10-12분 굽는다.

소떡소떡

에어프라이어 /윗단

베이킹트레이

예열 230℃ 7-8분

재료

소세지 12개, 떡 12개, 꼬치 4개, 파슬리가루 약간

양념

고추장 1큰술, 토마토케첩 2큰술, 물엿 1큰술, 설탕 1큰술,

준비

- 1.소시지는 칼집을 넣어준다.
- 2.양념재료를 섞는다

만들기

- 1.꼬치에 떡과 소시지를 번갈아 끼운다
- 2.양념장을 앞뒤로 골고루 발라준다.
3. 예열된 에어프라이 230℃ 7-8분 굽는다.

치킨 샐러드

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 200℃ 10-12분

재료

남은치킨(또는 냉동치킨)1/4마리분, 샐러드 채소 100g, 방울토마토 4-5개, 올리브 3-4개, 건포도 1큰술

드레싱

양파 1/4개, 파프리카 1/6개, 올리브오일 3큰술, 식초 1큰술, 설탕 1작은술, 소금,후추가루 약간

준비

1.먹다 남은 치킨은 뼈를 발라내고 베이킹트레이에 담아둔다.

만들기

- 1.예열된 에어프라이 200 ℃ 10-12 분 데운다.
- 2.샐러드채소, 올리브, 방울토마토 먹기 좋게 썰어준다.
- 3.양파, 파프리카는 채썰어 나머지 재료와 섞어서 드레싱을 만든다.
4. 준비한 채소를 그릇에 담고 드레싱을 뿌린후 데운 치킨을 올린다.

소금빵

에어프라이/아랫단

베이킹트레이

예열 180℃ 7-8분

재료: 모닝빵 6개, 버터 80g, 스트링치즈 40g, 녹인버터 1큰술, 소금 약간

준비

- 1.모닝빵은 옆으로 칼집을 넣어준다.
- 2.버터와 스트링치즈는 6조각으로 준비한다

만들기

- 1.칼집을 넣은 모닝빵에 버터와 스트링치즈를 채워준다.
- 2.모닝빵위에 녹인버터를 골고루 발라주고 소금을 약간씩 뿌린다
- 3.예열된 에어프라이 180℃ 7-8분 굽는다.

냉동피자

에어프라이 /윗단

베이킹트레이

예열 220℃ 15-16분

재료: 냉동피자 1판

만들기

- 1.냉동피자를 베이킹트레이에 담는다.
- 2 예열된 에어프라이 220℃ 15-16분 굽는다.

김구이

에어프라이 /아랫단

베이킹트레이

예열 180℃ 4-5분

재료

김 5장, 참기름, 고운소금 약간

만들기

1. 김에 참기름을 골고루 바르고 소금을 뿌려 차곡차곡 재운다.
2. 베이킹트레이에 그릴랙을 올리고 김은 5장을 그대로 올린다.
3. 예열된 에어프라이 180℃ 4-5분 구운후 먹기 좋은 크기로 썬다.

오븐멸치볶음

에어프라이/윗단

베이킹트레이

예열 180°C 8-10분

재료

중멸치 50g, 아몬드슬라이스 50g

양념재료

고추장 1큰술, 간장 2작은술, 설탕 1작은술, 물엿 1큰술, 깨소금 1작은술

준비

1. 양념재료를 섞어준다.

만들기

1. 베이킹트레이에 종이호일을 깔고 멸치와 아몬드를 올린다.

2. 예열된 에어프라이어 180°C 8-10분 굽는다.

3. 양념에 2)를 넣어 잘 섞는다.

요거트토스트

에어프라이어/윗단

베이킹트레이

예열 180°C 6-7분

재료

식빵 2조각 , 토핑용과일(계절과일, 바나나등), 메이플시럽 적당량, 슈가파우더 약간

요거트토피

그릭 요거트 100g(1/2컵), 달걀 1개, 설탕 15g, 계피가루 약간, 바닐라 빈 약간

준비

- 1.빵은 가운데를 눌러 공간을 만들어준다.
- 2.요거트 토피재료를 잘 섞어준다.
- 3.과일은 적당한 크기로 썬다

만들기

- 1.식빵에 요거트토피재료를 올리고 과일을 올려준다.
- 2.예열된 에어프라이어 180°C 6-7분 굽는다.
- 3.메이플시럽을 뿌리고 슈가파우더를 뿌려 장식한다

*기호에 따라 견과류를 뿌려주세요.

양파베이컨말이구이

에어프라이/윗단

베이킹트레이

예열 200°C 10-12분

재료

베이컨 20줄, 양파 1개

준비

1.양파는 1cm 두께로 링모양으로 썬다.

만들기

1.양파링에 베이컨을 한줄씩 돌돌 감아준다.

2.베이킹트레이에 그릴랙을 올리고 1)의 양파를 가지런히 올린다.

3.예열된 에어프라이 200°C 10-12분 굽는다.

냉동생지크로와상

에어프라이/아랫단

베이킹트레이

발효 40℃ 1시간, 예열 180℃ 13-15분

재료

냉동생지(크로와상) 6개

준비

1. 냉동생지는 베이킹트레이에 가지런히 올린후 40분정도 해동한다.

만들기

1. 발효 40℃ 1시간 발효한다.

2. 예열된 에어프라이 180℃ 13-15분 굽는다

벌집두부구이

에어프라이어/아랫단

베이킹트레이

예열 200°C 18-20분

재료

두부 1모, 통깨, 레드페퍼 약간

양념

간장 2큰술, 설탕 1작은술, 올리브오일 2큰술, 깨소금 1/2큰술, 후추가루,

준비

1. 양념재료를 섞어준다

만들기

1. 두부는 끝이 떨어지지않게 칼집을 격자로 넣는다.
2. 칼집 사이사이에 양념을 뿌려주고 레드페퍼를 뿌린다.
3. 예열된 에어프라이 200°C 18-20분 굽는다

깨찰빵

오븐+스팀 /아랫단

베이킹트레이

예열 오븐+스팀 180°C 2분, 180°C 에어프라이어 7분,

오븐+스팀 180°C 5분, 180°C 에어프라이어 11분

재료(9개)

깨찰빵 믹스 1봉지(250), 달걀 1개, 우유 90g,

준비

1.달걀과 우유를 섞어서 잘 풀어준다.

만들기

1.깨찰빵 믹스에 달걀과 우유를 넣어 잘 섞어준다.

2.9등분(40g씩)하여 둥글리기를 한다.

3.베이킹트레이에 담고 예열된

오븐+스팀 180°C 2분, 180°C 에어프라이 7분,

오븐+스팀 180°C 5분, 180°C 에어프라이 11분 간 굽는다.

*깨찰빵에 스팀을 주면서 구워주면 겉은 바삭하고 속은 촉촉하게 만들어진다.

돼지등갈비구이

오븐+스팀 /아랫단

베이킹트레이

예열 200℃ 15-20분 , 220℃ 10분

재료

돼지등갈비 1대, 양파 1개, 소금, 후추가루 약간

양념

토마토 케첩 4큰술, 고추장 2큰술, 물엿 1큰술, 설탕 1큰술, 굴소스 1작은술, 다진마늘 1큰술, 물 1/4컵

준비

- 1.돼지등갈비는 반으로 나누어 찬물에 30분정도 담갔다가 건져 물기를 뺀다.
- 2.양념을 냄비에 넣어 끓여서 3-4분정도 윤기나게 졸여준다.
- 3.양파는 1cm 두께로 썰어준다.

만들기

- 1.베이킹트레이에 양파를 깔아주고 돼지등갈비를 올린후 소금, 후추가루를 뿌린다.
- 2.예열된 오븐+스팀 200℃ 15-20분 굽는다.
- 3.2)의 등갈비에 양념을 골고루 발라준후 오븐 +스팀 220℃ 10분 굽는다.

*이때 중간에 양념을 2-3회정도 더 발라주면 윤기나게 구울수 있다.

*양파를 깔아주면 돼지갈비를 부드럽게 익히고 향신료 역할을 하지만 없다면 생략도 가능하다.

연어데리야끼구이

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 200℃ 10-15분 , 200℃ 5분

재료

연어 2조각(300g), 올리브 오일 약간, 데리야끼 소스 3큰술, 레몬 2조각, 실파 약간

준비

1.연어에 올리브오일을 발라준다.

만들기

1.베이킹트레이에 연어를 올린다.

2.예열된 그릴 200℃ 10-15분 굽는다.

3.데리야끼소스를 골고루 바르고 예열된 그릴 200℃ 5분간 더 굽는다.

4.레몬과 실파를 올린다.

장어구이

에어프라이/윗단

베이킹트레이 +그릴랙

예열 200℃ 10분, 220℃ 10-15분,

재료

장어 2마리, 청주 1큰술

양념

간장 1/2컵, 맛술 1/2컵, 청주 1/4컵, 설탕 2큰술, 대파 1/2대, 마늘 2쪽, 계피 1조각

준비

- 1.장어는 반으로 잘라 청주를 뿌려둔다.
- 2.양념재료를 냄비에 넣고 은근한 불에서 걸쭉하게 졸여준다.

만들기

- 1.베이킹트레이에 그릴랙을 올리고 장어를 올려준다.
- 2.예열된 200℃ 10분 굽는다.
- 3.구워진 장어에 양념재료를 발라 예열된 220℃ 10-15분 구우면서 양념을 2-3회 더 발라준다.

