

SPIN CRISP RECETARIO





RECETARIO SPIN CRISP

«Comidas de verdad para cocinas de verdad»

Este libro recopila una selección de platos variados —desde empanados crujientes hasta rollitos de salchicha y pollo asado—, todos ellos preparados de forma rápida y sencilla.

LEYENDA DE LAS FUNCIONES DE SPIN CRISP

- **Air Fry (freidora de aire):** comida crujiente, con poco aceite.
- **Grill (parrilla):** filetes, tostadas, para dar el toque final.
- **Roast (asar):** carnes, verduras.
- **Bake (hornear):** bollería, postres.
- **Broil (gratinar):** para fundir y dorar la superficie.
- **Dehydrate (deshidratar):** fruta, cecina.
- **DIY (personalizado):** configura tus propios ajustes.

PLATOS PARA EL DÍA A DÍA



Filete de pollo crujiente con patatas fritas



Función: Air Fry



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 10-12 minutos



Raciones: 2

INGREDIENTES

- 2 filetes de pechuga de pollo (partidos por la mitad horizontalmente)
- ½ taza de harina normal
- 2 huevos batidos
- 1 taza de pan rallado o panko
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva en spray
- Patatas fritas congeladas (para servir)

CONSEJOS

- No llenes demasiado la cesta; cocina por tandas si es necesario.
- Rocía bien las migas para que queden más crujientes.

PREPARACIÓN

1. Lo primero es afinar el filete de pollo; colócalo entre dos hojas de papel de horno y aplánalo con cuidado hasta que tenga un grosor uniforme (aproximadamente 1-2 cm). Ayudarse con un rodillo.
2. Mezcla la harina con sal y pimienta.
3. Reboza cada trozo primero en harina, luego en huevo y, por último, en pan rallado, presionando bien el pan rallado.
4. Rocía ligeramente ambos lados con aceite de oliva.
5. Coloca el pollo en la cesta de la Spin Crisp en una sola capa.
6. Cocínalo con la función Air Fry a 180 °C durante 10-12 minutos, dándole la vuelta a mitad del tiempo, hasta que esté dorado y bien cocido.
7. Cocina las patatas fritas congeladas a 200 °C durante 15-20 minutos (remover a mitad del tiempo).
8. Sirve el escalope con patatas fritas, ensalada y salsa de tomate.



Pollo a la parmesana (estilo Pub)



Función: Air Fry + Broil



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 12 + 3 minutos



Raciones: 1

CONSEJOS

Añade jamón debajo del queso para darle el típico toque de bar.

INGREDIENTES

- 2 escalopes ya cocinados
- ½ taza de salsa napolitana
- ½ taza de mozzarella rallada
- 2 cucharadas de parmesano rallado

PREPARACIÓN

1. Prepara los escalopes siguiendo la receta anterior (Filete de pollo crujiente).
2. Vierte la salsa napolitana sobre cada escalope.
3. Espolvorea la mozzarella y el parmesano de manera uniforme por encima.
4. Vuelve a colocarlos en la bandeja de tu Spin Crisp.
5. Utiliza la función Broil durante 2-3 minutos hasta que el queso se derrita y empiece a burbujear.
6. Sírvelos con patatas fritas y ensalada.



Muslos de pollo con miel y salsa de soja



Función: Roast



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 25 minutos



Raciones: 3-4

INGREDIENTES

- 6 muslos de pollo
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 2 cucharadas de miel
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharada de ajo molido

PREPARACIÓN

CONSEJOS

Forra la bandeja con papel de horno o usa cestas desechables para facilitar la limpieza.

1. En un bol, mezclar la salsa de soja, la miel, el aceite y el ajo.
2. Añade los muslos de pollo y remueve para que se impregnen bien.
3. Coloca el pollo en la cesta, distribuyéndolo de manera uniforme.
4. Cocinar con la función Roast a 180 °C durante 25 minutos, dándoles la vuelta a mitad del tiempo.
5. Asegúrate de que el pollo quede pegajoso, caramelizado y bien cocido.



Salchichas y verduras asadas



Función: Roast



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 15-18 minutos



Raciones: 3

INGREDIENTES

- 6 salchichas o chorizos
- 2 patatas, cortadas en trozos
- 1 zanahoria, cortada en rodajas
- 1 cebolla morada, cortada en gajos
- ½ cabeza de ajos partida por la mitad
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Sal y pimienta

CONSEJOS

Corta las verduras en trozos uniformes para que se cocinen al mismo ritmo.

