

# Moulinex®

companion®



---

## 1 MILLÓN DE MENÚS

---







Moulinex®  
companion®

— 1 MILLÓN DE MENÚS —



1 - Companion®



# Moulinex®

companion robot de cocina

GUÍA



corta



prepara



y cocina



Salsas



Sopas



Cocción lenta



Vapor



Masas



Postres



## 6 PROGRAMAS AUTOMÁTICOS



# INICIO RÁPIDO

1

Inicio - Apagado



2

Escoger el accesorio



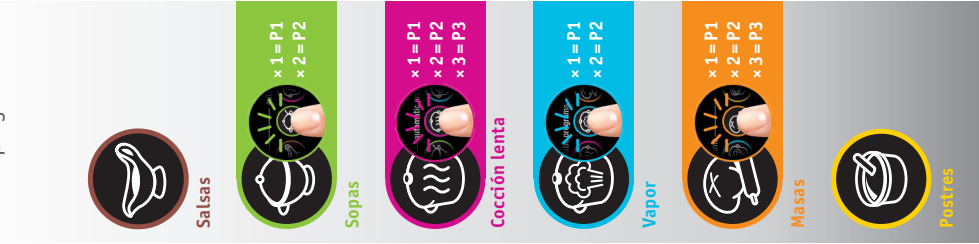
3

Introducir los ingredientes



4

Seleccionar el programa



5

Iniciar el programa



6

Resultado



Escoja el modo manual para regular la velocidad, temperatura y duración de la cocción.

¿Tiene alguna pregunta?

Póngase en contacto con nuestro servicio a consumidor a través del 902 31 27 00. La tarifa depende de su operador y de las condiciones de su abono.

# Moulinex®

DESDE HACE MÁS DE 80 AÑOS, MOULINEX® CONCIBE SOLUCIONES QUE LE FACILITAN LA VIDA A LA VEZ QUE GARANTIZAN UN RESULTADO DE CALIDAD. AL OFRECERLE APARATOS FÁCILES DE USAR Y MANTENER, ¡MOULINEX® LE DEJA TIEMPO LIBRE PARA DISFRUTAR PLENAMENTE DE LA VIDA!

ESTOS APARATOS LE PERMITEN REALIZAR RECETAS SIMPLES Y RÁPIDAS PARA SIMPLIFICAR EL DÍA A DÍA, PERO TAMBIÉN LE BRINDAN LA OCASIÓN DE PREPARAR RECETAS ORIGINALES PARA COMPARTIR LOS MOMENTOS DE OCIO CON LOS SUYOS.

## EDITORIAL

EL ROBOT DE COCINA COMPANION® YA SE HA INSTALADO EN SU COCINA Y ESTÁ LISTO PARA CONVERTIRSE EN SU MEJOR ALIADO. ESTE LIBRO LE VA A PERMITIR DESCUBRIR TODAS LAS POSIBILIDADES QUE SU ROBOT DE COCINA LE OFRECE Y CONFECCIONAR HASTA 1 MILLÓN DE MENÚS DIFERENTES. HOJÉELO, ELIJA UN ENTRANTE, UN PLATO PRINCIPAL Y UN POSTRE, ¡Y ADELANTE!

**APROVECHE Y, SOBRE TODO, ¡DIVIÉRTASE!**



# ¡TODA LA CREATIVIDAD FRANCESA EN SU COCINA!

---



## MOULINEX® SOLUCIONES ATREVIDAS

Cocineros experimentados, apasionados de la cocina, aspirantes a chef... En Francia, la cocina es un asunto de todos, del que Moulinex® es uno de los ingredientes clave. Del ingenioso pasapurés de nuestras abuelas a los robots de hoy en día, los productos Moulinex® encarnan el saber hacer culinario de Francia en toda su creatividad. Como en la cocina, tener mano, la calidad de las materias primas y un toque de atrevimiento inspirado marcan la diferencia y suscriben los logros más bellos. De los jefes de proyecto a los ingenieros, de los equipos de producción a los de comercialización, la cocina es una pasión compartida en Moulinex®. Una pasión que abre el apetito por las cosas buenas y que siempre invita a degustar nuevas experiencias culinarias.


## QUE SIMPLIFICAN LA VIDA...



# CÓMO UTILIZAR ESTE LIBRO

## AUTOMÁTICO



<p><b>HUEVOS RELLENOS</b> N° 01</p> <p><b>Programa 46 - Preparación 15 min - Cocido 20 min</b></p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>Verter el agua en el bol de cocción del robot de cocina hasta la marca de 0,7 L, poner los huevos en la cocción y poner el programa de cocción 7. Duración 20 min. Al final de la cocción, dejar que los huevos y el bol de cocción se enfríen.</li> <li>Poner la punta de la pala, introducir el mango en el orificio de cocción equipado con la cuchilla. Comenzar con 'off' y ponerlo. Poner el robot a velocidad 7 y poner gradualmente el aceite. Una vez penetrada la mayonesa, detener el robot de cocina.</li> <li>Cortar los huevos en dos. Poner la punta en un cuenco separado y las claras en un plato. Mezclar la yema con un tenedor y añadir la mayonesa. Condimentar la mezcla dentro de los huevos de huevo. Para servir, decorar con los calabacines.</li> </ol> <p><b>CONSEJO:</b> - Puede añadir una cucharada de aceite de jengibre a la mezcla.</p>	<p><b>GOGGÈRES</b> N° 02</p> <p><b>Programa 4 - Preparación 15 min - Cocido 20 min</b></p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>Precalentar el horno a 180°C (función termómetro). Poner 20 cl de agua, la mantecilla y la sal en el bol de cocción equipado con el accesorio de amasado para programar a velocidad 6 durante 2 min. Transferir la mezcla en un cuenco separado y lavar el bol de cocción del robot de cocina en agua fría para enfriarlo.</li> <li>Mezclar la masa en el bol de cocción equipado con el accesorio de amasado para programar a velocidad 7. Añadir los huevos uno a uno y dejar funcionar durante 2 min. Añadir 100 cl de agua caliente y la mantecilla y dejar funcionar durante 1 minuto más.</li> <li>Cubrir una bandeja con papel para hornear. Con una cuchara, colocar porciones de masa sobre la bandeja. Condimentar el queso crema y gratinar en horno. Hornear durante 18 - 20 min. Degustar en caliente a 90°C.</li> </ol> <p><b>CONSEJO:</b> - Puede cambiar el sabor utilizando un queso diferente.</p>
<p><b>RISOTTO DE JAMÓN Y GUISANTES</b> N° 101</p> <p><b>Programa 46 - Preparación 18 min - Cocido 20 min</b></p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>Poner la cebolla y puerros en función grande. Poner en el bol de cocina equipado con la cuchilla procesada y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sacar la cuchilla por el momento. Tocar el sensor de agua en el robot y iniciar el programa de cocción lenta 7 (con el agua) a 100°C durante 7 min.</li> <li>Cuando el temporizador indique 4 minutos restantes, añadir el arroz. Cuando solo quede 1 minuto, añadir el embutido.</li> <li>Cuando el programa haya finalizado, verter el caldo de pollo e iniciar el programa de cocción lenta 7 a 100°C durante 22 min y cubrir el bol de cocción. Añadir los guisantes 10 minutos antes del fin de cocción.</li> <li>Al final de la cocción, añadir el jamón y el queso gratinado y mezclar ligeramente. Poner a punto el condimento y servir inmediatamente.</li> </ol> <p><b>INGREDIENTES:</b> 100g JAMÓN AHUMADO - 1 CEBOLLA - 10 ACEITES DE OLIVA - 200g CARNE DE CERDO - 100g CALDO DE POLLO - 100g QUESO GRATINADO - 100g PASTA PARA LA PASTA - 100g JAMÓN DE PARMA</p>	<p><b>PASTEL DE CARNE</b> N° 102</p> <p><b>Programa 46 - Preparación 15 min - Cocido 45 min</b></p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>Precalentar el horno a 220°C (función termómetro). Poner la sartén grande en el robot de cocina equipado con la cuchilla procesada. Mezclar en Turbo durante 10 segundos. Añadir la carne, el pan de molde, el perejil y condimentar. Mezclar en Turbo durante 20 segundos. Usar la mezcla hecha y cortar utilizando una espátula e introducir durante 10 segundos.</li> <li>Untar con mantecilla una bandeja de horno y batarla con la mezcla. Cortar el nivel de cocción.</li> <li>Poner las patatas y cortarlas en dados grandes. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción y poner la patata en la bandeja de vapor. Iniciar el programa de vapor 71 durante 30 min.</li> <li>Poner la patata y cortarlas en dados grandes. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción y poner la patata en la bandeja de vapor. Iniciar el programa de vapor 71 durante 30 min.</li> <li>Esperar el pan sobre la carne y cubrir con el queso rallado. Asar en el horno durante 18 min. Servir caliente.</li> </ol> <p><b>INGREDIENTES:</b> 1 LIBRO DE CARNE - 200g QUESO GRATINADO - 100g MANTECILLA SALADA - 100g PASTA PARA LA PASTA - 100g QUESO RALLADO (OPTIONAL) - SAL - PIMENTA</p>
<p><b>ARROZ CON LECHE CREMOSA</b> N° 201</p> <p><b>Programa 4 - Preparación 5 min - Cocido 40 min - Retiro 2 a 30</b></p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>Poner la leche, la vaina para arroz, el azúcar y la esencia de vainilla en el bol de cocción equipado con el mezclador. Cocinar a velocidad 7 a 90°C durante 8 min sin el tapón.</li> <li>Añadir el arroz y cocinar a 90°C durante 30 min, incluido el tiempo.</li> <li>Al final de la cocción, dejar que el arroz repose durante unos 30 min.</li> <li>Transferir el arroz en un cuenco separado, cubrir con película transparente y dejar reposar en la nevera como mínimo 2 horas antes de servir.</li> </ol> <p><b>CONSEJO:</b> - Añadir un poco de agua de azahar o piel de limón.</p> <p><b>INGREDIENTES:</b> 100g ARROZ NEGRO - 100g HAROZ PARA FORTALECER - 1 LECHE CONDENSADA - 100g VAINA PARA FORTALECER - 100g AZÚCAR - 100g ESSENCIA DE VAINILLA</p>	<p><b>TARTA DE CHOCOLATE</b> N° 202</p> <p><b>Programa 4 - Preparación 10 min - Cocido 30 min - Retiro 2</b></p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>Precalentar el horno a 210°C (función termómetro 6-7). Estirar la masa, colocarla en un molde para pastel untado con mantecilla y cubrir la masa con una hoja de papel de horno. Hornear durante 15 min. Retirar el molde, hornear de nuevo durante 10 minutos y luego sacar la masa.</li> <li>Poner la nata líquida en el bol de cocción equipado con el accesorio de amasado para programar a 100°C a velocidad 6 durante 5 min.</li> <li>Dejarla de 2 min y 30 segundos añadir el chocolate troceado. Una vez incorporados los ingredientes, reducir a velocidad 8 durante 30 segundos. Verter la mezcla en la masa y hornear durante 2 h.</li> </ol> <p><b>CONSEJO:</b> - Puede añadir nueces en conserva o cerezas frescas por encima de la tarta para servir.</p> <p><b>INGREDIENTES:</b> 100g NATA LÍQUIDA - 100g CHOCOLATE NEGRO - 100g NATA LÍQUIDA - 100g MANTECILLA</p>

**ENTRANTE** — N° 01 - N° 100

**PLATO PRINCIPAL** — N° 101 - N° 200

**POSTRE** — N° 201 - N° 300

Con la ayuda de este libro, cree usted mismo hasta 1 millón de menús simples y gourmet que podrá realizar gracias a su **Companion**<sup>®</sup>. Gracias a sus bandas inteligentes, este **libro interactivo** le permite seleccionar el entrante, el plato principal y el postre de su elección para confeccionar su menú.

De las recetas más sencillas a las más sofisticadas, de los sabores tradicionales a los platos exóticos, encontrará el menú perfecto para cada ocasión y cada paladar! Comidas para fiestas, platos ligeros, para contentar a los más pequeños...: las recetas específicas están identificadas mediante pequeñas etiquetas colocadas debajo de las fotografías.

En todas las recetas se indican claramente **los programas empleados**, ya sean automáticos o manuales. **Basta con un vistazo** para saber el botón que hay que pulsar. Todas las recetas se acompañan con

sugerentes fotos que le ayudarán a elegir y despertarán su paladar.

Para ayudarle en la selección de recetas para realizar sus menús, tiene disponible un **resumen** al principio de este libro de recetas (ver p. 20). Pero para comenzar, una guía práctica para organizarse bien en la cocina (ver p. 9), así como recetas básicas (ver p. 14) y propuestas de menús temáticos (ver p. 12) que le permitirán brillar en la cocina.

A través de **300 recetas**, descubra las posibilidades casi infinitas que le ofrece el robot **Companion**<sup>®</sup>. Le permitirán utilizar todas sus capacidades de forma óptima y hacer que el robot sea su mejor aliado en la cocina. Una vez que conozca todos los secretos de la máquina, también podrá crear sus propias recetas. Cocinar con su nuevo compañero culinario se convertirá en un juego de niños.

# companion®



## LE ACOMPAÑA EN EL DÍA A DÍA PARA APROBAR CON NOTA EN LA COCINA

### PARA PREPARAR TODO,

desde los entrantes al postre: cuece, guisa, cocina al vapor, dora, mezcla, amasa, prepara, bate, pica...

### 6 PROGRAMAS AUTOMÁTICOS

para ayudarle en sus primeros pasos y con las recetas cotidianas: salsas, guisos, sopas, cocina al vapor, repostería y postres.

### ¿DESEA PODER AJUSTAR

usted mismo el tiempo o la temperatura de cocción/ el tiempo o la velocidad de batido? No hay problema, el modo manual le permite apropiarse de las recetas y adaptarlas a su gusto, o incluso crear sus propias recetas.

### PARA TODAS LAS COCCIONES,

de las más lentas a las más rápidas, e incluso dorar.

### 12 VELOCIDADES

de la mezcla delicada al batido ultra rápido. Funciones Pulse y Turbo.

### UN GRAN BOL

de una capacidad total de 4,5 l (capacidad útil: 2,5 l) para las recetas familiares.

### ACCESORIOS ADAPTADOS

según las preparaciones: una cuchilla para picar, una cuchilla para amasar y triturar, un mezclador, una batidora de varillas y un cestillo para vapor.



**CUCHILLA PICADORA**  
ultrablade



**BATIDORA**



**MEZCLADOR**



**CUCHILLA PARA  
AMASAR/PICAR**



**CESTA DE COCCIÓN  
VAPOR**

# CONSEJOS PRÁCTICOS PARA ORGANIZARSE EN LA COCINA

## EL SECRETO DEL ÉXITO EN LA COCINA

ES SOBRE TODO LA ORGANIZACIÓN. ESTEMOS PREPARANDO UNA COMIDA RÁPIDA ENTRE SEMANA O UN MENÚ MÁS SOFISTICADO UN DÍA DE FIESTA, NO NOS PODEMOS PERMITIR PERDER TIEMPO EN LA COCINA. ESTAS SON LAS CLAVES DE UNA BUENA ORGANIZACIÓN.

### CONFECCIONE SUS MENÚS CON PREVISIÓN

Con la ayuda de su libro **1 millón de menús**, tómese el tiempo de escoger las recetas de toda la semana. De esta forma podrá hacer sus compras semanales en un solo día y no perder tiempo cuando esté muy ocupado. Cerciórese bien de los alimentos que ya tiene y haga una lista con lo que tiene que comprar. Anote bien las cantidades que necesita para no desperdiciar nada. Sea precavido y consulte el tiempo de preparación y cocción, y compruebe que se adapta al tiempo del que dispondrá el día que vaya a preparar el menú.

### MANTENGA LA DESPENSA LLENA

Guarde en la despensa los productos básicos indispensables (vea la lista siguiente).

### HAGA LA COMPRA

Dé prioridad a los productos frescos y de temporada. Si tiene tiempo, vaya al mercado y a las tiendas de barrio, ya que conocen bien la mercancía. Si tiene prisa, acuda al supermercado. Allí encontrará gran cantidad de productos en muy poco tiempo. No obstante, preste atención a la calidad de los productos que elija, el éxito de sus recetas dependerá de ello. Considere también los productos congelados, le permitirán ganar tiempo.

### PREPARE SU MENÚ

Antes de comenzar a cocinar, lea bien las recetas. Prepare todos los ingredientes y utensilios que vaya a necesitar. Sobre todo, sea organizado. Coloque y limpie a medida que vaya cocinando para evitar el desorden. Por suerte, el robot de cocina Companion® le permite reducir considerablemente el número de utensilios que tiene que utilizar.



# LOS INGREDIENTES **BÁSICOS**



**ABASTEZCA LA DESPENSA Y LA NEVERA,**  
CON ESTOS PRODUCTOS BÁSICOS PODRÁ REALIZAR LA MAYOR PARTE DE LAS RECETAS DEL LIBRO. NO TENDRÁ MÁS QUE  
COMPLETARLAS CON PRODUCTOS FRESCOS.



## **ACEITES Y VINAGRES**

Aceite de oliva, aceite de girasol y aceite neutro (caca-huete), vinagre blanco y otro vinagre (de vino, balsámico, de Jerez).

## **SALSAS**

De soja, Tabasco®, mostaza, leche de coco



## **CONDIMENTOS Y ESPECIAS**

Sal fina, flor de sal, pimienta, curry, pastillas de caldo (verduras, aves), cebollas, dientes de ajo

## **CONSERVAS**

Tomate en conserva, concentrado y salsa de tomate, aceitunas, atún

# LOS INGREDIENTES **BÁSICOS**



## **PASTA, CEREALES Y LEGUMBRES**

Arroz basmati, arroz para, pastas risotto, massas (al gusto), sémola, lentejas, garbanzos, alubias blancas



## **EN LA NEVERA**

Mantequilla, nata fresca, nata líquida, huevos, parmesano, queso rallado

## **PARA LOS POSTRES**

Harina de trigo, azúcar (blanco, moreno, glasé), miel, frutos secos (nueces, almendras, avellanas), tableta de chocolate negro, almendra en polvo, canela, vainilla

# IDEAS DE POSIBLES MENÚS



**AQUÍ TIENE VARIAS IDEAS DE MENÚ**  
PARA HACERLE LA VIDA MÁS FÁCIL

## **MENÚS DIARIOS** **PARA LA PRIMAVERA**

ENTRANTE Nº 07: Tzatziki (salsa griega)  
PLATO PRINCIPAL Nº 101: Risotto de jamón y guisantes  
POSTRE Nº 249: Pan de plátano

ENTRANTE Nº 26: Ensalada de pollo asiática  
PLATO PRINCIPAL Nº 176: Tarta caliente de puerros  
POSTRE Nº 229: Crema de limón

## **MENÚS DIARIOS** **PARA EL VERANO**

ENTRANTE Nº 29: Caviar de berenjena  
PLATO PRINCIPAL Nº 112: Escalopes de pollo  
con mozzarella y pesto  
POSTRE Nº 227: Yogur helado de frambuesa

ENTRANTE Nº 73: Gazpacho andaluz  
PLATO PRINCIPAL Nº 114: Tomates rellenos  
POSTRE Nº 226: Helado de yogur y sandía

## **MENÚS DIARIOS** **PARA EL OTOÑO**

ENTRANTE Nº 32: Lentejas al curry y bacalao  
PLATO PRINCIPAL Nº 156: Curry de cordero  
POSTRE Nº 270: Muffins de manzana y avellana

ENTRANTE Nº 75: Coca de anchoas y aceitunas  
PLATO PRINCIPAL Nº 119: Puré de boniato y jamón  
POSTRE Nº 218: Mousse de chocolate

## **MENÚS DIARIOS** **PARA EL INVIERNO**

ENTRANTE Nº 49: Cappuccino de calabaza  
PLATO PRINCIPAL Nº 129: Estofado de verduras  
POSTRE Nº 201: Arroz con leche cremoso

ENTRANTE Nº 69: Crema de verduras de invierno  
PLATO PRINCIPAL Nº 150: Ternera a la bourguignon  
POSTRE Nº 224: Compota de manzana y canela





# IDEAS DE POSIBLES MENÚS



**AQUÍ TIENE VARIAS IDEAS DE MENÚ**  
PARA HACERLE LA VIDA MÁS FÁCIL

## **MENÚ DE NAVIDAD**

---

ENTRANTE N° 21: Foie gras al vapor  
PLATO PRINCIPAL N° 123: Escalopes de pollo  
con foie-gras  
POSTRE N° 236: Postre de pera y chocolate

## **MENÚS DE PASCUA**

---

ENTRANTE N° 01: Huevos rellenos  
PLATO PRINCIPAL N° 148: Cordero con verduras  
de primavera  
POSTRE N° 233: Tarta de hojaldre

## **MENÚS PARA NIÑOS**

---

ENTRANTE N° 18: Muffins de verduras  
PLATO PRINCIPAL N° 116: Nuggets de pollo con cereales  
POSTRE N° 213: Crema de chocolate

ENTRANTE N° 20: Blinis  
PLATO PRINCIPAL N° 102: Pastel de carne  
POSTRE N° 219: Cookies de chocolate

ENTRANTE N° 15: Paté de atún  
PLATO PRINCIPAL N° 115: Albóndigas de ternera  
POSTRE N° 276: Pastel mármol

## **MENÚS DIETA**

---

ENTRANTE N° 25: Tartar de salmón  
PLATO PRINCIPAL N° 125: Caldereta al estilo asiático  
POSTRE N° 220: Compota de melocotones

ENTRANTE N° 78: Wantanes de gambas al vapor  
PLATO PRINCIPAL N° 122: Vieiras con puerros  
POSTRE N° 263: Sorbete de cítricos

## **MENÚS SIN GLUTEN\***

---

ENTRANTE N° 79: Habas con comino  
PLATO PRINCIPAL N° 184: Saquitos de abadejo  
POSTRE N° 238: Mousse de frambuesa

## **MENÚS SIN LÁCTEOS\***

---

ENTRANTE N° 45: Hummus  
PLATO PRINCIPAL N° 186: Pollo con zanahorias y cilantro  
POSTRE N° 274: Gazpacho de melón y mango

## **MENÚS VEGETARIANO**

---

ENTRANTE N° 65: Crema de espárragos  
PLATO PRINCIPAL N° 132: Quinoa con tomates  
POSTRE N° 255: Tarta de castañas y almendras

\* siempre que se utilicen los ingredientes adecuados/recetas específicas

# RECETAS BÁSICAS



---

## MASA QUEBRADA

Poner 240 g de harina, 120 g de mantequilla blanda y una pizca de sal en el bol de cocción del robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Mezclar a velocidad 6. Después de 30 segundos, añadir 7 cl de agua y dejar la máquina funcionando hasta que la mezcla forme una bola (aprox. 2 minutos y 30 segundos). Envolver en película transparente y dejar reposar en la nevera durante 30 min.

---

## MASA PARA GALLETAS DE MANTEQUILLA

Poner 300 g de harina, 210 g de mantequilla blanda, 110 g de azúcar glas y una pizca de sal en el bol de cocción del robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Mezclar a velocidad 8 durante 1 min. Añadir 1 huevo y a continuación mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos; debería formarse una bola. Envolver en película transparente y dejar reposar en la nevera durante 35-45 minutos.

# RECETAS BÁSICAS



## MASA PARA PIZZA

Poner 25 cl de agua templada y 20 g de levadura de panadería fresca (o 10 g de levadura química) en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Iniciar el programa de masa **P1**. Después de 30 segundos, añadir 400 g de harina, una pizca de sal y 2 cucharadas de aceite de oliva. Al final del programa, estirar la masa y guarnecerla al gusto.



