

#Details**Matter**



คู่มือความอร่อย
เตาอบไฟฟ้า
รุ่น TL2-SAC25GZC



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม
TOSHIBA CONTACT CENTER 0-2511-7777
www.toshiba-lifestyle.com/th



TOSHIBA



สารบัญ

เมนูโฮมเมด

13 เมนู พร้อม VDO วิธีทำ 6-7

เมนูจาก TsmartLife app

พิซซ่า	10
ซีโรงอบ	11
ไก่ย่างแบบดั้งเดิม	12
ซีโรงแกะย่าง	13
แซลมอนอบ	14
ข้าวเหนียวกล้วยปิ้งราดกะทิ	15

สารบัญ

เมนูทอดไร้น้ำมัน

มันฝรั่งแผ่นทอดกรอบ	17
เฟรนช์ฟรายส์	18
เบคอนทอด	19
แซนด์วิชชีส	20
ปีกไก่ย่าง	21
อกไก่ชุบเกล็ดขนมปัง	22
ขนมปังกระเทียม	23
มินิคัลโซน	24
เบอร์เกอร์ชีส	25
มีตบอลอิตาลีเลียน	26
คาลามารี	27
ผักย่าง	28

คุณภาพดี ด้วยการอบลมร้อน



■ **อบลมร้อนแบบ 3D**
ร้อนไว ด้วยจลวดทำความร้อน
ถึง 6 เส้น ทำงานร่วมกับพัดลม
กระจายความร้อนที่ด้านบน
ให้อาหารสีสันท่าทาน



■ **ลดแคลอรี เพื่อสุขภาพที่ดี**
อบอาหารให้สุก นำรับประทานได้
โดยไม่ใช้น้ำมัน หรือใช้น้ำมัน
เพียงเล็กน้อย ให้เมนูโปรด ทั้งมักเก็ต
เฟรนช์ฟรายส์ ยังคงความกรอบ
ทั้งนอกและใน