도루묵구이

그릴/윗단

베이킹트레이+그릴랙

예열 220℃ 10-12분

재료: 도루묵(또는 조기/꽁치) 4-5마리, 소금 약간

준비

1.도루묵은 키친타올로 물기를 제거한후 소금을 뿌려준다.

만들기

1.베이킹트레이에 그릴랙을 올리고 도루묵을 올린다.

2.예열된 그릴 220℃ 13-15분 굽는다.

더덕구이

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 220°C 7-8분

재료

더덕 8뿌리, 굵은소금약간

양념

고추장 2큰술, 고춧가루 1작은술, 간장 1작은술, 설탕 1작은술, 물엿 1작은술, 참기름 1/2큰술, 깨소금 1작은술

준비

- 1.더덕은 껍질을 벗기고 물에 씻은 다음 큰 것은 반으로 가르고 찬물에 굵은소금을 넣고 10분정도 절여 물기를 빼고 방망이로 두들긴다.
- 2.양념재를 섞어준다.

만들기

- 1.더덕에 양념을 골고루 발라준다.
- 2.베이킹트레이에 더덕을 올린다.
- 3.예열된 그릴 220°C 7-8분 굽는다.

떡산적

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 220℃ 8-10분

재료

쇠고기(불고기용) 300g, 가래떡 150g, 꼬치, 올리브오일 약간

쇠고기양념

간장 2큰술, 설탕 1작은술, 물엿 1큰술, 청주 1큰술, 다진파 1큰술, 다진마늘 1작은술, 깨소금 1작은술, 참기름 1/2큰술, 후추가루 약간

준비

- 1.쇠고기는 적당한 크기로 자른다.
- 2.쇠고기양념재료를 잘 섞어서 쇠고기에 넣고 버무려준다.
- 3.떡은 2-3cm 길이로 썰어 올리브오일에 버무린다.

만들기

- 1.꼬치에 양념한 쇠고기와 떡을 번갈아 꿰는다.
- 2.베이킹트레이에 1)의 꼬치를 가리전히 올린다.
- 3.예열된 그릴 220℃ 8-10분 굽는다.

복어양념구이

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 200℃ 10-12분

재료

복어 1마리, 통깨 약간

양념

고추장 2큰술, 고춧가루 1작은술, 간장 1작은술, 설탕 1작은술, 물엿 1작은술, 참기름 1/2큰술, 다진파 1큰술, 다진마늘 1/2작은술, 후추가루 약간

준비

- 1.복어는 찬물에 불려서 껍질이 부드러워지면 물기를 꼭 짠다.
- 2.양념재료를 섞는다.

만들기

- 1.복어는 적당한 크기로 잘라 껍질이 오그라들지 않도록 칼집을 넣는다.
- 2.복어에 양념을 앞뒤로 골고루 발라준다.
- 3.베이킹트레이에 복어를 올린다.
- 3.예열된 그릴 200℃ 10-12분 굽는다.

단호박허브구이

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 200℃ 15-20분

재료

단호박 1/2개, 올리브오일 2큰술, 허브솔트 약간

준비

1. 단호박은 적당한 크기로 썬다.

만들기

1. 단호박에 올리브오일, 허브솔트를 넣어 잘 섞어준다.

2. 베이킹트레이에 1)의 단호박을 올린다.

3. 예열된 그릴 200℃ 15-20분 굽는다.

함박스테이크

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 230℃ 15-20분

재료

쇠고기(다진 것) 150g, 돼지고기(다진 것) 150g, 빵가루 1/2컵, 달걀 1개, 토마토 케첩 1큰술, 양파 1/4개, 당근 약간, 다진마늘 1큰술, 소금, 후추가루 약간, 데미글라스 소스 (또는 스테이크소스) 1/2컵

준비

1. 양파, 당근은 곱게 다진다.

만들기

1. 쇠고기, 돼지고기, 빵가루, 달걀, 토마토케첩을 넣어 섞는다.
2. 1)에 다진양파, 당근, 다진마늘, 소금, 후추가루를 넣어 매끈하게 치대어준다.
3. 반으로 나누어 동그랗게 스테이크 모양을 만든다.
4. 베이킹트레이에 함박스테이크를 올린다.
5. 예열 그릴 230℃ 15-20분 굽는다.
6. 기호에 맞게 데미글라스소스(또는 스테이크소스)를 곁들인다.

파프리카구이(절임)

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 200℃ 20-23분

재료

파프리카 3개, 올리브오일 1/4컵, 식초 1큰술, 마늘 2톨, 소금 1/2작은술, 로즈마리 1줄기

준비

1.마늘은 편으로 썬다.

만들기

1.파프리카는 꼭지째 베이킹트레이에 올린다.

2.예열된 그릴 200℃ 20-23분 굽는다.

3.파프리카는 뜨거울 때 볼에 담고 랍이나 뚜껑을 덮어서 식힌후 껍질을 잘 벗긴다.

4.파프리카가 0.5cm 두께로 채 썬후 밀폐용기에 담고 마늘, 올리브유, 식초, 소금, 로즈마리를 넣어 섞은 후 보관한다.

닭봉허브버터구이

그릴/윗단

베이킹트레이

예열 200℃ 20-25분

재료

닭봉 500g, 소금, 후추가루, 허브약간 , 버터 2큰술

준비

- 1.버터는 전자렌지에서 녹여준다.
- 2.닭봉에 칼집을 넣어준다.

만들기

- 1.닭봉에 소금, 후추가루, 허브를 뿌려 버무린다.
- 2.녹인버터를 1)에 넣어 버무린다.
- 3.예열된 그릴 200℃ 20-25분 굽는다.

채소건조

오븐건조/아랫단

에어프라이바스켓

재료

애호박, 가지, 무, 버섯 적당량

준비

1. 애호박, 가지, 무는 일정한두께로 썰고, 버섯은 편으로 썬다.

만들기

1. 에어프라이바스켓에 준비한 채소들을 펼쳐준다.

2. 오븐건조기능으로 2시간-3시간 건조해준다.

고구마말랭이

스팀/ 오븐건조/아랫단

에어프라이 바스켓

스팀 100℃ 10-15분/ 오븐건조 90분

재료

고구마 2개 (500g)

준비

1.고구마는 껍질을 벗기고 손가락 두께로 썬다.

만들기

1.에어프라이바스켓에 고구마를 올린다.

2. 스팀 100℃ 10-15분 익힌다.

3. 오븐건조 90분 한다.

요거트

발효/아랫단

오븐트레이 +유리볼

발효 40℃ 5-6시간

재료

우유 1L, 스타터 1봉지

만들기

- 1.우유에 스타터를 넣어 잘 섞는다.
- 2.발효 40℃ 5-6시간 발효한다.

요거트레이치즈케이크

발효/아랫단

재료

요거트 400g, 생크림 200g, 설탕 50g, 젤라틴 5g, 물 1.5큰술, 블루베리잼 적당량

시트재료

다이제스티브 5개, 버터 20g

준비

1. 발효한 요거트는 면보나 키친타올을 깔고 2-3시간정도 냉장고에 두어 유청을 빼준다.
(유청분리가 사용하면 편하다)
2. 다이제스티브쿠키는 비닐에 넣고 밀대로 밀어서 잘게 부수어 부드러운 버터를 넣어 섞어준다.
3. 사각 트레이에 다이제스티브와 버터 섞은 시트를 꼭꼭 눌러담고 냉장고에 넣어 차갑게 한다.
3. 젤라틴은 물에 불려준다.

만들기

1. 전자렌지 용기에 생크림 50ml를 넣고 전자렌지에 30초 데운 다음 불린 젤라틴을 넣어 녹인다
2. 1)에 요거트, 설탕을 넣고 거품기로 잘 섞은 후 나머지 생크림을 넣어 섞는다.
3. 냉장고에 굳혀 놓은 시트에 2)를 담고 냉장고에서 2시간정도 차갑게 굳힌다.
4. 블루베리잼에 뜨거운물을 약간 섞어서 케이크 위에 뿌린다.

카이막

보온/아래단
베이킹트레이
보온 5시간

재료
우유 500ml, 생크림 500ml

준비
1. 우유와 생크림을 잘 섞는다.

만들기
1. 전자렌지용그릇에 담고 보온에서 5시간정도 둔다.
2. 냉장고에 차게 보관해 둔다.
3. 굳어진 크림을 건어내면 카이막이 완성된다.
* 냉장고에 차게 보관했다가 꿀을 뿌려서 먹는다.

밥데우기

전자레인지 2분

재료: 밥 (또는 즉석밥)1공기

만들기

- 1.전자렌지 플레이트 중심에 밥을 올린다.
- 2.전자렌지에서 2분 조리한다.

달걀찜

전자레인지 3-4분

재료: 달걀 3개, 물 1/2컵, 다진 당근 1큰술, 다진실파 2큰술, 참치액젓 1작은술, 소금 약간

만들기

1. 달걀은 잘 풀어서 물을 넣어 섞는다.
2. 참치액젓과 소금으로 간을 한후 다진당근, 다진실파를 넣는다.
3. 랩을 씌우고 전자레인지에서 3-4분간 조리한다.

치즈 볶음밥

전자레인지 3분 30초- 4분

재료: 냉동볶음밥 1봉지, 피자치즈 40g

만들기

- 1.냉동밥은 전자렌지용기에 담는다.
- 2.밥위에 피자치즈를 골고루 뿌린다.
- 3.전자레인지에서 3분30초-4분 조리한다.

