

*Tabla de Tiempos*  
*para*  
*Freidora de Aire*





<b>Tiempos de Frituras</b>	<b>3</b>
<b>Tiempos de Verduras</b>	<b>4</b>
<b>Tiempos de Carne</b>	<b>5</b>
<b>Tiempos de Pescado</b>	<b>6</b>
<b>Tiempos de Repostería y Panes</b>	<b>7</b>
<b>Tiempos de Otras Recetas</b>	<b>7</b>



## Tiempos de Frituras

Receta	Temperatura	Tiempo	¿Remover?
<b>Batatas fritas</b>	180 °C / 356 °F	18 minutos	Si
<b><u>Croquetas</u></b>	170 °C / 338 °F	10 minutos	Si
<b><u>Empanada</u></b>	160 °C / 320 °F	15 minutos	Si
<b><u>Empanadillas</u></b>	180 °C / 356 °F	12 minutos	Si
<b><u>Huevos fritos</u></b>	200 °C / 392 °F	5 minutos	No
<b><u>Palitos de queso</u></b>	180 °C / 356 °F	8 minutos	Si
<b><u>Patatas fritas</u></b>	180 °C / 356 °F	20 minutos	Si
<b><u>Patatas fritas congeladas</u></b>	200 °C / 392 °F	15 minutos	Si
<b>Patatas asada</b>	200 °C / 392 °F	40 minutos	No
<b><u>Nuggets</u></b>	180 °C / 356 °F	12 minutos	Si
<b><u>Tequeños</u></b>	200 °C / 392 °F	12 minutos	Si



## Tiempos de Verduras

Receta	Temperatura	Tiempo	¿Remover?
<u>Alcachofas</u>	160 °C / 320 °F	15 minutos	Si
<u>Aros de cebolla</u>	190 °C / 375 °F	10 minutos	Si
<u>Berenjena en chips</u>	200 °C / 392 °F	10 minutos	No
Berenjena en dados	200 °C / 392 °F	15 minutos	Si
Brócoli	180 °C / 356 °F	15 minutos	No
Calabaza (Zapallo)	200 °C / 392 °F	12 minutos	Si
<u>Champiñones</u>	200 °C / 392 °F	12 minutos	Si
<u>Calabacín en rodajas</u>	175 °C / 347 °F	8 minutos	Si
Calabacín en dados	200 °C / 392 °F	12 minutos	Si
<u>Coliflor</u>	200 °C / 392 °F	12 minutos	Si
Coles de Bruselas	190 °C / 375 °F	15 minutos	No
Espárragos trigueros	160 °C / 320 °F	10 minutos	Si
Judías verdes	200 °C / 392 °F	5 minutos	No
Mazorca de maíz	200 °C / 392 °F	9 minutos	No
Pimiento	200 °C / 392 °F	13 minutos	Si
Rollito de primavera	200 °C / 392 °F	9 minutos	Si
Tomates rostizados	180 °C / 356 °F	10 minutos	No
Tomates cherry	200 °C / 392 °F	5 minutos	No
Zanahoria	190 °C / 374 °F	15 minutos	Si
Zanahoria en chips	200 °C / 392 °F	20 minutos	Si



## Tiempos de Carne

Receta	Temperatura	Tiempo	¿Remove?
<u>Albóndigas</u>	200 °C / 392 °F	15 minutos	Si
<u>Alitas de pollo</u>	200 °C / 392 °F	25 minutos	Si
<u>Costillas</u>	180 °C / 356 °F	20 minutos	No
<u>Filete de ternera</u>	200 °C / 392 °F	8 minutos	No
<u>Hamburguesa</u>	180 °C / 356 °F	10 minutos	Si
<u>Milanesa de cerdo</u>	180 °C / 356 °F	20 minutos	Si
<u>Muslos de pollo</u>	200 °C / 392 °F	25 minutos	No
<u>Pechuga de pollo</u>	180 °C / 356 °F	20 minutos	Si
<u>Pincho moruno</u>	200 °C / 392 °F	9 minutos	No
<u>Pollo asado</u>	180 °C / 356 °F	50 minutos	Si
<u>Salchichas</u>	180 °C / 356 °F	10 minutos	Si



## Tiempos de Pescado

Receta	Temperatura	Tiempo	¿Remove?
<u>Bacalao</u>	180 °C / 356 °F	12 minutos	Si
<u>Boquerones fritos</u>	180 °C / 356 °F	14 minutos	Si
<u>Calamares</u>	200 °C / 392 °F	7 minutos	Si
<u>Chipirones</u>	200 °C / 392 °F	9 minutos	Si
<u>Dorada</u>	200 °C / 392 °F	12 minutos	Si
<u>Filetes de merluza</u>	200 °C / 392 °F	10 minutos	No
<u>Gambas</u>	180 °C / 356 °F	10 minutos	Si
<u>Langostinos</u>	190 °C / 375 °F	7 minutos	Si
<u>Lomos de atún</u>	200 °C / 392 °F	8 minutos	Si
<u>Lomos de salmón</u>	200 °C / 392 °F	10 minutos	No
<u>Sardinas</u>	180 °C / 356 °F	7 minutos	Si
<u>Varitas de merluza</u>	200 °C / 392 °F	10 minutos	Si



## Tiempos de Repostería y Panes

Receta	Temperatura	Tiempo	¿Remover?
<u>Bizcocho</u>	160 °C / 320 °F	30 minutos	No
<u>Brownie</u>	180 °C / 356 °F	30 minutos	No
<u>Churros</u>	200 °C / 392 °F	6 minutos	Si
<u>Galletas</u>	200 °C / 392 °F	20 minutos	No
<u>Magdalenas</u>	160 °C / 320 °F	20 minutos	No
<u>Manzana asada</u>	175 °C / 347 °F	15 minutos	No
<u>Pan</u>	180 °C / 356 °F	45 minutos	No
<u>Plátano frito</u>	180 °C / 356 °F	10 minutos	No
<u>Torrijas</u>	180 °C / 356 °F	24 minutos	Si

## Tiempos de Otras Recetas

Receta	Temperatura	Tiempo	¿Remover?
<u>Arroz blanco</u>	200 °C / 392 °F	20 minutos	Si
<u>Huevo duro</u>	130 °C / 366 °F	15 minutos	No
<u>Lentejas</u>	180 °C / 356 °F	21 minutos	Si
<u>Palomitas</u>	200 °C / 392 °F	8 minutos	No
<u>Pizza</u>	180 °C / 356 °F	10 minutos	Si
<u>Tortilla de patatas</u>	140 °C / 284 °F	22 minutos	Si