TOSHIBA

รวมเมนูโฮมเมด พร้อม VDO วิธีทำ



ขนมปัง
ลูกฟักทอง



คัพเค้กส้ม



ซี่โครงหมู
ซอสบาร์บีคิว



บาร์บีคิวหมู



ขนมเปียะ
กุหลาบสายรุ้ง



ก๋วยเตี๋ยว
หมูทอด



ห่อหมก
ทะเลย่าง



คุกกี้สิงคโปร์
มันม่วงงาดำ



บราวนี่
ไส้ช็อกโกแลต

ไปดสแกน QR Code เพื่อดู VDO วิธีทำ



ขนมปังพันชั้น



ขลุ่ยกุ้ง



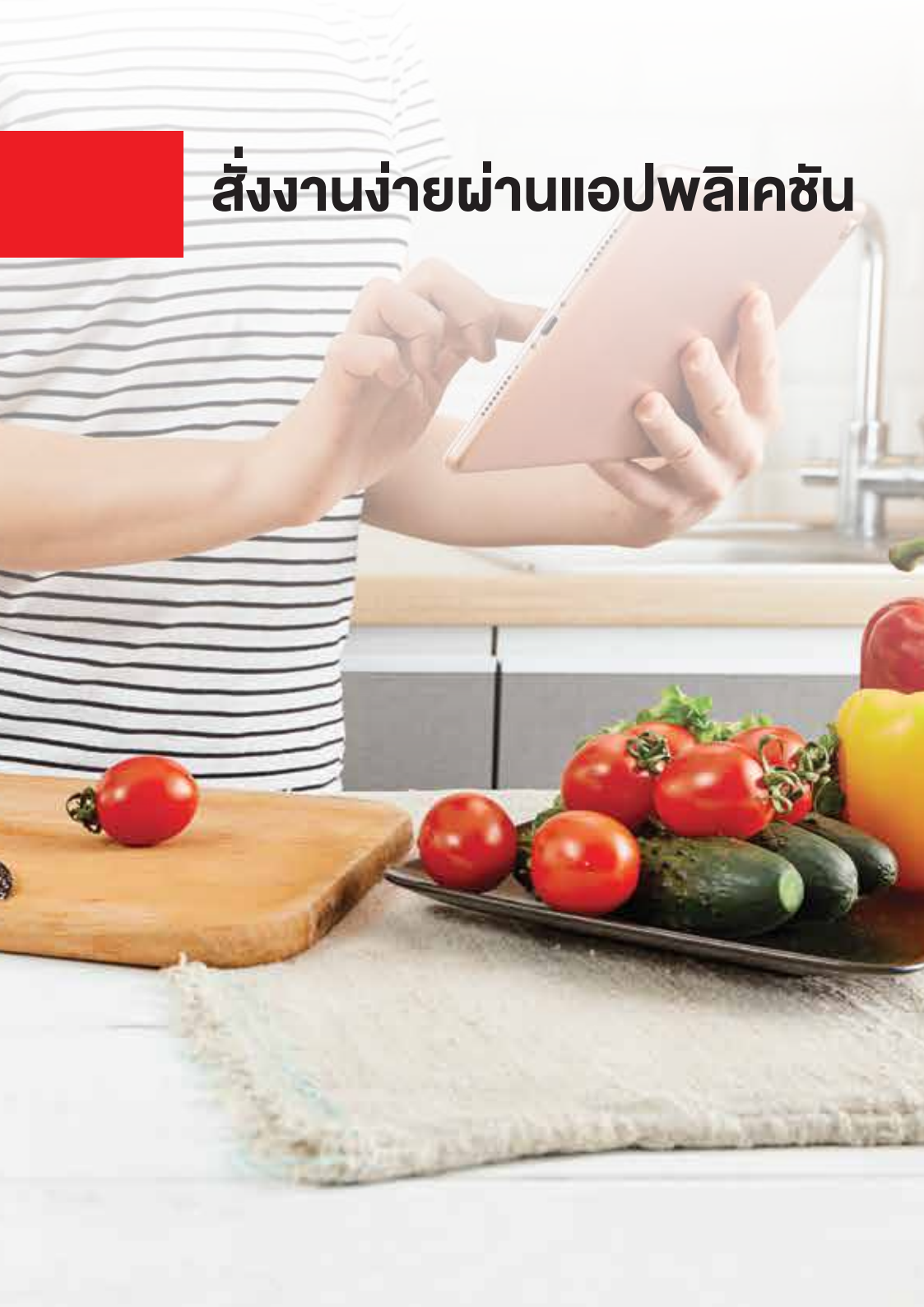
ขนมไหว้พระจันทร์



ชีสบอล



สั่งงานง่ายผ่านแอปพลิเคชัน



■ ควบคุมเพียงปลายนิ้วสัมผัส
เข้าถึงสูตรอาหารมากมายบนแอปฯ
TSmartLife ซึ่งมีสูตรการทำอาหาร
ที่หลากหลายทั้ง อเมริกัน เอเชีย
อิตาลี ฝรั่งเศส



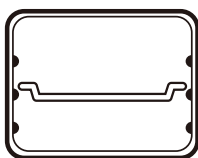
■ สะดวก ทำตามง่าย
ในแอปฯ มีการแนะนำส่วนผสมพร้อม
ขั้นตอนทั้งหมดอย่างเข้าใจง่าย

TOSHIBA



พิซซ่า

สำหรับเสิร์ฟ : 4 ที่
เวลาในการทำอาหาร : 15 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- | | | | |
|--------------------------|----------|-------------------------------------|----------|
| • ยีสต์แห้งชนิดเม็ด | 6 กรัม | • ซอสพิซซ่า (เกือบปีง) | 80 กรัม |
| • น้ำอุ่น (ประมาณ 38 °C) | 150 กรัม | • มอสซาร์ลล่าชีส (เกือบปีง) | 284 กรัม |
| • แป้งอเนกประสงค์ | 300 กรัม | • เปปเปอร์โรนีย์ (เกือบปีง) | 30 กรัม |
| • น้ำมันมะกอก | 26 กรัม | • น้ำมันมะกอก (เกือบปีง) | 12 กรัม |
| • น้ำตาล | 4 กรัม | • ไบโพรไพลีนสำหรับตกแต่ง (เกือบปีง) | 1 กรัม |
| • เกลือโคเชอร์ | 6 กรัม | | |