두부채소찜

전자레인지 5-6분

재료: 두부 1모, 팥이버섯 1/2봉지, 양파 1/4개, 실파 약간

양념: 간장 1큰술, 고춧가루 1/4작은술, 참기름 1큰술, 깨소금 1작은술

만들기

- 1.두부는 1cm 두께로 썰어서 전자레인지용그릇에 담는다.
- 2.양파는 채썰고 팥이버섯은 반으로 실파는 송송 썬다.
- 3.두부에 양파와 팥이버섯을 올리고 전자레인지에서 5-6분 조리한다.
- 4.실파를 뿌리고 양념재료를 섞어서 뿌려준다.

찜만두

스팀

에어프라이 바스켓

스팀 100℃ 10-12분

재료

냉동만두 20개

만들기

1. 냉동만두는 에어프라이바스켓에 가지런히 올린다.
2. 스팀으로 10-12분 익힌다.

꽃빵

스팀

에어프라이 바스켓

스팀 100℃ 8-10분

재료

냉동꽃빵 10개

만들기

- 1.에어프라이 바스켓에 냉동꽃빵을 가지런히 올린다.
- 2.스팀으로 8-10분간 익힌다.

옥수수두유찐빵

스팀

베이킹트레이

스팀 100℃ 20-25분

재료(6개)

박력분 160g, 베이킹파우더 6g, 달걀 1개, 설탕 90g, 소금 1g, 두유 120g, 올리브오일 1큰술, 옥수수(통조림) 50g

만들기

1. 달걀에 설탕과 소금을 넣어 잘 풀어준후 두유, 올리브오일을 넣어 섞는다.
2. 박력분과 베이킹파우더를 체에 쳐서 1)에 넣어 섞어준다.
3. 옥수수를 넣어 잘 섞는다.
4. 머핀틀에 반죽을 나누어 넣고 스팀 100℃ 20-25분 익힌다.

송편

스팀

에어프라이 바스켓

스팀 100°C 20-25분

재료

멥쌀가루 3컵, 소금 1/2작은술, 뜨거운물 3-4큰술, 참기름 약간

송편소

밤, 콩, 깨 적당량

만들기

- 1.쌀가루에 소금, 뜨거운물을 넣고 익반죽한다.
- 2.송편소를 넣어 송편을 만든다.
- 3.에어프라이 바스켓에 송편을 담고 스팀 100°C 20-25분 익힌다.
- 4.뜨거울 때 참기름을 발라준다.

꽃게찜

스팀

에어프라이 바스켓

스팀 100°C 20분

재료

꽃게 3-4마리

만들기

- 1.꽃게는 솔로 잘 닦아서 물기를 뺀다.
- 2.에어프라이 바스켓에 올리고 스팀으로 20분간 익힌다.

가지나물

스팀

에어프라이 바스켓

스팀 100℃ 10-15분

재료

가지 2개

양념

국간장 1작은술, 참기름 1큰술, 깨소금 1큰술, 고춧가루 1/2작은술, 다진파 1큰술

만들기

- 1.가지는 꼭지를 떼어내고 반으로 갈라 3등분한다.
- 2.에어프라이바스켓에 올리고 스팀 100℃ 10-15분 익힌다.
- 3.가지가 식으면 손으로 찢어 양념을 넣어 무친다.

초코칩쿠키

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 170℃ 15-17분

재료(6개분량)

박력분 110g, 베이킹소다 1g, 버터 60g, 흑설탕 50g, 설탕 30g, 소금 1g, 달걀 1/2개, 초코칩 80g

준비

- 1.박력분, 베이킹소다는 체에 친다.
- 2.버터는 실온에서 부드럽게 한다.

만들기

- 1.버터를 부드럽게 저어준후 흑 아, 설탕,소금을 넣어 잘 섞어준다.
- 2.달걀을 1)에 2-3회 나누어 넣어 잘 섞어준다.
- 3.2)에 가루를 넣어 섞다가 초코칩을 넣어 섞는다.
- 4.냉장고에 30분정도 휴지시킨다.
- 5.오븐트레이에 같은 크기로 나누어 올린다.
- 6.예열된 베이킹 170℃ 15-17분 굽는다.

킵펠

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 170°C 15-17분

재료

박력분 130g, 아몬드가루 40g, 버터 100g, 설탕 40g, 소금 1, 달걀 노른자 1개, 덧밀가루 약간

준비

1.박력분, 아몬드가루는 체에 친다.

만들기

1.버터를 실온에서 부드럽게 저어준다.

2.설탕, 소금을 넣어 섞어준후 달걀 노른자를 넣어 잘 섞어준다.

3. 2)에 체에 친 가루를 넣어 섞어 한덩어리가 되록 뭉쳐 냉장고에서 30분정도 휴지시킨다.

4. 덧밀가루를 약간 뿌리고 반죽을 일정한 크기로 나누어 소뿔 모양으로 만들어 오븐트레이에 가지런히 올린다.

5.예열된 베이킹 170°C 15-17분 굽는다.

스모어쿠키

베이킹 /중간단

베이킹트레이

예열 170°C 15-17분

재료(6개)

박력분 180g, 아몬드가루 30g, 베이킹파우더 2g, 베이킹 소다 2g, 버터 100g, 황설탕 100g, 소금 1g, 달걀 1개, 초코칩 50g, 마쉬멜로우 6개

준비

1.박력분, 아몬드가루, 베이킹파우더, 베이킹소다는 체에 친다.

만들기

1.버터는 실온에서 부드럽게 만든 후 황설탕, 소금을 넣어 섞는다.

2.1)에 달걀을 2-3회 나누어 부드럽게 섞어준다.

3.체어진 가루를 넣어 한덩어리가 되게 섞으면서 초코칩을 넣어준다.

4.반죽을 냉장고에서 20분정도 휴지시킨다.

5.반죽을 6등분으로 나누어 한덩어리에 마쉬멜로우 하나씩을 넣고 감싸준다.

6.오븐트레이에 올린다.

7.예열된 베이킹 170°C 15-17분 굽는다.

마쉬멜로우쿠키

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 120℃ 25-30분

재료

마쉬멜로우 10개, 통아몬드 10개

만들기

- 1.마쉬멜로우를 오븐트레이에 가지런히 올린다
- 2.예열된 베이킹 120℃ 25-30분 굽는다.
- 3.마쉬멜로우에 아몬드를 올려 눌러준다.
- 4.완전히 식혀서 보관한다.

오렌지비스코티

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 160℃ 15-18분, 150℃ 10-12분

재료

오렌지 1/2개, 박력분 200g, 베이킹파우더 5g, 설탕 80g, 아몬드 80g, 마른과일(건포도, 건크랜베리등) 60g, 달걀 2개

준비

- 1.오렌지 껍질을 곱게 다지고 과육은 즙을 낸다.
- 2.박력분, 베이킹파우더를 체에 친다.

만들기

- 1.달걀에 설탕을 잘 섞는다.
- 2.1)에 체에 친 가루와 아몬드, 마른과일, 오렌지즙, 오렌지필을 넣어 섞는다.
- 3.반죽이 한덩어리로 뭉쳐지면 1cm 두께로 편다.
- 4.오븐트레이에 반죽을 올린다.
- 5.예열된 베이킹 160℃ 15-18분 구운후 식혀서 일정한 두께로 썬다.
- 6.오븐트레이에 가지런히 올리고 예열된 베이킹 150℃ 10-12분 굽는다.

블루베리스콘

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 170℃ 20-23분

재료

박력분 240g, 베이킹파우더 6g, 버터 80g, 설탕 30g, 소금 2g, 달걀 40g, 생크림 80g, 바닐라익스트랙 1g , 냉동 블루베리 80g, 달걀물 적당량(달걀 + 우유)

준비

1. 버터는 잘게 잘라 냉동실에 10분정도 보관해 둔다.
2. 박력분에 베이킹파우더, 소금을 넣고 섞는다.

만들기

1. 박력분에 버터를 넣어 잘게 잘라준다(커터기를 활용해도 된다)
2. 설탕을 넣고 섞어준다.
3. 액체류(달걀, 생크림, 바닐라익스트랙)을 넣고 섞어준다.
4. 반죽이 한덩어리로 뭉쳐지면 6등분하여 오븐트레이에 담고 달걀물을 발라준다.
5. 예열된 베이킹 170℃ 20-23분 굽는다.

호두파이

베이킹 /중간단

오븐트레이+타르트팬 3호

예열 160℃ 18-20분 , 150℃ 30-35분

재료

파이지 : 박력분 130g, 설탕 10g, 버터 80g, 우유 10g, 달걀 노른자 1개,

충전물 : 달걀 3개, 계피가루 2g, 물엿 70g, 버터 20g, 황설탕 50g, 소금 1g, 물 20g, 호두 120g

준비

1.호두는 굵게 다진다.

*덥은 맛이 싫다면 끓는물에 데쳐서 150℃ 10-15분 구어서 사용해도 된다.

2.파이지를 만든다.

박력분에 설탕을 섞고 버터를 깍뚝썰기하여 넣어 스크래퍼로 쌀알크기로 잘라준후 달걀노른자와 우유를 섞어서 넣어 한덩어리로 뭉친후 비닐에 넣어 냉장고에서 휴지시킨다.