PREPARACIÓN

1. Mezcla las verduras con aceite de oliva, sal y pimienta.
2. Coloca las salchichas o chorizos y las verduras en la bandeja formando una sola capa.
3. Cocina con la función Roast a 180 °C durante 15-18 minutos.
4. A mitad de la cocción, dar la vuelta a las salchichas/chorizos y remover las verduras.
5. Servir con salsa de carne o salsa de tomate.



Filete con mantequilla y ajo



Función: Grill



Temperatura: unos 200 °C



Tiempo: 8-10 minutos



Raciones: 2

CONSEJOS

No les des la vuelta varias veces: con una vez basta.

INGREDIENTES

- 2 filetes (filete escocés o solomillo)
- Sal y pimienta
- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 dientes de ajo picados

PREPARACIÓN

1. Deja que el filete alcance la temperatura ambiente (10 minutos).
2. Sazonar generosamente con sal y pimienta.
3. Coloca los filetes en la bandeja Spin Crisp.
4. Cocíalos con la función Grill durante 4-5 minutos por cada lado (dependiendo del grosor).
5. Mientras aún estén calientes, añadir mantequilla y ajo por encima.
6. Deja reposar el filete durante 5 minutos antes de servirlo.



Alitas de pollo a la barbacoa



Función: Air Fry



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 20-25 minutos



Raciones: 3

CONSEJOS

Cuanto más secas estén las alitas, más crujiente quedará la piel.

INGREDIENTES

- 1 kg de alitas de pollo
- Sal y pimienta
- ½ taza de salsa barbacoa

PREPARACIÓN

1. Seca las alitas con un paño y sazónalas.
2. Colócalas en la cesta en una sola capa.
3. Cocínalas con la función Air Fry a 200 °C durante 20 minutos, removiéndolas a mitad del tiempo.
4. Retira las alitas y mézclalas con la salsa barbacoa.
5. Vuelve a cocinarlas durante 5 minutos más hasta que queden pegajosas.



Rollitos de salchicha clásicos



Función: Bake



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 15-18 minutos



Raciones: 4

CONSEJOS

Se pueden servir con salsa de tomate.

INGREDIENTES

- 2 láminas de hojaldre (descongeladas)
- 500 g de salchichas
- 1 huevo (para pintar)

PREPARACIÓN

1. Corta las láminas de hojaldre formando rectángulos que se adapten a la forma/tamaño de la salchicha.
2. Enrolla la salchicha con la masa formando cilindros y sella el borde.
3. Pinta con huevo batido cada rollito y colócalos en la bandeja dejando espacio entre ellos.
4. Cocina con la función Bake a 180 °C durante 15-18 minutos hasta que se doren.



Patatas gajo



Función: Air Fry



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 20 minutos



Raciones: 3

CONSEJOS

Deja los trozos de patata en remojo en agua durante 30 minutos y luego seca bien para que queden más crujientes.

INGREDIENTES

- 3 patatas grandes
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharadita de pimentón
- Sal

PREPARACIÓN

1. Corta las patatas en gajos.
2. Mézclalas con el aceite, el pimentón y la sal.
3. Colócalas en la cesta de forma uniforme.
4. Cocínalas con la función Air Fry a 200 °C durante 20 minutos.
5. Removerlas a mitad de la cocción.



Panceta con corteza crujiente



Función: Roast



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 35-40 minutos



Raciones: 3

CONSEJOS

Deja secar la piel toda la noche en la nevera para conseguir un chicharrón perfecto.

INGREDIENTES

- 800 g de panceta de cerdo
- Sal

PREPARACIÓN

1. Es importante secar bien la piel y hacer unos cortes superficiales en la misma. Después, echa sal y frota con la mano para que se quede adherida.
2. Coloca la carne de cerdo en la cesta, con la piel hacia arriba.
3. Cocina con la función Roast a 200 °C durante 35-40 minutos.
4. Comprueba que la corteza esté crujiente y con burbujas.



Chuletas de cordero con sal al romero



Función: Grill



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 8-10 minutos



Raciones: 2

CONSEJOS

No amontones ni superpongas las chuletas entre sí para evitar que se cuezan al vapor en lugar de asarse.