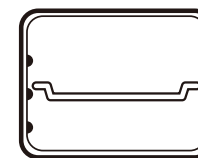
วิธีการทำ

1. คนยีสต์กับน้ำอุ่น (ประมาณ 38 °C) เข้าด้วยกันจนกระทั่งละลาย
2. ใส่แป้งอเนกประสงค์ น้ำมันมะกอก น้ำตาล และเกลือ แล้วคนจนส่วนผสมจับตัวเป็นแป้งโด พักแป้งโดไว้ 10 นาที
3. อุ่นเตาอบที่ 200 °C ริดแป้งโดให้เป็นสี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาด 10x10 นิ้ว และวางแป้งโดบนถาดที่ทาน้ำมัน ใช้ส้อมจิ้มให้เป็นรูทั่วแป้งโด
4. ท็อปด้วยซอสพิซซ่า ชีส และเปปเปอร์โรนีย์ จากนั้นจึงใช้แปรง ค่อยๆ ทาน้ำมันมะกอกลงบนขอบด้านบนอก
5. วางถาดบนตะแกรงกลาง และอบในโหมด [ย่าง] ที่ 200 °C เป็นเวลา 15 นาที หรือจนกระทั่งชีสละลาย
6. นำพิซซ่าออกจากเตาอบ และปล่อยให้เย็นประมาณ 5 นาที ตกแต่งด้วยโพรพาสก่อนเสิร์ฟ



ซี่โครงอบ

สำหรับเสิร์ฟ : 4 ที่
เวลาในการทำอาหาร : 2 ชั่วโมง



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- | | | | |
|---------------------------|--------------|----------------|--------------|
| • ซี่โครงหมูสไลด์เส้นหยาบ | 908 | • ออริกาโนแห้ง | 1/2 ช้อนโต๊ะ |
| • น้ำตาลทรายแดง | 2 ช้อนโต๊ะ | • พงกระเทียม | 1/2 ช้อนโต๊ะ |
| • พริกป่น | 3 ช้อนโต๊ะ | • พริกคาเยน | 1/4 ช้อนโต๊ะ |
| • พริกไทยดำป่น | 1/2 ช้อนโต๊ะ | | |

วิธีการทำ

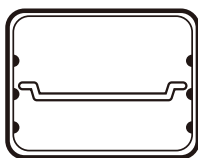
1. คนส่วนผสมแห้งต่างๆ ให้เข้ากัน
2. นำเครื่องเทศที่ผสมแล้วทูลูกซี่โครง หมักและแช่เย็นอย่างน้อย 2 ชั่วโมง
3. ปูแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ลงบนถาดอบ เรียงซี่โครงลงบนถาด แล้วปิดด้วยอลูมิเนียมฟอยล์อีกแผ่น
4. วางถาดบนชั้นที่ 2 อบในโหมด Roast ที่ 125 °C เป็นเวลาประมาณ 2 ชั่วโมง จนเห็นว่ามีกระดูกหลุดออกจากเนื้ออย่างง่ายดาย
5. เมื่อปรุงอาหารทั้งหมดเสร็จแล้ว คุณสามารถหั่นซี่โครงให้แยกกันเป็นแต่ละซี่ และเสิร์ฟพร้อมซอสบาร์บีคิว