만들기

1.휴지시킨 파이지를 밀대로 얇게 밀어서 타르트팬에 올린다.

2.파이지위에 유산지를 올리고 누름돌(또는 콩/팥)을 올려 160℃ 18-20분간 구워준다.

3.달걀은 계피가루를 넣어 잘 풀어준다.

4.냄비에 물, 물엿, 황설탕, 버터, 소금을 넣어 버터가 녹도록 끓인다.

5.3)에 달걀에 4)를 넣어 잘 섞은 후 체에 걸러준다.

6.구운 파이틀에 호두를 올려준다.

7.호두에 5)를 부어준다.

8.예열된 베이킹 150℃ 30-35분 굽는다.

치즈브라우니

베이킹 /중간단

오브트레이+사각머핀틀

예열 170℃ 15-17분

재료(6개)

다크커버처 초콜렛 100g, 버터 60g, 흑설탕 70g, 소금 1g, 달걀 1개, 바닐라익스트랙 2g, 박력분 30g, 코코아파우더 10g

크림필링

크림치즈 80g, 슈가파우더 20g, 레몬즙 5g

준비

- 1.크림치즈를 부드럽게 만든 후 슈가파우더와 레몬즙을 넣어 잘 섞어준다.
- 2.박력분, 코코아파우더를 체에 친다.

만들기

- 1.냄비에 다크커버처 초콜렛, 버터를 넣어 중탕으로 녹인 후 흑설탕과 소금을 넣어 섞는다
- 2.1)에 달걀, 바닐라익스트랙을 넣어 잘 풀어준다.
- 3.2)에 체에 친 가루를 넣어 잘 섞어준다.
- 4.머핀틀에 유산지를 깔고 브라우니 반죽을 조금 넣고 크림치즈필링을 가운데 부분에 올리고 브라우니 반죽으로 덮는다.
- 5.예열된 베이킹 170℃ 15-17분 굽는다.

그래핀 에어프라이어 오븐

생크림케이크

베이킹 /중간단

오븐트레이 +원형틀 3호

예열 160℃ 23-25분

재료 : 박력분100g, 달걀 3개, 설탕 100g, 물엿 10g, 식용유 1큰술, 우유 30g

필링과 아이싱재료 : 시럽 3큰술, 생크림 250g, 설탕 2-3큰술, 생과일 적당량

준비

- 1.원형틀에 유산지를 깔아준다.
- 2.달걀은 실온에 꺼낸다.
- 3.아이싱용 생크림에 설탕을 넣어 부드럽게 거품을 내어 냉장고에 보관한다.

만들기

- 1.달걀을 잘 풀어서 핸드믹서기로 거품을 내면서 설탕과 물엿을 2-3회 나누어 넣는다.
- 2.달걀거품이 단단하게 나면 박력분을 체에 쳐서 넣어 섞는다.
- 3.식용유와 우유를 섞어서 2)에 넣어 거품이 꺼지지 않도록 잘 섞어준다.
- 4.유산지를 깐 원형틀에 반죽을 붓고 바닥에 틀을 가볍게 내리쳐서 기포를 없앤다.
- 5.예열된 베이킹 170℃ 23-25분 굽는다.

*가운데 부분은 꼬치로 찌러보아 반죽이 묻어나지 않으면 다 익었다.

- 6.틀에서 꺼내어 완전히 식힌후 옆면으로 반으로 가른다.
- 7.자른 케이크 단면에 시럽을 골고루 바르고 생크림을 바른후 생과일을 올린다.
- 8.케이크전체에 생크림을 골고루 매끈하게 바른다.
- 9.찢주머니에 남은 생크림을 넣어 케이크에 장식하고 생과일을 적당한 크기로 썰어서 올린다.

에그타르트

베이킹 / 중간단

오븐트레이 +에그타르트틀

예열 170℃ 30-35분

재료(6개)

타르트지재료 : 박력분 120g, 버터 75g, 설탕 10g, 소금 1g, 찬물 30g

필링재료 : 달걀 노른자 3개, 옥수수전분 5g, 생크림 100g, 우유 100g, 설탕 50g, 소금 1g, 바닐라익스트랙 3g

준비

1.타르트지를 만든다.

박력분에 버터를 넣어 쌀알크기로 되도록 스크래퍼로 잘게 다져준후 설탕, 소금을 넣어 섞는다.

찬물을 넣어 섞어서 한덩어리로 뭉쳐 냉장고에 1시간정도 휴지시킨다.

만들기

1.달걀 노른자와 옥수수전분을 잘 섞어준다.

2.1)에 생크림, 우유, 설탕, 소금, 바닐라익스트랙을 넣어 잘 풀어준다.

3.2)를 체에 걸러준다.

4. 냉장고에서 휴지시킨 타르트지를 얇게 밀어서 접어주고 다시 밀어서 접어주기를 2-3회 반복한후 다시 냉장고에 20분정도 휴지시킨다.

5. 타르트지 반죽을 일정한 크기로 나누어 에그타르트틀에 넣고 반죽을 펴준다.

6.3)의 달걀필링을 타르트지에 채운다.

7. 예열된 베이킹 170℃ 30-35분 익힌다.

버터쿠키

베이킹 / 중하단

오븐트레이

예열 170°C 13-15분

재료(16-20개)

박력분 130g, 옥수수전분 30g, 버터 120g, 슈가파우더 55g, 소금 1g, 노른자 1개

준비

1. 박력분과 옥수수전분은 체에 친다.

만들기

1. 버터를 부드럽게 한후 슈가파우더와 소금을 넣어 부드럽게 저어준다.

2. 1)에 노른자를 넣어 섞어준다.

3. 2)에 박력분과 옥수수전분을 넣어 잘 섞어준다.

4. 반죽을 찰주머니에 넣어 오븐트레이에 일정한 간격으로 짜준다.

5. 예열된 에어프라이 170°C 13-15분 굽는다

치즈빵

베이킹 /중하단

오븐트레이

예열 160℃ 20-22분

재료(6개)

타피오카전분 150g, 우유 100g, 달걀 1/2개, 설탕 30g, 올리브오일 25g, 소금 1g, 멕시코 치즈 60g, 파마산치즈 10g

준비

1.타피오카전분과 소금을 섞는다.

만들기

1.우유에 오일을 넣어 데워준다.

2.타피오카 전분에 1)의 우유를 넣어 날가루가 없을때까지 반죽한다.

3.달걀, 설탕을 넣어 섞어주고 멕시코치즈, 파마산치즈를 넣어 반죽을 한다.

4.반죽을 6등분하여 오븐트레이에 올린다.

5.예열된 에어프라이 160℃ 20-22분 굽는다.

올리브치아파타

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 180℃ 10-12분

재료(3개)

강력분 200g, 이스트 2g, 설탕 10g, 소금 3g 물 150g, 올리브오일 20g, 블랙올리브 10개, 덧밀가루 약간

준비

- 1.물은 30도정도로 미지근하게 준비한다.
- 2.블랙올리브는 물기를 빼고 슬라이스한다.

만들기

- 1.미지근한 물에 이스트, 설탕, 올리브오일을 넣어 섞은 후 소금을 넣어 섞는다.
- 2.1)에 강력분을 넣어 한덩어리가 되게 반죽한다.
- 3.발효기능에 넣어 30분정도 발효한다.
- 4.반죽에 올리브를 넣고 반죽을 돌려가며 네면은 접어준다.
- 5.발효기에 넣어 20분정도 발효한후 다시 네면을 접어준다.
- 6.발효기에 넣어 다시 20분정도 발효시킨후 다시 네면을 접어준후 다시 20분정도 발효시킨다.
- 7.덧밀가루를 뿌리고 반죽을 가볍게 눌러 펴준다.
- 8.3등분으로 나누어 오븐프레이에 다고 천을 덮어 실온에서 20분정도 둔다.
- 9.예열된 베이킹 190도에서 10-12분간굽는다.

소시지빵

베이킹 /중간단

오븐트레이

예열 170℃ 12-15분

재료(4개) : 강력분 170g, 설탕 20g, 달걀 1/2개, 물 30g, 우유 50g, 드라이이스트 3g, 버터 30g

토피ング : 소시지 4개, 양파 1/2개, 옥수수(캔) 1/4컵, 마요네즈 2큰술, 모짜렐라치즈 80g, 케첩, 마요네즈, 파슬리 약간

준비

- 1.물과 우유는 섞어서 미지근하게 준비한다.
- 2.양파는 다지고 옥수수는 물기를 뺀다.

만들기

- 1.물과 우유에 달걀, 설탕, 드라이이스트를 넣어 섞어준다.
- 2.1)에 강력분을 넣어 한덩어리가 되도록 뭉친후 버터를 넣어 잘 섞어준다
3. 5-10분정도 반죽을 치대어 매끈하게 만든 후 그릇에 담고 랍을 씌워서 발효기능에 넣어 40분정도 발효시킨다(2배정도)
- 4.양파, 옥수수는 마요네즈를 넣어 섞어준다.
- 5.발효가 되면 반죽을 꺼내어 공기를 배준후 4등분하여 둥글리기를 한다.
- 6.반죽을 밀대로 타원형으로 밀어서 가울데 소시지를 놓고 반죽으로 소시지를 감싼다.
- 7.6)의 반죽을 지그재그로 잘라서 오븐트레이에 담고 소시지빵모양을 만든다.
- 8.랩을 씌우고 30분정도 실온에서 휴지시킨다.
- 9.소시지빵위에 4)의 토피נג재료를 올리고 피자치즈를 올린다.
- 10.마요네즈와 케첩을 골고루 뿌려준다.
- 11.예열된 베이킹 170℃ 12-15분 구워준다.
- 12.파슬리를 뿌려준다.

