

Temps de cuisson airfryer : le tableau par aliment

Repères relevés dans les notices de fabricants (Philips NA230, Ninja gamme Dual Zone, Cosori CP158-AF). Ce sont des temps indicatifs : ils varient selon la puissance, la taille du panier, la quantité et l'épaisseur des aliments. Secouez ou retournez à mi-cuisson, ne surchargez pas le panier et vérifiez toujours la cuisson à cœur.

Frites et pommes de terre

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Frites surgelées fines	200 à 800 g	180 °C	13 à 31 min	Secouer à mi-cuisson	Philips
Frites surgelées épaisses	500 g	200 °C	22 min	Secouer 2 fois	Ninja
Frites maison (1 cm)	200 à 800 g	180 °C	21 à 41 min	Secouer à mi-cuisson	Philips
Frites maison fines	450 g	200 °C	20 à 24 min	½ à 3 c. à s. d'huile	Ninja
Quartiers de pommes de terre (2,5 cm)	750 g	200 °C	18 à 20 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Pommes de terre entières (200 g pièce)	4 pièces	200 °C	25 min	Piquer à la fourchette	Ninja
Patate douce en cubes (2,5 cm)	750 g	200 °C	15 à 20 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Patate douce entière (225 g pièce)	4 pièces	200 °C	30 à 35 min	Piquer à la fourchette	Ninja

Légumes frais

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Brocoli en fleurettes	400 g	200 °C	9 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Carottes (morceaux de 1,5 cm)	500 g	200 °C	13 à 16 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Courgettes (morceaux de 2,5 cm)	500 g	200 °C	15 à 18 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Chou-fleur en fleurettes	600 g	200 °C	15 à 20 min	2 c. à s. d'huile	Ninja
Choux de Bruxelles coupés en deux	500 g	200 °C	15 à 20 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Butternut (cubes de 2,5 cm)	500 à 750 g	200 °C	20 à 25 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Champignons en quartiers	225 g	200 °C	7 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Haricots verts fins	200 g	200 °C	8 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Asperges entières	200 g	200 °C	8 à 12 min	2 c. à c. d'huile	Ninja
Poivrons entiers	2 pièces	200 °C	16 min	Sans huile	Ninja
Épis de maïs	4 pièces	200 °C	12 à 15 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Légumes mélangés en morceaux	200 à 800 g	180 °C	13 à 20 min	Secouer à mi-cuisson	Philips

Volaille

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Blancs de poulet (150 g pièce)	2 pièces	200 °C	15 à 18 min	Badigeonner d'huile	Ninja
Blancs de poulet (160 g pièce)	1 à 6 pièces	180 °C	18 à 21 min	–	Philips
Pilons de poulet (125 g pièce)	2 à 8 pièces	180 °C	18 à 21 min	Retourner à mi-cuisson	Philips
Hauts de cuisse avec os	4 pièces (800 g)	200 °C	22 à 28 min	Badigeonner d'huile	Ninja
Hauts de cuisse désossés	4 pièces (600 g)	200 °C	18 à 22 min	Badigeonner d'huile	Ninja
Ailes de poulet	1 kg	200 °C	30 à 33 min	1 c. à s. d'huile	Ninja
Poulet entier	1,2 kg	180 °C	60 à 70 min	Vérifier 82 °C à cœur	Philips

Bœuf et agneau

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Steaks de bœuf (230 g pièce)	2 pièces	200 °C	8 à 12 min	Badigeonner d'huile	Ninja
Steaks hachés (125 g, 2,5 cm)	4 pièces	190 °C	12 min	Sans huile	Ninja
Côtelettes d'agneau	4 pièces (340 g)	180 °C	12 min	Badigeonner d'huile	Ninja

Poisson et fruits de mer

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Pavés de saumon	2 pièces (260 g)	200 °C	8 à 10 min	Badigeonner d'huile	Ninja
Filets de cabillaud	2 pièces (240 g)	200 °C	8 à 10 min	Badigeonner d'huile	Ninja
Filet de poisson (200 g)	1 à 5 pièces	200 °C	15 à 20 min	–	Philips
Poisson entier (300 à 400 g)	1 à 2 pièces	200 °C	16 à 20 min	–	Philips
Grosses crevettes décortiquées	16 pièces (165 g)	200 °C	3 à 4 min	1 c. à s. d'huile	Ninja

Produits surgelés

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Nuggets de poulet	200 à 800 g	200 °C	10 à 22 min	Secouer à mi-cuisson	Philips
Nems et rouleaux de printemps	200 à 800 g	200 °C	10 à 22 min	–	Philips
Poisson pané	4 filets (500 g)	200 °C	20 à 22 min	Retourner à mi-cuisson	Ninja
Bâtonnets de poisson	10 pièces (280 g)	200 °C	15 min	–	Ninja
Galettes de pommes de terre (rösti)	7 pièces (390 g)	200 °C	15 min	Une seule couche	Ninja
Potatoes surgelées	500 g	180 °C	20 min	–	Ninja
Frites de patate douce surgelées	500 g	190 °C	20 à 24 min	–	Ninja
Burgers végétaux	4 pièces (264 g)	180 °C	10 min	Une seule couche	Ninja

Pâtisserie et pain

Aliment	Quantité	Temp.	Temps	Conseil	Source
Muffins (50 g pièce)	1 à 12 pièces	160 °C	14 à 22 min	Moules individuels	Philips
Gâteau	800 g à 1 kg	160 °C	60 à 70 min	Moule adapté au panier	Philips
Petits pains précuits (60 g)	1 à 7 pièces	200 °C	6 à 10 min	–	Philips

Astuce frites maison : Cosori conseille de faire tremper les frites crues 15 minutes dans l'eau, puis de les sécher, et de ne pas dépasser 2 cuillères à soupe (30 mL) d'huile dans le panier.

Températures à cœur recommandées (Santé Canada) : volaille en morceaux 74 °C ; volaille entière 82 °C ; viande hachée de bœuf 71 °C ; poisson 70 °C ; restes réchauffés 74 °C. Utilisez un thermomètre de cuisson.

Sources : notice Philips Airfryer NA230/NA231 (tableau des aliments) ; guide de démarrage rapide Ninja Dual Zone (tableaux Air Fry) ; notice Cosori CP158-AF ; Santé Canada, températures de cuisson interne sécuritaires. Document gratuit, sans test en cuisine. Octobre 2026.