ไก่ย่างแบบดั้งเดิม

สำหรับเสิร์ฟ : 4 ที่

เวลาในการทำอาหาร : 45 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- ไก่ 1 ตัว (ประมาณ 1,800 กรัม)
- เกลือโคเชอร์ 1 ช้อนโต๊ะ
- พริกไทยดำป่น 1/4 ช้อนโต๊ะ
- มะนาว (ผ่าครึ่ง) 1
- น้ำมันมะกอก 1 ช้อนโต๊ะ
- โรสแมรี่แห้ง / ไทรหพา 2 ช้อนโต๊ะ
- กานพลูกระเทียมทุบ 3

วิธีการทำ

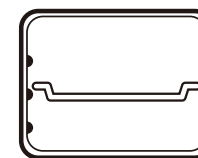
1. วางกระดูกของอบลงบนถาดอบและวางไก่ไว้ด้านบน โรยด้วยเกลือ พริกไทย และน้ำมันมะนาวครึ่งซีก
2. ราดน้ำมันมะกอกลงบนไก่ ถูด้วยสมุนไพรและกระเทียมทุบ
3. ใส่มะนาวอีกครึ่งหนึ่ง และกระเทียมลงไปด้านในของไก่
4. วางถาดอบบนตะแกรงตรงกลาง อบในโหมด [ทอดโร้ น้ำมัน] ที่ 200 °C เป็นเวลาประมาณ 45 นาที (ตรวจดูไก่เมื่อครบ 25 นาที ถ้าไก่เริ่มเป็นสีน้ำตาลอ่อนแล้ว ให้คลุมด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์เพื่อป้องกันไม่ให้ไหม้)
*เวลาในการปรุงอาหารอาจแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับขนาดของตัวไก่



ซี่โครงแกะย่าง

สำหรับเสิร์ฟ : 5 ที่

เวลาในการทำอาหาร : 17 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- ซี่โครงแกะ 750 กรัม
- กลีบกระเทียมทุบ 24 กรัม
- โรสแมรี่สับ 4 กรัม
- พริกไทยดำป่น 0.5 กรัม
- น้ำมันมะกอก 24 กรัม
- เกลือโคเชอร์ 3 กรัม

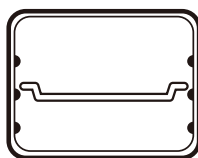
วิธีการทำ

1. ผสมส่วนผสมทั้งหมดเข้าด้วยกัน ยกเว้นเกลือ และหมักทิ้งไว้เป็นเวลาประมาณ 30 นาที
2. จัดวางซี่โครงแกะบนถาดที่บุด้วยอลูมิเนียมฟอยล์ และโรยเกลือให้ทั่ว
3. วางถาดบนตะแกรงกลาง และอบในโหมด [ย่าง] ที่ 215 °C เป็นเวลาประมาณ 17 นาที
4. นำซี่โครงแกะออกจากเตาอบ และพักไว้ให้เย็นลงประมาณ 5 นาที ก่อนเสิร์ฟ



แซลมอนอบ

สำหรับเสิร์ฟ : 1 ที่
เวลาในการทำอาหาร : 20 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- หน่อไม้ฝรั่ง ตัดแต่ง 227 กรัม
- มะกอกคาลามานตา คว่ำเมล็ดออก 90 กรัม
- กระเทียมหั่นบางๆ 1 กลีบ
- ปลาแซลมอน 284 กรัม
- น้ำมันมะกอก 2 ช้อนโต๊ะ
- เกลือโคเชอร์ 1/2 ช้อนโต๊ะ
- พริกไทยดำป่น 1/4 ช้อนโต๊ะ

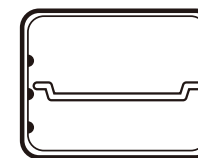
วิธีการทำ

1. ปูถาดอบด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ ใส่หน่อไม้ฝรั่ง มะกอก กระเทียม และปลาแซลมอน ลงบนถาดอบ ราดด้วยน้ำมันมะกอก โรยด้วยเกลือและพริกไทย
2. วางถาดบนชั้นที่ 2 และอบในโหมด [ย่าง] ที่ 225 °C เป็นเวลาประมาณ 20 นาที จนปลาแซลมอนสุกดี และผิวเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล



ข้าวเหนียวกล้วยปิ้งราดกะทิ

สำหรับเสิร์ฟ : 5 ที่
เวลาในการทำอาหาร : 40 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- | | | | |
|------------------|---------------|----------------|------------|
| • กล้วยน้ำว้าสุก | 5 ลูก | • แป้งเซโมลินา | 10 กรัม |
| • น้ำกะทิ | 150 มิลลิลิตร | • เกลือ | 2/3 ช้อนชา |
| • กุ้งลิสงคั่ว | 1 ช้อนโต๊ะ | • น้ำตาล | 2 ช้อนโต๊ะ |
| • แป้งมัน | 1 ช้อนชา | • ใบตอง | 100 กรัม |

วิธีการทำ

1. นำกล้วย 5 ลูกคลุกน้ำตาล 1 ช้อนโต๊ะ และ เกลือ 1/3 ช้อนชา ทิ้งไว้ 2 ชั่วโมง
2. วางพลาสติกแรปอาหารลงบนเขียงและนำข้าวเหนียวมาคดแผ่เป็นวงกลมแผ่นบางๆ ใส่กล้วยตรงกลาง และนำข้าวเหนียวห่อกล้วย เอาพลาสติกแรปออกและนำไปตองพันรอบข้าวเหนียวกล้วยและห่อใบตองอีกหนึ่งชั้น กลัดด้วยไม้กลัดไว้
3. นำข้าวเหนียวกล้วยพันใบตองวางบนตะแกรงชั้นที่ 2 และ อบในโหมด [ทอดโร้มน้ำมัน] ที่ 200 °C เป็นเวลาประมาณ 30 นาที นำออกมากลับด้าน 1 ครั้ง
4. การเตรียมน้ำกะทิ, ตั้งเตาและกะทะ ใส่น้ำกะทิ 150 มิลลิลิตร, น้ำตาล 1 ช้อนโต๊ะ, เกลือ 1/3 ช้อนชา, แป้งเซโมลินา 10 กรัม และ แป้งมัน 1 ช้อนชา และคนให้เข้ากันจนส่วนผสมข้นและเซโมลินาใส
5. วางลงบนจานแล้วราดด้วยน้ำกะทิที่เตรียมไว้ โรยกุ้งคั่วตามชอบ พร้อมเสิร์ฟ

ทอดกรอบอร่อย ด้วยน้ำมันที่น้อยกว่า



■ เพื่อสุขภาพที่ดีกว่า ลดไขมันได้ถึง 61%*



ทอดด้วยกระทะใช้น้ำมันพืช

ทอดด้วยเตาอบโตชิบา รุ่น TL2-SAC25GZC
ฟังก์ชัน Air fry ที่ 200°C เป็นเวลา 18 นาที

ทดสอบจาก **intertek**
Total Quality Assured.

*อ้างอิงจากเอกสารเลขที่ 24696961-1 (ทดสอบเมื่อวันที่ 21 มีนาคม 2567)
Intertek (อินเทอร์เทค) เป็นบริษัทที่ให้บริการทดสอบ ตรวจสอบ และรับรองผลิตภัณฑ์
ซึ่งผลการทดสอบ ได้รับการยอมรับในระดับสากล

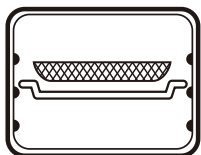
TOSHIBA



มันฝรั่งแผ่นทอดกรอบ

สำหรับเสิร์ฟ: 1 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 15 นาที



เครื่องวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- มันฝรั่ง 1 ลูก (150 กรัม ~ 200 กรัม)
- น้ำมัน 2 กรัม