크림블쿠키

다층요리 / 중하단

오븐트레이

예열 170℃ 18-20분

재료(10개)

박력분 150g, 베이킹파우더 2g, 베이킹소다 2g, 시나몬 2g, 버터 80g, 황설탕 90g, 요거트 20g

크림블재료

박력분 30g, 아몬드 가루 10g, 시나몬 1g, 설탕 30g, 버터 30g

준비

1. 크림블을 만든다.

밀가루, 아몬드가루, 시나몬, 설탕을 을 잘 섞어서 차가운 버터를 넣어 작은 덩어리가 되도록 섞어 보슬보슬하게 만들어 냉장고에 보관한다.

2. 박력분, 베이킹파우더, 베이킹소다, 시나몬은 체에 친다.

만들기

1. 버터를 부드럽게 저어준후 설탕을 넣어 잘 섞어준다.

2. 1)에 체에 친 가루를 넣어 섞고 요거트를 넣어 섞는어 한덩어리로 뭉친다.

3. 냉장고에 20분정도 휴지시킨다.

4. 반죽을 10개로 나누어 오븐트레이 2개에 나누어올리고 가운데를 눌러준다.

5. 반죽 가운데 크림블 재료를 나누어 올린후 살짝 눌러준다.

6. 예열된 다층요리 170℃ 18-20분 굽는다.

*다층요리에는 10분정도 지난후 팬을 위, 아래 바꾼후 남은 시간동안 굽는다.

코코넛쿠키

다층요리/중하단

오븐트레이

예열 170℃ 15-17분

재료(30-35개)

박력분 200g, 버터 140g, 설탕 100g, 소금 2g, 달걀 1개, 롱코넛 70g

준비

1.박력분은 체에 친다.

만들기

1.버터를 실온에서 부드럽게 만든 후 설탕, 소금을 넣어 잘 섞는다.

2.1)에 달걀을 2-3회 나누어 넣으면서 섞어준다.

3.박력분과 롱코넛을 넣어 가루가 보이지 않을 정도로 섞어준다.

4.오븐트레이 2개에 일정한 크기로 나누어 올린다.

5.예열된 다층요리 170℃ 15-17분 굽는다.

*다층요리에는 10분정도 지난후 팬을 위, 아래 바꾼후 남은 시간동안 굽는다.

양금과자

다층요리/중하단

오븐트레이

예열 170℃ 15-17분

재료(50-55개)

백앙금 500g, 아몬드가루 50g, 물엿 1큰술, 달걀 노른자 1개, 우유 2큰술

만들기

- 1.백앙금에 아몬드가루를 넣어 잘 섞는다.
 - 2.1)에 물엿, 달걀노른자, 우유를 넣어 부드럽게 섞는다.
 - 3.찜주머니에 깍지를 끼우고 반죽을 넣는다.
 - 4.오븐트레이 2개에 일정한 간격으로 같은 크기로 반죽을 찐다.
 - 5.예열된 다층조리 170℃ 15-17분 굽는다.
- *다층요리에는 10분정도 지난후 팬을 위, 아래 바꾼후 남은 시간동안 굽는다.

머랭쿠키

다층요리 /중하단

오븐트레이

예열 110℃ 35-40분

재료(30-35개)

달걀 흰자 2개분, 소금 1g, 녹말가루 5g, 설탕 100g

준비

1.달걀 흰자는 실온에 둔다.

만들기

1.달걀 흰자에 소금, 녹말가루를 넣어 휘핑기로 잘 섞는다.

2.1)에 설탕을 3-4회 나누어 넣으면서 머랭을 만든다.

3.짤주머니에 깍지를 끼우고 머랭을 채운다.

4.오븐트레이 2개에 나누어 일정한 가격으로 머랭반죽을 찐다.

5.예열된 다층요리 110℃ 35-40분 굽는다.

*식용색소를 사용해서 색깔을 낸도 된다.

*다층요리에는 10분정도 지난후 팬을 위, 아래 바꾼후 남은 시간동안 굽는다.

프라이드치킨

에어프라이어 /윗단

오븐트레이 +에어프라이바스켓

예열 210℃ 20-25분

재료

닭(볶음탕용) 1마리, 다진마늘 1큰술, 후추가루약간, 달걀 1개, 치킨용 파우더 1컵, 스프레이오일 약간

준비

1.닭은 씻어서 물기를 빼고 다진마늘과 후추가루로 간을 한다.

만들기

1.달걀을 잘 풀어서 치킨용파우더를 잘 섞어준다.

2.1)에 닭을 넣어 골고루 잘 섞는다.

3.오븐트레이에 에어프라이바스켓을 올리고 2)의 닭을 가지런히 올린다.

4.스프레이오일을 닭에 골고루 뿌린다.

5.예열된 에어프라이 210℃ 20-25분 굽는다.

*15분정도 굽고 뒤집어서 구워주며 전체가 노릇노릇하게 구워진다.

냉동만두구이

오븐 / 중간단

오븐트레이+에어프라이바스켓

예열 200℃ 10-12분

재료

냉동만두 12개

만들기

1. 냉동만두를 에어프라이바스켓에 가지런히 올린다
2. 예열된 에어프라이 200℃ 10-12분 굽는다.

마늘빵

에어프라이어 /윗단

오븐트레이

예열 180℃ 6-7분

재료

바게트 1개

마늘버터

버터 60g, 다진마늘 2큰술, 설탕 1/2큰술, 다진파슬리 1작은술, 오레가노 약간

준비

- 1.바게트는 어슷하게 썬다.
- 2.버터는 실온에 둔다.

만들기

- 1.버터를 부드럽게 저어준후 다진마늘, 설탕, 다진파슬리, 오레가노를 넣어 섞어준다.
- 2.바게트 한면에 1)의 버터를 펴 발라준다.
- 3.오븐트레이에 담는다.
- 4.예열된 에어프라이 180℃ 6-7분 굽는다.

황태태구이

에어프라이어 /중간단

오븐트레이

예열 200℃ 4- 5분

재료

황태채 50g, 청양마요소스(또는 칠리마요소스) 적당량

준비

1.황태채는 적당한 크기로 자른후 씻어 건져 물기를 제거한다.

만들기

1.오븐트레이에 황태채를 펼쳐서 올린다.

2.예열된 에어프라이 200℃ 4-5분 굽는다.

3.청양마요소스를 곁들인다.

군고구마

에어프라이어 / 중간단

베이킹트레이

예열 220°C 25-30분

재료

고구마(200-250g) 4개

준비

1.고구마는 씻어서 물기를 제거한다.

만들기

1.오븐트레이에 고구마를 올린다.

2.예열된 에어프라이 220°C 25-30분 굽는다.

군밤

에어프라이어 /윗단
베이킹트레이
예열 190℃ 20-25분

재료
밤 500g

준비

1.밤은 씻어 물에 20분정도 불려준다.

만들기

- 1.밤에 칼집을 낸어 오븐트레이에 올린다.
- 2.예열된 에어프라이 190℃ 20-25분 굽는다.

오징어버터구이

에어프라이어 /윗단

베이킹트레이

예열 220℃ 5-7분

재료

오징어 1마리, 녹인버터 30, 다진마늘 1작은술, 설탕 1/2작은술

준비

- 1.오징어는 손질하여 물기를 완전히 제거한다.
- 2.녹인버터, 다진마늘, 설탕을 잘 섞어준다.

만들기

- 1.오징어 양쪽에 칼집을 넣어준후 섞어놓은 버터를 골고루 발라준다.
- 2.오븐트레이에 양념한 오징어를 올린다.
- 3.예열된 에어프라이 220℃ 5-7분 굽는다.

*반건조오징어도 가능하다.

냉동감자튀김

에어프라이어 /윗단

오븐트레이 +에어프라이 바스켓

예열 220℃ 20-25분

재료

냉동감자 400g

만들기

- 1.냉동감자를 에어프라이 바스켓에 펼쳐준다.
 - 2.예열된 에어프라이 220℃ 20-25분 굽는다.
- *예열을 하지 않았다면 3-4분간 더 익혀준다.

뱅어포구이

에어프라이어 /중간단

오븐트레이

예열 180℃ 5-6분

재료

뱅어포 4장, 통깨 약간

양념장

고추장 2큰술, 맛술 1큰술, 물엿 1큰술, 간장 1작은술, 설탕 1작은술, 다진마늘 1작은술, 참기름 1작은술

준비

1.양념장 재료를 섞는다.

만들기

1.뱅어포는 반으로 잘라 김을 재우듯이 양념장을 골고루 발라준다.

2. 오븐 트레이에 뱅어포를 2장을 겹쳐서 가지런히 담는다.

3.예열된 에어프라이 180℃ 5-6분 굽는다

회오리감자구이

에어프라이어 /중간단

오븐트레이

예열 180℃ 20-25분

재료

감자 2개, 녹인버터 2큰술, 치즈가루 1큰술, 꼬치 2개, 소금약간, 파슬리 약간

준비

- 1.감자는 꼬치에 꽃아 사과 깍듯이 칼집을 일정하게 넣어준다.
- 2.감자를 벌려준후 물에 5분정도 담가 물기를 빼준다.