INGREDIENTES

- 8 chuletas de cordero
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharadita de romero picado
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

1. Seca bien las chuletas de cordero y úntalas con aceite de oliva. Después, sazona con romero, sal y pimienta.
2. Coloca las chuletas en una sola capa en la bandeja de su Spin Crisp.
3. Cocínalas con la función Grill a 200 °C durante 4-5 minutos por cada lado.
4. Dejar reposar durante 3 minutos antes de servir.



Barramundi (Lubina) con limón y hierbas



Función: Air Fry



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 10-12 minutos



Raciones: 2

INGREDIENTES

- 2 filetes de barramundi (o cualquier pescado blanco)
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharadita de mezcla de hierbas
- Gajos de limón
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

CONSEJOS

No los cocines demasiado: el pescado debe desmenuzarse fácilmente.

1. Seca el pescado y úntalo con aceite de oliva. Después, sazónalo con hierbas, sal y pimienta.
2. Coloca los filetes con la piel hacia abajo en la cesta.
3. Hacer con la función Air Fry a 180 °C durante 10-12 minutos (hasta que estén blanditos).
4. Dale la vuelta con cuidado a mitad de cocción para dorar el otro lado.
5. Servir con gajos de limón.

MENÚS PARA INVITA- DOS



Rollitos de Vegemite y queso



Función: Bake



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 12-15 minutos



Raciones: 6

CONSEJOS

No te pases con el Vegemite: basta con una capa fina.

INGREDIENTES

- 1 lámina de hojaldre
- 2 cucharaditas de Vegemite
- ½ taza de queso rallado

PREPARACIÓN

1. Untar una capa fina de Vegemite sobre la masa.
2. Espolvorea el queso de manera uniforme.
3. Enrollar bien apretado hasta formar un rollo.
4. Cortarlo en rodajas.
5. Colocas las rodajas en la bandeja de su Spin Crisp dejando espacio entre cada trozo.
6. Hornea a 180 °C durante 12-15 minutos hasta que se doren.



Gambas empanadas con alioli



Función: Air Fry



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 8-10 minutos



Raciones: 3

CONSEJOS

Si es preciso, cocinar por tandas, lo importante es que tengan espacio alrededor.

INGREDIENTES

- 300 g de gambas crudas (gambones o langostinos)
- ½ taza de harina
- 1 huevo
- 1 taza de pan rallado
- Aceite de oliva en spray

PREPARACIÓN

1. Batir un huevo y pelar las gambas, dejando solo la cola.
2. Rebozar las gambas en harina, luego en huevo batido y, por último, en pan rallado.
3. Pulveriza aceite sobre cada una de ellas.
4. Colócalas en la cesta en una sola capa.
5. Cocínelas con la función Air Fry a 180 °C durante 8-10 minutos hasta que estén doradas.
6. Sirvelas con alioli o con salsa de chile dulce.



Calamares con sal y pimienta



Función: Air Fry



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 8-10 minutos



Raciones: 2-3

INGREDIENTES

- 300 g de calamares
- ½ taza de maicena
- 1 cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta
- Gajos de limón

PREPARACIÓN

CONSEJOS

Seca bien los calamares para evitar que el rebozado quede empapado.

1. Seca bien los calamares con papel de cocina y trocear al gusto.
2. Rebózalos en maicena, sal y pimienta.
3. Colócalos en la cesta de manera uniforme.
4. Cocínalos con la función Air Fry a 200 °C durante 8-10 minutos.
5. A mitad del tiempo, remover para que se cocinen uniformemente.
6. Servir con limón.



Pastel de carne



Función: Bake



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 15-18 minutos



Raciones: 4

CONSEJOS

Deja que el relleno se enfríe para evitar que la masa quede empapada.

INGREDIENTES

- 2 láminas de masa quebrada
- 2 láminas de masa hojaldrada
- 400 g de carne picada de ternera
- 1 cucharada de salsa de tomate
- 1 cucharada de salsa Worcestershire

PREPARACIÓN

1. Cocina la carne picada rehogándola en una sartén hasta que se dore.
2. Añadir las salsas y dejar cocer a fuego lento durante 5 minutos. Dejar enfriar un poco.
3. Forra unos moldes pequeños para tartaletas con masa quebrada.
4. Rellena con la mezcla de carne picada.
5. Cubre con tapas de hojaldre y sella los bordes.
6. Pincela con huevo batido.
7. Cocina con la función Bake a 180 °C durante 15-18 minutos hasta que se doren.



