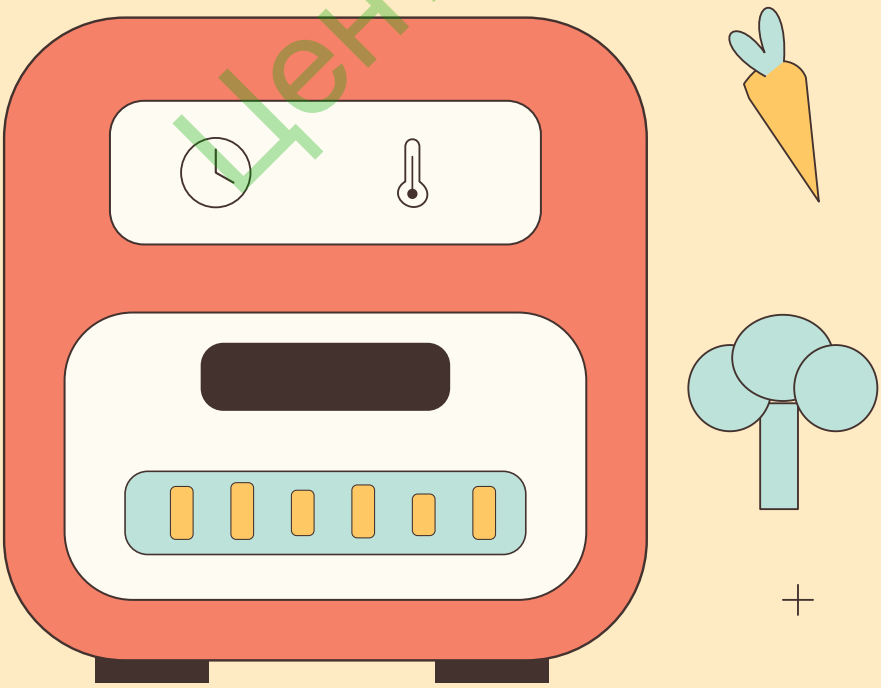
Купить Тетрадь режимов аэрогриля. Режим найден

**ТЕТРАДЬ РЕЖИМОВ АЭРОГРИЛЯ**

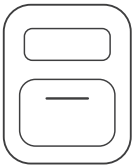
# Режим найден

Проверяю настройки.
Сохраняю вкусный результат.

ЦентрМаг



ЦентрМаг



# Режим найден

Проверяю условия.
Записываю настройки.
Повторяю удачный результат.

ЦентрМаг

Эта тетрадь принадлежит

Мой аэрогриль / период

# От пробы к любимому

**1**

### Запиши условия

Масса, размер, исходное состояние, форма и загрузка помогут повторить попытку.

**2**

### Сохрани ход приготовления

Отметь программу, заданную температуру, этапы нагрева и действия по ходу.

**3**

### Проверь готовность

Отделяй температуру камеры от измерения внутри продукта; затем оценивай текстуру и вкус.

**4**

### Сравни и уточни

Свяжи повтор с прежней записью. Удачный режим перенеси в короткую шпаргалку.

**32 рабочих разворота • личные шпаргалки**

Повтор одного блюда можно оформить как новую запись с прежним ID.

ЦентрМаг

НАВИГАЦИЯ

# Что где искать


**Мой прибор** — 4–6

Модель, программы и загрузка

**Контроль и принадлежности** — 7–8

Готовность, термометр и формы

**Подготовка и этапы** — 9–11

Нарезка, нагрев и две зоны

**Перед следующей пробой** — 12–15

Наблюдения, указатель и готовность

**Мои режимы** — 16–79

32 разворота для блюд и повторных попыток

**Проверенные настройки** — 80–86

Короткие шпаргалки по группам блюд

**Уход за прибором** — 87

Что и когда сделано по инструкции

**Сравниваю и планирую** — 88–92

Попытки, меню, покупки и заметки


ЦентрМаг

**ВСЕ ТЕМПЕРАТУРЫ В ЗАПИСЯХ — °C**



# Мой аэрогриль

Марка / модель / мой короткий ID

Конструкция / объём / доступные зоны

Мощность, Вт (по паспорту)

Размер рабочей зоны

Диапазон температуры и времени по инструкции

Разогрев и открывание: что важно для моей модели

Допустимые принадлежности / ограничения загрузки

Где храню инструкцию / версия / дата сверки

Если шкала в °F: °C = (°F − 32) × 5 ÷ 9.