만들기

- 1.감자에 소금을 뿌리고 녹인버터를 사이사이에 잘 발라준다.
- 2.예열된 에어프라이 180℃ 20-25분 굽는다.
- 3.치즈가루를 뿌리고 파슬리가루를 뿌린다.

토마토치즈샌드위치

에어프라이어 /윗단

오브트레이

예열 180℃ 10-12분

재료

반미바게트 1개, 토마토 1개, 모짜렐라치즈 100g, 바질페스토 3큰술, 소금, 후추가루약간, 발사믹글레이즈 약간

준비

- 1.반미바게트는 반으로 자른다.
- 2.토마토는 반으로 잘라 슬라이스한다
- 3.모짜렐라치즈는 토마토 크기로 썬다.

만들기

- 1.반미바게트에 바질페스토를 바른다
- 2.1)위에 토마토와 모짜렐라치즈를 번갈아가며 올린다.
- 3.토마토와 치즈위에 소금, 후추가루를 뿌린다.
4. 예열된 에어프라이 180℃ 10-12분 굽는다.
- 5.발사믹글레이즈를 뿌린다.

바게트피자

에어프라이어 /중간단

오븐트레이

예열 180℃ 10-12분

재료

바게트 1개, 토마토 소스 1컵, 햄 50g, 양파 1/4개, 피망 1/2개, 양송이버섯 2개, 블랙올리브 3-4개, 모짜렐라치즈 150g, 소금, 후추가루, 파마산치즈 약간

준비

- 1.바게트는 반으로 자른다.
- 2.햄, 양파,피망은 굵게 다지고 양송이와 블랙올리브는 슬라이스한다.

만들기

- 1.바게트에 토마토소스를 펴 바른다.
- 2.다져놓은 토핑재료를 1)의 바게트에 골고루 올린후 소금, 후추가루로 간을 한다.
3. 모짜렐라치즈를 올려서 가볍게 눌러준다.
- 4.예열된 에어프라이 200℃ 10-12분 굽는다.
- 5.파마산치즈를 뿌린다.

식빵러스크

에어프라이어 /윗단

오븐트레이

예열 180℃ 8-10분

재료

식빵 껍질 4개분(또는 식빵 2장), 녹인버터 3큰술, 설탕 1큰술

계피설탕

설탕 2큰술, 계피가루 2작은술

준비

1.설탕과 계피가루를 섞어둔다.

만들기

1. 녹인버터와 설탕을 섞어서 식빵껍질에 골고루 뿌려준다.

2. 오븐트레이에 가지런히 담는다.

3.예열된 에어프라이 180℃ 8-10분 굽는다

4.뜨거울 때 계피설탕을 뿌려 골고루 섞어준다.

콘치즈구이

에어프라이어 /윗단
오븐트레이+오븐용기
예열 180℃ 10-12분

재료

스위트콘(통조림) 1통, 설탕 1작은술 마요네즈 3큰술, 소금 약간, 피자치즈 100g, 파슬리가루 약간

준비

1.스위트콘은 체에 걸러 물기를 제거한다.

만들기

- 1.스위트콘에 설탕, 마요네즈, 소금을 넣어 잘 섞어준다
- 2.오븐용기에 1)을 얇게 펴준후 피자치즈를 올린다.
- 3.예열된 에어프라이 180℃ 10-12분 굽는다.
- 4.파슬리가루를 뿌린다.

크리스마스트리구이

에어프라이어 /중간단

베이킹트레이

예열 180℃ 8-10분

재료

식빵 4장, 소시지 2개, 슬라이스치즈 2장, 장식용치즈, 빨강피망 약간

부추버터

녹인버터 3큰술, 부추 20g, 다진마늘 1작은술, 올리고당 2작은술

준비

- 1.식빵을 가장자리를 잘라내고 방망이로 얇게 밀어준다.
- 2.소세지는 세로로 반으로 자른다.
3. 부추는 송송 썰고 빨강피망은 굵게 다진다.

만들기

- 1.식빵은 트리모양의 틀로 찍거나 가위로 오른다.
- 2.식빵에 슬라이스치즈를 올리고 소시지를 올린후 식빵한장을 덮어준다.
- 3.식빵가장자리가 붙도록 포크로 꼭꼭 눌러준다.
- 4.부추버터재료를 섞어서 식빵위에 골고루 뿌리고 빨강피망을 올린후 오븐트레이에 올린다.
- 6.예열된 에어프라이 180℃ 8-10분 굽는다.
- 7.치즈를 별모양으로 잘라 장식한다.

브리치즈토마토구이

에어프라이어 /윗단

오븐트레이+오븐용기

예열 180℃ 20-25분

재료

브리치즈 1개, 방울토마토 200g, 마늘 6-7쪽, 올리브오일 1/4컵, 소금, 후추가루 약간씩 , 꿀 1큰술, 파슬리 가루 약간

준비

- 1.마늘 2-3쪽은 편으로 썰어주고 나머지는 반으로 가른다.
- 2.브리치즈에 격자로 칼집을 깊게 넣어준다.

만들기

1. 브리치즈 칼집에 마늘편을 끼워준다.
2. 오븐용기에 브리치즈, 방울토마토, 남은 마늘을 올리고 소금, 후추가루를 뿌린후 올리브오일을 뿌려준다.
- 3.예열된 에어프라이 180℃ 20-25분 굽는다.
- 4.뜨거울대 꿀, 파슬리가루를 뿌린다.

*기호에 따라 빵에 재료들을 으깨거나 올려서 먹는다.

중국식호떡

에어프라이어 /중간단

베이킹트레이

예열 180℃ 10-12분

재료(6개)

호떡믹스 1봉지(250g), 설탕믹스 1봉지, 덧밀가루 약간

준비

1.미지근한물에 호떡믹스에 있는 이스트를 풀어준후 믹스가루에 넣어 되직하게 반죽한다.

만들기

- 1.반죽을 일정한 크기로 나눈다
- 2.반죽 가운데 호떡믹스에 있는 설탕을 넣어 동그랗게 만들어준다.
- 3.방망이로 납작하게 밀어준다.
- 4.예열된 에어프라이 180℃ 10-12분 굽는다.

양파링튀김

에어프라이어 /윗단

오븐트레이

예열 200℃ 10-12분

재료

양파1개, 케이준스파이스1큰술, 튀김가루 3큰술 , 달걀 1개, 빵가루 2컵, 식용유 1컵

준비

- 1.양파는 1cm 두께의 링으로 썰어 큰 것만 준비한다.
- 2.케이준스파이스와 튀김가루는 잘 섞어준다.
- 3.달걀은 잘 풀어준다.
- 4.빵가루에 식용유를 잘 섞어준다.

만들기

- 1.양파를 가루를 무친후 달걀물을 입힌다.
- 2.빵가루를 골고루 묻힌후 오븐트레이에 가지런히 올린다.
- 3.예열된 에어프라이 200℃ 10-12분 굽는다.

닭다리살 채소구이

에어프라이 /중간단

오븐트레이 +오븐용기

예열 200℃ 20-25분

재료

닭다리살 4조각, 양파 1개, 파프리카 1/2개, 파리고추 5-6개, 소금, 후추가루 약간, 올리브오일 적당량

양념

간장 2큰술, 두반장 2큰술, 맛술 1큰술, 물엿 1큰술, 다진파 2큰술, 다진마늘 1큰술, 후추가루 약간

준비

1. 닭다리살은 칼집을 넣는다.
2. 양파, 파프리카는 큼직하게 썰고 파리고추는 반으로 자른다.
3. 양념재료를 섞는다.

만들기

1. 닭다리살에 양념재료를 넣어 버무린다.
2. 양파, 파프리카, 파리고추에 소금, 후추가루, 올리브오일을 넣어 버무린다.
3. 오븐용기에 2)의채소를 깔고 그 위에 닭다리살을 올린다.
4. 예열된 에어프라이 200℃ 20-25분 굽는다.

마늘맛돼지등갈비구이

에어프라이/윗단

오븐트레이

예열 180°C 20-25분 , 200°C 5분

재료

돼지등갈비 1대, 소금, 후추가루, 올리브오일 약간

마늘양념

다진마늘 3큰술, 간장 2큰술, 굴소스 1/2작은술, 물엿 1큰술, 맛술 1큰술, 흑설탕 1큰술, 베트남고추 1개, 후추가루 약간

준비

1. 돼지등갈비는 1쪽씩 잘라서 찬물에 20분 담갔다가 건져 물기를 뺀다.
2. 돼지등갈비에 소금, 후추가루, 올리브오일을 넣어 버무친다.
3. 마늘양념재료를 잘 섞어준다.

만들기

1. 돼지등갈비를 오븐트레이에 가지런히 올린다.
2. 예열된 에어프라이이 180°C 10-15분 구운후 뒤집어다 10분을 더 구워준다.
3. 구운 돼지등가비에 양념재료를 섞어서 예열된 에어프라이이 200°C 5분 더 구워준다.

에그보트

에어프라이어 /중간단

베이킹트레이

예열 170℃ 분 20-22분

재료

바게트 1개, 달걀 4개, 베이컨 4줄, 모짜렐라치즈 100g, 멕시코치즈 50g, 칠리플레이크 1작은술, 소금, 후추가루, 고수 약간 파슬리가루 약간

준비

- 1.베이컨을 잘게 다진다
- 2.바게트는 끝이 잘라지지 않도록 가운데를 갈라준다.