## MEZCLA PARA PASTEL SALADO

Poner 4 huevos, 170 g de harina, 1 sobrecito de levadura química (11 g), 5 cl de aceite de oliva, 10 cl de vino blanco y una pizca de sal en el bol de cocción del robot de cocina equipado el accesorio para amasar/picar. Iniciar el programa de masa **P3**. A continuación, añadir la guarnición y mezclar a velocidad 4 durante 1 min.

# RECETAS BÁSICAS



## MASA PARA ÉCLAIRS SALADOS

Poner 25 cl de agua, 80 g de mantequilla blanda y una pizca de sal en el bol de cocción del robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Iniciar el robot de cocina a velocidad 1 a 90 °C durante 8 min. A continuación, añadir 150 de harina y mezclar a velocidad 4 durante 2 min. Colocar la mezcla en un cuenco separado y lavar el bol de cocción del robot de cocina en agua fría para enfriarlo. Volver a poner la mezcla en el bol de cocción equipado con el accesorio para amasar/picar y mezclar a velocidad 5. Añadir 4 huevos uno a uno por la parte superior del robot de cocina y dejar funcionar durante 2 min. Utilizar inmediatamente.

## SALSA BECHAMEL

Poner 50 g de harina con 50 cl de leche en el bol de cocción del robot de cocina equipado con la batidora, condimentar con sal y pimienta y nuez moscada. Mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir 50 g de mantequilla picada en trozos e iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90°C durante 8 min.

## QUESO RALLADO

Poner el queso troceado en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.

## MASA PARA ÉCLAIRS DULCES

Poner 25 cl de agua, 80 g de mantequilla, 40 g de azúcar y una pizca de sal en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar y mezclar a velocidad 1 a 90°C durante 8 min. Añadir 150 de harina y mezclar a velocidad 4 durante 2 min. Colocar la masa en un cuenco separado y lavar el bol de cocción del robot de cocina en agua fría para enfriarlo. Volver a poner la masa en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 5 y añadir 4 huevos uno a uno. Dejar funcionar durante 2 minutos. Utilizar inmediatamente.

## SALSA HOLANDESA

Poner 150 g de mantequilla picada en trozos, 40 g de zumo de limón, 4 yemas de huevo y 50 g de agua en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de salsa a velocidad 6 a 70°C durante 8 min.

## MANTEQUILLA CASERA

Verter 40 cl de nata líquida (35% de grasa como mínimo) y mezclar a velocidad 7 durante 7 min. Retirar la mantequilla y dar la forma deseada. Se puede utilizar el líquido restante (suero) para hacer bebidas o postres.

# RECETAS BÁSICAS



## SALSA DE PIMIENTA

Poner una cucharada de pimienta molida, 1 cl de coñac, 10 cl de nata líquida, 1 cucharada de caldo de ternera y 1 cucharada de harina en el robot de cocina equipado con la batidora. Añadir 15 cl de agua y mezclar a velocidad 6 durante 10 segundos; a continuación iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90°C durante 12 min. Servir con filetes.

## SALSA BEARNESA

Poner 2 chalotas peladas y 30 hojas de estragón en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar en Turbo 10 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador y añadir 6 cl de vino blanco y 4 cl y poner el aparato a velocidad 3 a 95°C durante 15 min. Una vez cocinadas las chalotas, sustituir el mezclador por la batidora y añadir 6 cl de agua, 4 yemas de huevo y 170 g de mantequilla troceada. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de salsa a velocidad 6 a 70°C durante 8 min con el tapón colocado.

## SALSA DE MOSTAZA (PARA CERDO ASADO)

Poner 2 chalotas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la cuchilla picadora ultrablade con el mezclador, raspar las paredes y añadir 2 cl de aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Disolver 1 cucharada de Maízena® en 25 cl de agua y ponerlo en el robot de cocina. Iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90°C durante 8 min. Añadir 125 g de nata par amontar y 1 cucharada de mostaza; a continuación reiniciar el programa de salsa a velocidad 6 a 90°C durante 8 min.

## SALSA DE TOMATE

Pelar 1 cebolla y 2 dientes de ajo y cortar en cuatro trozos. Poner en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la picadora con el mezclador, raspar los bordes y añadir 5 cl de aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Sustituir el raspador por la cuchilla picadora ultrablade y añadir 700 g de tomates frescos cortados en cuatro trozos, 1 cucharada de orégano, 20 g de azúcar, 1 cucharada de pasta de tomate, 10 cl de agua y condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 100°C durante 20 min. Al final de la cocción, mezclar velocidad 12 durante 1 min.





---

# RECETAS

---





**ENTRANTES**



**PLATOS  
PRINCIPALES**



**POSTRES**





## ENTRANTES

Albóndigas de pan y leche ..	Nº 96	Caviar de berenjena .....	Nº 29	Crema de calabacín con quesitos .....	Nº 19
Aceitunas rellenas .....	Nº 38	Champiñones estilo griego .....	Nº 14	Crema de calabaza .....	Nº 71
Almejas con limón .....	Nº 81	Puerros a la vinagreta .....	Nº 30	Crema de castañas con foie gras .....	Nº 22
Berenjenas con parmesano .....	Nº 54	Coca de anchoas y aceitunas .....	Nº 75	Crema de champiñones .....	Nº 67
Blinis .....	Nº 20	Cóctel de gambas .....	Nº 85	Crema de coliflor .....	Nº 68
Buñuelos de bacalao .....	Nº 34	Crema de alcachofas con setas .....	Nº 62	Crema de espárragos .....	Nº 65
Caldo de pollo .....	Nº 24	Crema de brócoli y queso azul .....	Nº 66	Crema de foie gras .....	Nº 23
Caldo verde .....	Nº 84			Crema de guisantes y chorizo .....	Nº 70
Cappuccino de calabaza .....	Nº 49			Crema de hinojo y salmón ..	Nº 52

## PLATOS PRINCIPALES

Acelgas gratinadas con salsa bechamel .....	Nº 137	Calamares a la americana .....	Nº 161	Col rellena a la rusa .....	Nº 153
Albóndigas alemanas .....	Nº 193	Caldo de ternera .....	Nº 124	Conejo a la cerveza .....	Nº 198
Albóndigas de ternera .....	Nº 115	Caldereta al estilo asiático .....	Nº 125	Conejo con ciruelas .....	Nº 158
Bacalao con zanahorias en juliana .....	Nº 180	Caldereta portuguesa .....	Nº 195	Cordero con verduras de primavera .....	Nº 148
Bacalao al pil-pil .....	Nº 190	Canelones .....	Nº 136	Crema de guisantes .....	Nº 199
Bacalao gratinado .....	Nº 191	Carrilleras de ternera con vino tinto y verduras de invierno .....	Nº 157	Croquetas de calabacín y salmón .....	Nº 146
Bacalao en papillote con miel y limón .....	Nº 183	Cereales al estilo risotto .....	Nº 131	Croquetas Pojarski .....	Nº 155
Buñuelos de patata .....	Nº 134	Chile clásico .....	Nº 154	Curry de cordero .....	Nº 156
		Col rellena .....	Nº 177	Curry de gambas .....	Nº 145
				Cuscús de pollo .....	Nº 107

## POSTRES

Arroz con leche cremoso ..	Nº 201	Brioche de Pascua .....	Nº 265	Coulis de frutos rojos .....	Nº 297
Batido de plátano y vainilla .....	Nº 216	Brioche de Pascua ruso ..	Nº 246	Crema catalana .....	Nº 234
Bizcocho alemán .....	Nº 266	Brownie .....	Nº 203	Crema espesa de chocolate .....	Nº 299
Bizcocho de almendras .....	Nº 281	Chocolate caliente .....	Nº 210	Crema de chocolate .....	Nº 213
Bizcocho de naranja .....	Nº 277	Chouquettes .....	Nº 211	Crema de avellanas .....	Nº 296
Blondies de chocolate blanco y frutos rojos .....	Nº 258	Churros con chocolate .....	Nº 279	Crema de leche con vainilla .....	Nº 235
Brioche .....	Nº 207	Chutney de mango .....	Nº 295	Crema de limón .....	Nº 229
Brioche de chocolate .....	Nº 264	Clafoutis de ruibarbo .....	Nº 278	Crema inglesa .....	Nº 215
Brioche de Navidad .....	Nº 289	Compota de manzana y canela .....	Nº 224	Crêpes .....	Nº 214
		Compota de melocotón .....	Nº 220	Crumble de manzana .....	Nº 228
		Cookies de chocolate .....	Nº 219		

Crema de pimiento con chorizo.....	Nº 61	Empanadillas de queso.....	Nº 12	Foie gras al vapor.....	Nº 21
Crema de roquefort y peras.....	Nº 51	Ensalada de marisco.....	Nº 93	Frittata de calabacín.....	Nº 37
Crema de verduras de invierno.....	Nº 69	Ensalada de patatas fumado.....	Nº 11	Galletas saladas.....	Nº 16
Croquetas.....	Nº 36	Ensalada de pollo asiática.....	Nº 26	Gazpacho andaluz.....	Nº 73
Croquetas de arroz y mozzarella.....	Nº 40	Ensalada de pulpo.....	Nº 92	Gougères.....	Nº 02
Croquetas de bacalao.....	Nº 90	Espárragos con huevo y perejil.....	Nº 83	Guacamole.....	Nº 05
Croquetas de gambas.....	Nº 86	Falafels.....	Nº 41	Habas con comino.....	Nº 79
Croquetas de risotto.....	Nº 82	Flan de verduras.....	Nº 27	Huevos rellenos.....	Nº 01
Empanadas de atún.....	Nº 87	Flan de zanahoria y comino.....	Nº 53	Hummus.....	Nº 45
				Lentejas al curry y bacalao.....	Nº 32
				Mayonesa.....	Nº 44

Cuscús de verduras.....	Nº 127	Estofado de ternera y cebolla.....	Nº 194	Macarrones con queso.....	Nº 117
Endivias gratinadas.....	Nº 187	Estofado de verduras.....	Nº 129	Menestra de verduras.....	Nº 128
Espagueti all'amatriciana.....	Nº 170	Filete de salmón con pesto.....	Nº 185	Nuggets de pollo con cereales.....	Nº 116
Escalopes de pollo con foie-gras.....	Nº 123	Filete de lenguado gratinado.....	Nº 197	Ossobucco.....	Nº 160
Escalopes de pollo con mozzarella y pesto.....	Nº 112	Goulash.....	Nº 139	Pan de carne.....	Nº 172
Espinacas cremosas.....	Nº 140	Guiso de pescado.....	Nº 144	Panes de hamburguesa.....	Nº 169
Estofado de conejo y citronela.....	Nº 159	Guiso de chorizo.....	Nº 196	Pasta Carbonara.....	Nº 108
Estofado de pollo.....	Nº 200	Lentejas.....	Nº 110	Pasta fresca.....	Nº 171
Estofado de salchichas.....	Nº 192	Lentejas con curry.....	Nº 138	Pastel de carne.....	Nº 102
		Lasaña.....	Nº 103	Patatas bravas.....	Nº 141
				Pato a la naranja.....	Nº 152

Fiadone (pastel de queso).....	Nº 243	Galletas de Navidad.....	Nº 223	Lenguas de gato.....	Nº 206
Flan.....	Nº 230	Galletas sin gluten.....	Nº 272	Macarons.....	Nº 268
Flan de coco.....	Nº 240	Gazpacho de melón y mango.....	Nº 274	Macarons de coco.....	Nº 271
Fondant de chocolate.....	Nº 259	Gelatina de pera.....	Nº 294	Magdalenas.....	Nº 269
Fondant de nueves.....	Nº 244	Gofres.....	Nº 205	Merengues.....	Nº 209
Fondant de ricotta y albaricoques.....	Nº 253	Gofres belgas.....	Nº 284	Mermelada de frutos rojos.....	Nº 300
Gachas de avena.....	Nº 232	Helado de ricotta.....	Nº 260	Mousse de caramelo con nata.....	Nº 237
Galletas belgas.....	Nº 273	Helado de yogur y sandía.....	Nº 226	Mousse de chocolate.....	Nº 218
Galletas de almendras.....	Nº 239	Huevos batidos a la Portuguesa.....	Nº 283	Mousse de frambuesa.....	Nº 238
Galletas de Amaretto.....	Nº 267			Muesli con frutos secos.....	Nº 231

Mayonesa baja en grasa.....	Nº 58	Pan Fougasse .....	Nº 10	Paté de pollo con oporto....	Nº 06
Milhojas de espinacas estilo griego.....	Nº 28	Pan integral.....	Nº 98	Pesto.....	Nº 57
Minestrone.....	Nº 72	Pan sin gluten .....	Nº 100	Pesto rojo.....	Nº 48
Mousse de salmón .....	Nº 09	Pastel de calabaza, queso comté y bacon .....	Nº 42	Pimientos rellenos .....	Nº 33
Muffins de verduras.....	Nº 18	Pastel de higos, jamón y nueces.....	Nº 43	Pretzels.....	Nº 55
Naans de queso .....	Nº 56	Pastel de tomate seco, aceitunas y queso feta.....	Nº 04	Puré de verduras con gruyere .....	Nº 17
Pan blanco y mantequilla de pimentón dulce.....	Nº 99	Patatas con salsa picante...	Nº 89	Quiche de queso .....	Nº 91
Pan con bacon y queso comté .....	Nº 03	Paté de atún .....	Nº 15	Samosas de carne .....	Nº 39
Pan de castañas.....	Nº 97	Paté de cerdo .....	Nº 80	Samosas de pollo .....	Nº 35
				Scones de queso y cebollino .....	Nº 13

Pavo con chorizo .....	Nº 178	Puré de patatas .....	Nº 109	Risotto de gambas .....	Nº 133
Piperrada.....	Nº 142	Puré de zanahorias y naranja .....	Nº 174	Roulade de pescado blanco con limón.....	Nº 126
Pisto.....	Nº 105	Quiche lorraine.....	Nº 111	Roulade de pollo rellena ..	Nº 188
Pizza Regina .....	Nº 120	Quinoa con tomates .....	Nº 132	Salsa boloñesa.....	Nº 118
Polenta .....	Nº 113	Ragú de rape .....	Nº 143	Salsa cuatro quesos.....	Nº 175
Pollo a la vasca .....	Nº 163	Ragú de ternera.....	Nº 106	Saltimbocca.....	Nº 166
Pollo con anacardos.....	Nº 162	Redondo de ternera .....	Nº 104	Saquitos de abadejo .....	Nº 184
Pollo con tomates y champiñones .....	Nº 165	Relleno de Navidad .....	Nº 121	Satay de ternera .....	Nº 149
Pollo con zanahorias y cilantro .....	Nº 186	Risotto clásico.....	Nº 181	Sopa de verduras.....	Nº 182
Puré de boniato y jamón .....	Nº 119	Risotto de jamón y guisantes .....	Nº 101	Strogonoff de ternera.....	Nº 151
				Tagliatelle de verduras.....	Nº 189

Muffins de manzana y avellanas.....	Nº 270	Pastel de yogur y frutos secos .....	Nº 254	Pudding de pan.....	Nº 287
Natillas.....	Nº 285	Pastel de zanahoria .....	Nº 251	Pudding de sémola .....	Nº 290
Pancakes.....	Nº 291	Pastel mármol.....	Nº 276	Rosquillas.....	Nº 288
Pan de jengibre .....	Nº 222	Perlas de tapioca de chocolate y coco.....	Nº 261	Smoothie de mango .....	Nº 256
Pan de plátano .....	Nº 249	Postre de peras y chocolate .....	Nº 236	Smoothie de plátano y coco .....	Nº 292
Pan de uvas.....	Nº 280	Postre de vainilla y frutos rojos .....	Nº 250	Sorbete de frutos rojos.....	Nº 225
Pan de Viena.....	Nº 298	Profiteroles .....	Nº 212	Sorbete de cítricos.....	Nº 263
Panellets .....	Nº 286	Profiteroles largos de vainilla .....	Nº 282	Suflé Grand Marnier®.....	Nº 262
Panna Cotta.....	Nº 242			Tarta de caramelo con mantequilla .....	Nº 217
Pastel de queso.....	Nº 204				
Pastel de queso blanco....	Nº 247				



Sopa cremosa de gambas .. N° <b>59</b>	Tapenade de alcachofas..... N° <b>46</b>
Sopa de pollo con fideos ... N° <b>95</b>	Tarama..... N° <b>47</b>
Sopa de remolacha ..... N° <b>60</b>	Tartar de salmón ..... N° <b>25</b>
Sopa de remolacha fría ..... N° <b>74</b>	Terrina rústica..... N° <b>76</b>
Sopa fría de tomate y pimientos del piquillo..... N° <b>77</b>	Trucha asalmonada con salsa verde ..... N° <b>88</b>
Sopa de cordero y tomates..... N° <b>63</b>	Tzatziki (salsa griega) ..... N° <b>07</b>
Sopa juliana ..... N° <b>94</b>	Verrine de melocotón y pato ahumado ..... N° <b>50</b>
Sopa de lentejas ..... N° <b>08</b>	Wantanes de gambas al vapor ..... N° <b>78</b>
Sopa rusa..... N° <b>64</b>	
Suflé de queso ..... N° <b>31</b>	



Tajín de cordero..... N° <b>167</b>	Vitel toné ..... N° <b>168</b>
Tajín de pollo con limón y cilantro ..... N° <b>164</b>	Vol-au-vents ..... N° <b>135</b>
Tajín de rape ..... N° <b>147</b>	
Tajín de verduras..... N° <b>130</b>	
Tarta caliente de puerros..... N° <b>176</b>	
Tartar de ternera ..... N° <b>173</b>	
Ternera a la Bourguignon ..... N° <b>150</b>	
Tomates rellenos..... N° <b>114</b>	
Tortitas de patata ..... N° <b>179</b>	
Vieiras con puerros ..... N° <b>122</b>	



Tarta de castañas y almendras ..... N° <b>255</b>	Tiramisú ..... N° <b>208</b>
Tarta de chocolate ..... N° <b>202</b>	Trufas de chocolate y castañas ..... N° <b>245</b>
Tarta de ciruelas ..... N° <b>275</b>	Trufas ..... N° <b>293</b>
Tarta de fresa..... N° <b>252</b>	Yogur helado de frambuesa ..... N° <b>227</b>
Tarta de hojaldre ..... N° <b>233</b>	
Tarta de manzana..... N° <b>248</b>	
Tarta de peras y avellanas ..... N° <b>257</b>	
Tarta de reyes con manzanas y avellanas..... N° <b>221</b>	
Tartaleta de crema ..... N° <b>241</b>	





## HUEVOS RELLENOS

Nº 01



6 HUEVOS GRANDES • 1 YEMA DE HUEVO • 1 CUCHARADA DE MOSTAZA • 1 CUCHARADA DE VINAGRE BLANCO • 15 cl ACEITE • 5 CEBOLLINOS • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Verter el agua en el bol de cocción del robot de cocina hasta la marca de 0,7 L, poner los huevos en la cesta vapor e iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min. Al final de la cocción, dejar que los huevos y el bol de cocción se enfrien.
- 2 Poner la yema de huevo, la mostaza y el vinagre en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta. Poner el robot a velocidad 7 y verter gradualmente el aceite. Una vez preparada la mayonesa, detener el robot de cocina.
- 3 Cortar los huevos en dos. Poner las yemas en un cuenco separado y las claras en un plato. Mezclar las yemas con un tenedor y añadir la mayonesa. Introducir la mezcla dentro de las claras de huevo. Para servir, decorar con los cebollinos.

**CONSEJO** - Puede añadir una cucharada de atún o jamón a la mezcla.



## RISOTTO DE JAMÓN Y GUISANTES

Nº 101



300 g ARROZ ARBORIO • 1 CHALOTA • 5 cl ACEITE DE OLIVA (80 G) • 8 cl VINO BLANCO • 90 cl CALDO DE POLLO • 170 g GUISANTES CONGELADOS • 30 g PARMESANO RALLADO • 80 g JAMÓN DE PARMA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la chalota y cortarla en trozos grandes. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador. Verter el aceite de oliva en el robot e iniciar el programa de cocción lenta P1 (sin el tapón) a 130°C durante 7 min.
- 2 Cuando el temporizador indique 4 minutos restantes, añadir el arroz. Cuando solo quede 1 minuto, añadir el vino blanco.
- 3 Cuando el programa haya finalizado, verter el caldo de pollo e iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 22 min y colocar el tapón. Añadir los guisantes 10 minutos antes del fin de cocción.
- 4 Al final de la cocción, añadir el parmesano y el jamón picado y mezclar ligeramente. Poner a punto el condimento y servir inmediatamente.



## ARROZ CON LECHE CREMOSO

Nº 201



160 g ARROZ REDONDO (ARROZ PARA POSTRES) • 1 L LECHE SEMIDESNATADA • 50 g NATA PARA MONTAR • 70 g AZÚCAR • 1 CUCHARADA DE ESENCIA DE VAINILLA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 40 MIN – REPOSO 2 H 30

- 1 Poner la leche, la nata para montar, el azúcar y la esencia de vainilla en el robot de cocina equipado con el mezclador. Cocinar a velocidad 3 a 95°C durante 8 min sin el tapón.
- 2 Añadir el arroz y cocinar a 95°C durante 30 min, todavía sin el tapón.
- 3 Al final de la cocción, dejar que el arroz repose durante unos 30 min.
- 4 Transferir a un cuenco separado, cubrir con película transparente y dejar reposar en la nevera como mínimo 2 horas antes de servir.

**CONSEJO** - Añadir un poco de agua de azahar o piel de limón.





## GOUGÈRES

Nº 02



80g MANTEQUILLA • 150g HARINA • 4 HUEVOS • 150g QUESO COMTÉ O GRUYERE RALLADO • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • SAL • 25cl AGUA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner 25 cl de agua, la mantequilla y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y programar a velocidad 3 a 90 °C durante 8 min. Añadir la harina y mezclar a velocidad 6 durante 2 min. Transferir la mezcla a un cuenco separado y lavar el bol de cocción del robot de cocina en agua fría para enfriarlo.
- 2 Volver a poner la mezcla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y programar a velocidad 7. Añadir los huevos uno a uno y dejar funcionar durante 2 min. Añadir 120 g de queso rallado y la nuez moscada y dejar funcionar durante 1 minuto más.
- 3 Cubrir una bandeja de horno con papel para horno. Con una cuchara, colocar montoncitos de masa sobre la bandeja. Espolvorear el queso comté o gruyere restante. Hornear durante 18 - 20 min. Degustar en caliente o en frío.

**CONSEJO** - Puede cambiar el sabor utilizando un queso diferente.



## PASTEL DE CARNE

Nº 102



1 CEBOLLA • 350g CARNE COCINADA • 10cl SALSA DE TOMATE • 10 RAMITAS DE PEREJIL DE HOJA PLANA • 800g PATATAS • 150g MANTEQUILLA SALADA + UN POCO PARA LA FUENTE • 50g QUESO RALLADO (OPCIONAL) • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 220°C (pos. termostato 7). Pelar la cebolla y ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora. Mezclar en Turbo durante 10 segundos. Añadir la carne, el puré de tomate y el perejil; a continuación, mezclar en Turbo durante 20 segundos. Llevar la mezcla hacia el centro utilizando una espátula y mezclar durante 10 segundos.
- 2 Untar con mantequilla una bandeja de horno y llenarla con la mezcla. Limpiar el robot de cocina.
- 3 Pelar las patatas y cortarlas en dados grandes. Verter 0,7 L de agua en el robot de cocina y poner las patatas en la cesta de vapor. Iniciar el programa de vapor P1 durante 30 min.
- 4 Vaciar el agua. Poner las patatas cocinadas y la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y mezclar a velocidad 6 durante 1 min y 30 segundos. Probar y poner a punto el condimento según el gusto.
- 5 Esparcir el puré sobre la carne y cubrir con el queso rallado. Asar en el horno durante 15 min. Servir caliente.