ЦентрМаг

# Мои программы

| Программа / функция | Камера, °C | Минуты | Особенности |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ЦентрМаг

Автопрограмма задаёт начальные настройки. Результат проверяй для своей порции и условий.

# Загрузка без загадок

Масса / число кусочков

Зона / уровень / решётка

## Как располагаю продукт / сколько слоёв

## Какая форма и что она меняет в расположении

Граница загрузки и ограничения по инструкции моей модели

Разогрев, открывание и перемешивание отмечай так, как они были выполнены.

ЦентрМаг

# Проверяю готовность

### Камера и продукт — разные измерения

Температура на панели относится к заданному режиму камеры. Для контроля готовности мяса, птицы и других подходящих продуктов измеряй температуру внутри пищевым термометром.

Щуп располагают в подходящей толстой части; кости и жировые прослойки могут мешать измерению.

Продукт / безопасная температура и выдержка / где сверено

Мой термометр / что важно в его инструкции

### Сначала готовность, затем текстура и вкус

Корочка и сигнал таймера сами по себе не подтверждают безопасность. Для упакованного продукта проверь разрешённый способ приготовления.

ЦентрМаг

# Формы и принадлежности

| ID | Предмет / материал | Размер | Для моей модели |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ЦентрМаг

Формы, бумагу, фольгу и другие подложки применяй только по инструкции прибора.

# Нарезка и подготовка

| Что фиксирую | Мои условия |
|---|---|
| Продукт / вид / часть | |
| Свежий / охлаждённый / замороженный | |
| Масса и размеры кусочков | |
| Масло / маринад / панировка | |
| Как подготовлен к загрузке | |

Размер и исходное состояние сохраняй вместе с температурой и временем.

ЦентрМаг

# Этапы одного запуска

Блюдо / что хочу получить

| Этап | Камера, °C | Нагрев, мин | Контроль / действие / пауза |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Разогрев / паузы / выдержка — отдельной заметкой

ЦентрМаг

# Две зоны или партии

Прибор / доступные зоны / вместе или по очереди

| Параметр | Зона / партия 1 | Зона / партия 2 |
|---|---|---|
| Блюдо / порция | | |
| Масса / форма | | |
| Программа | | |
| Камера, °C | | |
| Нагрев, минут | | |
| Старт / окончание | | |

Синхронизацию и совместимость режимов уточни в инструкции прибора.

ЦентрМаг

# Что хочу улучшить

| Что наблюдаю | Что проверю в условиях и настройках |
|---|---|
| Неравномерный результат | |
| Слишком сухо | |
| Не та корочка | |
| Липнет или ломается | |
| Режим взят для другой техники | |

Какую одну поправку проверю / ID попытки

ЦентрМаг

# Указатель моих режимов

| ID | Блюдо / дата / повтор | Страницы |
|---|---|---|
| 01 | | 16–17 |
| 02 | | 18–19 |
| 03 | | 20–21 |
| 04 | | 22–23 |
| 05 | | 24–25 |
| 06 | | 26–27 |
| 07 | | 28–29 |
| 08 | | 30–31 |
| 09 | | 32–33 |
| 10 | | 34–35 |
| 11 | | 36–37 |
| 12 | | 38–39 |
| 13 | | 40–41 |
| 14 | | 42–43 |
| 15 | | 44–45 |
| 16 | | 46–47 |

Повторы одного блюда связывай номерами записей.

