

Einführung 6

- Willkommen 8**
- Was ist ein Airfryer? 10**
- Vorteile des Airfryers 13**
- Welchen Airfryer soll ich kaufen? 18**
- Zubehör für den Airfryer 20**
- Grundfunktionen des Airfryers 26**
- Garzeit-Tabellen 28**
- Ein Wort zu den Rezepten 34**

Rezepte 36

- Frühstück und Brunch 39**
- Mittagessen und leichte Mahlzeiten 53**
- Hauptgerichte 85**
- Beilagen 131**
- Snacks und Appetithappen 149**
- Süße Versuchungen 173**

- Register 188**
- Danksagung 192**