## TARTA DE CHOCOLATE

Nº 202



1 MASA PARA GALLETAS DE MANTEQUILLA (VÉASE LA P. 14) • 250g CHOCOLATE NEGRO • 20cl NATA LÍQUIDA, MUY FRÍA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN – REPOSO 2 H

- 1 Precalentar el horno a 210°C (pos. termostato 6-7). Estirar la masa, colocarla en un molde para tartas untado con mantequilla y cubrir la masa con una hoja de papel de horno. hornear durante 15 min. Retirar el papel, hornear de nuevo durante 10 minutos y luego dejar que la masa se enfríe.
- 2 Poner la nata líquida en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y calentar a 70°C a velocidad 4 durante 5 min.
- 3 Después de 2 min y 30 segundos añadir el chocolate troceado. Una vez transcurrido ese tiempo, mezclar a velocidad 5 durante 30 segundos. Verter la mezcla en la masa y enfriar durante 2 h.

**CONSEJO** - Puede añadir naranjas en conserva o cerezas frescas por encima de la tarta para servirla.



## PAN CON BACON Y QUESO COMTÉ — N° 03



5 g LEVADURA QUÍMICA • 20 cl LECHE SEMIDESNATADA • 350 g HARINA • 6 g SAL • 45 g MANTEQUILLA A TEMPERATURA AMBIENTAL • 180 g QUESO COMTÉ • 100 g BACON

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 30 MIN – REPOSO 2 H

- 1 Poner la levadura y la leche en el bol de cocción del robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Calentar 40°C a velocidad 5 durante 3 min. Añadir la harina, sal y mantequilla. Iniciar el programa de masa P1.
- 3 Mientras tanto, rallar el queso comté. Cuando la masa esté preparada, quitarla del robot de cocina y colocarla en una bandeja cubierta con papel de horno.
- 4 Estirlarla formando un rectángulo. Añadir una tercera parte del queso comté y el bacon en el centro y cerrar la masa. Repetir este paso dos veces, con delicadeza. Cubrir con un paño y dejar que la masa repose durante 2 horas, alejada de corrientes de aire.
- 5 Hornear durante unos 20 - 30 min.



## LASAÑA — N° 103



300 g CARNE PICADA DE TERNERA • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 500 g TOMATES PELADOS Y ESCURRIDOS (EN LATA) • 10 g ORÉGANO • 50 g HARINA • 50 g MANTEQUILLA • 50 cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 1 PASTA DE LÁMINAS DE LASAÑA, PRECOCINADAS • 100 g QUESO GRUYERE RALLADO

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 20 MIN – COCCIÓN 1 h 20

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade; a continuación, mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador, añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Añadir la carne, los tomates y el orégano. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 90°C durante 35 min. Poner la salsa a un lado y limpiar el robot de cocina.
- 2 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la harina, la leche y la nuez moscada en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir la mantequilla e iniciar el programa de salsa a 90°C a velocidad 4 durante 8 min.
- 3 Untar con aceite una bandeja de horno y verter un poco de la salsa de tomate. Cubrir con las láminas de pasta de lasaña, añadir un poco de salsa de tomate, bechamel y gruyere. Repetir este paso hasta que todos los ingredientes se hayan acabado, finalizando con el queso gruyere. Asar en el horno durante 25 - 30 min.



## BROWNIE — N° 203



200 g CHOCOLATE NEGRO • 200 g MANTEQUILLA SEMISALADA • 160 g AZÚCAR • 80 g HARINA • 4 HUEVOS • 1 CUCHARADA DE LEVADURA QUÍMICA • 100 g NUECES

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la mantequilla en dados y el chocolate troceado en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Conectar a velocidad 3 a 45°C durante 10 min.
- 2 Raspar los bordes del bol y añadir el azúcar, la harina, los huevos, la levadura y las nueces. Iniciar el programa de masa P3.
- 3 Cubrir un molde de horno cuadrado con papel para horno. Verter la mezcla en el molde y hornear. Hornear durante unos 20 - 30 min.
- 4 Al final del horneado, dejar enfriar y retirar del molde.

**CONSEJO** - Puede utilizar pistachos, avellanas, almendras... o incluso una mezcla de dos de estos ingredientes para variar el sabor de este postre. Si se desea tener trozos más grandes de frutos secos en los brownies, añadir estos al final del programa y mezclar rápidamente con una espátula.





## PASTEL DE TOMATE SECO, ACEITUNAS Y QUESO FETA

Nº 04



150g TOMATES SECOS • 4 HUEVOS • 200g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11g) • 5cl ACEITE DE OLIVA • 10cl VINO BLANCO • 2 CUCHARADAS DE ACEITUNAS VERDES O NEGRAS • 100g QUESO FETA • 3 SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner los huevos, la harina, la levadura, el vino blanco y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el programa de masa P3.
- 3 Cubrir un molde con papel para horno.
- 4 Al final del programa añadir los tomates secos, las aceitunas y el queso feta y mezclar a velocidad 6 durante 1 min.
- 5 Verter la mezcla en el molde y hornear durante unos 45 min. Si el pastel queda demasiado marrón al final de la cocción, bajar la temperatura del horno a 160°C (pos. termostato 5). Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Puede sustituir el queso feta por queso de cabra o emmental y el tomate seco por taquitos de jamón.



## REDONDO DE TERNERA

Nº 104



4 REDONDO DE TERNERA • 1 CEBOLLA • 5cl ACEITE DE OLIVA • 30cl PURÉ DE TOMATE • 5 RAMITAS DE ESTRAGÓN • 1 PIZCA DE PIMIENTA DE CAYENA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en cuatro trozos; a continuación, ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador, añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Añadir los redondos, el puré de tomate, el estragón y la pimienta de cayena. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 20 min.
- 4 Servir caliente.

**CONSEJO** - Para 'redondo a la normanda, sustituir el puré de tomate por ternera y un poco de vino blanco y añadir 250 g de champiñones y 10 cl de nata.



## PASTEL DE QUESO

Nº 204



125g MANTEQUILLA • 160g GALLETAS (TIPO MARIA) • 600g QUESO FRESCO (PHILADELPHIA®) • 130g AZÚCAR • 2 CLARAS DE HUEVO • 5cl ZUMO DE LIMÓN

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 35 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y derretir a velocidad 5 a 80°C durante 3 min. Añadir las galletas machacadas y mezclar a velocidad 11 durante 30 segundos.
- 2 Cubrir el fondo de un molde (23 cm) con esta mezcla. Utilizar la parte trasera de una cuchara para empujar y dejar enfriar.
- 3 Enjuagar el robot de cocina y colocar el accesorio para amasar/ picar. Introducir el queso fresco, el azúcar, las claras de huevo ligeramente batidas y el zumo de limón. Mezclar a velocidad 12 durante 40 s - 1 min. Verter la mezcla en el molde.
- 4 Hornear durante 30 - 35 min, la nata debería haberse asentado. Servir frío.

**CONSEJO** - Puede sustituir el limón por vainilla y servir con frambuesas frescas.





3 AGUACATES MADUROS • 1 CEBOLLA ROJA • 1 DIENTE DE AJO •  
1 CUCHARADA DE PULPA DE TOMATE (EN LATA) DE TOMATE •  
1 CUCHARADA DE TABASCO® • ZUMO DE 1 LIMA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar la cebolla roja y el diente de ajo y cortar luego en cuatro trozos.
- 2 Quitar la piel del aguacate y extraer la semilla.
- 3 Poner la cebolla y el ajo en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 4 Añadir los aguacates, la pulpa de tomate, Tabasco® y el zumo de lima y condimentar con sal y pimienta.
- 5 Mezclar a velocidad 7 durante 30 segundos. Raspar las paredes y mezclar de nuevo si se prefiere una consistencia más espesa.
- 6 Servir frío.

**CONSEJO** - Perfecto como aperitivo acompañado de hierbas frescas (cebollinos o cilantro). para una versión menos picante, sustituir Tabasco® por 1 cucharada de pimentón dulce.



150g CEBOLLAS • 100g PIMIENTO ROJO • 2 DIENTES DE AJO •  
5cl ACEITE DE OLIVA • 250g CALABACÍN • 250g BERENJENA •  
300g TOMATE • 20cl CALDO DE VERDURAS • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar las cebollas y cortar en trozos gruesos. Lavar el pimiento, pelarlo y cortarlo. Colocar las cebollas y el pimiento en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 15 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla picadora ultrablade por el mezclador. Machacar los dientes de ajo utilizando un cuchillo y colocarlos en el robot de cocina con el aceite de oliva. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 8 min sin el tapón.
- 3 Cortar los calabacines, la berenjena y los tomates.
- 4 Al final del programa, añadir el caldo y las verduras. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 30 min.
- 5 Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Se puede variar las cantidades de verduras al gusto.



100g MANTEQUILLA • 125g LECHE ENTERA • 25g AZÚCAR • 110g  
HARINA • 3 CLARAS DE HUEVO • 1 CUCHARADA DE ESENCIA  
DE VAINILLA • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y cocinar a 90 °C a velocidad 5 durante 3 min.
- 2 Añadir la leche y el azúcar y mezclar a velocidad 10. Añadir gradualmente la harina a través de la abertura. Una vez mezclada la harina, añadir la esencia de vainilla y dejar funcionar durante otros 2 minutos. Verter la mezcla en un cuenco separado y lavar y secar el bol de cocción.
- 3 Poner las claras de huevo y una pizca de sal en el robot de cocina equipado con la batidora. Conectar–lo a velocidad 6 durante 5 min sin el tapón.
- 4 Utilizando una espátula, mezclar suavemente las claras de huevo con la mezcla.
- 5 Calentar la gofrera y engrasar ligeramente con mantequilla. Cuando esté caliente, verter un cazo de la masa en la gofrera. Dejar que se cocine unos cuantos minutos a la vez que se supervisa. Retirar el gofre hacia un plato y repetir este paso hasta que toda la masa se haya agotado.



## PATÉ DE POLLO CON OPORTO Nº 06



300g HÍGADO DE POLLO • 50g CHALOTAS • 160g MANTEQUILLA BLANDA • 5cl VINO OPORTO • 10cl CREMA FRESCA ESPESA • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 15 MIN – REPOSO 2 H**

- 1 Pelar las chalotas y colocarlas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir 20 g de mantequilla, el oporto y los hígados de pollo. Iniciar el programa de cocción lenta **P1** durante 12 min.
- 3 Al final del programa, escurrir los hígados y enjuagar el bol de cocción en agua fría.
- 4 Sustituir el mezclador por la cuchilla picadora ultrablade, colocar los hígados en el robot de cocina y añadir la mantequilla y la nata restantes. Añadir sal y pimienta y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Utilizando una espátula, raspar los bordes del robot de cocina y poner la mezcla en el centro. Mezclar de nuevo durante 10 segundos (si se desea una textura muy suave, mezclar una vez más).
- 5 Verter la mezcla en una pequeña terrina y colocarla en la nevera durante 2 horas como mínimo antes de comerla.



## RAGÚ DE TERNERA Nº 106



800g TERNERA EN TROZOS • 100g CHAMPIÑONES • 200g ZANAHORIAS • 30g RAMAS DE APIO • 50g CEBOLLA • 5cl ACEITE DE OLIVA • 1 MANOJO DE HIERBAS AROMÁTICAS (PEREJIL, TOMILLO Y LAUREL) • 20g HARINA • 60cl CALDO DE POLLO • 30cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 1 H 15 MIN**

- 1 Cortar la carne. Pelar las verduras. Cortar en rodajas las zanahorias, y cortar los champiñones y las cebollas en cuatro trozos.
- 2 Poner la cebolla y el aceite en el robot de cocina e iniciar el programa de cocción lenta **P1** a 130°C durante 3 min.
- 3 A continuación, añadir la carne que previamente se había cubierto con harina, las hierbas aromáticas, las zanahorias, la rama de apio y el caldo. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta **P2** a 100°C durante 30 min. Al final del programa añadir los champiñones y reiniciar el programa de cocción lenta **P2** durante 45 min.
- 4 Al final de la cocción, retirar parte de la ternera y mezclar con la crema. Poner la carne y la verdura en un plato y cubrir con la salsa. Servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Para una salsa más espesa, añadir 1 yema de huevo.



## LENGUAS DE GATO Nº 206



125g MANTEQUILLA • 125g AZÚCAR • 3 HUEVOS • 150g HARINA • 1 PIZCA DE VAINILLA MOLIDA • SAL

**60 GALLETAS – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 10 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7).
- 2 Poner la mantequilla en el bol de cocción del robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Cocinar a 80°C a velocidad 4 durante 3 min.
- 3 Añadir el azúcar, la vainilla y una pizca de sal; a continuación, mezclar a velocidad 9. Después de 30 segundos, añadir los huevos uno a uno. Una vez incorporados, añadir harina cuchara a cuchara por la tapa. Raspar las paredes del cuenco y mezclar de nuevo durante 30 segundos.
- 4 Colocar montoncitos de la mezcla de galletas en una bandeja cubierta con papel para horno y darles forma de dedos largos. Hornear durante 10 min hasta que los bordes comiencen a coger color. Retirar y dejar enfriar.





250 g QUESO BLANCO • 125 g PEPINO • 1 CUCHARADA DE CEBOLLINOS • 1 CUCHARADA DE PEREJIL • 2 PIZCAS DE SAL • ZUMO DE MEDIO LIMÓN

### PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Cortar el pepino en dos a lo largo y retirar las pepitas con una cuchara. Cortar en trozos pequeños.
- 2 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 8 durante 20 segundos.
- 3 Servir frío con crudités (trozos vegetales crudos, por ejemplo: zanahoria o pepino) o sobre rodajas de pan tostado.

**CONSEJO** - Si se prefiere una textura más suave, mezclar durante 30 segundos más.



650 g PECHUGA DE POLLO • 2 DIENTES DE AJO • 1 CEBOLLA • 1 PIMIENTO ROJO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA COMINO MOLIDO • 1 CUCHARADA DE CILANTRO MOLIDO • 25 cl CALDO DE POLLO • SAL

### PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Épelar el ajo y la cebolla y cortar el pimiento en dados. Poner los ingredientes en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade; a continuación, mezclar a velocidad 11 durante 20 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador.
- 2 Utilizando una espátula poner las verduras troceadas en el centro del bol de cocción y añadir el aceite y las especias. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 8 min.
- 3 Cortar el pollo en dados. Al final del programa añadir el pollo troceado y el caldo y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 30 min.
- 4 Al final de la cocción, servir inmediatamente con el cuscús.

**CONSEJO** - Se puede añadir cilantro fresco para servir.



3 CUCHARADAS DE LECHE SEMIDESNATADA • 1 BOLSITA DE LEVADURA • QUÍMICA SECA (14 G) • 2 HUEVOS • 250 g HARINA • 50 g AZÚCAR • 1 CUCHARADA DE SAL • 80 g MANTEQUILLA BLANDA • 100 g ALMENDRAS GARRAPIÑADAS

### PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 30 MIN – REPOSO 4 H

- 1 Disolver la levadura en la leche. Verter esta mezcla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Añadir los huevos, harina, azúcar, sal y mantequilla. Iniciar el programa de masa P2, dejando el tapón.
- 2 Al final del programa colocar la masa en un cuenco separado y cubrir con película transparente. Dejar en la nevera durante 2 horas.
- 3 Cubrir una bandeja con papel para horno. Retirar la masa de la nevera e incorporar las almendras garrapiñadas a esta. Formar una bola, colocarla sobre la bandeja y cubrirla con un paño. Dejar reposar durante otras 2 h a temperatura ambiental, alejada de corrientes de aire
- 4 Precalentar el horno a 160°C (pos. termostato 5-6). Cuando el horno esté caliente, hornear durante 30 min.

**CONSEJO** - Antes de hornear, esparcir la yema de huevo con un pincel.



## SOPA DE LENTEJAS

Nº 08



160g LENTEJAS CRUDAS • 50g ZANAHORIAS • 50g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 1 CEBOLLA • 80g BACON AHUMADO • 15cl NATA LÍQUIDA • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar la zanahoria, la parte blanca del puerro y la cebolla y luego cortar en trozos pequeños. Cortar el beicon en taquitos.
- 2 Poner las verduras, las lentejas, el bacon, 1 L de agua y sal en el bol de cocción del robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Iniciar el programa de sopa P1.
- 3 Una vez finalizado el programa añadir la nata líquida y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 4 Servir caliente.

**CONSEJO** - Puede añadir 1 cucharada de curry en polvo y sustituir la nata líquida por leche de coco. En este caso, no añadir el beicon.



## PASTA CARBONARA

Nº 108



400g MACARRONES • 200g BACON • 2cl ACEITE DE OLIVA • 30cl NATA LÍQUIDA • 120g PARMESANO RALLADO • 1 YEMA DE HUEVO • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 14 MIN

- 1 Hervir los macarrones en una olla grande según lo indicado en el paquete.
- 2 Cortar el bacon en pequeños trozos y colocarla en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 6 min sin el tapón.
- 3 Al final del programa, añadir la crema y la yema de huevo; a continuación, iniciar el programa de salsa a velocidad 5 a 85°C durante 8 min.
- 4 Verter la salsa en la pasta escurrida y añadir una cantidad generosa de parmesano y pimienta. Mezclar y servir.

**CONSEJO** - Puede sustituir la panceta por beicon ahumado.



## TIRAMISÚ

Nº 208



16 BIZCOCHOS • 3 HUEVOS • 50g AZÚCAR • 250g MASCARPONE • 25cl CAFÉ INTENSO • 50g CACAO EN POLVO, SIN AZÚCAR

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 15 MIN

- 1 Separar las claras de huevo de las yemas. Poner las yemas y 25 g de azúcar en el robot de cocina equipado con la batidora. Mezclar a velocidad 7 durante 1 min. y 30 segundos. Añadir el mascarpone y mezclar a velocidad 7 durante 3 min. Transferir a un cuenco separado y lavar y secar el robot de cocina.
- 2 Poner las claras de huevo en el robot de cocina equipado con la batidora y activarlo a velocidad 7 durante 2 min. Añadir 25 g de azúcar y dejar funcionar velocidad 7 durante 4 min sin el tapón. Utilizando una espátula, incorporar suavemente las claras de huevo en la mezcla de mascarpone.
- 3 Empapar los bizcochos en el café y dejarlos reposar en un plato. Cubrirlos con la crema y espolvorear con cacao. Enfriar hasta que esté listo para comer.

**CONSEJO** - Se puede añadir amaretto (licor dulce) al café y utilizar virutas de chocolate en lugar de cacao.



## MOUSSE DE SALMÓN

Nº 09



250 g SALMÓN AHUMADO • 180 g MASCARPONE • 25 cl NATA LÍQUIDA (30% DE GRASA) • ZUMO DE 1 LIMA • 10 CEBOLLINOS

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Poner el bol de cocción del robot de cocina en el congelador durante 5 minutos. Verter la nata líquida en el bol de cocción muy frío equipado con la batidora. Activar a velocidad 7 durante 2 min. y 30 segundos. Verter la nata batida en un cuenco separado.
- 2 Sustituir la batidora por la cuchilla picadora ultrablade. Poner el salmón ahumado, el mascarpone y el zumo de lima en robot de cocina. Mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Utilizando una espátula, poner la mousse en el centro y mezclar de nuevo a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 3 Retirar el accesorio y añadir cuidadosamente la nata batida. Mezclar utilizando una espátula. Repartir la mezcla en vasos de cristal y conservar en la nevera. Servir frío con guarnición de cebollino picado.

**CONSEJO** - Sustituir el salmón por trucha ahumada.



## PURÉ DE PATATAS

Nº 109



800 g PATATAS • 15 cl LECHE SEMIDESNATADA • 50 g MANTEQUILLA • SAL • NUEZ MOSCADA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar las patatas y cortarlas en dados de 2 cm.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción del robot de cocina y colocar las patatas en la cesta de vapor. Iniciar el programa de vapor P1 durante 30 min.
- 3 Cuando las patatas estén cocinadas, vaciar el agua del bol y acoplar la batidora. Añadir las patatas y mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos. Añadir la leche, mantequilla, sal y nuez moscada y mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos.
- 4 Servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Puede añadir queso al puré. El puré puede recalentarse a velocidad 3 a 80°C durante 5 min.



## MERENGUES

Nº 209



3 CLARAS DE HUEVO • 125 g AZÚCAR REFINADO • 1 PIZCA DE SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 1 h 40

- 1 Precalentar el horno a 110°C (pos. termostato 3-4).
- 2 Poner las claras de huevo, el azúcar y una pizca de sal en el robot de cocina equipado con la batidora. Iniciar el robot a velocidad 8 a 40°C durante 10 min, sin el tapón.
- 3 Cubrir una bandeja de horno con papel para horno. Con una cuchara, colocar cuidadosamente montoncitos de la mezcla de merengue en la bandeja. Hornear durante 1 h 30 min.
- 4 Al final del horneado, retirar la bandeja del horno y dejar que los merengues se enfríen.

**CONSEJO** - Los merengues se conservan durante varios días. Justo antes de hornear, esparcir sobre ellos pistachos troceados o almendras garrapiñadas como guarnición.





## PAN FOUGASSE

Nº 10



20g LEVADURA DE PANADERÍA FRESCA (O 10G DE LEVADURA QUÍMICA) • 400g HARINA • 5cl ACEITE DE OLIVA • SAL • 10 ACEITUNAS SIN HUESO • 1 CUCHARADA DE TOMILLO

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 25 MIN – REPOSO 1 H 30

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7).
- 2 Poner la levadura y 18 cl de agua en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Calentar a velocidad 3 a 35°C durante 2 min.
- 3 Añadir la harina, el aceite de oliva, la sal, las aceitunas y el tomillo. Iniciar el programa de masa P1.
- 4 Una vez transcurridos 40 min. del programa, retirar la cuchilla y volver a mezclar la masa en el bol. Reiniciar el robot de cocina a 30°C durante 40 min.
- 5 Cuando la masa esté preparada, retirarla del robot de cocina y colocarla sobre una bandeja de horno cubierta de papel para horno. Estirla y hacer cortes con un cuchillo. Hornear durante unos 25 min.

**CONSEJO** - Aderezar con, pesto, chicharrones, taquitos de queso...



## LENTEJAS

Nº 110



250g LENTEJAS CRUDAS • 100g ZANAHORIAS • 50g CEBOLLA • 5cl ACEITE DE OLIVA • 500g PANCETA DE CERDO • 200g SALCHICHAS • 1 CUCHARADA DE CALDO DE TERNERA • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA • 1 HOJA DE LAUREL

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar las zanahorias y la cebolla y trocear. Cortar la panceta en cuatro trozos largos. Poner la cebolla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir las zanahorias y el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir las lentejas, la panceta, las salchichas, el caldo de ternera, Maízena®, la hoja de laurel y 1 L de agua. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min. Comer caliente.