ЦентрМаг

# Указатель моих режимов

| ID | Блюдо / дата / повтор | Страницы |
|---|---|---|
| 17 | | 48–49 |
| 18 | | 50–51 |
| 19 | | 52–53 |
| 20 | | 54–55 |
| 21 | | 56–57 |
| 22 | | 58–59 |
| 23 | | 60–61 |
| 24 | | 62–63 |
| 25 | | 64–65 |
| 26 | | 66–67 |
| 27 | | 68–69 |
| 28 | | 70–71 |
| 29 | | 72–73 |
| 30 | | 74–75 |
| 31 | | 76–77 |
| 32 | | 78–79 |

ЦентрМаг

Повторы одного блюда связывай номерами записей.

# Перед новой попыткой

- [ ] Настройки сверены с инструкцией моей модели.
- [ ] Проверена пригодность продукта к этому способу.
- [ ] Записаны масса, размер и исходное состояние.
- [ ] Выбраны допустимые форма и загрузка.
- [ ] Отмечен разогрев или его отсутствие.
- [ ] Понятны этапы и точки контроля.
- [ ] Определён способ проверки готовности.
- [ ] Есть место для факта и следующей поправки.

Дата / блюдо / что нужно уточнить до начала

ЦентрМаг



# Блюдо и подготовка

Блюдо / дата / версия

Масса порции, г / штук

Толщина / размеры, мм

Исходное состояние

Режим / программа

Подготовка / масло / маринад / панировка

Форма / решётка / подложка / слои / расположение

Разогрев: °C / минуты / нет

Прибор / зона / аксессуар ID

Предыдущая попытка / что хочу изменить

ЦентрМаг



# Режим и результат

| Этап | Камера, °C | Нагрев, мин | Контроль / действие / пауза |
|---|---|---|---|
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 4 | | | |

Внутри: цель, °C

Внутри: факт, °C

Место замера / выдержка: план и факт

Корочка / текстура / сочность

Следующая поправка / оценка

Температура камеры не заменяет проверку внутри продукта.

ЦентрМаг

# Овощи и гарниры

| Блюдо / порция | Камера, °C | Нагрев, мин | Проверка / ID |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ЦентрМаг

Сохраняй порцию, принадлежности и контроль готовности вместе с режимом.

# Птица

| Блюдо / порция | Камера, °C | Нагрев, мин | Проверка / ID |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ЦентрМаг

Сохраняй порцию, принадлежности и контроль готовности вместе с режимом.

# Мясо

| Блюдо / порция | Камера, °C | Нагрев, мин | Проверка / ID |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ЦентрМаг

Сохраняй порцию, принадлежности и контроль готовности вместе с режимом.

# Уход за аэрогрилем

| Дата | Что сделано / что заметил(а) | Следующий шаг |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

ЦентрМаг

Очистку и обслуживание выполняй по инструкции, с учётом остывания и отключения.

# Сравниваю две попытки

Блюдо / запись A / запись B

| Условие / результат | A | B |
|---|---|---|
| Масса / размер | | |
| Форма / загрузка | | |
| Камера, °C / этапы | | |
| Нагрев, минут | | |
| Разогрев / паузы | | |
| Внутри, °C / выдержка | | |
| Текстура / итог | | |

ЦентрМаг

Сравнивай с учётом формы, загрузки и исходного состояния.

# Что меняю дальше

**Что хочу улучшить / ID прежней записи**

**Какую одну поправку проверю**

**Что сохраню одинаковым / как проверю готовность**

ЦентрМаг

# Меню и партии

| Когда | Блюдо / порция / партия | ID режима / подготовка |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

ЦентрМаг

При изменении порции или формы настройку проверяй заново.

СОБИРАЮ ПРОДУКТЫ ДЛЯ СЛЕДУЮЩИХ ПРОБ

# Покупки и подготовка

| Продукт / что подготовить | Количество | Для записи |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

ЦентрМаг

Планируй количество под порцию, которую собираешься готовить.

# Заметки о вкусном

ЦентрМаг

ЦентрМаг

# Меньше догадок.
# Больше удачных блюд.

Масса, нарезка, загрузка.
Температура, время и контроль.
Мой результат — мои записи.

ЦентрМаг



**Загрузка**



**Режим**



**Результат**

**ПРОБУЮ • СРАВНИВАЮ • ЗАПОМИНАЮ**