วิธีการทำ

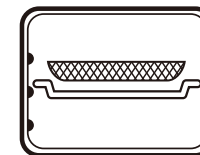
1. ล้างมันฝรั่ง ปอกเปลือกและฝานเป็นแผ่นหนา 1 มม. แช่แผ่นมันฝรั่งในน้ำเพื่อล้างเมล็ดแป้งบนผิวออก
2. ใช้กระดาษเช็ดซับแผ่นมันฝรั่งให้แห้ง ผสมแผ่นมันฝรั่งกับน้ำมันให้เข้ากันในถุงกนอมอาหาร เรียงแผ่นมันฝรั่งให้ทั่วตะแกรงทำครัว โดยอย่าให้ทับซ้อนกัน
3. วางตะแกรงทำครัวบนเครื่องวาง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 165°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 15 นาที นำออกมาวางพักไว้



เฟรนช์ฟรายส์

สำหรับเสิร์ฟ: 2 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 21 นาที 30 วินาที



เครื่องวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- มันฝรั่ง 2 ลูก (300 กรัม ~ 400 กรัม)
- น้ำมัน 3 กรัม

วิธีการทำ

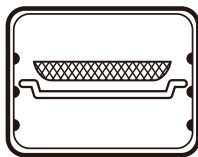
1. ล้างมันฝรั่ง ปอกเปลือกและหั่นเป็นแท่ง แช่มันฝรั่งชิ้นที่หั่นลงในน้ำเพื่อล้างเมล็ดแป้งบนผิวออก
2. ใช้กระดาษเช็ดซับชิ้นมันฝรั่งให้แห้ง ผสมชิ้นมันฝรั่งกับน้ำมันให้เข้ากันในถุงกนอมอาหาร เรียงชิ้นมันฝรั่งให้ทั่วตะแกรงทำครัว โดยอย่าให้ทับซ้อนกัน
3. วางตะแกรงทำครัวบนเครื่องวาง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 190°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 21 นาที 30 วินาที นำออกมาวางพักไว้



เบคอนทอด

สำหรับเสิร์ฟ: 2 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 7 นาที 30 วินาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

เบคอนแช่แข็ง 5 แผ่น (17 กรัม/แผ่น)

วิธีการทำ

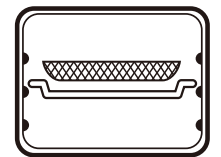
1. เรียงแผ่นเบคอนให้ทั่วตะแกรงทำครัว โดยอย่าให้ทับซ้อนกัน
2. วางตะแกรงทำครัวบนถาดรอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 200°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 7 นาที 30 วินาทีจนกระทั่งแผ่นเบคอนม้วนงอขึ้นเล็กน้อย



แซนด์วิชชีส

สำหรับเสิร์ฟ: 1 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 5 นาที 30 วินาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- ขนมปัง 2 แผ่น
- ชีส 2 แผ่น

• เนย 8 กรัม

วิธีการทำ

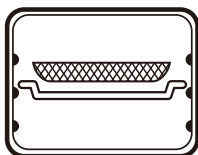
1. ทานขนมปังแผ่นขนมปังและไปะด้วยแผ่นชีส วางลงบนตะแกรงทำครัว
2. วางตะแกรงทำครัวบนโครงรอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 180°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 5 นาที 30 วินาทีจนกระทั่งแผ่นขนมปังกลายเป็นสีน้ำตาลไหม้ วางกับขนมปังทั้ง 2 ด้านด้วยชีส ตัดเป็นแนวทแยงและนำเสิร์ฟ



ปีกไก่ย่าง

สำหรับเสิร์ฟ: 3 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 17 นาที



โครงสร้างวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- ปีกไก่ 12 ชิ้น (450 กรัม)
- ซอสเทรียคิ 20 กรัม
- น้ำ 8 มิลลิลิตร
- แป้งข้าวโพด 3 กรัม
- งาขาว 3 กรัม

