

Tableau de Conversion Air Fryer

Convertir le four vers l'air fryer : température et temps

Four statique	Chaleur tournante	Air fryer	Idéal pour
150°C	130°C	130°C	Plats mijotés, cuisson lente
160°C	140°C	140°C	Gâteaux et pâtisserie délicate
170°C	150°C	150°C	Blanc de poulet, poisson, muffins
180°C	160°C	160°C	Pain, cuisses de poulet, légumes
190°C	170°C	170°C	Croquettes, boulettes
200°C	180°C	180°C	Frites, nuggets, pommes de terre
220°C	200°C	200°C	Pizza, légumes croustillants, viande
230°C	210°C	210°C	Chaleur maximale, dorage rapide

Règle de temps : retirez environ 20% du temps de four (15% pour une recette à chaleur tournante). Exemple : 30 minutes au four donnent environ 24 minutes à l'air fryer.

Convertisseur gratuit : www.oventoairfryercalculator.com/fr