**CONSEJO** - Para una versión rápida, dorar la cebolla en el robot de cocina, añadir 250 g de lentejas cocinadas y 4 salchichas y comenzar a cocinar a velocidad 1 a 95°C durante 15 min.



## CHOCOLATE CALIENTE

Nº 210



165g CHOCOLATE NEGRO • 50cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 CUCHARADA DE ESENCIA DE VAINILLA

PERSONAS 2/4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 8 MIN

- 1 Poner 40 g de chocolate en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Retirar el chocolate y dejarlo a un lado en un cuenco.
- 2 Poner el resto del chocolate, la vainilla y la leche en el robot de cocina. Iniciar a velocidad 5 a 90 °C durante 8 min.
- 3 Al final de la cocción, mezclar a velocidad 11 durante 20 segundos.
- 4 Esparcir con chocolate y servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la leche por leche vegetal (leche de arroz o almendras) y añadir especias como canela.



## ENSALADA DE PATATAS

Nº 11



300 g PATATAS • 150 g YOGUR BÚLGARO • 10 RAMITAS DE ENELDO • 10 cl ACEITE DE OLIVA • 100 g SALMÓN AHUMADO • PELADURA DE MEDIO LIMÓN • SAL • MEZCLA DE 5 PIMIENTAS

PERSONAS 3/4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar las patatas y cortarlas en dados pequeños. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción del robot de cocina. Poner las patatas en la cesta de vapor e introducirla en el robot. Iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min. Cuando las patatas estén cocinadas, colocarlas en un cuenco separado y enjuagar el bol del robot de cocina en agua fría.
- 2 Poner el yogur, el eneldo y el aceite de oliva en el robot equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 11 durante 30 segundos. Cortar el salmón ahumado en tiras.
- 3 Verter la salsa sobre las patatas, mezclar y rallar la peladura de limón. Poner las tiras de salmón por encima. Disfrutar de la ensalada fría.

**CONSEJO** - Se puede utilizar jamón ahumado en lugar de salmón. Se puede preparar la ensalada la noche antes para dejar que el sabor de las patatas se intensifique.



## QUICHE LORRAINE

Nº 111



1 MASA QUEBRADA (VÉASE LA P. 14) • 300 g PANCETA A TIRAS • 4 HUEVOS • 200 g NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 1 CUCHARADA DE NUEZ MOSCADA • 100 g QUESO GRUYERE • RALLADO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Extender la masa sobre un molde, cubrir con una hoja de papel para horno y añadir verduras secas. Hornear durante 15 min. Dejar enfriar.
- 2 Poner la panceta en el robot de cocina equipado con el mezclador e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Poner los chicharrones sobre papel de cocina y lavar el robot.
- 3 Echar los huevos batidos, la nata y la nuez moscada en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 7 durante 45 segundos.
- 4 Colocar los chicharrones en el fondo del molde, añadir la mezcla de nata/ huevos y esparcir el queso gruyere rallado. Hornear durante unos 30 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Sustituir los chicharrones con puerros (parte blanca solo).



## CHOUQUETTES

Nº 211



80 g MANTEQUILLA • 150 g HARINA • 4 HUEVOS • 100 g AZÚCAR SÉMOLA • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 35 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner 25 cl de agua, la mantequilla cortada en dados y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Conectar el robot a velocidad 3 a 90 °C durante 8 min.
- 2 Una vez finalizado el programa, añadir la harina y mezclar a velocidad 6 durante 2 min.
- 3 Poner la masa en un cuenco separado y lavar el cuenco del robot de cocina en agua fría para enfriarlo. Volver a poner la masa en el robot equipado con el accesorio para amasar/ picar. Poner el robot a velocidad 6 y añadir los huevos uno a uno por la parte superior del aparato. Dejar funcionar durante 2 minutos.
- 4 Cubrir una bandeja de horno con papel para horno. Utilizando una cuchara, hacer montoncitos de masa en la bandeja y esparcir el azúcar sémola. Hornear durante 25 - 30 min.

**CONSEJO** - Decorar con pistachos troceados, almendras garrapiñadas o avellanas.





## EMPANADILLAS DE QUESO Nº 12



40g HARINA • 40g MANTEQUILLA BLANDA • 40cl LECHE SEMI-DESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 2 ROLLOS DE MASA DE HOJALDRE • 1 YEMA DE HUEVO • 120g QUESO COMTÉ RALLADO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la harina, la leche y la nuez moscada en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir mantequilla cortada en dados e iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 8 min.
- 2 Estirar la masa y utilizar un cuchillo para cortar formas redondas. Cubrir una bandeja de horno con papel para horno. Mezclar la yema de huevo con 1 cucharada de agua.
- 3 Cuando haya acabado el programa, añadir el queso rallado y mezclar a velocidad 6 durante 40 segundos. Si la mezcla no es homogénea mezclar durante 30 segundos más.
- 4 Verter 1 cucharada de la mezcla sobre la mitad de la redonda de masa y plegar en dos para hacer una empanadilla. Pellizcar los bordes para cerrar, extender la yema con un pincel y colocar la empanadilla sobre la bandeja. Repetir este paso hasta que se haya utilizado toda la masa.
- 5 Hornear durante 15 - 20 min. Comer caliente.



## ESCALOPES DE POLLO CON MOZZARELLA Y PESTO Nº 112



2 ESCALOPES DE POLLO • 100g MOZZARELLA • 35g PESTO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Cortar la mozzarella en pequeños dados. Poner cada escalope de pollo sobre una hoja de película transparente. Utilizando un cuchillo, realizar una incisión. Poner cada escalope sin cortarla del todo. Introducir la mozzarella en las hendiduras. Condimentar con sal y pimienta y esparcir abundante pesto con un pincel. Utilizando la película transparente, enrollar cada escalope para tener un rollo muy compacto.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción del robot de cocina. Poner los rollos en la cesta de vapor. Colocar la cesta en el robot e iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 3 Al final de la cocción, comer inmediatamente con, por ejemplo, pisto.

**CONSEJO** - Se puede sustituir el pesto por tapenade (olivada).



## PROFITEROLES Nº 212



80g MANTEQUILLA • 150g HARINA • 4 HUEVOS • 0,5L HELADO DE VAINILLA • 200g CHOCOLATE NEGRO • 20cl NATA LÍQUIDA • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 240 °C (pos. termostato 7-8). Poner 25 cl de agua, la mantequilla cortada en dados y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el robot a velocidad 3 a 90 °C durante 8 min. Al final del programa añadir la harina y mezclar a velocidad 6 durante 2 min. Poner la mezcla en un cuenco separado y lavar el bol del robot de cocina. Volver a poner la masa en el robot equipado con la el accesorio para amasar/ picar. Mezclar a velocidad 6 añadiendo los huevos uno a uno. Dejar funcionar durante 2 minutos.
- 2 Utilizar una manga pastelera, hacer montoncitos de mezcla en una bandeja de horno cubierta con papel para horno. Hornear durante 20 - 25 min sin abrir la puerta del horno.
- 3 Poner el chocolate troceado y la nata y en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y cocinar a 60°C a velocidad 4 durante 5 min. Raspar los bordes; a continuación mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Hacer con delicadeza cortes en las bolas de pasta y adornar con el helado de vainilla. Servir inmediatamente con el chocolate caliente.



## PANECILLOS DE QUESO Y CEBOLLINO Nº 13



450 g HARINA • 3 CUCHARADAS DE LEVADURA QUÍMICA • 1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE MOSTAZA • 1 CUCHARADA DE PIMIENTA • 50 g QUESO RALLADO • 50 g PARMESANO RALLADO • 2 CUCHARADAS DE CEBOLLINO • 50 g MANTEQUILLA • 22 cl LECHE • 1 HUEVO GRANDE • 1 CUCHARADA DE SAL • 1 YEMA DE HUEVO

UNIDADES 12 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 15 MIN – REPOSO 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, la levadura, las especias, los quesos, la mantequilla, la leche, el huevo entero y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Mezclar a velocidad 8 durante 1 min. Dejar que la bola de masa repose en la nevera durante 30 min.
- 3 Cortar la masa en 12 trozos y hacer bolas de 2 cm de grosor. Poner sobre una bandeja de horno cubierta con papel para horno, recubrir con la yema de huevo y hornear durante 15 min. Dejar enfriar ligeramente antes de servir.

**CONSEJO** - Servir los panecillos como aperitivo o adornar con jamón o huevos rellenos.



## POLENTA Nº 113



150 g POLENTA PRECOCINADA • 1 PASTILLA DE CALDO DE POLLO • 30 g MANTEQUILLA • 30 g PARMESANO

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 16 MIN

- 1 Poner 0,7 L de agua, la polenta y la pastilla de caldo de pollo desmenuzado en el robot de cocina equipado con la batidora. Iniciar la cocción a velocidad 4 a 90 °C durante 16 min.
- 2 Al final de la cocción, añadir la mantequilla y el parmesano; a continuación mezclar a velocidad 5 durante 1 min.

**CONSEJO** - Se puede añadir hierbas o salsa de tomate. La polenta puede comerse como puré o fría, cortada en tacos o fría en una sartén.



## CREMA DE CHOCOLATE Nº 213



90 g CHOCOLATE NEGRO • 2 HUEVOS • 15 g CACAO AMARGO EN POLVO • 70 g AZÚCAR • 50 cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 CUCHARADA MAÍZENA®

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 10 MIN – REPOSO 3-4 h

- 1 Cortar el chocolate en pedazos. Poner todos los ingredientes en el bol de cocción equipado con la batidora. Iniciar el programa de postres cremosos a 90 °C a velocidad 6 durante 10 min.
- 2 Al final del programa repartir la crema entre las recipientes individuales. Cubrir con película transparente y poner en la nevera durante 3-4 h. Comer bien frío.





## CHAMPIÑONES ESTILO GRIEGO — N° 14



800 g CHAMPIÑONES • 1 CEBOLLA • 1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE CILANTRO • 1 CUCHARADA DE TOMILLO • 4 CUCHARADAS • ACEITE DE OLIVA • 10 cl VINO BLANCO • 6 cl ZUMO DE LIMÓN • 140 g PULPA DE TOMATE • 3 CUCHARADAS DE AZÚCAR REFINADO • SAL

PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 35 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en trozos pequeños, colocarla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 20 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador, raspar los bordes del bol y añadir el aceite y el cilantro. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Mientras tanto, lavar y cortar los champiñones en cuatro trozos. Después de 5 min. de cocción, añadir los champiñones, el tomillo, el vino blanco, el zumo de limón, la pulpa del tomate, el azúcar y aderezar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 30 min.
- 4 Dejar enfriar, colocar en la nevera y servir bien frío.

**CONSEJO** - Este plato sabe mejor al día siguiente.



## TOMATES RELLENOS — N° 114



4 TOMATES GRANDES • 250 g CHAMPIÑONES • 1 DIENTE DE AJO • 250 g CARNE PICADA • 30 g PAN RALLADO • ACEITE DE OLIVA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7).
- 2 Cortar la parte superior del tomate y vaciar el interior. Limpiar los champiñones y cortar los tallos. Pelar el diente de ajo. Poner los champiñones y el ajo en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador y añadir a poco de aceite de oliva. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 10 min.
- 3 Al final del programa retirar el mezclador. Añadir la carne picada y el pan rallado y condimentar con sal y pimienta. Mezclar el relleno con una espátula.
- 4 Poner los tomates en una bandeja de horno e introducir el relleno. Añadir las partes superiores y hornear durante 40 min.

**CONSEJO** - Sustituir la carne picada por sobras de estofado picado.



## CRÊPES — N° 214



100g MANTEQUILLA • 75cl LECHE SEMIDESNATADA • 4 HUEVOS • 50g AZÚCAR • 375g HARINA • 1 CUCHARADA DE ZUMO DE NARANJA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 5/10 MIN

- 1 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y activar a velocidad 5 a 80°C durante 3 min.
- 2 Añadir la leche, los huevos y el azúcar y mezclar a velocidad 10.
- 3 Añadir gradualmente la harina. Una vez incorporada, añadir el zumo de naranja y dejar funcionar otros 2 minutos.
- 4 Calentar una sartén antiadherente a fuego alto y derretir un poco de mantequilla sobre ella. Cuando esté caliente, añadir un cazo de masa. Después de un par de minutos, dar la vuelta a la crêpe y dejar que se cocine 1 - 2 min. más. Mover a un plato y repetir hasta que se haya agotado toda la masa.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la leche por una leche vegetal (leche de arroz o de almendras).





## PATÉ DE ATÚN

Nº 15



350 g ATÚN EN CONSERVA AL NATURAL (PESO ESCURRIDO NETO) • ZUMO DE 1 LIMA • 80 g QUESO FRESCO • 1 CUCHARADA DE CURRY EN POLVO • 3 CUCHARADAS DE CEBOLLINOS

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Poner el atún, el zumo de lima, el queso fresco y el curry en polvo en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade.
- 2 Mezclar a velocidad 10 durante 15 - 30 segundos, en función de la consistencia que se desee.
- 3 Lavar y picar los cebollinos. Servir frío adornado con los cebollinos.

**CONSEJO** - Puede sustituir el atún por salmón o eglefino ahumado. Para una textura más cremosa, utilizar mascarpone en lugar de queso fresco.



## ALBÓNDIGAS DE TERNERA

Nº 115



500 g TERNERA • 1 YEMA DE HUEVO • 10 g PIMENTÓN DULCE • 20 g PEREJIL • SAL • PIMIENTA • ACEITE DE OLIVA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner la carne en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Mezclar el contenido utilizando una espátula, añadir la yema de huevo batida, el perejil y el pimentón. Condimentar con sal y pimienta y mezclar de nuevo durante 10 segundos (se puede mezclar durante otros 20 segundos si se desea un relleno menos grueso).
- 2 Retirar la cuchilla y mezclar una última vez con las manos. Hacer bolas.
- 3 Calentar una sartén a fuego alto y añadir un poco de aceite de oliva. Freír las albóndigas durante unos 10 minutos.
- 4 Comer inmediatamente.

**CONSEJO** - También se puede cocinar en el horno; en este caso, añadir un poco de salsa de tomate al plato. Estas albóndigas también pueden hacerse con ternera o cerdo.



## CREMA INGLESA

Nº 215



6 YEMAS DE HUEVO • 80 g AZÚCAR • 50 cl LECHE • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 12 MIN

- 1 Poner las yemas de huevo y el azúcar en el robot de cocina equipado con la batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Después de 30 segundos, añadir el extracto de vainilla y la leche por la abertura de la tapa.
- 2 Iniciar el programa de postres a velocidad 4 a 85°C durante 12 min.
- 3 Al final de la cocción dejar enfriar y servir.



175g HARINA • 100g QUESO MIMOLETTE (QUESO DE VACA) • 90g MANTEQUILLA BLANDA • 1 HUEVO • 1 CUCHARADA • ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • 1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE COMINO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner el queso mimolette cortado en taquitos en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Añadir todos los demás ingredientes y mezclar a velocidad 10 durante 50 segundos. Envolver la mezcla en una película transparente para formar un rollo.
- 3 Dejar reposar en la nevera durante 1 h.
- 4 Cubrir una bandeja de horno con papel para horno. Cortar el rollo en rodajas de 5 mm de grosor para crear las galletas. Poner en la bandeja.
- 5 Hornear durante 20 min. Servir caliente o frío como aperitivo.

**CONSEJO** - Las galletas se conservan durante varios días en una caja cerrada.



500g PECHUGA DE POLLO • 50g HARINA • 10g PIMENTÓN DULCE • 3 CLARAS DE HUEVO • 150g COPOS DE AVENA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la pechuga de pollo, la sal y la pimienta en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Mezclar utilizando una espátula y mezclar de nuevo durante 10 segundos (mezclar durante 20 segundos si se desea una mezcla menos gruesa).
- 3 Poner la harina y el pimentón dulce en un plato, las claras de huevo batidas en otro plato y los copos de avena en un tercer plato. Dar forma de nuggets al pollo con las manos y rebosar los nuggets de harina, claras de huevo y finalmente la avena.
- 4 Poner los nuggets en una bandeja de horno y hornear durante 20 - 25 min.

**CONSEJO** - Se pueden dorar en una sartén con un poco de aceite. Es necesario mojarse las manos antes de dar forma a los nuggets, ya que, de lo contrario, la mezcla se pegará.



1 PLÁTANO • 35cl HELADO DE VAINILLA • 35cl LECHE DESNATADA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar el plátano y cortarlo.
- 2 Poner en el robot de cocina equipado con el accesorio amasar/ picar. Añadir el helado de vainilla y la leche; a continuación, pulsar durante 1 min.
- 3 Para emulsionar el batido, mezclar a velocidad 12 durante 1 min.
- 4 Servir frío.

**CONSEJO** - Para un batido muy frío, pueden añadirse 2 cubitos de hielo al mismo tiempo que la leche. Esta bebida también puede hacerse con leche de arroz o avena.



MENU CRIANÇAS

## PURÉ DE VERDURAS CON GRUYERE

Nº 17



250g PUERROS • 250g PATATAS • 250g ZANAHORIAS • 1/2 CUBITO DE CALDO DE POLLO • 80g QUESO GRUYER RALLADO

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar las verduras y cortarlas en dados.
- 2 Poner toda la verdura en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Añadir 1/2 cubito de caldo de pollo y 1 L de agua. Iniciar el programa de sopa P2.
- 3 Una vez finalizado el programa, añadir el queso gruyere y pulsar una o dos veces.
- 4 Servir caliente.

**CONSEJO** - Las patatas pueden sustituirse por tупinabo o boniatos.



MENU CRIANÇAS

## MACARRONES CON QUESO

Nº 117



300g MACARRONES • 40g HARINA • 40g MANTEQUILLA • 50cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 250g TOMATES • 120g PARMESANO RALLADO • 40g PAN RALLADO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 12 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 220°C (pos. termostato 7). Hervir los macarrones según las instrucciones del paquete.
- 2 Poner la harina, la leche y el pan rallado en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir la mantequilla e iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 8 min.
- 3 Cortar en dados los tomates. Al final del programa añadir el parmesano y mezclar durante 45 segundos a velocidad 6. A continuación, añadir los tomates troceados y mezclar durante otros 30 segundos.
- 4 Mezclar los macarrones y la salsa. Poner esta mezcla en una bandeja de horno y esparcir el pan rallado. Hornear durante 25 - 20 min. Comer caliente.

**CONSEJO** - Se puede sustituir el parmesano por otro queso y los tomates frescos por 60 g de salsa de tomate.



MENU CRIANÇAS

## TARTA DE CARAMELO CON MANTEQUILLA

Nº 217



150g NATA LÍQUIDA • 100g AZÚCAR • 100g MIEL • 100g MANTEQUILLA • 120g HARINA • 140g PASTA DE ALMENDRAS • 3 HUEVOS • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 40 MIN – COCCIÓN 1 h 05

- 1 Hacer el caramelo. Poner 100 g de nata, el azúcar, la miel y 50 g de mantequilla en el bol del robot de cocina equipado con el mezclador. Cocinar a 125°C a velocidad 4 durante 25 min., sin el tapón.
- 2 Cuando el caramelo esté hecho, añadir la nata y la mantequilla restante y luego mezclar a velocidad 5 durante 1 min. Retirar el caramelo con cuidado para no quemarse, dejar enfriar y lavar el bol del robot de cocina.
- 3 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 4 Poner la harina, la pasta de almendras troceada, el caramelo frío, los huevos y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el programa de masa P3 durante 3 min. y 40 segundos.
- 5 Verter la mezcla en un molde con mantequilla y harina esparcidas por el fondo. Hornear durante 40 min. y luego dejar enfriar antes de sacar.

**CONSEJO** - Pueden añadirse dados de manzana a la tarta.





MENU CRIANÇAS

## MUFFINS DE VERDURAS

Nº 18



120g CALABACINES • 60g ZANAHORIAS • 3 HUEVOS • 150g HARINA • 1/2 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (5-6G) • 12cl LECHE SEMIDESNATADA • 10cl ACEITE • 70g QUESO RALLADO • 1/2 CUCHARADA DE COMINO MOLIDO • 1 CUCHARADA DE SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 20 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Cortar el calabacín y la zanahoria en dados pequeños.
- 3 Poner los huevos, la harina, la levadura, la leche, el aceite, el comino, la sal y la pimienta en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el programa de masa P3.
- 4 Al final del programa añadir las verduras y el queso rallado; a continuación, mezclar a velocidad 4 durante 30 segundos.
- 5 Verter la mezcla en un molde para muffins y hornear durante unos 20 min. Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Se puede hornear la mezcla en un molde para tartas, en cuyo caso hay que doblar el tiempo de horneado.



MENU CRIANÇAS

## SALSA BOLOÑESA

Nº 118



300g TERNERA • 1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 15g ACEITE DE OLIVA • 500g PULPA DE TOMATE • 30g SALSA DE TOMATE • 1 CUCHARADA DE ORÉGANO • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 40 MIN**

- 1 Cortar la ternera en taquitos y colocarla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos. Dejar a un lado en un cuenco separado.
- 2 Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos menudos. Poner en el robot de cocina y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 4 Al final del programa añadir la carne, la pulpa y la salsa de tomate, el orégano, la sal y la pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 90 °C durante 35 min.
- 5 Al final de la cocción, servir con pasta.

**CONSEJO** - Esta salsa se congela bien. Si se desea una salsa más líquida, añadir 20 cl de caldo de ternera durante la cocción.



MENU CRIANÇAS

## MOUSSE DE CHOCOLATE

Nº 218



250g CHOCOLATE NEGRO • 50g MANTEQUILLA • 6 CLARAS DE HUEVO • 1 PIZCA DE SAL • 30g AZÚCAR • 3 YEMAS DE HUEVO

**PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN - REPOSO 2 H**

- 1 Poner el chocolate y la mantequilla cortada en taquitos en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Cocinar a 45°C a velocidad 3 durante 10 min. Después de 5 min., raspar los bordes del cuenco y reiniciar el robot pulsando Inicio. Conservar en un cuenco separado y lavar y secar el bol del robot de cocina.
- 2 Poner las claras de huevo en el robot equipado con la batidora y añadir sal. Iniciar a velocidad 7 durante 8 min. sin el tapón. Después de 4 min., añadir el azúcar.
- 3 Añadir las yemas de huevo batidas al chocolate y mezclar. A continuación, incorporar con cuidado las claras de huevo a esta mezcla.
- 4 Cubrir con película transparente y enfriar durante 2 h como mínimo.

**CONSEJO** - Esta mezcla contiene huevos crudos y, por tanto, no se conserva durante mucho tiempo. Repartir la mousse entre los vasos antes de enfriar.





MENU CRIANÇAS

## CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS

Nº 19



4 CALABACINES (800 g) • 1/2 PASTILLA DE CALDO DE POLLO •  
4 PORCIONES DE QUESITOS (TIPO QUESO KIRI®) • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 25 MIN

- 1 Lavar los calabacines y trocearlos. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Añadir 1/2 pastilla de caldo de pollo y cubrir con 1 L de agua.
- 2 Iniciar el programa de sopa P1 durante 25 min.
- 3 Al final de la cocción, añadir las porciones de quesito por la abertura de la tapa. Condimentar con sal y pimienta.
- 4 Mezclar a velocidad 12 durante 1 min. Servir caliente.

**CONSEJO** - Esta crema es ideal para niños. Para adultos, añadir 1 cucharada de curry en polvo y un poco de cilantro. Los quesitos se pueden sustituir por queso fresco.



