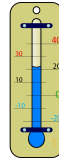


När du omvandlar ett recept från ugn till Airfryer så minska temperaturen med 20 grader C (35 grader F) och minska tiden med runt ~20 %  
Så 225 °C under en timme i ugn blir ca 48 minuter med temperatur på 205 °C

Tänk på att varje ugn eller airfryer är olika så testa dig fram och börja hellre med halva tiden för att kontrollera.



Följ mig gärna på Instagram  
[@the.real.cg.lagar.mat](https://www.instagram.com/the.real.cg.lagar.mat)



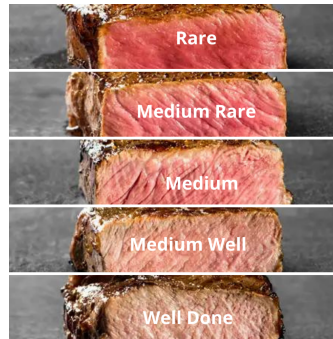
Vill du också ha en Air Fryer från Cosori?  
Med min kod CG15 får du 15% rabatt och fri frakt på den hos Cosori Sverige.

Detta gäller på samtliga produkter, även de som är nedsatta.

[Se även denna länken för fler grymma erbjudanden.](#)

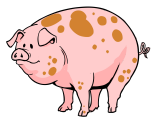
Ugn	Airfryer	Tempomvandlare
10 minuter	8 minuter	150°C 302°F
15 minuter	12 minuter	160°C 320°F
20 minuter	16 minuter	170°C 338°F
25 minuter	20 minuter	180°C 356°F
30 minuter	24 minuter	190°C 374°F
35 minuter	28 minuter	200°C 392°F
40 minuter	32 minuter	210°C 410°F
45 minuter	36 minuter	220°C 428°F
50 minuter	40 minuter	230°C 446°F
55 minuter	44 minuter	240°C 464°F
60 minuter	48 minuter	250°C 482°F

Stekgrader tabell	
Rosaröd	Rare
Rosa	Medium rare
Medium	Medium
Välstekt	Medium well
Genomstekt	Well done



Ugn	Varmluftsugn	Airfryer	Gas
190°C	180°C	170°C	5
200°C	190°C	180°C	6
210°C	200°C	190°C	-
220°C	210°C	200°C	7
230°C	220°C	210°C	8

## Innertemperaturer



71°C / 160°F



Vitt  
75°C / 165°F



Rare 52°C / 125°F  
Medium rare 57°C / 135°F  
Medium 63°C / 145°F  
Medium well 66°C / 150°F  
Well done 71°C / 160°F



63°C / 145°F



Rare 52°C / 125°F  
Medium rare 57°C / 135°F  
Medium 63°C / 145°F  
Medium well 66°C / 150°F  
Well done 71°C / 160°F

<https://www.facebook.com/the.real.christer/>

<https://www.instagram.com/the.real.cg.lagar.mat/>