만들기

- 1.바게트를 오븐용기에 담고 달걀을 바게트 가운데 넣어준다.
- 2.달걀에 소금, 후추가루를 뿌려주고 베이컨과 고수를 뿌려준다.
- 3.칠리플레이크를 뿌린후 모짜렐라치즈와 멕시코치즈를 올려준다.
- 4.예열된 에어플라이 170℃ 분 20-22분 굽는다.

고구마 그라탕

에어프라이 /중간단

오븐트레이 +그라탕용기

예열 180℃ 12-15분

재료

고구마 (익힌 것) 2개, 우유 1/2컵, 설탕 1작은술, 새우 10마리, 양파 1/4개, 토마토 소스 1/4컵, 피자 치즈 100g, 소금, 후추가루, 올리브오일 약간

준비

- 1.고구마는 껍질을 벗기고 으깨어 우유, 설탕을 넣어 잘 섞는다.
- 2.양파는 굵게 다진다.

만들기

- 1.팬에 올리브오일을 두르고 양파와 새우를 볶고 토마토소스를 넣어 끓인후 소금, 후추가루로 간을 하난.
- 2.그라탕용기에 고구마를 깔아준다.
- 3.2)에 1)의 소스를 올려준다.
- 4.피자치즈를 뿌려준다.
5. 예열된 에어프라이 180℃ 12-15분 굽는다.

가지멜란자네

에어프라이어 /중간단
오븐트레이 +그라탕용기
예열 180℃ 10-12분

재료

가지 2개, 모짜렐라치즈 100g, 토마토 소스 1컵, 미니새송이버섯 2개, 방울토마토 4개, 파마산치즈(또는 멕시코 치즈) 약간, 바질 1줄기, 소금, 후추가루, 올리브오일 적당량

만들기

- 1.가지는 길게 잘라서 팬에 올리브오일을 두르고 구워서 소금, 후추가루를 뿌린다.
- 2.모짜렐라치즈를 덩어리로 잘라 구운 가지로 말아준다.
- 3.미니새송이버섯은 얇게 썰어 토마토소스에 섞어준다,
- 4.오븐용기에 토마토소스를 담고 가지와 방울토마토를 올린다.
- 5.예열된 에어프라이어 180℃ 10-12분 구워준다.
- 5.파마산치즈를 뿌리고 바질을 올린다.

라자냐

에어프라이 /중간단

오븐트레이+오븐용기

예열 180℃ 10-12분

재료

라자냐 3장, 소금 약간, 토마토소스 1컵, 모짜렐라 치즈 100g, 파마산치즈 30g, 파슬리가루 약간

화이트소스

버터 15g, 밀가루 15g, 우유 1컵, 소금, 후추가루 약간

준비

- 1.라자냐는 끓는물에 소금을 넣어 6분정도 삶아 물에 헹구지 않고 그대로 건져준다.
- 2.화이트소스를 끓인다.
- 3.버터를 녹인 후 밀가루를 볶다가 우유를 넣어 멎어지지 않도록 풀어준후 소금, 후추가루를 넣는다.

만들기

- 1.오븐용기에 토마토소스를 얇게 깔고 화이트소스를 얹는다.
- 2.1)위에 라자냐를 올리고 다시 토마토소스, 화이트소스, 라자냐를 올리기를 반복한다
- 3.모짜렐라치즈를 올린다
- 4.예열된 에어프라이 180℃ 10-12분 굽는다.
- 5.파마산치즈와 파슬리가루를 뿌린다.

토마토키쉬

에어프라이 /윗단

오븐트레이+타르트틀

예열 160℃ 20분, 150℃ 20-25분

재료

강력분 125g, 소금 2g, 버터 55g, 달걀노른자 1개, 물 10g

충전물

방울토마토 6-7개, 브로콜리 1/4송이, 햄 50g, 우유 100g, 생크림 100g, 달걀 1개, 소금 후추가루 약간, 모짜렐라치즈 80g, 슬라이스치즈 1장

준비

1. 강력분, 소금, 버터를 섞어 살알크기로 스크래퍼로 잘라준후 달걀노른자와 물을 섞어서 넣고 한덩어리로 반죽한다.
2. 냉장고에 1시간정도 휴지시킨다.
3. 방울토마토는 반으로 썰고, 브로콜리는 데쳐서 먹기좋은 크기로 햄은 납작하게 썬다.
4. 달걀에 우유, 생크림을 넣어 잘 풀어준후 소금, 후추가루로 간을 한다.

만들기

1. 휴지시킨 반죽을 타르트틀에 맞춰 밀어서 유산지를 올리고 누름돌(또는 콩/팥)을 올려 160℃ 20분간 구워준다.
2. 구운타르트틀에 준비한 재료를 골고루 담고 달걀물을 부어준다.
3. 예열된 에어프라이 150℃ 20-25분 굽는다.

새우감바스

에어프라이 /윗단

오븐트레이 +오븐용기

예열 180℃ 20-25분

재료

새우 10마리, 방울토마토 15개, 양송이버섯 4개, 마늘 3-4개, 소금, 후추가루 약간, 바질 1작은술, 올리브오일 1/2컵, 베트남 고추 1-2개

준비

- 1.방울토마토는 반으로 자르고 양송이버섯은 4등분하고 마늘은 반으로 자른다.
- 2.새우는 등쪽에 칼집을 넣어 갈라준다.

만들기

- 1.방울토마토, 양송이, 마늘에 소금, 후추가루, 바질을 넣어 버무린다.
- 2.오븐용기에 1)과 새우, 베트남고추, 올리브오일을 넣어 섞는다.
- 3.예열된 에어프라이 180℃ 20-25분 굽는다.

오징어타파스

에어프라이 /윗단

오븐트레이 +에어프라이바스켓

예열 220℃ 8-10분

재료

총알오징어(또는 한치) 10마리, 다진마늘 1큰술, 소금, 후추가루,파슬리가루 약간

양념

다진마늘 1큰술, 파슬리, 올리브오일 1/4컵

준비

- 1.총알오징어는 손질하여 다진마늘, 소금, 후추가루, 파슬리가루에 버무린다.
- 2.양념재료를 섞는다.

만들기

- 1.양념한 오징어를 에어프라이바스켓에 올린다.
- 2.예열된 에어프라이 220℃ 8-10분 굽는다.
- 3.그릇에 담고 양념을 골고루 뿌려준다.

김치치즈밥

에어프라이 /윗단

오븐트레이+오븐용기

예열 180℃ 12-15분

재료

밥 1공기, 다진김치 100, 햄 40, 모짜렐라치즈 100, 슬라이스치즈 1장, 실파 약간

준비

- 1.햄은 굵게 다진다.
- 2.밥에 다진김치, 햄을 넣어 섞는다.
- 3.실파는 송송 썬다.

만들기

- 1.오븐용기에 밥을 올리고 슬라이스치즈와 모짜렐라치즈를 올려준다.
- 2.예열된 에어프라이 180℃ 12-15분 굽는다.

라이스페이퍼 치즈스틱

에어프라이어/윌단

베이킹트레이+그릴랙

예열 200℃ 10-13분

재료

라이스페이퍼 12장, 스트링치즈 6개, 밀가루 1/4컵, 달걀 1개, 빵가루 1컵, 스프레이오일약간

준비

1.달걀은 잘 풀어준다.

만들기

1.라이스페이퍼를 물에 담갔다가 건져 스프링치즈를 넣어 돌돌 말아준다.

2.라이스페이퍼에 1)을 다시 한번 말아준다.

3.2)를 밀가루를 골고루 입혀주고 달걀옷을 입힌다.

4.빵가루를 골고루 입혀준다.

5.오븐트레이에 그릴랙을 올리고 라이스페이퍼 치즈스틱을 가지런히 올린후 오일스프레이를 뿌려준다.

6.예열된 에어프라이어 200℃ 8분 구워준후 뒤집어서 3-5분 구워준다.

치킨너겟

에어프라이 /중간단

베이킹트레이+에어프라이바스켓

예열 200℃ 20-25분

재료

치킨너겟(냉동) 300g

만들기

1. 에어프라이바스켓에 치킨너겟을 올린다.
2. 예열된 에어프라이 200℃ 15-18분 구워준후 뒤집어서 200℃ .5-7분 구워준다.

병아리콩구이

그릴 /윗단

오븐트레이

예열 180℃ 15-20분

재료

병아리콩 200g, 소금, 후추가루, 올리브오일 3큰술

준비

1. 병아리콩은 물에 2시간정도 불린다.

만들기

1. 병아리콩은 물기를 빼고 소금, 후추가루, 올리브오일을 버무린다.

2. 예열된 에어프라이어 180℃ 15-20분 구워준다.

*10분정도 지나 섞어서 구워주면 더 잘 구워진다.

삼겹살구이

그릴 /윗단

오븐트레이+그릴랙

예열 220℃ 12-15분

재료

삼겹살 300g, 소금, 후추가루 약간

준비

1.삼겹살에 소금, 후추가루를 뿌린다.

만들기

1.오븐트레이에 그릴랙을 올리고 삼겹살을 가지런히 올린다.

2.예열된 그릴 220℃ 10분 굽고 뒤집어서 2-5분간 굽는다.

