Easy mello snacks

Goda och enkla **Easy Fry** snacks till Mello

OBH NORDICA

Easy mello snacks



01 Fried chickpeas

Ingredienser

1 burk kikärtor
1 msk olivolja
2 tsk chillipulver
¼ tsk salt

Gör så här

1. Torka kikärtorna med papper.

2. Blanda alla ingredienser.

3. Tillaga i ca. 10-12 min vid 200°C.

Goda som snacks eller som tillbehör.

OBH NORDICA

02 Chicken nuggets

Ingredienser

4 kycklingfiléer
2 dl creme fraiche
3 msk mjöl
2 ägg
7 dl cornflakes
Salt, peppar, vitlöks-
pulver & chilipulver

Gör så här

1. Banka kyckling-
filéerna och dela i
bitar. Blanda crème
fraiche med kryddor
och rör sedan runt
med kycklingfilerna,
låt marinera svalt i
30 min.

2. Vispa äggen i en
skål. Krossa corn-
flakes, och krydda
med en nypa salt.

Easy mello snacks

03 Fried broccoli

Ingredienser

500 g färsk broccoli
2 msk olivolja
1 tsk vitlökspulver
1 tsk lökpulver
1/2 tsk paprikapulver,
salt & svartpeppar

Gör så här

1. Skär broccolin i mindre buketter och tvätta noggrant.

2. Blanda med olja och kryddor i en stor skål. Se till att allt blir jämnt täckt.

3. Placera broccoliblandningen i air fryerkorgen i ett jämnt lager. Om din airfryer är lite mindre

kan det krävas att du tillagar broccolin i omgångar för att få ett jämnt resultat.

4. Tillaga i 10-12 min vid 200°C.

Rör om en gång under tillagningen för jämnt resultat.

OBH NORDICA

04 Mello fries

Ingredienser

1 - 1.2 kg potatis
1 msk olja
Salt & peppar

Gör så här

1. Skär potatisarna i stavar och blötlägg i 30 min.

2. Häll av vattnet och låt det torka helt mellan hushållspapper eller kökshanduk.

3. Blanda med jämnt fördelad olja.

4. Salta och peppra efter smak.

5. Tillaga i 12 min vid 185°C, skaka om och tillaga ytterligare i 5 min.

Servera tillsammans med favvo-dippen.

OBH NORDICA

Easy mello snacks

05 Choc.chip muffin



Ingredienser

125 g mjöl
30 g smör
30 g socker
50 g chokladbitar
1 ägg
120 ml mjölk

Gör så här

1. Smält smör och blanda med mjölk och ägg i en stor skål. Blanda de andra ingredienserna i en separat skål.

2. Rör ner den flytande blandningen i den torra blandningen under vispning.



3. Dela smeten i muffinsformar och lägg dem i air fryer korgen.

4. Tillaga i ca. 20 min vid 170°C.

OBH NORDICA

06 Fishy nuggets

Ingredienser

500 g skinnfri laxfilé
1,5 msk japansk soja
1 tsk sesamolja
1 tsk chili flakes
5 dl cornflakes
2 msk riven ingefära
1 lime
Färsk koriander
Sesamfrön

Gör så här

1. Skär laxen i 2x2 cm stora bitar. Lägg i en skål och blanda ner soja, sesamolja, chili flakes, ingefära och limesaft. Ställ kallt i 30 minuter.



2. Vispa äggen i en djup tallrik. Krossa ner cornflakes i en annan djup tallrik.

3. Vänd sedan laxen först i äggen och sedan i cornflakes.

4. Tillaga i ca. 7 min vid 160°C.

Tips på en god och enkel dipp: blanda majonäs med lite soja.

OBH NORDICA



07 Fried Chili Cheese

Ingredienser

1 pkt krustader
3-4 jalapeños
1/2 dl cheddarost
Mjukost med jalapeño smak

Gör så här

1. Fyll krustaderna med mjukost till 2/3.

2. Tryck ner jalapeñoskivor efter önskad hetta. Toppa med riven cheddarost.

3. Tillaga i manuellt läge vid 200°C - tills osten smält och fått lite färg, ca 10 min.



Gott med färska eller inlagda jala-peños.

Goda som snacks eller som tillbehör.

OBH NORDICA

Easy mello snacks

07 Calzone Bites



Ingredienser

1 pizzakit

Gör så här

1. Dela pizzakitet i två delar.

2. Toppa med tomatsås, ost och skinka.

3. Vik ihop pizzan på hälften. Använd en gaffel och tryck till kanterna.

4. Tillaga i 7 min vid 200°C.

OBH NORDICA

08 Halloumi Fries

Ingredienser

1 Halloumi ost
Rapsolja
Kryddor efter smak
Ströbröd

Gör så här

1. Dela osten i stavar och pensla med olja.

2. Doppa i kryddor och ströbröd.

3. Tillaga i ca.10 min vid 180°C. Vänd, efter halva tiden.

OBH NORDICA

Easy mello snacks

TAGGA OSS PÅ INSTAGRAM
#EASYFRYOBHNORDICA

OBH NORDICA