วิธีการทำ

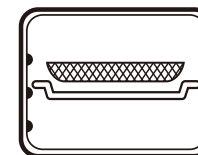
1. ผสมปีกไก่ ซอสเทรียคิ น้ำ และแป้งข้าวโพดให้เข้ากันและเก็บแช่เย็นไว้ 4 ชั่วโมง
2. วางปีกไก่ลงในตะแกรงทำครัว วางตะแกรงทำครัวบนถาดรอง บนชั้นที่สองของเตาเปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 180°C โดยประกอบอาหารเป็นเวลา 17 นาทีและนำออกโรยหน้าด้วยงาขาวและน้ำเสิร์ฟ



อกไก่ชุบเกล็ดขนมปัง

สำหรับเสิร์ฟ: 2 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 17 นาที 30 วินาที



โครงสร้างวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- เนื้ออกไก่ชุบเกล็ดขนมปังแช่แข็ง 370 กรัม

วิธีการทำ

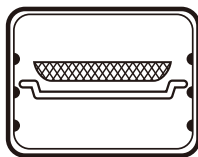
1. วางอกไก่ลงในตะแกรงทำครัวโดยอย่าให้ทับซ้อนกัน
2. วางตะแกรงทำครัวบนโครงสร้าง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 185°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 17 นาที 30 วินาทีจนกระทั่งเนื้อกลายเป็นสีเหลืองทอง



ขนมปังบาเก็ทปังกระเทียม

สำหรับเสิร์ฟ: 3 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 8 นาที 30 วินาที



โครงสร้างวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- บาเก็ทแช่แข็ง 1 ชิ้น (210 กรัม)
- เกลือ 1 กรัม
- น้ำตาล 1 กรัม
- ครีมชีส 15 กรัม
- น้ำมัน 3 กรัม
- กระเทียมสับ 10 กรัม
- มะจือเทศเชอร์รี่ 100 กรัม
- พริกไทยดำป่น 1 กรัม

วิธีการทำ

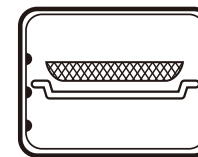
1. เตรียมหน้าขนมปัง: หั่นมะจือเทศเชอร์รี่และผสมกับส่วนผสมอื่นให้เข้ากัน
2. หั่นบาเก็ทเป็นชิ้นหนา 2 ซม. วางชั้นที่หั่นลงในตะแกรงทำครัวโดยอย่าให้ทับซ้อนกัน
3. วางตะแกรงทำครัวบนถาดรอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 190°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 8 นาที 30 วินาทีจนกระทั่งขนมปังกลายเป็นสีเหลืองทอง ตกแต่งด้วยมะจือเทศเชอร์รี่และน้ำเสิร์ฟ



มินิคัสโฮเน

สำหรับเสิร์ฟ: 3 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 15 นาที



โครงสร้างวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- แป้งโดว์พีชซ่า 13 ก้อน
- ไส้: • ไส้กรอกไก่ 75 กรัม
- เบคอนหนึ่งแผ่น (15 กรัม)
- ซอสพีชซ่า 15 กรัม
- มอสซาเรลล่าชีสขูดฝอย 75 กรัม

วิธีการทำ

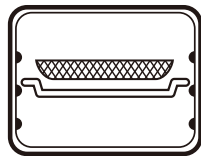
1. เตรียมไส้: หั่นเบคอนกับไส้กรอกไก่และผสมให้เข้ากันกับส่วนผสมอื่น ๆ
2. ใส่ไส้ลงในแป้งโดว์พีชซ่า (ใช้ส้อมกดขอบเพื่อป้องกันไม่ให้ปูดออก) ปรมน้ำมันผิวของคัสโฮเนและวางลงในตะแกรงทำครัว
3. วางตะแกรงทำครัวบนถาดรอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 185°C โดยประกอบอาหารเป็นเวลา 15 นาทีและนำออก