Pollo asado (ajo y limón)



Función: Roast



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 50-60 minutos



Raciones: 4

INGREDIENTES

- 1 pollo entero (aprox. 1,5 kg)
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 3 dientes de ajo
- 1 limón (partido por la mitad)
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

CONSEJOS

Los jugos deben salir claros cuando esté cocinado.

1. Seca bien el pollo con papel de cocina y úntalo con aceite.
2. Sazónalo generosamente con sal y pimienta.
3. Introduce el ajo y el limón dentro del pollo entero.
4. Coloca el pollo con la pechuga hacia arriba en la cesta.
5. Ásalo a 180 °C durante 50-60 minutos, dándole la vuelta a mitad de tiempo.
6. Déjalo reposar 10 minutos antes de trincharlo.



Albóndigas de ternera con salsa de cebolla



Función: Air Fry



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 12-15 minutos



Raciones: 4

INGREDIENTES

- 500 g de carne picada de ternera
- 1 huevo
- ½ taza de pan rallado
- Sal y pimienta
- Salsa de cebolla

PREPARACIÓN

CONSEJOS

No formes unas albóndigas demasiado apretadas para que queden más tiernas y jugosas por dentro.

1. Mezcla todos los ingredientes en un bol menos la salsa y amasa bien para luego formar las albóndigas.
2. Coloca las albóndigas separadas entre sí en la cesta de tu Spin Crisp.
3. Cocina con la función Air Fry a 180 °C durante 12-15 minutos, dándoles la vuelta a mitad del tiempo.
4. Sírvelas acompañadas con la salsa de cebolla o con la que prefiera.



Fish & Chips (estilo take away)



Función: Air Fry



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 12-15 minutos



Raciones: 2

CONSEJOS

Cocina el pescado y las patatas fritas juntos solo si el espacio lo permite.

INGREDIENTES

- 2 filetes de pescado blanco
- 1 taza de pan rallado
- Patatas fritas congeladas

PREPARACIÓN

1. Reboza el pescado en pan rallado (como si fuera un escalope).
2. Cocina las patatas con la función Air Fry a 200 °C durante 15-20 minutos.
3. Añade el pescado durante los últimos 12-15 minutos.
4. Sirve con limón y salsa tártara.



Patatas rellenas



Función: Bake



Temperatura: 200 °C



Tiempo: 35-40 minutos



Raciones: 2

CONSEJOS

Para que la piel quede más tierna envuélvelas en papel de aluminio.

INGREDIENTES

- 2 patatas grandes
- ½ taza de queso rallado
- 50 g de beicon en tiras
- Crema agria

PREPARACIÓN

1. Pincha las patatas con un tenedor.
2. Cocínalas con la función Bake a 180 °C durante 35-40 minutos hasta que estén blandas.
3. Haz el beicon aparte o en la misma máquina hasta que quede crujiente.
4. Parte las patatas por la mitad y remueve el interior con un tenedor.
5. Cubre con queso, beicon y crema agria y hornea unos minutos para gratinar todo.

MENÚS RÁPI- DOS



Sándwich de jamón cocido, queso y tomate



Función: Air Fry



Tiempo: 5-6 minutos



Temperatura: 200 °C



Raciones: 1

INGREDIENTES

- 4 rebanadas de pan
- 4 lonchas de jamón cocido
- 2 lonchas de queso
- Rodajas de tomate
- Mantequilla

PREPARACIÓN

1. Unta con mantequilla la cara externa de las rebanadas de pan.
2. Rellénalas con jamón cocido, queso y rodajas de tomate al gusto.
3. Forma el sándwich y cocínalo en la función Air Fry a 200 °C durante 5-6 minutos por ambas caras.



Recalentar pizza



Función: Air Fry



Tiempo: 5-6 minutos



Temperatura: 200 °C



Raciones: 1

PREPARACIÓN

1. Coloca las porciones de pizza en la bandeja de la parrilla.
2. Cocínala con la función Air Fry a 180 °C durante 4-6 minutos hasta que estén calientes y crujientes.



Patatas fritas congeladas (método perfecto)



Función: Air Fry



Tiempo: 15-20 minutos



Temperatura: 180 °C



Raciones: 1

PREPARACIÓN

1. Coloca las patatas esparcidas en una sola capa.
2. Cocina con la función Air Fry a 200 °C durante 15 minutos, removiendo de vez en cuando para que se doren por todas partes por igual. Añade más tiempo si es necesario.