MENU CRIANÇAS

## PURÉ DE BONIATO Y JAMÓN

Nº 119



600 g BONIATOS • 100 g JAMÓN YORK • 100 g MANTEQUILLA •  
SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar los boniatos, cortarlos en trozos menudos y colocarlos en la cesta de vapor. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción del robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 30 min.
- 2 Al final de la cocción, vaciar el agua del bol.
- 3 Poner los boniatos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade, añadir el jamón y la mantequilla y condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 11 durante 1 min. Mezclar durante más tiempo para tener un puré de textura más suave.

**CONSEJO** - Pueden añadirse 5 cl de caldo para tener un puré más líquido.



MENU CRIANÇAS

## COOKIES DE CHOCOLATE

Nº 219



350 g HARINA • 180 g AZÚCAR MORENO • 250 g MANTEQUILLA  
SEMISALADA • 2 CUCHARADAS DE LEVADURA QUÍMICA •  
2 HUEVOS • 200 g VIRUTAS DE CHOCOLATE NEGRO

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, el azúcar, la mantequilla, la levadura, los huevos y las virutas de chocolate en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el robot a velocidad 8 durante 2 min.
- 3 Mientras tanto, cubrir una bandeja de horno con papel para horno.
- 4 Utilizando una cuchara, hacer montoncitos de mezcla en la bandeja, separándolos de manera uniforme.
- 5 Hornear durante 20 min. Las cookies deberían estar doradas y blandas al final de la cocción; se endurecerán a medida que se enfrían.

**CONSEJO** - Utilizar chocolate blanco o chocolate con leche o añadir frutos secos como, p. ej., avellanadas o plátano seco.



2 HUEVOS • 30 cl LECHE SEMIDESNATADA • 5 g AZÚCAR • 175 g HARINA • 5 g LEVADURA QUÍMICA • SAL • ACEITE

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN

- 1 Separar las claras de huevo de las yemas. Poner las yemas, la leche y el azúcar en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11. Añadir gradualmente la harina y la levadura mientras el aparato está en funcionamiento. Dejar el robot de cocina funcionando otros 2 minutos. Poner la mezcla en un cuenco separado y lavar el robot.
- 2 Poner las claras de huevo y una pizca de sal en el robot de cocina equipado con la batidora e iniciar a velocidad 6 durante 5 min sin el tapón. Incorporar con suavidad las claras de huevo a la mezcla.
- 3 Calentar una sartén ligeramente embadurnada de aceite y colocar montoncitos de mezcla en la sartén, separándolos. Después de unos minutos, comprobar y dar la vuelta a los blinis. Mover a un plato y repetir hasta que se haya agotado toda la masa.

**CONSEJO** - Puede sustituir la mitad de la harina por harina de trigo sarraceno.



20 g LEVADURA DE PANADERÍA FRESCA (10 G LEVADURA QUÍMICA) • 400 g HARINA • 1 CUCHARADA DE SAL • 3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 4 LONCHAS DE JAMÓN • 6/8 CHAMPIÑONES • 250 g MOZZARELLA • 20 cl SALSA DE TOMATE FRITO • 1 CUCHARADA DE ORÉGANO • 1 ACEITE DE OLIVA • 10 HOJAS DE ALBAHACA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Precalentar el horno a 240 °C (pos. termostato 8). Recubrir una bandeja con papel de cocina.
- 2 En el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar, introducir 25 cl de agua tibia y la levadura. Iniciar el programa pasta P1. Después de 30 segundos, añadir la harina, la sal y 2 cucharadas soperas de aceite de oliva.
- 3 Cortar las lonchas de jamón en cuatro. Cortar en láminas finas los champiñones y la mozzarella en dados.
- 4 Al final del programa, extender la masa sobre una bandeja recubierta de papel de cocina. Extiender la salsa de tomate sobre la pasta y espolvorear con orégano. Cubrir la masa con la mozzarella, el jamón y los champiñones. Añadir un chorrito de aceite por encima. Hornear durante aproximadamente 15 min. Al finalizar, poner las hojas de albahaca encima de la pizza y servir.

**CONSEJO** - ¡Variar la guarnición en función de sus preferencias!



1 kg MELOCOTONES • 150 g MIEL • 1 CUCHARILLA DE CAFÉ DE AROMA DE VAINILLA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Pele los melocotones, luego córtelos en cuatro.
- 2 Méталos en el bol de cocción del robot de cocina equipado con la cuchilla picadora. Añada la miel, 10 cl. de agua y el aroma de vainilla.
- 3 Cocine a velocidad 3, a 100°C durante 15 min.
- 4 Al final de la cocción, mezcle durante 3 seg. a velocidad 10.

**CONSEJO** - Usted puede hacer esta receta con albaricoques, higos, mangos... si usted prefiere una consistencia más fina, mezcle durante 30 seg. más.





MENU FESTAS

## FOIE GRAS AL VAPOR

Nº 21



1 RODAJA DE FOIE GRAS FRESCO (400 g) • 20 cl OPORTO • 7 g SAL • 1 CUCHARADA DE MEZCLA DE 4 ESPECIAS • PIMIENTA

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 9 MIN - REPOSO 1 A 12 H

- 1 Cortar el foie gras en cuatro trozos. Cubrir con el oporto y esparcir la sal y las especias. Mezclar, envolver en película y poner en la nevera durante 1 - 12 h.
- 2 Extender un poco de película transparente sobre la encimera y poner encima 2 trozos de foie gras. Sellar la película y enrollar para crear un rollo. Envolver en más película para garantizar que esté sellado. Envolver en papel albal. Hacer lo mismo con el foie gras restante.
- 3 Verter agua en el bol del robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Poner los rollos en la cesta de vapor. Iniciar el programa de vapor P1 durante 9 min. Sumergir el rollo en agua muy fría para detener la cocción y, a continuación, poner en la nevera durante 2 - 3 días antes de comer.

**CONSEJO** - Si se desea el foie gras más bien hecho, cocer durante 12 minutos más. Cortar el foie gras mientras está envuelto en la película transparente para garantizar que se corte bien en lonchas. El foie gras se conservará en su envoltura en la nevera durante 1 semana.



MENU FESTAS

## RELLENO DE NAVIDAD

Nº 121



5 CHALOTAS • 200 g PANCETA • 100 g HÍGADO DE POLLO • 300 g LOMO DE CERDO • 25 g MANTEQUILLA • 450 g CASTAÑAS, ENVASADAS AL VACÍO O EN CONSERVA • 15 g PEREJIL • 50 g MANZANA • 1/4 CUCHARADA RASA DE MEZCLA DE 4 ESPECIAS • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 4 MIN

- 1 Pelar las chalotas y cortar en tacos la panceta, el hígado y el lomo. Poner las chalotas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 20 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir la panceta de cerdo, el hígado y la mantequilla y, a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 4 min.
- 2 Sustituir el mezclador por la cuchilla picadora ultrablade. Añadir las castañas, el perejil y la manzana. Condimentar con sal y pimienta y añadir las especias y mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos. Llevar la mezcla hacia el centro del robot de cocina utilizando una espátula y mezclar de nuevo durante 10 segundos. Si se desea un relleno menos grueso, mezclar de nuevo.
- 3 El relleno está preparado como guarnición para un pavo, un asado o un pollo de corral.

**CONSEJO** - El relleno puede congelarse para un uso posterior.



MENU FESTAS

## TARTA DE REYES CON MANZANAS Y AVELLANAS

Nº 221



2 LÁMINAS DE MASA DE HOJALDRE • 160 g MANZANAS PARA ASAR • 140 g MANTEQUILLA • 125 g AVELLANAS MOLIDAS • 125 g AZÚCAR GLAS • 2 HUEVOS • 1 YEMA DE HUEVO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Pelar las manzanas, cortarlas con forma de dados y freír durante 5 min. en una sartén con 15 g de mantequilla a fuego alto.
- 2 Poner la mantequilla restante, las avellanas molidas, el azúcar glas y los huevos batidos en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Mezclar a velocidad 9 durante 30 segundos. Utilizando una espátula, mover la mezcla hacia el centro y mezclar durante 30 segundos. Repetir este paso, la mezcla debería ser suave
- 3 Extender una lámina de masa de hojaldre sobre una bandeja de horno cubierta con papel para horno. Esparcir la crema de avellanas por encima dejando un borde de 2 cm. Esparcir los dados de manzana, la mezcla y, a continuación, cubrir con una segunda lámina de masa. Sellar los bordes bien pellizcando las dos láminas de masa.
- 4 Extender la yema de huevo con un pincel sobre la tarta y hornear durante unos 35 min.



MENU FESTAS

## CREMA DE CASTAÑAS CON FOIE GRAS

Nº 22



600 g CASTAÑAS CONGELADAS • 40 g APIO • 40 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 2 CHALOTAS • 1 DIENTE DE AJO • 1 PASTILLA DE CALDO DE POLLO • 120 g FOIE GRAS, MEDIO HECHO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar las verduras y cortarlas en trozos grandes.
- 2 Ponerlas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultra-blade. Añadir la pastilla de caldo, las castañas y 85 cl de agua. Iniciar el programa de sopa P1.
- 3 Cortar el foie gras en dados.
- 4 Al final del programa añadir el foie gras y mezclar a velocidad 12 durante 1 min.
- 5 Servir caliente.

**CONSEJO** - Se puede añadir 1 cucharada de aceite de trufa al servir.



MENU FESTAS

## VIEIRAS CON PUERROS

Nº 122



250 g VIEIRAS • 200 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 5 cl VERMUT(LICOR) • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Cortar la parte blanca de los puerros en rodajas muy finas. Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina. Poner la cesta de vapor en el robot de cocina, añadir los puerros y colocar las vieiras por encima. Cubrir con el vermut e iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min.
- 2 Al final de la cocción, condimentar con sal y pimienta y comer inmediatamente.

**CONSEJO** - Conservar la concha de la vieira para hacer una salsa. Sustituir el vermut por nata líquida y una pizca de curry en polvo.



MENU FESTAS

## PAN DE JENGIBRE

Nº 222



250 g MIEL • 200 g HARINA • 1 LEVADURA QUÍMICA (10G) • 50 g AZÚCAR MORENO • 1 HUEVO • 1 PIZCA DE SAL • 1 CUCHARADA DE CANELA • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner 2 cucharadas de agua y la miel en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min.
- 3 Añadir la harina, la levadura, el azúcar moreno, los huevos, la sal y las especias; a continuación, iniciar el programa de masa P3.
- 4 Cubrir un molde con papel para horno. Verter la mezcla en el molde y hornear durante unos 30 - 40 minutos.
- 5 Al final del horneado, dejar enfriar y retirar del molde.

**CONSEJO** - Para un sabor más intenso, sustituir la mitad de la harina por harina de castaña. Puede añadirse fruta en conserva. Envuelto en película transparente, el pastel se conservará durante varios días.





200g FOIE GRAS CRUDO • 200g NATA LÍQUIDA • 1 CUCHARADA DE OPORTO • 3 YEMAS DE HUEVO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 20 MIN - REPOSO 3 H

- 1 Sacar de la nevera todos los ingredientes para esta receta 130 minutos antes de comenzar. Precalentar el horno a 90°C (pos. termostato 3)
- 2 Cortar el foie gras en dados pequeños. Poner el foie gras, la nata y el oporto en el bol del robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 10 durante 30 segundos.
- 3 Añadir la yema de huevo y mezclar a velocidad 10 durante 30 segundos. Comprobar que la mezcla sea homogénea. Si no es así, mezclar durante otros 30 segundos.
- 4 Repartir la crema obtenida entre 6 moldes individuales y hornear durante 20 min. La parte superior de la crema debería moverse.
- 5 Dejar enfriar y luego conservar en la nevera durante 3 h.

**CONSEJO** - Esta crema puede servirse con rodajas de pan de jengibre tostado.



2 ESCALOPES DE POLLO • 80g FOIE GRAS FRESCO • 80g CHAMPIÑONES • 2g MEZCLA DE 4 ESPECIAS • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Cortar los champiñones y el foie gras en dados pequeños. Poner cada uno de los escalopes de pollo en una hoja de película transparente. Aderezar cada escalope con foie gras y champiñones. Condimentar con sal y pimienta y esparcir la mezcla de 4 especias. Utilizando la película transparente, enrollar cada escalope para obtener un rollo.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina. Poner el pollo enrollado en la cesta de vapor. Colocar la cesta en el robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 3 Al final de la cocción, comer inmediatamente con arroz.

**CONSEJO** - Se puede sustituir el foie gras por queso comté. Con colmenillas (setas tipo cagarrias o morchella), esta receta es perfecta para ocasiones especiales.



300g HARINA • 100g ALMENDRAS MOLIDAS • 100g AZÚCAR • 2 HUEVOS • 150g MANTEQUILLA BLANDA • 2 CUCHARADAS DE LEVADURA QUÍMICA • 1 BOLSITA DE AZÚCAR VAINILLADO • 1 CUCHARADA DE CANELA MOLIDA • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Poner la harina, las almendras molidas, el azúcar, los huevos, los dados de mantequilla, la levadura, el azúcar vainillado y las especias en el bol de cocción del robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Mezclar a velocidad 8 durante 1 min.
- 2 Juntar la masa para formar una bola y luego envolver en película transparente. Dejar reposar en la nevera durante 1 h.
- 3 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 4 Cubrir una bandeja de horno con papel para horno. Estirar la mezcla con un rodillo y, a continuación, cortarla con un cuchillo o vaso. Poner las galletas en la bandeja.
- 5 Hornear durante 10 min. Al final de la cocción, las galletas deberían estar blandas, ya que se endurecerán a medida que se enfrían. Esparcir el azúcar glas y servir.

**CONSEJO** - Conservar durante varios días en un recipiente hermético.



MENU LIGHT

## CALDO DE POLLO

Nº 24



1 CARCASA DE POLLO • 1 CEBOLLA • 1 ZANAHORIAS • 1 PUERRO •  
1 PIZCA DE SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar la cebolla, la zanahoria y el puerro y cortarlos en trozos menudos. Machacar la carcasa de pollo.
- 2 Poner las verduras, la carcasa de pollo y 1,5 L de agua en el robot de cocina equipado con el mezclador. Condimentar con sal e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 20 min.
- 3 Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - La cantidad de verduras puede modificarse según el gusto. Este caldo puede utilizarse para hacer un risotto (n.º 101, 133 o 181), polenta (n.º 113) o recetas de salsas.



MENU LIGHT

## CALDO DE TERNERA

Nº 124



1 CEBOLLA • 15 g JENGIBRE FRESCO • 300 g TERNERA (CARRILLADA O RABO DE BUEY) • UNAS CUANTAS GOTAS DE SALSA DE PESCADO • 1 ANÍS ESTRELLADO (ESPECIA) • 3 CLAVOS (ESPECIAS) • 1 PIZCA DE SEMILLAS DE HINOJO • 1 RAMA DE CANELA • 1 MANOJO DE HABAS DE SOJA • MENTA FRESCA • CILANTRO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 1 h 30

- 1 Pelar la cebolla y el jengibre y cortarlos en trozos menudos. Trocear la ternera.
- 2 Poner la cebolla, el jengibre, la ternera, la salsa de pescado, el anís estrellado, las semillas de hinojo y la canela en el robot de cocina equipado con el mezclador. Añadir 1,5 L de agua y luego iniciar el programa de cocción lenta P2 a 90 °C durante 1 h 30 min.
- 3 Al final de la cocción, quitar la grasa al caldo y colarlo.
- 4 Servir caliente o frío con las habas de soja, hierbas frescas y trozos de lima.

**CONSEJO** - Añadir una guindilla si se desea un caldo más picante. Este caldo puede congelarse y utilizarse como base para una sopa.



MENU LIGHT

## COMPOTA DE MANZANA Y CANELA

Nº 224



1 kg MANZANAS • 80 g AZÚCAR MORENO • 10 cl ZUMO DE LIMÓN •  
1 CUCHARADA DE CANELA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Pelar las manzanas y cortarlas en cuatro trozos.
- 2 Ponerlas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Añadir el azúcar moreno, el zumo de limón y la canela. Iniciar la cocción a velocidad 3 a 105°C durante 25 min.
- 3 Al final de la cocción, mezclar a velocidad 12 durante 40 segundos.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la canela por vainilla. Si se desea una compota más suave, mezclar durante otros 20 segundos. Sustituir la mitad de las manzanas por peras.



300g SALMÓN FRESCO • 120g SALMÓN AHUMADO • 1/2 CEBOLLA ROJA • 1 PIZCA DE JENGIBRE MOLIDO • 15 CEBOLLINOS • 3 GOTAS DE TABASCO® • 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • ZUMO DE 1 LIMA • SAL • MEZCLA DE 5 PIMIENTAS

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar 1/2 cebolla, cortarla en dos trozos y ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 20 segundos.
- 2 Cortar los cebollinos y colocar todos los demás ingredientes en el robot de cocina y mezclar a continuación a velocidad 6 durante 30 segundos.
- 3 Servir frío.

**CONSEJO** - Advertencia: este entrante contiene pescado fresco y debería comerse inmediatamente.



1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 200g ZANAHORIAS • 2 PASTILLAS DE CALDO DE TERNERA • 15g JENGIBRE FRESCO • 1 RAMITA DE LIMONCILLO • 8 RAMITA DE CITRONELA • 200g GAMBAS CRUDAS O GAMBAS CONGELADAS

PERSONAS 4/5 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la cebolla, el ajo y las zanahorias y luego cortarlas en trozos menudos. Aplastar la ramita de limoncillo utilizando un cuchillo.
- 2 Poner 1,5 L de agua, las pastillas de caldo, las zanahorias, el jengibre, el ajo, la citronella y la mitad del manojo de cilantro en el robot de cocina equipado con el mezclador. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 20 min.
- 3 Al final del programa añadir las gambas y reiniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 10 min.
- 4 Servir en cuencos y aderezar con el cilantro restante.

**CONSEJO** - Puede sustituir las gambas por pollo; añadir 15 min. antes del fin de la cocción.



300g FRUTOS ROJOS • 2 CUCHARADAS DE AZÚCAR GLAS • 1 CLARA DE HUEVO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - REPOSO 6 H

- 1 Lavar y cortar los frutos y luego ponerlos en un plato y meterlos en el congelador. Mantenerlos en el congelador durante 6 h.
- 2 Cuando los frutos estén duros, colocarlos en el bol frío del robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar.
- 3 Pulsar durante 1 min y 30 segundos. Raspar las paredes del bol y la tapa, añadir el azúcar glas y la clara de huevo; a continuación, mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 4 Comer el helado acto seguido.

**CONSEJO** - Puede añadirse menta o albahaca. Una vez mezclado, el sorbete debe comerse inmediatamente, no se puede congelar.





MENU LIGHT

## ENSALADA DE POLLO ASIÁTICA — N° 26



350 g PECHUGAS DE POLLO • 100 g PEPINO • 100 g ZANAHORIAS • 100 g LECHUGA (ICEBERG) • 100 g HABAS DE SOJA • 20 g CILANTRO • 10 cl ZUMO DE LIMA • 10 cl SALSA DE SOJA • 20 cl ACEITE • 5 cl ACEITE DE SÉSAMO • 1 CUCHARADA DE TABASCO® (OPCIONAL) • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2/4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Cortar el pollo en tiras. Verter el agua en el robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Poner las tiras de pollo en la cesta de vapor. Condimentar con sal y pimienta. Colocar el bol del robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 2 Pelar el pepino y las zanahorias y cortarlas en tiras con un pelador. Cortar la lechuga en tiras. En una ensaladera, mezclar las zanahorias, el pepino, la lechuga, las habas de soja y el cilantro.
- 3 Al final de la cocción retirar el agua del robot de cocina. Acoplar la cuchilla picadora ultrablade y poner el zumo de lima, la salsa de soja, los aceites y el Tabasco® en el robot de cocina; a continuación, mezclar a velocidad 11 durante 45 segundos. Añadir las tiras de pollo y la mitad de la salsa a la ensaladera. Mezclar y servir.



MENU LIGHT

## ROULADE DE PESCADO BLANCO — N° 126 CON LIMÓN



4 PEQUEÑOS FILETES DE PESCADO BLANCO (120 - 140 G CADA UNO) • ZUMO DE 1 LIMÓN • 1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA • 5 g ENELDO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Poner los filetes de pescado en un plato. Cubrir con el zumo de limón, el aceite de oliva y esparcir el eneldo. Condimentar con sal y pimienta.
- 2 Verter agua en el bol de cocción del robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Cubrir la cesta de vapor con papel para horno.
- 3 Enrollar los filetes y colocarlos en la cesta. Poner la cesta en el robot de cocina. Iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 4 Al final de la cocción servir inmediatamente con arroz.

**CONSEJO** - Se puede añadir al adobo curry en polvo o incluso tomates frescos troceados en dados.



MENU LIGHT

## HELADO DE YOGUR Y SANDÍA — N° 226



400 g SANDÍA • 100 g YOGUR GRIEGO • 40 g AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – REPOSO 6 H

- 1 La noche anterior, cortar la sandía en cubos de 1 cm y quitar la piel. Poner sobre papel de horno y meterla en el congelador.
- 2 Cuando los cubos estén bien congelados, colocarlos en el bol del robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Pulsar durante 1 min.
- 3 Raspar las paredes del cuenco y la tapa utilizando una espátula, añadir el azúcar glas y el yogur y mezclar en Turbo durante 20 segundos.
- 4 Servir inmediatamente en vasos de cristal o poner la mezcla en el congelador durante otros 30 min. para formar bolas.

**CONSEJO** - Se puede sustituir el yogur por queso blanco (20% de materia grasa). Advertencia: no volver a congelar el producto una vez descongelado.





MENU VEGETARIANO

## FLAN DE VERDURAS

N° 27



150g CALABACINES • 150g TOMATES • 100g PUERROS • 20g HOJAS DE ALBAHACA • 20cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 4 HUEVOS • 50g QUESO (GRUYERE, PARMESANO, QUESO DE CABRA) • ACEITE DE OLIVA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Trocear las verduras.
- 2 Verter el agua en el robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Poner las verduras en la cesta de vapor. Condimentar con sal y pimienta. Se puede añadir un chorrito de aceite de oliva. Poner la cesta en el robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min.
- 3 Al final de la cocción, esperar a que las verduras se enfríen y quitar el agua del robot.
- 4 Acoplar la cuchilla picadora ultrablade al bol de cocción y añadir las verduras y otros ingredientes. Mezclar a velocidad 11 durante 1 min. Verter la mezcla en una bandeja de horno y cocinar en el horno durante 30 min.

**CONSEJO** - Si se desea que el flan contenga algunos trozos de verduras, añadir solo la mitad de las verduras a la mezcla y añadir el resto al plato.



MENU VEGETARIANO

## CUSCÚS DE VERDURAS

N° 127



300g CUSCÚS • 100g CEBOLLA ROJA • 1 DIENTE DE AJO • 15cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA RAS-EL-HANOUT (MEZCLA DE ESPECIAS MARROQUÍ) • 300g ZANAHORIAS • 300g NABO • 50g RAMAS DE APIO • 60cl CALDO DE POLLO • 1 HOJA DE LAUREL • 1 CUCHARADA DE Salsa de TOMATE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Preparar el cuscús según lo indicado en el envase. Pelar la cebolla y cortarla en trozos menudos. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. En caso necesario, llevar la cebolla al centro utilizando una espátula y mezclar de nuevo durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Machacar el diente de ajo utilizando la hoja de un cuchillo. Ponerlo en el robot de cocina junto con el aceite de oliva, el ras-el-hanout y la hoja de laurel. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 4 min.
- 3 Pelar las verduras y trocearlas. Al final del programa añadir el caldo, la salsa de tomate y las verduras. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 40 min.
- 4 Servir en caliente con el cuscús.

