

TABLA DE TIEMPOS Y TEMPERATURAS EN Airfryer



Recomendación OCU: $\leq 195^{\circ}\text{C}$



🔥 Evita modo MAX programas que suban por encima de 195°C

• Evita modo MAX y programas que suban por encima de 195°C

Categoría	Alimento	Corte / Cantidad	Temp.	Tiempo	Agitar/Voltar
 	Patatas congeladas	300-500 g (una capa)	180-190°C	14-18 min	Agitar (mitad)
	Patata casera	Bastón fino / medio	180-190°C	12-14 min	2 veces (mitad)
	Nuggets	Congelados	190°C	10-12 min	Agitar
	Aros de cebolla	Congelados (una capa)	190°C	10-12 min	
	Alitas de pollo	8-15 uds (sin apilar)	190°C	18-24 min	
	Muslos de pollo	Tamaño medio	185-190°C	25-30 min	

♦ Patatas/almidón: 180-190°C y ajusta por tiempo • En gruecos: mejor una sola capa

TABLA DE Airfryer



Categoría	Alimento	Corte / Cantidad	Temp.	Tiempo	Agitar/Voltear	
Carne	Hamburguesa	120-200 g	185-195°C	185-195°C	10-14 min	Voltear
	Salmón	Lomo (2-3 cm)	175-185°C	175-185°C	10-14 min	No
 	Verduras					 
	Brócoli	Flores (una capa)	185°C	8-14 min	Agitar	
	Zanahoria	Palitos	185-195°C	12-18 min	Agitar	
Recalentar						
	Pizza	1-3 porciones	160-170°C	4-7 min	No	
	Empanado/Frito (recalentar)		185°C	4-9 min	Opcional	

♦ Seco/blando: ajusta carga y grosor • Demasiado dorado: beja 5-10°C y suma tiempo