



Garzeiten-Tabelle

für die Heißluftfritteuse · heissluftfritteusen24.de

Temperatur in °C · Zeit in Minuten

 = nach der Hälfte wenden / schütteln

Kartoffeln & Pommes

	°C	MIN.	
TK-Pommes, dünn	200°	12–16	
TK-Pommes, dick	200°	16–20	
Pommes, selbstgemacht	200°	18–25	
Süßkartoffel-Pommes	190°	14–18	
Kartoffelspalten	190°	20–25	
Kartoffelwürfel (2 cm)	200°	18–22	
Drillinge, halbiert	180°	20–25	
Fächerkartoffeln	180°	30–35	–
Backkartoffel, ganz	200°	40–50	
Süßkartoffel, ganz	200°	40–50	–
Bratkartoffeln (vorgegart)	190°	15–20	
Kroketten (TK)	200°	12–15	
Rösti (TK)	190°	12–15	
Kartoffelpuffer (TK)	200°	10–14	
Gnocchi (Kühlregal)	200°	10–12	
Kartoffelgratin (Form)	160°	25–30	–

Fleisch & Geflügel

	°C	MIN.	
Hähnchenbrust (ca. 200 g)	180°	18–22	
Hähnchen-Innenfilets	200°	8–12	
Hähnchenschenkel	190°	25–30	
Hähnchenunterschenkel	200°	20–25	
Chicken Wings	200°	20–25	
Ganzes Hähnchen (1,2–1,5 kg)	180°	50–60	
Putenbrust	180°	18–22	
Putenschnitzel	190°	10–12	
Entenbrust (Haut oben)	190°	14–18	–
Chicken Nuggets (TK)	200°	10–12	
Cordon bleu (TK)	190°	15–18	
Schnitzel, paniert	200°	12–16	
Steak, 2–3 cm (medium)	200°	8–12	
Nackensteak / Kotelett	200°	12–15	
Schweinefilet (ganz)	200°	18–22	
Schweinebauch in Scheiben	200°	15–18	
Spareribs (vorgegart)	180°	15–20	
Gyros	200°	12–15	
Lammkotelett	200°	8–10	
Frikadellen	180°	12–15	
Hackbällchen	190°	10–14	
Burger-Patty (ca. 150 g)	200°	10–12	
Hackbraten (ca. 500 g)	180°	30–35	–
Krustenbraten (ca. 1 kg)	170°	50–60	
Bratwurst	200°	10–14	
Wiener Würstchen	180°	5–7	–
Bacon	180°	8–10	
Leberkäse, Scheibe	180°	8–10	

Fisch & Meeresfrüchte

	°C	MIN.	
Lachsfilet	180°	10–12	–
Kabeljau / Seelachs, Filet	180°	10–14	–
Thunfischsteak	200°	5–8	
Forelle, ganz	180°	12–16	
Ganzer Fisch, z. B. Dorade	190°	15–20	
Garnelen	200°	6–8	
Jakobsmuscheln	200°	5–7	–
Fischstäbchen (TK)	200°	10–12	
Fischfilet, paniert (TK)	200°	12–15	
Backfisch (TK)	200°	12–14	
Calamari-Ringe (TK)	200°	8–10	
Garnelen im Teigmantel (TK)	200°	8–12	

Gemüse & Vegetarisch

	°C	MIN.	
Ofengemüse, gemischt	180°	15–20	
TK-Gemüsemischung	190°	12–15	
Brokkoli	180°	10–12	
Blumenkohl	190°	14–18	
Rosenkohl, halbiert	190°	15–18	
Karotten	190°	12–16	
Grüne Bohnen	200°	8–10	
Grüner Spargel	200°	8–10	
Champignons	180°	10–12	
Zucchini in Scheiben	190°	10–12	
Aubergine, gewürfelt	200°	12–16	
Paprika in Streifen	190°	10–12	
Kürbisspalten (Hokkaido)	190°	15–20	
Cherrytomaten	200°	5–7	–
Maiskolben	190°	12–15	
Kohlrabi-Pommes	180°	15–18	
Gefüllte Paprika	180°	15–20	–
Gefüllte Zwiebeln	175°	18–20	–
Tofu-Würfel	200°	12–15	
Halloumi	200°	6–8	
Feta, gebacken	180°	10–14	–
Falafel (TK)	190°	10–12	
Kichererbsen, geröstet	190°	12–15	

Snacks & Tiefkühlkost

	°C	MIN.	
Frühlingsrollen (TK)	190°	10–12	
Teigtaschen / Dumplings (TK)	190°	10–12	
Zwiebelringe (TK)	200°	8–10	
Mozzarella-Sticks (TK)	190°	6–8	–
Jalapeño-Poppers (TK)	190°	8–10	–
Pizza, klein (TK)	180°	8–10	–
Pizzabrötchen (TK)	180°	8–10	–
Flammkuchen	180°	8–12	–
Empanadas	190°	10–14	
Nachos, überbacken	180°	4–6	–
Toast / Sandwich	180°	5–7	
Knoblauchbrot	180°	5–7	–
Croutons	180°	5–7	
Chips, selbstgemacht	160°	15–20	
Gebrannte Mandeln	160°	12–15	

Backwaren & Süßes

	°C	MIN.	
Aufbackbrötchen	180°	5–7	–
Brötchen (TK)	180°	6–8	–
Baguette, aufbacken	180°	6–8	–
Laugenbrezel (TK)	180°	6–8	–
Bagel, halbiert	180°	4–6	–
Croissants (Kühlregal-Teig)	170°	8–10	–
Schoko-Croissants	170°	8–12	–
Blätterteigtaschen	180°	10–12	–
Apfeltaschen (TK)	180°	10–12	–
Zimtschnecken	180°	10–12	–
Muffins	160°	15–18	–
Kekse	150°	8–12	–
Brownies	160°	18–22	–
Rührkuchen (kleine Form)	160°	25–30	–
Käsekuchen (kleine Form)	140°	25–30	–
Apfelstrudel (TK)	180°	15–20	–
Bratapfel	180°	12–15	–
Churros (TK)	190°	8–10	

Eier

	°C	MIN.	
Weiche Eier	150°	9–10	–
Hartgekochte Eier	150°	13–15	–
Spiegelei (in Form)	180°	5–7	–
Eier-Muffins	170°	10–12	–

Aufwärmen

	°C	MIN.	
Pizza vom Vortag	160°	3–5	–
Pommes vom Vortag	180°	4–6	
Schnitzel vom Vortag	170°	5–7	
Brötchen vom Vortag	160°	3–4	–

Tipps: Gerät 3–5 Min. vorheizen · Korb nicht überfüllen · Werte sind Richtwerte und variieren je nach Modell, Menge und Größe.

Mehr Rezepte, Garzeiten & den Garzeiten-Rechner gibt's auf heissluftfritteusen24.de



Online-Version
& Rezepte