**CONSEJO** - Añadir garbanzos en conserva 8 min antes del fin de la cocción.



MENU VEGETARIANO

## YOGUR HELADO DE FRAMBUESA

N° 227



300g FRAMBUESAS CONGELADAS • 450g YOGUR GRIEGO • 2 CUCHARADAS DE MIEL LÍQUIDA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 2 MIN

- 1 Poner las frambuesas congeladas en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Añadir el yogur griego y la miel.
- 2 Mezclar a velocidad 12 durante 1 min.
- 3 Retirar el accesorio y servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Esta receta se puede hacer con otros frutos congelados. Advertencia: no se conserva, comer inmediatamente!



MENU VEGETARIANO

## MILHOJAS DE ESPINACAS ESTILO GRIEGO

Nº 28



300 g ESPINACA FRESCA • 1 HUEVO • 200 g QUESO FETA • 10 LÁMINAS DE MASA FILO • 20 g MANTEQUILLA DERRETIDA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7). Lavar las espinacas y cortarlas en trozos pequeños. Poner en la cesta de vapor. Verter 0,7 L de agua en el robot de cocina. Poner la cesta en el robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min. Retirar las espinacas y escurrirlas, vaciar el robot de cocina.
- 2 Poner los huevos batidos y el queso feta desmenuzado en el robot equipado con el accesorio para amasar/ picar. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos, añadir las espinacas y mezclar durante 30 segundos.
- 3 Cortar las láminas de masa filo en dos y luego aplicar por encima la mantequilla fundida con un pincel. Untar de aceite un molde cuadrado. Poner la mitad de las láminas en el molde, añadir la mezcla de espinacas y cubrir con el resto de las láminas.
- 4 Cortar en rectángulos y hornear durante 25 min. La superficie debería quedar dorada.



MENU VEGETARIANO

## MENESTRA DE VERDURAS

Nº 128



250 g PATATAS • 250 g ZANAHORIAS • 250 g GUI SANTES • 15 g MANTEQUILLA • 2 RAMITAS DE ESTRAGÓN • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar las patatas y zanahorias y cortarlas en dados.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción del robot de cocina. Poner todas las verduras en la cesta de vapor. Poner la cesta en el robot e iniciar el programa de vapor P1 durante 30 min.
- 3 Servir inmediatamente con un trocito de mantequilla, estragón y una pizca de sal.

**CONSEJO** - Pueden utilizarse guisantes congelados. La mantequilla se puede sustituir por una vinagreta de salsa de soja: 4 cl de aceite de oliva, 1 cucharada de salsa de soja, 2 ramitas de estragón. En este caso, no añadir sal.



MENU VEGETARIANO

## CRUMBLE DE MANZANA

Nº 228



150 g HARINA • 125 g ALMENDRAS MOLIDAS • 150 g AZÚCAR • 200 g MANTEQUILLA SEMISALADA • 850 g MANZANAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, almendras molidas, azúcar y mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y mezclar a velocidad 8 hasta que la masa forme pequeñas bolas (aprox. 1 min 30 segundos). La masa no tiene necesariamente que formar bolas.
- 3 Pelar las manzanas y cortarlas en dados; luego colocarlas en un plato. Esparcir sobre la masa.
- 4 Hornear durante 40 min. Degustar en caliente o en frío.

**CONSEJO** - Las manzanas pueden sustituirse por peras o mezclarse con frutos rojos.





MENU VEGETARIANO

## CAVIAR DE BERENJENA

Nº 29



600g BERENJENAS • 3 DIENTES DE AJO • 15cl ACEITE DE OLIVA • ZUMO DE 1 LIMÓN • 1 CUCHARADA DE COMINO MOLIDO • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Cortar las berenjenas en trozos y resérvelas. Pelar los dientes de ajo y colocarlos en el robot de cocina con la cuchilla picadora ultrablade acoplada. Mezclar a velocidad 11 durante 20 segundos. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 3 min.
- 2 Al final de la cocción añadir las berenjenas, el zumo de limón, 10 cl de agua, comino y pimentón dulce. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 35 min.
- 3 Al final del programa, mover la mezcla al centro del bol utilizando una espátula y mezclar a velocidad 6 durante 2 min.
- 4 Servir frío.

**CONSEJO** - Esta mezcla se conserva bien en la nevera cubierta con una pequeña capa de aceite de oliva.



MENU VEGETARIANO

## ESTOFADO DE VERDURAS

Nº 129



100g CEBOLLA ROJA • 1 DIENTE DE AJO • 10cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • 250g CALABAZA • 250g CHIRIVÍA • 300g ZANAHORIAS • 20cl CALDO DE POLLO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en trozos pequeños. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Machacar el dientes de ajo utilizando un cuchillo y colocarlo en el robot de cocina junto con el aceite de oliva y el pimentón dulce. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 4 min.
- 3 Pelar la calabaza, la chirivía y las zanahorias y trocearlo todo. Al final de los 4 min., añadir el caldo y las verduras. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 40 min. Servir caliente.

**CONSEJO** - Patatas, boniatos, aguaturmas o tupinambo (alcachofas de jerusalén), ¡hay mucho donde elegir! No dude en variar las verduras.



MENU VEGETARIANO

## CREMA DE LIMÓN

Nº 229



3 HUEVOS • 150g AZÚCAR • 20g MAÍZENA® • 50cl LECHE SEMI-DESNATADA • 18cl ZUMO DE LIMÓN

PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 12 MIN – REPOSO 3-4 H

- 1 Poner los huevos y el azúcar en el bol del robot de cocina equipado con la batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min.
- 2 Añadir la Maízena®, la leche y el zumo de limón e iniciar el programa de postres cremosos a 90 °C a velocidad 5 durante 12 min, sin el tapón.
- 3 Repartir la crema entre los moldes individuales. Cubrir con película transparente y poner en la nevera durante 3-4 h. Comer bien frío.

**CONSEJO** - Variar los cítricos y añadir peladura en conserva sobre la crema.





MENU VEGETARIANO

## PUERROS A LA VINAGRETA

Nº 30



350 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 1 CHALOTA • 10 g MOSTAZA INTENSA • 30 cl ACEITE • 15 cl VINAGRE DE JEREZ • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 25 MIN

- 1 Cortar las partes blancas del puerro. Verter el agua en el robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Poner los puerros en la cesta de vapor y condimentar con sal y pimienta. Poner la cesta en el robot e iniciar el programa de vapor P1 durante 25 min.
- 2 Al final de la cocción, dejar que los puerros se enfríen. Vaciar el agua del robot de cocina y equipar con la cuchilla picadora ultrablade.
- 3 Pelar la chalota. Poner en el bol con la mostaza aceite, vinagre, sal y pimienta. Mezclar a velocidad 11 durante 1min. Servir junto con la vinagreta.

**CONSEJO** - La vinagreta se conservará bien en la nevera. Se puede hacer una cantidad más grande para tener más cantidad disponible.



MENU VEGETARIANO

## TAJÍN DE VERDURAS

Nº 130



80 g CEBOLLA ROJA • 100 g PIMIENTO ROJO • 2 DIENTES DE AJO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE CANELA • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE • 1 CUCHARADA DE COMINO • 250 g CALABACINES • 250 g HINOJO • 300 g TOMATES • 20 cl CALDO VEGETAL • 1/2 MANOJO DE CILANTRO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar la cebolla roja y cortarla en trozos grandes. Lavar el pimiento, pelarlo y cortarlo. Poner la cebolla y el pimiento en el bol de cocción del robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 15 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Machacar los dientes de ajo con la hoja de un cuchillo. Poner en el robot de cocina con el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 4 min.
- 3 Cortar los calabacines, el hinojo y los tomates. Añadir el caldo, las especias y las verduras al robot de cocina y condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 40 min.
- 4 Servir caliente o frío con cilantro picado por encima.

**CONSEJO** - Sustituir el hinojo y los calabacines por chirivía, zanahorias y calabaza.



MENU VEGETARIANO

## FLAN

Nº 230



300 g CIRUELAS SIN HUESO • 20 g MANTEQUILLA SEMISALADA • DERRETIDA • 75 cl LECHE SEMIDESNATADA • 5 HUEVOS • 140 g AZÚCAR • 1 BOLSITA DE AZÚCAR • VAINILLADO • 220 g HARINA • 5 cl COINTREAU®

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 1 h 05

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Untar de mantequilla una bandeja de horno y añadir las ciruelas.
- 2 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y conectar a velocidad 5 a 80°C durante 3 min.
- 3 Añadir la leche, los huevos, el azúcar y el azúcar vainillado; a continuación, mezclar a velocidad 8.
- 4 Añadir gradualmente la harina. Cuando se haya introducido, añadir el Cointreau® y dejar funcionar durante otros 2 minutos.
- 5 Verter la mezcla sobre las ciruelas y hornear durante 1 h. Dejar enfriar antes de comer.

**CONSEJO** - Las ciruelas pueden sustituirse por higos o cerezas.



## SUFLÉ DE QUESO

Nº 31



40g HARINA • 40g MANTEQUILLA • 50cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 150g QUESO GRUYERE RALLADO • 5 HUEVOS • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 25 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la harina, leche y la nuez moscada en el robot de cocina equipado con el mezclador. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir la mantequilla e iniciar el programa de salsa durante 8 min a velocidad 4 a 90 °C.
- 2 Separar las claras de huevo de las yemas. Al final del programa añadir el queso gruyere y mezclar durante 50 segundos a velocidad 8. En caso necesario, mezclar durante 30 segundos más. Añadir las yemas de huevo y mezclar durante 45 segundos. Verter la mezcla en un cuenco grande y lavar el robot de cocina.
- 3 Poner las claras de huevo y una pizca de sal en el bol de cocción equipado con el mezclador. Iniciar el robot de cocina a velocidad 7 durante 7 min 30 segundos, sin el tapón.
- 4 Untar de mantequilla la fuente de un suflé. Mezclar suavemente las claras de huevo montadas duras en la mezcla. Verter en el molde y hornear durante 30 - 35 min. sin abrir la puerta del horno. Comer inmediatamente.



## CEREALES AL ESTILO RISOTTO

Nº 131



250g TRIGO • 1 CEBOLLA • 10cl ACEITE DE OLIVA • 8cl VINO BLANCO • 70cl CALDO DE POLLO • 80g TOMATES • 80g CALABACINES • 30g PARMESANO • 10 HOJAS DE ALBAHACA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en trozos gruesos. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador y verter el aceite de oliva en el robot de cocina. Iniciar el programa de cocción lenta P1 durante 7 min, sin el tapón.
- 3 Cuando el temporizador indique 4 minutos restantes, añadir el trigo. Cuando solo quede 1 minuto, añadir el vino blanco.
- 4 Al final del programa añadir el caldo de pollo, condimentar con sal y pimienta, e iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 20 min, con el tapón colocado.
- 5 Cortar los tomates y calabacines en dados pequeños. Al final de la cocción, añadir el parmesano, los tomates y calabacines. Mezclar suavemente utilizando una espátula. Servir inmediatamente aderezándolo con las hojas de albahaca.



## MUESLI CON FRUTOS SECOS

Nº 231



250g COPOS DE AVENA • 40g MANTEQUILLA SEMISALADA • 100g MIEL LÍQUIDA • 50g AZÚCAR MORENO • 80g AVELLANAS PELADAS • 80g ALMENDRAS TRITURADAS • 40g NUECES PELADAS • 100g PASAS • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y cocinar a 100°C a velocidad 5 durante 1 min 30 segundos.
- 3 Añadir el resto de los ingredientes al robot de cocina. Mezclar cuando estén fríos a velocidad 3 durante 2 min.
- 4 Esparcir la mezcla sobre una bandeja de horno cubierta con papel para horno y hornear durante 10 - 15 min. La mezcla debería estar dorada. Dejar enfriar. Esta mezcla se conservará durante varios días en una caja cerrada.

**CONSEJO** - Pueden añadirse albaricoques, cerezas secas, etc., según el gusto.





## LENTEJAS AL CURRY Y BACALAO — N° 32



250 g LENTEJAS • 1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 5 g CURRY EN POLVO (1 CUCHARADA) • 2 cl ACEITE • 1 HOJA DE LAUREL • 1 FILETE DE BACALAO (250 G)

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 15 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador y añadir el curry en polvo, las lentejas, el aceite, la hoja de laurel y 65 cl de agua. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 20 min.
- 3 Al final del programa cortar el bacalao en trozos pequeños. Reiniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 10 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Si se quiere que las lentejas estén un poco más cocinadas, cocer durante unos cuantos minutos más.



## QUINOA CON TOMATES — N° 132



150 g QUINOA • 1 CEBOLLA • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 10 cl SALSA DE TOMATE • 200 g TOMATES • 10 HOJAS DE ALBAHACA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en trozos grandes. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite de oliva, la quinoa, la salsa de tomate y el doble de agua que de quinoa. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 20 min, con el tapón colocado.
- 3 Cortar los tomates en trozos pequeños.
- 4 Al final de la cocción, añadir los tomates y mezclar suavemente con una espátula. Servir inmediatamente aderezándolo con las hojas de albahaca.

**CONSEJO** - Se puede cocinar la quinoa solamente y añadir hierbas frescas y especias al servirla. Sabe deliciosa fría en una ensalada.



## GACHAS DE AVENA — N° 232



200 g COPOS DE AVENA • 50 cl LECHE SEMIDESNATADA • 50 g MIEL LÍQUIDA • 1 CUCHARADA DE CANELA • 80 g ALBARICOQUES SECOS • 40 g AVELLANAS

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner la leche, 40 cl de agua y copos de avena en el robot de cocina equipado con el mezclador. Cocinar a 80°C a velocidad 4 durante 10 min.
- 2 Añadir la miel, la canela, los albaricoques troceados y las avellanas peladas. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min.
- 3 Servir en cuencos.

**CONSEJO** - Este plato se come caliente durante el desayuno.





4 PIMIENTOS • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA • 500g TERNERA • 10 RAMITAS DE MENTA • 50g PIÑONES • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7). Pelar el ajo y cebolla y cortarlos en trozos grandes. Poner en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade junto con la carne y la menta. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 2 Mezclar el contenido del robot de cocina utilizando una espátula y mezclar durante otros 10 segundos (mezclar durante 20 segundos más si se desea que el relleno sea menos consistente).
- 3 Retirar la cuchilla, añadir los piñones y mezclar el relleno usando las manos.
- 4 Cortar la parte superior del pimiento y quitar la parte blanca y las semillas. Introducir en un horno y poner el relleno. Colocar las partes superiores y hornear durante 30 - 35 min. Servir caliente.

**CONSEJO** La carne se puede sustituir por carne de ternera joven.



300g ARROZ ARBORIO • 1 CHALOTA • 5cl ACEITE DE OLIVA • 8cl VINO BLANCO • 90cl CALDO DE POLLO • 250g GAMBAS • 50g PARMESANO • 50g TOMATES SECOS • 10 HOJAS DE ALBAHACA • 50g MANTEQUILLA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la chalota y cortarla en trozos grandes. Poner en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar durante 15 segundos a velocidad 11.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 durante 7 min, sin el tapón.
- 3 Cuando el temporizador indique 4 minutos restantes, añadir el arroz y las gambas. Cuando solo quede 1 minuto, añadir el vino blanco. Al final del programa verter el caldo de pollo e iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 20 min; a continuación, colocar el tapón.
- 4 Al final de la cocción, añadir el parmesano, la mantequilla y los tomates troceados y mezclar cuidadosamente con una espátula. Condimentar con sal y pimienta. Servir inmediatamente aderezándolo con las hojas de albahaca.

**CONSEJO** - No hay que sorprenderse si queda algo caldoso, el parmesano dará al risotto una consistencia cremosa.



80g MANTEQUILLA • 150g HARINA • 4 HUEVOS • SAL • ADORNOS • 2 HUEVOS • 3 YEMAS DE HUEVO • 100g AZÚCAR • 40g HARINA • 30g MAÍZENA\* • 70cl LECHE SEMIDESNATADA • 50g MANTEQUILLA • 125g ALMENDRAS GARRAPIÑADAS • 100g AZÚCAR GLAS • 50g ALMENDRAS TRITURADAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 1 H

- 1 Precalentar el horno a 190°C (pos. termostato 6). Realizar una masa para éclairs dulces (pastelitos) (pág. 16). Cubrir una bandeja de horno, colocar la masa para eclairs en una manga pastelera y formar un círculo en la bandeja. Hornear durante 25 min; a continuación, descender la temperatura del horno a 160°C y hornear durante otros 20 min.
- 2 Poner los huevos y las yemas, el azúcar, la harina y Maizena® en el robot de cocina equipado con la batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min a la vez que se añade la leche. Acoplar el tapón e iniciar el programa de postres cremosos a velocidad 4 a 90 °C durante 12 min. Al final de la cocción, añadir la mantequilla y las almendras garrapiñadas y mezclar a velocidad 7 durante 1 min para alisar la crema.
- 3 Poner la crema en una manga pastelera y dejar enfriar. Cortar el rosco por la mitad por la parte más gruesa y rellenar el interior con la crema. Echar la otra mitad por encima y esparcir el azúcar glas y las almendras trituradas. Comer inmediatamente.



## BUÑUELOS DE BACALAO

Nº 34



300 g BACALAO DESALADO • 300 g PATATAS • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA • 70 g HARINA • 2 HUEVOS • 1 CUCHARA DE PIMENTÓN DULCE • 1 PEQUEÑO MANOJO DE PEREJIL DE HOJA PLANA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción. Pelar las patatas, cortarlas en trozos de 2 cm y colocarlas en la cesta de vapor. Iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 2 Al final del programa vaciar el robot de cocina. Pelar el ajo y cebolla, colocarlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablate a velocidad 11 durante 10 segundos. Añadir el bacalao desalado y mezclar durante otros 10 segundos. Aderezar ligeramente con sal y pimienta y añadir las patatas cocidas, la harina, los huevos, la pimienta y el perejil de hoja plana. Mezclar durante 1 min. a velocidad 7.
- 3 Calentar una freidora a 170°C y hacer pequeñas bolas utilizando una cuchara. Introducir las en el aceite caliente y freír durante 5 - 10 min. Poner sobre papel de cocina para eliminar el exceso de grasa y servir inmediatamente.



## BUÑUELOS DE PATATA

Nº 134



300 g PATATAS • 1 HUEVO • 20 g PAN RALLADO • 75 g HARINA • 20 cl NATÁ LÍQUIDA • 1 CUCHARADA DE CEBOLLINOS • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE NUEZ MOSCADA • 50 g QUESO RALLADO • SAL • MEZCLA DE 5 PIMIENTAS

PERSONAS 2/4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar las patatas, cortarlas en dados y colocarlas en la cesta de vapor. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción y poner la cesta de vapor en el robot de cocina. Iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 2 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Al final de la cocción, colocar las patatas en un cuenco separado y machacarlas. Condimentar con sal y pimienta, añadir el huevo, el pan rallado y la harina. Mezclar bien.
- 3 Formar pequeñas bolas y cocer durante 8 min. en una cacerola con agua hirviendo. Escurrir los bolitas en papel de cocina y colocarlos en un recipiente de horno untado de mantequilla.
- 4 En un cuenco separado, mezclar la nata líquida, el cebollino troceado, la nuez moscada, la sal y la pimienta y colocar por encima los dumplings. Esparcir el queso rallado y hornear durante 20 min.

CONSEJO - Puede añadirse bacon.



## CREMA CATALANA

Nº 234



1 NARANJA NATURAL • 1 LIMÓN NATURAL • 70 cl LECHE • 120 g AZÚCAR • 1 RAMA DE CANELA • 2 HUEVOS • 3 YEMAS DE HUEVO • 20 g HARINA • 20 g MAÍZENA® • AZÚCAR MORENO PARA CARAMELIZAR

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 30 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Lavar la naranja y el limón y quitarles la piel con un pelador.
- 2 Poner la leche, 60 g de azúcar, la canela y la peladura en el robot de cocina equipado con el mezclador. Calentar a velocidad 3 durante 90°C durante 15 min. Pasar la mezcla por un colador.
- 3 Enjuagar el bol de cocción y acoplar la batidora. Poner los huevos, las yemas, la harina, Maízena® y el azúcar restante en el bol. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Después de 30 segundos, añadir la infusión de leche por la abertura de la tapa.
- 4 Iniciar el programa de postres a velocidad 5 a 90 °C durante 15 min. Al final de la cocción mezclar durante 30 segundos a velocidad 7 para hacer que la crema sea más consistente.
- 5 Llenar 6 recipientes individuales y colocarlos en la nevera durante 1 h. Al servir, cubrir la crema con azúcar moreno y caramelizar utilizando un quemador.





## SAMOSAS DE POLLO

Nº 35



250 g FILETE DE POLLO • 1 CEBOLLA • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE CURRY EN POLVO • 1 PIZCA DE JENGIBRE MOLIDO • 10 cl SALSA DE TOMATE • 10 RAMITAS DE CILANTRO • 5 LÁMINAS DE MASA FILO • SAL • PIMIENTA • 2 CLARAS DE HUEVO

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 20 MIN OU 30 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en cuatro trozos; a continuación, ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite y las especias e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 2 Cortar en dados el pollo y añadir al robot de cocina la salsa de tomate; a continuación, iniciar el programa programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 10 min.
- 3 Al final de la cocción añadir el cilantro y condimentar con sal y pimienta. Dividir cada lámina de masa filo en 4 tiras. Poner un montoncito de relleno en uno de los extremos. Plegar para hacer un triángulo y luego plegar nuevamente hacia el extremo de la tira y sellar la masa con un poco de clara de huevo. Repetir con las otras tiras.
- 4 Cocinar durante 5 min. en una sartén a fuego alto con un poco de aceite o durante 15 min. en el horno a 150°C (pos. termostato 5) en una bandeja cubierta con papel para horno. Servir.



## VOL-AU-VENTS

Nº 135



6 VOLOVANES • 40 g HARINA • 60 g MANTEQUILLA • 50 cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 180 g PECHUGAS DE POLLO • 100 g TERNERA • 60 g CHALOTA • 2 CUCHARADAS ACEITE • 10 cl CALDO • 180 g CHAMPIÑONES ENTEROS, EN CONSERVA • SAL Y PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la harina, la leche y la nuez moscada en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir 40 g de mantequilla e iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 8 min. Poner a un lado y lavar el robot de cocina.
- 2 Cortar en dados el pollo y la ternera. Pelar las chalotas y colocarlas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la cuchilla por el mezclador y añadir 20 g de la mantequilla restante y el aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Añadir el pollo, la ternera y el caldo e iniciar el programa P2 a 90 °C durante 25 min. Después de 15 min, añadir los champiñones.
- 4 Vaciar el caldo y combinar la mezcla con la bechamel, rellenar los volovanes y hornear durante 20 min.



## CREMA DE LECHE CON VAINILLA

Nº 235



4 YEMAS DE HUEVOS • 50 g AZÚCAR • 40 cl NATA LÍQUIDA • 1 CUCHARADA DE VAINILLA (MOLIDA O ESENCIA) • 100 g AZÚCAR MORENO

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 35 MIN

- 1 Precalentar el horno a 120°C (pos. termostato 4).
- 2 Poner las yemas de huevo, el azúcar y la vainilla en el robot de cocina equipado con la batidora y mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Después de 30 segundos, añadir la crema por la tapa.
- 3 Repartir la mezcla entre platos individuales.
- 4 Hornear en un baño María durante 35 min. Dejar enfriar y colocar en la nevera.
- 5 Esparcir el azúcar moreno sobre las cremas catalanas y colocarlas bajo un quemador o bajo el grill durante 2 min.