새우소금구이

그릴 /중간단

오븐트레이

예열 200℃ 15-20분

재료

새우 20마리, 굵은소금 2컵

준비

1.새우는 껍질이 있는 것으로 준비하여 등쪽에 내장을 꼬치로 제거한다.

만들기

1.오븐트레이에 굵은소금을 깔아준다.

2.소금위에 새우를 가지런히 올린다.

3.예열된 그릴 200℃ 15-20분 굽는다.

삼치된장구이

그릴/윗단

오븐트레이+그릴랙

예열 220℃ 8-10분

재료

삼치 1마리, 소금 약간

된장양념

마요네즈 2큰술,된장 1/2큰술, 맛술 1큰술, 올리브오일 1작은술

준비

- 1.삼치는 구이용으로 손질된 것을 준비하여 씻어 키친타올로 물기를 제거한다.
- 2.된장양념 재료를 섞는다.

만들기

- 1.삼치에 된장양념을 골고루 바른다.
- 2.오븐트레이에 그릴랙을 올리고 삼치를 올린다.
3. 예열된 그릴 220℃ 8-10분 굽는다.

LA갈비구이

에어프라이어 /윗단
오븐트레이+그릴랙
예열 220℃ 8-10분

재료

LA갈비 600g

양념

간장 4큰술, 설탕 1큰술, 물엿 1큰술, 맛술 1큰수르 다진파 2큰술, 다진마늘 1큰술, 참기름 1큰술, 깨소금, 후추가루
약간씩

준비

- 1.LA갈비는 찬물에 1시간 정도 담가 두었다가 건져 키친타월로 물기를 제거한다.
- 2.양념재료를 잘 섞어준다.

만들기

- 1.LA갈비는 양념에 재워 10분정도 재워준다.
- 2.오븐트레이에 그릴랙을 올리고 LA갈비를 가지런히 올린다.
3. 예열된 그릴 220℃ 8-10분 굽는다.

갑오징어양념구이

그릴 /윗단

오븐트레이+그릴랙

예열 220℃ 8-10분

재료

갑오징어(또는 오징어) 2마리, 실파 약간

양념

고추장 2큰술, 고춧가루 1작은술, 간장 1작은술, 맛술 1큰술, 설탕 1작은술, 물엿 1작은술, 다진마늘 1/2큰술, 참기름 2작은술

준비

1. 실파는 송송 썬다.
2. 양념재료를 섞는다.

만들기

1. 갑오징어에 양념재료를 골고루 발라준다.
2. 오븐트레이에 그릴랙을 올리고 갑오징어를 올린다.
2. 예열된 그릴 220℃ 8-10분 간구워준다.

닭꼬치구이

그릴 /윗단

오븐트레이

예열 220℃ 10-15분, 220℃ 2-3분

재료

닭다리살 300, 대파 2대, 꼬치

양념

고추장 2큰술, 간장 1큰술, 고춧가루 2작은술, 물엿 1큰술, 설탕 1작은술, 다진마늘 1큰술, 다진생강약간, 깨소금, 후춧가루 약간씩

준비

- 1.닭다리살은 큼직하게 썰도 대파는 2cm길이로 썬다.
- 2.양념재료를 섞는다.

만들기

- 1.닭다리살과 대파를 번갈아가며 꽂아준다.
- 2.예열된 그릴 220℃ 10-15분 구워준다.
- 3.양념장을 골고루 발라준후 220℃ 2-3분 굽는다.

가지양념구이

그릴 /윗단

오븐트레이

예열 200℃ 8-10분

재료

가지 2개

양념

고추장 2큰술, 고춧가루 1/2작은술, 설탕 1작은술, 물엿 1큰술, 참기름 1큰술, 생강가루, 깨소금 약간씩

준비

- 1.가지는 꼭지를 떼어내고 길이로 도톰하게 썬다.
- 2.양념재료를 만든다.

만들기

- 1.가지에 양념을 골고루 발라준다.
- 2.오븐트레이에 가지를 가지런히 올려준다.
- 3.예열된 그릴 200℃ 8-10분 굽는다.

순대마늘구이

그릴 /윗단

오븐트레이

예열 200℃ 15-20분

재료

순대 400g, 마늘 7-8개, 소금, 후추가루,올리브오일 약간

준비

1.순대는 4-5cm길이로 썬다.

만들기

1.순대, 마늘을 오븐트레이에 담고 소금, 후추가루,올리브오일을 뿌린다.

2.예열된 그릴 200℃ 10분 구운후 순대를 뒤집어서 5-10분 굽는다.

연어스테이크

그릴 /윗단

오븐트레이

예열 230℃ 12-15분

재료

연어(스테이크용) 2조각, 양파 1/4개, 마늘 4쪽

연어마리네이드

레몬즙 1큰술, 올리브오일 1큰술, 소금, 후추가루 약간

크림소스재료

마요네즈 3큰술,생크림 1큰술, 레몬즙 1큰술, 다진양파 1큰술, 다진오이피클 1큰술, 케이퍼 1작은술, 소금,후추가루 약간

준비

- 1.연어는 스테이크용으로 준비하여 마리네이드한다.
- 2.양파는 굵게 채썬다.
- 3.크림소스재료를 섞어준다.

만들기

- 1.오븐트레이에 양파, 마늘을 깔고 연어를 올린다.
- 2.예열된 그릴 230℃ 12-15분 굽는다
- 3.그릇에 담고 크림소스를 곁들인다.

닭날개구이

그릴 /윗단

오븐트레이+그릴랙

예열 220℃ 15-20분

재료

닭날개 500g, 칠리파우더 1큰술, 소금, 후추가루 약간, 녹인버터 3큰술

준비

1.닭날개는 칼집을 넣고 칠리파우더, 소금, 후추가루로 간을 한다

만들기

1.오븐트레이에 그릴랙을 올리고 닭날개를 가지런히 올린다.

2.예열된 그릴 220℃ 10분 익힌후 녹인버터를 골고루 발라준후 5-10분 굽는다.

요거트

발효/중하단

오븐트레이 +유리볼

발효 40℃ 6-7시간

재료

우유 1L, 스타터 1봉지

만들기

- 1.우유에 스타터를 넣어 잘 섞는다.
- 2.발효 40℃ 6-7시간 발효한다.

요거트 홍차티라미수

재료

요거트 120g, 생크림 100ml, 설탕 20g, 달걀 1개, 연유 2큰술, 젤라틴 3g, 물 1큰술, 핑거푸드 14개, 코코아파우더
적당량

홍차물 재료

뜨거운물 100ml, 홍차잎(티백) 2개, 설탕 2작은술

준비

- 1.요거트는 체에 면보나 키친타올을 깔고 걸러 2-3시간정도 유청을 빼준다.
- 2.뜨거운물에 홍차티백을 10분정도 우려 건져내고 설탕을 넣어 식힌다.
- 3.젤라틴은 물에 담가 불린다.

만들기

1. 달걀은 흰자와 노른자를 나누어 각각 볼에 담는다. 달걀 노른자는 연유를 넣고 중탕하여 거품기로 표면이 매끄러워질때까지 골고루 섞은 후 불린젤라틴을 넣어 녹인다.
2. 다른볼에는 수분을 뺀 요거트를 넣고 1)의 노른자를 넣어 잘 섞는다.
3. 생크림은 거품을 올린후 2)에 넣어 거품이 꺼지지 않도록 섞는다.
- 4.남은 흰자에 설탕을 넣어 거품을 낸후 3)에 섞어준다.
- 5.핑거푸드를 홍차물에 담갔다가 건져 트레이에 담는다.
- 6.핑거푸드위에 섞은재료를 모두 넣고 냉장고에서 2시간정도 둔다.
- 7.먹기전에 코코아파우더를 뿌려 담는다.

냉동생지발효

발효 /중하단

오븐트레이

발효 40℃ 60분 , 170 ℃ 13-15분

재료

냉동생지(미니크로와상) 8개

준비

1.냉동생지는 실온에서 1시간정도 해동한다.

만들기

- 1.냉동생지를 오븐트레이에 가지런히 담는다.
- 2.발효 40℃ 60분 발효시킨다.
3. 예열된 에어프라이 170℃ 13-15분 굽는다.

식혜

발효/중하단

오븐트레이 +유리볼

발효 60°C 5-6시간

재료

식혜 티백 1개, 물 5컵, 밥 1/2컵, 설탕 1/4컵, 생강 1조각

준비

1.식혜티백을 물에 넣고 밥을 넣어 유리볼에 담는다.

만들기

- 1.발효 60°C 5-6시간 두어 밥알이 한두개가 떠오르면 식혜티백을 건져낸다.
- 2.식혜물과 밥을 냄비에 넣어 설탕과 생강을 넣어 3분정도 끓인후 차게 식힌다.

그래핀 에어프라이어 오븐

육포

건조 /윗단

오븐트레이+에어프라이바스켓

건조 50°C 3-4시간

재료

쇠고기(우둔살) 400g

양념

간장 2큰술, 설탕 1작은술, 물엿 2작은술, 청주 1큰술, 고운고추가루 1/2작은술, 참기름 1큰술, 마늘즙 1큰술

준비

- 1.쇠고기는 우둔살로 얇고 넓게 준비한다.
- 2.양념재료를 섞는다.

만들기

- 1.쇠고기에 양념을 넣어 무친다.
- 2.에어프라이바스켓에 쇠고기를 펴준다.
- 3.건조 50°C 3-4시간 말린다.(2시간정도 지난 뒤집어준다)