Mollete con beicon y huevo



Función: Air Fry



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 8-10 minutos



Raciones: 1

INGREDIENTES

- 1 mollete
- 1 huevo
- 3 lonchas de beicon
- 2 cucharadas de queso rallado
- Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

1. Abre el mollete por la mitad y aprieta la miga para que quede espacio dentro del pan. Coloca cada mitad hacia arriba en la bandeja de tu Spin Crisp.
2. En la mitad de la base, añade queso rallado por los bordes y en el medio casca el huevo. Salpimenta.
3. Sobre la otra mitad, pon las lonchas de beicon.
4. Programa la función Air Fry a 180 °C durante unos 8 o 10 minutos.

**POS-
TRES Y
REPOS-
TERÍA**



Crumble de manzana



Función: Bake



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 20-25 minutos



Raciones: 4

INGREDIENTES

- 3 manzanas (en rodajas)
- ½ taza de copos de avena
- ½ taza de harina
- ⅓ taza de azúcar moreno
- 80 g de mantequilla

PREPARACIÓN

CONSEJOS

Sírvelo con natillas o helado.

1. Coloca las rodajas de manzana en una fuente apta para horno que quepa en su Spin Crisp. Engrasa previamente la base de la fuente.
2. Mezcla bien con los dedos la avena, la harina, el azúcar y la mantequilla hasta formar una pasta desmigada que es el *crumble*.
3. Espolvorea esa mezcla sobre las rodajas de manzana que están en la fuente.
4. Con la función Bake, programar 180 °C durante 20-25 minutos hasta que se dore el *crumble*.



Galletas ANZAC



Función: Bake



Temperatura: 180 °C



Tiempo: 12-15 minutos



Raciones: 12 unidades

INGREDIENTES

- 1 taza de copos de avena
- 1 taza de harina normal
- ¾ taza de azúcar
- ½ taza de coco
- 125 g de mantequilla
- 2 cucharadas de sirope dorado
- ½ cucharadita de bicarbonato sódico
- 2 cucharadas de agua caliente

CONSEJOS

Ten en cuenta que estas galletas se endurecen al enfriarse.

PREPARACIÓN

1. Mezcla la avena, la harina, el azúcar y el coco en un bol.
2. Derrite la mantequilla y el sirope dorado juntos.
3. Disuelve el bicarbonato en agua caliente y añádelo a la mezcla de mantequilla.
4. Mezcla los ingredientes húmedos y secos.
5. Forma bolitas y aplánalas ligeramente.
6. Colócalas en una bandeja forrada con papel de horno.
7. Programa la función Bake a 160 °C durante 12-15 minutos hasta que estén doradas.



Pan de plátano (al estilo clásico australiano)



Función: Bake



Temperatura: 170 °C



Tiempo: 35-45 minutos



Raciones: 8

INGREDIENTES

- 3 plátanos maduros (bien machacados)
- 125 g de mantequilla (derretida)
- $\frac{3}{4}$ de taza de azúcar moreno
- 2 huevos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- $1\frac{1}{2}$ tazas de harina con levadura incorporada
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de canela (opcional)
- Una pizca de sal

CONSEJOS

- Cuanto más maduros estén los plátanos, mejor será el sabor.
- Si la parte superior se dora demasiado rápido, cúbreala sin apretar con papel de aluminio.
- Añade trocitos de chocolate o nueces al gusto.

PREPARACIÓN

1. En un bol grande, machaca los plátanos hasta obtener una mezcla homogénea.
2. Añade la mantequilla derretida, el azúcar moreno, los huevos y la vainilla. Mézclalo todo bien.
3. Tamiza la harina, la canela y la sal.
4. Incorpora con cuidado hasta que quede todo bien mezclado (no lo remuevas en exceso).
5. Engrasa ligeramente o forra con papel de horno un molde pequeño para pan que quepa en tu Spin Crisp.
6. Vierte la mezcla en el molde y alisa la superficie.
7. Coloca el molde en la cesta.
8. Cocina con la función Bake a 170 °C durante 35-45 minutos. Para saber si está, introduce un palillo y comprueba que sale limpio.
9. Deja enfriar en el molde durante 10 minutos y, a continuación, pasa el pan a una rejilla.