**CONSEJO** - Se pueden añadir pistachos machacados antes de servir.





## CROQUETAS

Nº 36



40 g HARINA • 40 g MANTEQUILLA • 30 cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 120 g QUESO COMTÉ RALLADO • 120 g JAMÓN YORK • 2 HUEVOS • HARINA • PAN RALLADO • ACEITE PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner la harina, la leche y el pan rallado en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 7 durante 30 segundos. Añadir la mantequilla e iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 5 min.
- 2 Sustituir la batidora por el accesorio para amasar/ picar, añadir el queso comté y el jamón cortado y mezclar a velocidad 9 durante 45 segundos. En caso necesario, mezclar de nuevo durante 30 segundos. Dejar enfriar.
- 3 Embadurnar de harina la encimera y formar un rollo con la mezcla. Cortar para hacer croquetas y rebozar en los huevos batidos y después en el pan rallado. Rebozar una vez más.
- 4 Calentar el aceite para cocinar en una sartén o freidora. Sumergir las croquetas en el aceite muy caliente (150°C) y freír durante 1 - 2 min. Deben tener un color marrón dorado. Servir.



## CANELONES

Nº 136



12 PASTA DE CANELONES • 50 g CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 10 cl ACEITE DE OLIVA • 250 g ESPINACAS CONGELADAS CON TALLOS • 400 g RICOTTA • 1 HUEVO • 125 g PARMESANO RALLADO • 25 cl NATA LÍQUIDA • ACEITE • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7). Cocinar la pasta de los canelones en una cacerola brevemente. Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos grandes, colocarlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Añadir el aceite y las espinacas e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir la ricotta, el huevo batido, la sal y la mitad del parmesano rallado y, a continuación, mezclar a velocidad 9 durante 30 segundos. Llevar la mezcla hacia el centro utilizando una espátula y mezclar durante 30 segundos.
- 4 Rellenar los canelones con esta mezcla y ponerlos en una bandeja de horno. Cubrir con nata líquida y esparcir el parmesano restante por encima. Hornear durante 35 min. Servir caliente.

**CONSEJO** - Sustituir el relleno por salsa boloñesa.



## POSTRE DE PERA Y CHOCOLATE

Nº 236



200 g GALLETA MARÍA • 40 g MANTEQUILLA DERRETIDA • 3 LÁMINAS DE GELATINA (6g) • 350g PERAS EN ALMÍBAR (PESO ESCURRIDO) • 20 cl NATA LÍQUIDA PARA MONTAR (30% DE GRASA) • 60g AZÚCAR • 120g MASCARPONE • 100g CHOCOLATE NEGRO • 8 cl LECHE

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 20 MIN - REPOSO 3 H

- 1 Mezclar las galletas en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade a velocidad 10 durante 30 segundos. Añadir la mantequilla derretida, mezclar con una espátula y a continuación comprimir en el fondo de un molde.
- 2 Poner a remojo las láminas de gelatina en agua fría. Poner las peras escurridas con 2 cucharadas de almíbar en el robot de cocina y mezclar a velocidad 10 durante 1 min. Conservar en un cuenco.
- 3 Calentar 2 cucharadas del almíbar de las peras en una cacerola y añadir las láminas de gelatina. Lavar el robot de cocina y acoplar la batidora. Verter la nata líquida y mezclar a velocidad 7 durante 3 min. Añadir el azúcar, las peras troceadas, el mascarpone y la gelatina. Mezclar a velocidad 4 durante 1 min. y 30 segundos. Verter en el molde y colocarlo en la nevera.
- 4 Poner el chocolate y la leche en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Cocinar a 70°C a velocidad 5 durante 8 min. Verter el chocolate sobre las peras y la crema. Enfriar como mínimo durante 3 h.



## FRITTATA DE CALABACÍN Nº 37



100g CALABACINES • 20 HOJAS DE ALBAHACA • 4 HUEVOS • 40g PARMESANO • 10g PAN RALLADO • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 2/4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN**

- 1 Cortar en dados los calabacines y picar la albahaca.
- 2 Poner todos los ingredientes en un cuenco y mezclar. Condimentar con sal y pimienta.
- 3 Verter 0,7 L de agua en el robot de cocina y cubrir la cesta de vapor con papel para horno. Verter la mezcla en la cesta y colocarla en el robot de cocina.
- 4 Iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Añadir tomates secos, queso feta, aceitunas, etc.



## ACELGAS GRATINADAS CON SALSA BECHEMEL Nº 137



600g HOJAS DE ACELGAS • 40g HARINA • 40g MANTEQUILLA BLANDA • 50cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 PIZCA DE NUEZ MOSCADA • 120g QUESO COMTÉ RALLADO • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 12 MIN - COCCIÓN 1 H**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Trocear las hojas de acelga. Poner las acelgas y 50 cl de agua en el robot de cocina equipado con el mezclador. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 15 min. Al final de la cocción, escurrir en un colador. Lavar el bol de cocción del robot de cocina.
- 2 Poner la harina, la leche y el pan rallado en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos. Añadir la mantequilla e iniciar el programa de salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 8 min.
- 3 Cuando haya acabado el programa, añadir el queso rallado y mezclar a velocidad 6 durante 45 segundos. Si la mezcla no es homogénea mezclar durante 30 segundos más.
- 4 Mezclar las acelgas y la bechamel. Verter la mezcla en una fuente de horno. Hornear durante 30 min. Comer caliente.



## MOUSSE DE CARAMELO CON NATA Nº 237



6 HUEVOS • 397g LECHE CONDENSADA • 40cl NATA LÍQUIDA • 50g AZÚCAR

**PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN**

- 1 Poner las claras de huevo en el bol de cocción con el accesorio batidora y mezcle a velocidad 6 durante 6 minutos. Guardar la preparación.
- 2 Poner la leche condensada y las yemas de huevo en el bol de cocción. Mezclar a velocidad 5 durante 1 min.
- 3 Finalmente añadir las claras de huevo batidas, mezcle todo a velocidad 5 durante 25 segundos. Colocar la preparación en vasitos.
- 4 Lavar el bol de cocción. Añadir la nata líquida y mezclar a velocidad 6 durante 4 minutos. Añadir el azúcar gradualmente con el vaso medidor.
- 5 Decorar la Mousse con nata para montar.

**CONSEJO** - Puede añadir cacao en polvo o canela para la preparación.





## ACEITUNAS RELLENAS

Nº 38



50 ACEITUNAS VERDES GRANDES • 150 g TERNERA • 80 g CERDO • 70g HIGADO DE POLLO • 50g BACON • 5cl ACEITE DE OLIVA • 25cl CALDO VEGETAL • 2 HUEVOS • 50g PARMESANO RALLADO • 100g PAN RALLADO • 50g HARINA • ACEITE PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Cortar en dados la carne, los hígados y el bacon y colocarlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 10 segundos.
- 2 Añadir el aceite de oliva y el caldo, y condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 15 min.
- 3 Al final del programa añadir 1 huevo y el parmesano; a continuación, mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos. Mezclar de nuevo si se desea que el relleno sea menos grueso.
- 4 Introducir este relleno en las aceitunas. Calentar una freidora. Rebozar las aceitunas en la harina y el huevo batido restante y a continuación en el pan rallado.
- 5 Sumergir en la freidora durante unos pocos minutos. Comer caliente.

**CONSEJO** - Pueden añadirse cebollas al relleno o se puede utilizar ternera joven en lugar de cerdo.



## LENTEJAS CON CURRY

Nº 138



250g LENTEJAS • 80g CEBOLLA ROJA • 2 DIENTES DE AJO • 10cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE CURRY EN POLVO • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • 1 CUCHARADA DE CILANTRO MOLIDO • 25cl LECHE DE COCO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en trozos grandes. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Machacar los dientes de ajo con la hoja de un cuchillo. Poner en el robot de cocina junto con el aceite de oliva y las especias. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 4 min.
- 3 A continuación, añadir las lentejas, 0,7 L de agua y la leche de coco. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 40 min.
- 4 Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - El curry denominado «dahl» por los indios se parece a un puré. Está delicioso servido con arroz y aderezado con cilantro fresco.



## MOUSSE DE FRAMBUESA

Nº 238



300g FRAMBUESAS • 30cl NATA LÍQUIDA PARA MONTAR (30% DE GRASA) • 6g GELATINA • 25g AZÚCAR

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - REPOSO 4 H

- 1 Poner a remojo la gelatina en un cuenco de agua fría.
- 2 Poner las frambuesas en el bol de cocción del robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 9 a 50°C durante 5 min. Dejar reposar durante no más de 1 min. y añadir la gelatina escurrida. Poner a un lado en un cuenco.
- 3 Lavar el robot de cocina en agua fría y secar bien. Acoplar la batidora al robot de cocina y añadir la nata líquida para montar. Mezclar a velocidad 6 durante 5 min. sin el tapón. Dejar reposar durante no más de 2 min. y añadir el azúcar.
- 4 Cuando la nata se haya montado, añadir el coulis de frambuesas frío, raspar los bordes del robot de cocina y mezclar a velocidad 5 durante 5 segundos.
- 5 Verter en vasos y dejar en la nevera durante 4 h.

**CONSEJO** La mousse se puede decorar con frutos frescos.





## SAMOSAS DE CARNE

Nº 39



250 g TERNERA • 250 g ZANAHORIAS • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE PIMIENTA MOLIDA • 1 CUCHARADA DE COMINO • 1 CUCHARADA DE CILANTRO MOLIDO • 10 cl CALDO • 6 LÁMINAS DE MASA FILO • SAL • PIMIENTA • 2 CLARAS DE HUEVO

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 20 OU 30 MIN

- 1 Cortar la carne en dados, colocarla en el bol de cocción equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos. Poner a un lado.
- 2 Pelar las zanahorias, el ajo, la cebolla y cortarlas en dados. Ponerlo en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 30 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador, añadir el aceite y las especias e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min., sin el tapón. A continuación, añadir la carne y el caldo, condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 12 min.
- 3 Dividir cada lámina de masa filo en 4 tiras. Poner a montoncito de relleno en uno de los extremos. Plegar para hacer un triángulo; a continuación, volver a plegar hasta el extremo de la tira. Sellar con un poco de clara de huevo. Repetir este paso.
- 4 Cocinar durante 5 min. en una sartén a fuego alto con un poco de aceite o durante 15 min. en el horno a 150°C (pos. termostato 5). Servir.



## GOULASH

Nº 139



1 kg FILETE DE TERNERA • 200 g CEBOLLAS • 2 DIENTES DE AJO • 300 g PATATAS • 100 g PIMIENTO ROJO • 50 g HARINA • 2 CUCHARADAS ACEITE • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • 250 g PULPA DE TOMATE (EN CONSERVA) • 60 cl CALDO DE TERNERA • 10 cl VINO TINTO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 1 h 25

- 1 Pelar las cebollas, el ajo y las patatas y cortarlas en cuatro trozos. Cortar el pimiento en dados. Cortar la carne en dados y rebozarla en la harina. Poner la cebolla y el ajo en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador y mover los ingredientes al centro del bol de cocción. Añadir el aceite, la pimienta y el pimentón dulce e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir la ternera, las patatas, la pulpa de tomate, el caldo y el vino tinto. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 1 h 20 min. Servir muy caliente.

**CONSEJO** - Puede añadirse un poco de nata antes de servir. elegir trozos bastante grasos de ternera y cortarlos en dados de 2 cm.



## FINANCIERS (GALLETAS DE ALMENDRAS)

Nº 239



125 g ALMENDRAS MOLIDAS • 125 g HARINA • 180 g AZÚCAR GLAS • 150 g MANTEQUILLA • 5 CLARAS DE HUEVO • 1 CUCHARADA RASA DE LEVADURA QUÍMICA • 1 CUCHARADA DE VAINILLA MOLIDA • 1 PIZCA DE SAL

DA PARA 12 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 30 MIN - REPOSO 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6/7).
- 2 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y cocinar a 130°C a velocidad 3 durante 10 min.
- 3 Añadir los otros ingredientes e iniciar el programa de masa P3. Poner la masa en la nevera durante 30 min.
- 4 Untar de mantequilla los moldes de las galletas y rellenarlos con la mezcla (hasta 2/3). Hornear durante 15 - 20 min.
- 5 Dejar enfriar antes de extraer del molde y comer.

**CONSEJO** - Sustituir las almendras molidas por avellanas molidas o pistachos.



## CROQUETAS DE ARROZ Y MOZZARELLA

Nº 40



300g ARROZ ARBORIO • 1 CHALOTA • 10cl ACEITE DE OLIVA • 8cl VINO BLANCO • 10cl SALSA DE TOMATE • 90cl CALDO DE POLLO • 1 HUEVO+ 2 HUEVOS • 30g PARMESANO • 125g MOZZARELLA • 100g PAN RALLADO • 100g HARINA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar la chalota y cortarla en trozos grandes. Ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 durante 7 min. (sin el tapón). Cuando el temporizador indique que quedan 4 minutos, añadir el arroz. Cuando indique 1 minuto, añadir el vino blanco y la salsa de tomate.
- 2 Al final del programa añadir el caldo de pollo, condimentar con sal e iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 25 min, sin el tapón. Poner el arroz en un cuenco separado para enfriarlo.
- 3 Añadir 1 huevo y el parmesano y mezclar. Cortar la mozzarella en dados de 1 cm. Hacer bolas con el arroz, colocando un trozo de mozzarella en el centro. Rebozar cada bola en la harina, los 2 huevos batidos y el pan rallado. Freír durante 5 min en una freidora a 180°C, las croquetas deben estar muy doradas. Servir.



## ESPINACAS CREMOSAS

Nº 140



800g ESPINACAS FRESCAS • 1/2 PASTILLA DE CALDO DE VERDURAS • 15cl NATA LÍQUIDA • NUEZ MOSCADA • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Lavar las espinacas y cortarlas en trozos finos. Ponerlas en el robot de cocina equipado con el mezclador y comprimir si es preciso. Añadir la pastilla de caldo de pollo mezclado en la nata. Esparcir un poco de nuez moscada y añadir sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 90 °C durante 15 min.
- 2 Después de 5 min cocción, abrir la tapa y llevar la mezcla al centro del cuenco. Después de 10 min de cocción, repetir este paso.
- 3 Servir caliente.

**CONSEJO** - Las verduras se pueden variar utilizando hinojo o repollo por ejemplo.



## FLAN DE COCO

Nº 240



80g COCO RALLADO • 250g LECHE CONDENSADA, SIN AZÚCAR • 25cl LECHE SEMIDESNATADA • 2 HUEVOS • 40g AZÚCAR

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar y mezclar a velocidad 11 durante 1 min. En caso necesario, llevar la mezcla al centro utilizando una espátula y mezclar durante otros 30 segundos.
- 3 Verter la mezcla en 4 - 6 recipientes individuales y hornear durante 30 min. Degustar en caliente o en frío.

**CONSEJO** - La leche se puede sustituir por leche vegetal (de arroz o almendras) o por más leche de coco, en cuyo caso, no añadir azúcar a la mezcla.





500 g GARBANZOS SECOS • 1 CEBOLLA • 3 DIENTES DE AJO • 1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE SÉSAMO • 1/2 MANOJO DE CILANTRO • 1 CUCHARADA DE COMINO MOLIDO • 1 CUCHARADA DE BICARBONATO DE SODIO • 1 CUCHARADA DE HARINA • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 10 MIN – REPOSO 24 H

- 1 Poner a remojo los garbanzos secos en abundante agua fría 24 h antes de comenzar esta receta. El día que se va a cocinar, escurrirlos y secarlos.
- 2 Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en cuatro trozos. Lavar el cilantro y quitar los tallos. Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Condimentar con sal y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Llevar la mezcla al centro del bol utilizando una espátula.
- 3 Mezclar durante 30 segundos. Llevar la mezcla al centro de nuevo y mezclar durante otros 30 segundos. La mezcla no debe ser completamente uniforme; debería contener todavía algunos trozos pequeños. Mojar las manos y formar pequeñas bolas. Comprimirlas con fuerza para que conserven su forma durante la cocción. Freír en una sartén durante 2 min de cada lado. Servir caliente.

**CONSEJO** - Para una versión más rápida, utilizar garbanzos en conserva (500 g).



350 g PATATAS • 5 cl + 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 3 DIENTES DE AJO • 400 g TOMATES PELADOS, EN CONSERVA • 4 CUCHARADAS DE PIMENTÓN DULCE • 12 GOTAS DE TABASCO® • 2 CUCHARADAS DE VINAGRE • 1 CUCHARADA DE AZÚCAR • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar las patatas, cortarlas en dados y colocarlas en la cesta de vapor. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción del robot de cocina y colocar la cesta. Iniciar el programa de vapor P1 durante 25 min. Al final de la cocción, vaciar robot de cocina. Saltear las patatas en una sartén con 2 cucharadas de aceite de oliva.
- 2 Pelar los dientes de ajo y cortarlos en trozos grandes. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 3 min.
- 3 Añadir los tomates, el pimentón dulce, el Tabasco®, el vinagre y el azúcar y condimentar con sal; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 20 min, con el tapón.
- 4 Cubrir las patatas con la salsa brava y servir.



1 MASA PARA GALLETAS DE MANTEQUILLA (VÉASE LA P. 14) • 5 HUEVOS • 180 g AZÚCAR • 100 g MAÍZENA® • 2 BOLSITAS DE AZÚCAR VAINILLADO • 1 L LECHE DESNATADA

PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner los huevos, el azúcar, Maízena® y el azúcar vainillado en el robot de cocina equipado con la batidora y mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Después de 30 segundos, añadir la leche.
- 3 Iniciar el programa de postres a 90 °C a velocidad 5 durante 15 min.
- 4 Estirar la masa y ponerla en un molde con bordes altos. Verter la crema sobre la masa y hornear durante 30 - 35 min. Dejar que la tartaleta se enfríe antes de comer.

**CONSEJO** - Esta receta sabe mucho mejor si se prepara el día antes.





## PASTEL DE CALABAZA, QUESO COMTÉ Y BACON

Nº 42



200g PULPA DE CALABAZA • 80g BEICON • 70g QUESO COMTÉ RALLADO • 3 HUEVOS • 60g MANTEQUILLA • 100g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11g)

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Cortar la pulpa de calabaza en dados. Poner la calabaza, el beicon y el queso comté en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Mezclar a velocidad 11 durante 30 segundos. Utilizando una espátula, mover los ingredientes al centro del cuenco.
- 2 Añadir los huevos, la mantequilla, la harina y la levadura. Iniciar el programa de masa P3.
- 3 Cubrir un molde con papel para horno. Verter la mezcla en el molde y hornear durante unos 45 min. Si se está dorando demasiado al final de la cocción, bajar la temperatura del horno a 160°C (pos. termostato 6).

**CONSEJO** - Puede sustituir el queso comté por queso de cabra y la calabaza por calabacín.



## PIPERRADA

Nº 142



300g TOMATES • 150g PIMIENTO ROJO • 50g JAMÓN SERRANO • 150g CEBOLLAS DULCES • 1 DIENTE DE AJO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 10cl CALDO VEGETAL • 3 HUEVOS • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 35 MIN

- 1 Cortar el pimiento en dados. Pelar las cebollas y el ajo y cortarlos en trozos gruesos. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Cortar los tomates y el jamón en dados. Después de 5 min, añadirlos al caldo. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 20 min.
- 4 Añadir los huevos batidos y el pimentón dulce e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 10 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - El jamón se puede sustituir por chorizo. Añadir al mismo tiempo que los huevos.



## PANNA COTTA

Nº 242



15cl LECHE • 60cl NATA LÍQUIDA ENTERA • 50g AZÚCAR • 1 VAINA DE VAINILLA • 4 LÁMINAS DE GELATINA (8g)

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 5 MIN - REPOSO 12 H

- 1 Poner a remojo las láminas de gelatina en un cuenco de agua fría. Abrir la vaina de vainilla y quitar las semillas.
- 2 Poner la leche, la nata, el azúcar y las semillas de vainilla en el robot de cocina equipado con la batidora e iniciar el programa de postres a velocidad 4 a 95°C durante 5 min.
- 3 Al final de la cocción, añadir la gelatina escurrida y mezclar a velocidad 6 durante 1 min.
- 4 Verter la crema en los recipientes individuales, cubrir con película transparente y dejar reposar en la nevera durante 12 h como mínimo.

**CONSEJO** - Servir con coulis de frutos (véase la receta n.º 297).



## PASTEL DE HIGOS, JAMÓN Y NUECES

Nº 43



100g HIGOS SECOS • 120g JAMÓN CURADO • 4 HUEVOS • 170g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA • QUÍMICA (11g) • 5cl ACEITE DE OLIVA • 10cl VINO BLANCO • 2 CUCHARADAS NUECES • PELADAS • 80g QUESO DE CABRA • 3 PIZCA DE SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Cortar los higos y el jamón en trocitos.
- 2 Poner los huevos, la harina, la levadura, el aceite de oliva, el vino blanco y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Iniciar el programa de masa P3.
- 3 Cubrir un molde con papel para horno. Al final del programa añadir los higos, el jamón curado, las nueces y el queso de cabra; a continuación, mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos.
- 4 Verter la mezcla del pastel en el molde y hornear durante unos 40 min. Si el pastel se dora demasiado al final del horneado, cubrir con papel albal o papel de horno. Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Sustituir los higos por aceitunas y el queso de cabra por queso comté.



## RAGÚ DE RAPE

Nº 143



500g RAPE • 100g ZANAHORIAS • 100g HINOJO • 30g RAMAS DE APIO • 50g CHALOTAS • 10cl ACEITE DE OLIVAE • 10cl VINO BLANCO • 20cl CALDO DE POLLO • 2g AZAFRÁN MOLIDO • 40cl NATA LÍQUIDA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Cortar el rape en dados. Pelar las verduras. Trocear el hinojo, el apio, las zanahorias y la chalota.
- 2 Poner la chalota y el aceite en el robot de cocina equipado con el mezclador e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Después de 2 min, añadir el vino blanco.
- 3 Al final del programa añadir el rape, las verduras y el caldo. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 20 min.
- 4 Al final de la cocción, retirar la mitad del caldo y mezclar con la nata líquida y el azafrán. Poner el pescado y las verduras en una fuente y cubrir con la salsa. Servir inmediatamente.

**CONSEJO** - El vino blanco puede sustituirse por coñac y las verduras por tomates para rape americano.



## FIADONE (PASTEL DE QUESO)

Nº 243



250g RICOTTA • 120g AZÚCAR REFINADO • 3 HUEVOS • ZUMO DE 1 LIMÓN

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la ricotta, los huevos, el azúcar y el zumo de limón en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 1 min.
- 3 Verter la mezcla en un molde alto (26 - 28 cm de diámetro) y cubrir con papel para horno. Hornear durante unos 40 min.
- 4 Dejar enfriar antes de extraer; a continuación, poner en la nevera.

**CONSEJO** - Esta tarta corsa se realiza tradicionalmente con queso brocciu. Se puede sustituir por queso brousse.



## MAYONESA

Nº 44



1 YEMA DE HUEVO • 1 CUCHARADA DE MOSTAZA • 1 CUCHARADA DE VINAGRE • 25 cl ACEITE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Poner la yema de huevo, la mostaza y el vinagre en el robot de cocina equipado con la batidora. Condimentar con sal y pimienta.
- 2 Poner el robot de cocina a velocidad 6 y verter gradualmente el aceite. Una vez preparada la mayonesa, detener el robot.