เบอร์เกอร์ชีส

สำหรับเสิร์ฟ: 1 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 15 นาที + 1 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- แผ่นเนื้อวัวสด 1 ชิ้น (100 กรัม)
- ผักกาดหอม 2 ใบ
- หนมปังเบอร์เกอร์ 2 แผ่น
- น้ำสลัด 10 กรัม
- เซดดาร์ชีส 1 แผ่น

วิธีการทำ

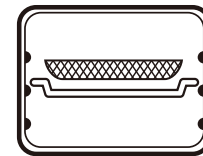
1. ล้างใบผักกาดหอมและสะเด็ดน้ำออก
2. วางแผ่นเนื้อวัวลงในตะแกรงทำครัว วางตะแกรงทำครัวบนภาครอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 200°C โดยประกอบอาหารเป็นเวลา 15 นาทีและนำออก
3. วางแผ่นชีสบนแผ่นเนื้อวัวและวางลงในตะแกรงทำครัวพร้อมกับหนมปังสองแผ่น ประกอบอาหารต่อเป็นเวลา 1 นาทีและนำออก
4. ทาน้ำสลัดบนแผ่นเนื้อวัวและวางกับใบผักกาดระหว่างหนมปังทั้งสองแผ่น



มีตบอลอิตาลีเลียน

สำหรับเสิร์ฟ: 2 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 11 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- เนื้อบด 300 กรัม
- เกลือ 2 กรัม
- กระเทียมสับ 15 กรัม
- เกล็ดขนมปัง 20 กรัม
- ไข่ขาว 60 กรัม

วิธีการทำ

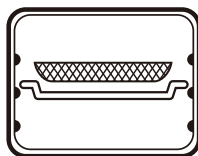
1. ผสมเนื้อบดกับเกลือและไข่ขาวให้เข้ากันจนเนื้องาขึ้นเล็กน้อย จากนั้นใส่กระเทียมสับและเกล็ดขนมปัง
2. ปั้นมีตบอล (ประมาณชิ้นละ 20 ก.) ด้วยช้อนและวางลงในตะแกรงทำครัวโดยตรงด้วยกระดาษกันไขมัน
3. วางตะแกรงทำครัวบนโครงรอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 190°C โดยประกอบอาหารเป็นเวลา 11 นาทีและนำออก



คาลามารี

สำหรับเสิร์ฟ: 3 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 17 นาที 30 วินาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- วงปลาหมึกแช่แข็งชุบเกล็ดขนมปัง 350 กรัม

วิธีการทำ

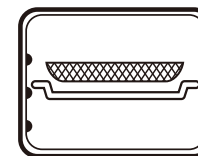
1. วางวงปลาหมึกลงในตะแกรงทำครัว
2. วางตะแกรงทำครัวบนโครงรอง บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 190°C และประกอบอาหารเป็นเวลา 17 นาที 30 วินาทีจนกระทั่งเนื้อกลายเป็นสีเหลืองทอง



ผักย่าง

สำหรับเสิร์ฟ: 2 ที่

เวลาในการทำอาหาร: 10 นาที



โครงรองวางอยู่บนชั้นที่สอง

ส่วนผสม

- ดอกกะหล่ำ 350 กรัม
- น้ำมัน 15 กรัม
- เกลือ 2 กรัม
- พริกไทยดำป่น 2 กรัม

วิธีการทำ

1. ล้างดอกกะหล่ำ ดึงออกเป็นช่อ ๆ และหั่นก้านออกเป็นชิ้น ๆ (เพื่อการปรุงและการย่างที่ดีขึ้น) วางช่อดอกกะหล่ำลงในตะแกรงทำครัว ทาน้ำมันให้ทั่ว และโรยเกลือกับพริกไทยดำป่นให้ทั่วกัน
2. วางตะแกรงทำครัวบนภาครอบ บนชั้นที่สองของเตา เปิดใช้งานโหมด Airfry menu ที่อุณหภูมิ 165°C โดยประกอบอาหารเป็นเวลา 10 นาทีและนำออก