**CONSEJO** - Dado que esta mezcla contiene yema de huevo cruda, debería comerse inmediatamente.



## GUISO DE PESCADO

Nº 144



600 g PESCADO BLANCO • 2 DIENTES DE AJO • 3 CHALOTAS • 3 CUCHARADAS RASAS DE COLOMBO EN POLVO • 300 g PATATAS • 200 g CALABACINES • 20 cl CALDO DE POLLO • 20 cl LECHE DE COCO • 2 HOJAS DE LAUREL • ZUMO DE 1 LIMA • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo y las chalotas y cortar en dos. Poner en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Pelar las patatas y cortarlas en dados junto con los calabacines. Cortar el pescado en trozos grandes.
- 3 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir las verduras, el caldo, la leche de coco, el colombo, las hojas de laurel y el zumo de lima y condimentar con sal. Poner el pescado cortado en dados en la cesta de vapor y ponerla en el robot de cocina. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 20 min., con el tapón.
- 4 Retirar la cesta de vapor con cuidado, colocar el pescado en platos y cubrir con la salsa y las verduras.

**CONSEJO** - Sustituir el pescado por gambas.



## FONDANT DE NUECES

Nº 244



125 g MANTEQUILLA BLANDA • 250 g NUECES • 300 g AZÚCAR MORENO • 80 g HARINA • 5 HUEVOS • 2 CUCHARADAS RON • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner las nueces en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Mezclar a velocidad 12 durante 45 segundos. Añadir el resto de ingredientes e iniciar el programa de masa P3.
- 3 Untar con mantequilla y harina un molde cuadrado. Al final del programa verter la mezcla en el molde. Hornear durante unos 40 min.
- 4 Dejar enfriar antes de extraer. Degustar en caliente o en frío.

**CONSEJO** - Las nueces se pueden sustituir por avellanas, almendras u otros frutos oleaginosos.





1 LATA DE GARBANZOS COCIDOS (550 g NETO) • 2 DIENTES DE AJO • ZUMO DE 1 LIMÓN • 10 cl ACEITE DE OLIVA • 1 PIZCA DE COMINO MOLIDO • 1 CUCHARADA DE TAHINA (OPCIONAL) • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Escurrir los garbanzos. Pelar los dientes de ajo.
- 2 Poner los garbanzos, el ajo, el zumo de limón, el aceite de oliva, el comino y la tahina en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Condimentar con sal y mezclar a velocidad 12 durante 3 min.
- 3 Servir frío.

**CONSEJO** - Para servir, añadir un toque de aceite de oliva. El comino se puede sustituir por pimentón dulce. La tahina es pasta de sésamo, puede comprarse en tiendas de alimentos integrales.



500 g GAMBAS CRUDAS • DESCONGELADAS • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA GRANDE • 1 CUCHARADA DE ACEITE • 1 CUCHARADA RASA DE CURRY EN POLVO • 1 CUCHARADA DE SALSA DE TOMATE • 25 cl LECHE DE COCO • 1 CUCHARADA DE CILANTRO MOLIDO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar el ajo y la cebolla y cortar la cebolla en cuatro trozos. Ponerlo en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Raspar los bordes del bol utilizando la espátula. Añadir el aceite, una pizca de sal y el curry en polvo. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final de la cocción añadir las gambas (sin antenas), la salsa de tomate y la leche de coco. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 15 min.
- 4 Al final de la cocción, esparcir cilantro y servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Los manojos de cilantro se encuentran fácilmente en tiendas asiáticas o en cajas pequeñas en la zona de congelados.



200 g CHOCOLATE NEGRO • 100 g MANTEQUILLA SEMISALADA • 300 g CREMA DE CASTAÑAS • 40 g CACAO EN POLVO

DA PARA 50 – PREPARACIÓN 10 MIN – REPOSO 2 H – COCCIÓN 10 MIN

- 1 Trocear el chocolate y colocarlo en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/picar. Conectar el robot a velocidad 3 a 45°C durante 10 min.
- 2 Añadir las crema de castañas y mezclar a velocidad 10 durante 30 segundos.
- 3 Verter la mezcla en un molde de silicona y dejar reposar durante 2 h como mínimo en la nevera.
- 4 Hundir pequeñas cucharadas de esta mezcla en el cacao en polvo y enrollar en la palma de la mano. Conservar en la nevera.

**CONSEJO** - Sustituir el cacao en polvo por coco rallado o galletas troceadas.



## TAPENADE DE ALCACHOFAS Nº 46



300 g CORAZONES DE ALCACHOFA, EN ACEITE • 5 cl ACEITE • 1 DIENTE DE AJO • 40 g ACEITUNAS NEGRAS

**PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 5 MIN**

- 1 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade.
- 2 Mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos; a continuación, mezclar durante otros 30 segundos si es necesario.
- 3 Dejar reposar en la nevera. Servir frío con pequeños trozos de pan.

**CONSEJO** - Pueden añadirse pequeños filetes de anchoa o incluso albahaca fresca. Acompaña de forma deliciosa a pescado blanco.



## CROQUETAS DE CALABACÍN Y SALMÓN Nº 146



500 g CALABACINES • 150 g SALMÓN FRESCO • 1 PEQUEÑA CEBOLLA • 1 HUEVO • SAL • PIMIENTA • 10 cl SALSA DE SOJA • 5 cl VINAGRE DE ARROZ • 1 CUCHARADA DE ACEITE • 1 CUCHARADA DE SALSA DE PESCADO • 1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE SÉSAMO • 1 PIZCA DE PIMENTÓN DULCE

**PERSONAS 30 DUMPLINGS PEQUEÑOS – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 40 MIN**

- 1 Prepare 30 cuadrados de película transparente: 15 x 15 cm. Cortar en dados los calabacines, el salmón y la cebolla. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Añadir el huevo y condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 10 durante 10 segundos.
- 2 Formar unas 30 croquetas pequeñas con la mezcla y luego envolverlas de forma individual en película transparente.
- 3 Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina y colocar un primer lote de croquetas enrollados en la cesta de vapor. Iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min. Repetir este paso hasta que se hayan cocinado todos los croquetas.
- 4 Dejar enfriar antes de retirarlas de la película transparente. Mezclar todos los ingredientes para la salsa y servir con las croquetas.



## BRIOCHE DE PASCUA RUSO Nº 246



13 cl LECHE SEMIDESNATADA • 12 g LEVADURA QUÍMICA • 2 YEMAS DE HUEVOS • 300 g HARINA • 5 g SAL • 240 g AZÚCAR • 5 g EXTRACTO DE VAINILLA • 40 g MANTEQUILLA • 75 g FRUTA EN CONSERVA • 75 g ALMENDRAS TROCEADAS • PELADURA DE 1 NARANJA • 1 CLARA DE HUEVO • ZUMO DE MEDIO LIMÓN

**PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 40 MIN – REPOSO 2 H**

- 1 Poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Cocinar a velocidad 5 a 35°C durante 3 min.
- 2 Añadir las yemas de huevo, la harina, la sal, 40 g de azúcar, la vainilla y la mantequilla blanda cortada en dados. Iniciar el programa de masa P2.
- 3 Después de 40 min. retirar la mezcla y estirarla sobre una encimera embadurnada de harina. Añadir la fruta en conserva, las almendras, la peladura de naranja y enrollar la mezcla sobre sí misma. Cortar en rodajas de 5 cm y colocarlas unas junto a otras en un molde untado de mantequilla y harina.
- 4 Cubrir con un paño de cocina y dejar reposar durante 2 h.
- 5 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6); a continuación, hornear durante 40 min.
- 6 Batir la clara de huevo y añadir de forma gradual el resto del azúcar refinado y el zumo de limón. Utilizando a pincel, cubrir el bollo con esta mezcla. Dejar enfriar antes de servir.





70g PAN INTEGRAL • 10cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 BOLSITA DE HUEVAS DE BACALAO AHUMADO (150G) • 20cl ACEITE DE GIRASOL

**PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 10 MIN**

- 1 Poner a remojo el pan integral en la leche durante unos minutos y luego escurrir.
- 2 Quitar la piel de los huevos y luego cortarlos en dados.
- 3 Poner el pan, la leche y los huevos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 10 durante 2 - 3 min. Añadir gradualmente el aceite de girasol. Detener el robot después de 2 - 3 min, la Tarama debería tener la consistencia de la mayonesa.
- 4 Dejar reposar en la nevera. Servir frío y comer con tortitas.

**CONSEJO** - Añadir zumo de limón o wasabi para realzar el sabor de la tarama. Las huevas de bacalao pueden comprarse en una pescadería o en una buena tienda de comestibles.



1 kg FILETES DE COLA DE RAPE • 3 DIENTES DE AJO • 3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 2 CUCHARADAS DE PIMENTÓN DULCE • 2 CUCHARADAS DE COMINO • ZUMO DE 1/2 LIMA • 15cl CALDO DE POLLO • 12g CILANTRO FRESCO • 12g PEREJIL DE HOJA PLANA • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • SAL

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 25 MIN**

- 1 Pelar los dientes de ajo y cortarlos en dos. Poner en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 30 segundos. Utilizando una espátula llevar el ajo al centro.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite de oliva, una pizca de sal, el pimentón dulce, el comino y el zumo de lima. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 3 min.
- 3 Durante este tiempo, cortar el pescado en dados. Al final del programa añadir el pescado, la Maízena® que se ha disuelto en el caldo de caldo y las hierbas. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95°C durante 20 min.
- 4 Al final de la cocción servir inmediatamente.

**CONSEJO** - El rape se puede sustituir por gambas o pollo.



1 kg QUESO BLANCO (40% DE GRASA) • 200g AZÚCAR • 3 YEMAS DE HUEVO • 15g AZÚCAR AVAINILLADO • 10cl NATA LÍQUIDA • 100g MANTEQUILLA BLANDA • 50g PASAS • 50g FRUTA EN CONSERVA

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 20 MIN – COCCIÓN 5 MIN – REPOSO 1 NOCHE + 4 H**

- 1 Escurrir bien el queso blanco utilizando un colador fino. Poner el azúcar y las yemas de huevo en el robot de cocina equipado con la batidora y mezclar a velocidad 6 durante 2 min. Añadir el azúcar avainillado y la nata líquida e iniciar el robot de cocina a velocidad 3 a 100 °C durante 4 min.
- 2 Añadir la mantequilla cortada en rodajas finas, el queso blanco, las pasas y la fruta en conserva (apartar algunas para la decoración final). Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Utilizando una espátula, llevar la mezcla al centro y mezclar durante 1 minuto más.
- 3 Verter la mezcla en un paño y colocarla en un colador. Dejar escurrir por la noche.
- 4 Al día siguiente, poner la mezcla en un molde. Poner en la nevera durante 3 - 4 h antes de servir.





200g TOMATES SECOS • 2 DIENTES DE AJO • 30g PIÑONES • 25cl ACEITE DE OLIVA • 40g ALBAHACA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo. Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablada. Mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos.
- 2 Utilizando una espátula, raspar los bordes del robot de cocina y llevar la mezcla al centro. Mezclar de nuevo durante 10 segundos (si se desea una textura muy suave, mezclar una vez más).
- 3 Poner la mezcla en un tarro y conservar en la nevera. Servir sobre una rebanada de pan o sobre pasta.

**CONSEJO** - Cubrir la superficie con aceite de oliva y esta mezcla se conservará en la nevera durante 3 semanas o un mes.



## CORDERO CON VERDURAS DE PRIMAVERA



800g CORDERO • 60g CEBOLLETAS • 3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 40cl CALDO DE TERNERA • 250g ZANAHORIAS • 100g HABAS O GUI SANTES FRESCOS • 50g RAMAS DE APIO • 1 CUCHARADA DE HARINA • SAL

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 1 h 35

- 1 Cortar la carne. Poner la carne, el aceite y sal en el robot de cocina equipado con el mezclador e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Pelar y cortar las zanahorias y el apio.
- 2 Al final del programa esparcir la harina por el cordero y añadir las cebollas, las zanahorias, el apio y el caldo de ternera. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 1 h 10 min.
- 3 A continuación, añadir las habas o los guisantes y reiniciar el programa de cocción lenta P2 durante 20 min.
- 4 Al final de la cocción servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Variar las verduras según la temporada.



## TARTA DE MANZANA



4 MANZANAS • 3 HUEVOS • 180g AZÚCAR MORENO • 125g HARINA • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA • CANELA • RON

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Untar con mantequilla el fondo de un molde de borde alto, de tamaño estándar.
- 2 Pelar las manzanas, trocearlas y esparcirlas en el molde.
- 3 Poner los huevos, el azúcar moreno, la harina, la vainilla, la canela y el ron en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el programa de masa P3.
- 4 Al final de la cocción verter la mezcla en el molde. Hornear durante unos 40 min. Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Un molde desmontable hará más fácil esta receta.



## CAPPUCCINO DE CALABAZA Nº 49



500g CALABAZA • 20g CHALOTAS • 1/2 PASTILLA DE CALDO DE POLLO • 50g BEICON • 20cl NATA LÍQUIDA

**PERSONAS 2/4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN**

- 1 Trocear la calabaza moscada. Cortar las chalotas en cuatro trozos.
- 2 Poner las verduras en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Añadir la pastilla de caldo y el beicon y verter en 60 cl de agua. Iniciar el programa de sopa P1. Al final del programa añadir la nata y mezclar a velocidad 11 durante 40 segundos. Servir caliente.

**CONSEJO** - Para una versión más refinada, sustituir el beicon por foie gras y añadirlo al mismo tiempo que la nata.



## SATAY DE TERNERA Nº 149



500g TERNERA (FILETE DE CADERA) • 1 DIENTE DE AJO • 150g CEBOLLAS • 5cl ACEITE DE CACAHUETE • 40g SATAY • 250g TOMATES PELADOS, (EN CONSERVA) • 10cl SALSA DE SOJA • 10cl CALDO DE POLLO (OPCIONAL) • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • PIMIENTA

**PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 1 H**

- 1 Pelar el ajo y cebollas y ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Cortar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Cortar la ternera en tiras finas.
- 3 Al final del programa añadir la ternera, el satay, los tomates, la salsa de soja y la Maízena® disuelta en el caldo y condimentar con pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 55 min.
- 4 Al final de la cocción servir con arroz blanco.

**CONSEJO** - Si se desea un plato más picante, añadir más satay.



## PAN DE PLÁTANO Nº 249



100g MANTEQUILLA BLANDA • 100g AZÚCAR MORENO • 2 HUEVOS • 5cl NATA LÍQUIDA • 120g VIRUTAS DE CHOCOLATE • 220g HARINA • 2 CUCHARADAS RASAS DE LEVADURA QUÍMICA • 2 PLÁTANOS (250G APROX)

**PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner los dados de mantequilla, el azúcar, los huevos, la nata líquida, la harina y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio para amasar/ picar. Iniciar el programa de masa P3.
- 3 Pelar los plátanos y cortarlos en trozos gruesos. Al final del programa añadir las virutas de chocolate; a continuación, mezclar a velocidad 6 durante 40 segundos.
- 4 Verter la mezcla en un molde con papel para horno y hornear durante unos 45 min. Si el pastel se está dorando demasiado al final de la cocción, bajar la temperatura del horno a 160°C (pos. termostato 5).
- 5 Dejar enfriar; a continuación, sacar.

**CONSEJO** - Utilizar plátanos muy maduros para esta receta. Puede hacerse con caramelo troceado.



## CHUPITOS DE MELOCOTÓN Nº 50

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN



600g MELOCOTONES FRESCOS • 120g MIEL • 10cl VINAGRE DE JEREZ • 10 RAMITAS DE MENTA • 1 CUCHARADA DE TABASCO® • 150g FILETE DE PATO AHUMADO

- 1 Pelar los melocotones, cortarlos en cuatro trozos y colocarlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Añadir la miel, 10 cl de vinagre y cocinar rápidamente a velocidad 1 a 100°C durante 15 min.
- 2 Al final de la cocción, añadir la menta y Tabasco®, y mezclar a velocidad 10 durante 30 segundos. Si se prefiere una consistencia más suave, mezclar durante a otros 30 segundos.
- 3 Dejar enfriar. Distribuir la mezcla entre los vasos de cristal y colocar lonchas finas de pato por encima y servir.

**CONSEJO** - Esta receta puede hacerse con albaricoques, higos o mangos y el pato se puede sustituir por jamón o salmón ahumado.



## TERNERA A LA BOURGUIGNON Nº 150

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 2 H 10 - REPOSO 12 H



1 kg TERNERA (FILETE DEL CUARTO DELANTERO) • 50cl VINO TINTO • 1 CEBOLLA • 250g ZANAHORIAS • 2 DIENTES DE AJO • 50g BACON • 5cl ACEITE • 25g HARINA • 40cl CALDO DE TERNERA • 1 BOUQUET GARNI (MANOJO DE HIERBAS AROMÁTICAS)

- 1 La noche antes, cortar la carne en dados, ponerla en un cuenco y añadir vino tinto. Cubrir y enfriar por la noche.
- 2 Al día siguiente, pelar la cebolla y ponerla en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 15 segundos.
- 3 Pelar las zanahorias y cortarlas en dados. Pelar el ajo. Sustituir la cuchilla por el mezclador. Añadir las zanahorias, el ajo, el bacon y el aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 8 min.
- 4 Mientras tanto, rebozar la carne en la harina. Una vez finalizada la cocción, añadir el caldo de ternera, la carne, el vino tinto y el bouquet garni. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 2 h.
- 5 Comer caliente con patatas al vapor o tagliatelle.

**CONSEJO** - Pueden añadirse aceitunas negras y algo de tomate, para darle el aspecto de un estofado.



## POSTRE DE VAINILLA Nº 250

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 12 MIN - ENFRIAMIENTO 3 H



6 YEMAS DE HUEVO • 60g AZÚCAR • 50cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA • 12g GELATINA (5 A 6 LÁMINAS) • 200g FRUTOS ROJOS

- 1 Poner las yemas de huevo y el azúcar en el robot de cocina equipado con la batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Añadir la leche y la vainilla e iniciar el programa de postres a 85°C durante 12 min. sin el tapón.
- 2 Durante este tiempo, cubrir un molde redondo con película transparente. Poner las láminas de gelatina en un cuenco de agua fría y dejarlas en remojo durante 5 min.
- 3 Al final del programa, escurrir la gelatina y añadirla al robot de cocina. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Verter el postre en el molde y ponerlo en la nevera durante a 3 h como mínimo.
- 4 Extraer a un plato y colocar los frutos rojos por encima del postre.

**CONSEJO** - Si se desea dar sabor a los postres, añadir coulis de frutos rojos y cacao en polvo al mismo tiempo que la gelatina.





## CREMA DE ROQUEFORT Y PERAS — N° 51



300g PERAS • 120g ROQUEFORT • 150g RICOTTA • 20cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar las peras y cortarlas en dados. Repartirlas de forma homogénea en el fondo de vasos de cristal.
- 2 Poner el roquefort, el queso ricotta y la nata líquida en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 30 segundos. Utilizando la espátula, llevar la mezcla al centro y picar de nuevo a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 3 Repartir la mezcla obtenida entre los vasos de cristal y conservar en la nevera. Servir frío.

**CONSEJO** - El roquefort se puede sustituir por queso de cabra.



## ESTROGONOFF DE TERNERA — N° 151



500g TERNERA (FILETE) • 250g CHAMPIÑONES • 60g CEBOLLAS • 2cl ACEITE DE OLIVA • 90g PASTA DE TOMATE • 5g PIMENTÓN DULCE • 20cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 25 MIN

- 1 Cortar los champiñones y la carne en lonchas finas. Pelar la cebolla, y ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla ultrablade por el accesorio mezclador, añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Añadir la carne, la pasta de tomate y 2 cucharadas de agua. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 100°C durante 10 min.
- 3 Añadir los champiñones y el pimentón dulce. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de lenta P3 a 100°C durante 10 min. Al final de los 5 min., añadir la nata líquida. Servir caliente.

**CONSEJO** - Se puede cocinar más tiempo si se desea la carne muy hecha. Pueden utilizarse champiñones en conserva.



## PASTEL DE ZANAHORIA — N° 251



300g ZANAHORIAS • 3 HUEVOS • 190g AZÚCAR MORENO • 260g HARINA • 1/2 CUCHARADA DE CANELA • 1/2 CUCHARADA DE NUEZ MOSCADA • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11 G) • 25cl ACEITE DE GIRASOL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 1 h 30

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Pelar las zanahorias, y colocarlas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 20 segundos. Dejar a un lado en un cuenco separado.
- 2 Poner todos los demás ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar e iniciar el programa de masa P3 durante 3 min.
- 3 Al final del programa añadir las zanahorias y mezclar a velocidad 6 durante 20 segundos. Cubrir un molde con papel para horno y verter la mezcla. Hornear durante aprox. 1 h y 30 min. Para comprobar si está hecho pinchar con un cuchillo, la hoja debería salir limpia.

**CONSEJO** - Dejar enfriar antes de desmoldar Utilizar el doble de canela para un sabor más intenso.



## CREMA DE HINOJO Y SALMÓN Nº 52



200 g HINOJO • 150 g SALMÓN AHUMADO • 120 g MASCARPONE • 30 g ENELDO • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN**

- 1 Cortar el hinojo muy fino. Verter el agua en el robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Poner el hinojo en la cesta vapor. Poner la cesta en el robot de cocina e iniciar el programa vapor P1 durante 15 min.
- 2 Al final de la cocción, esperar a que el hinojo se enfríe y vaciar el agua del robot de cocina. Acoplar la picadora ultrablade. Poner todos los ingredientes en el robot de cocina y picar a velocidad 11 durante 30 segundos. Utilizando la espátula, llevar la mezcla al centro del bol. Mezclar durante otros 10 segundos.
- 3 Poner la crema en los vasos de cristal y enfriar antes de comer.

**CONSEJO** - Reservar 10 g de salmón y unas cuantas lonchas de hinojo para adornar. Servir untado en tostadas como aperitivo.



## PATO A LA NARANJA Nº 152



1 kg PATO (1 MUSLO CORTADO EN 2 + 2 FILETES) • 1 CHALOTA • 1 CEBOLLA • 1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA • 15 cl ZUMO DE NARANJA • 5 cl OPORTO • 20 g MIEL • 10 cl CALDO DE POLLO • 10 g MAÍZENA® • PELADURA DE 1 NARANJA • SAL

**PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN**

- 1 Retirar la piel de los filetes de pato y cortarlos filetes en 6 trozos.
- 2 Pelar la chalota y la cebolla y cortarlas en trozos gruesos. Ponerlas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la cuchilla ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir aceite de oliva y el pato troceado e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 4 Al final del programa llevar la mezcla obtenida al centro. Añadir el zumo de naranja, el oporto, la miel y la Maízena® mezclada en el caldo de pollo y la peladura de naranja. Condimentar con sal e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 40 min.
- 5 Al final de la cocción, servir con puré de apio o arroz.



## TARTA DE FRESA Nº 252



400 g FRESAS • 8 g GELATINA • 18 BIZCOCHOS • 15 cl SIROPE DE FRESA • 200 g QUESO FRESCO DE BURGOS BAJO EN GRASA • 100 g MASCARPONE • 60 g AZÚCAR • ZUMO DE UN LIMÓN

**PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 25 MIN - REPOSO 4 H**

- 1 Poner a remojo la gelatina en un cuenco con agua fría durante 20 min. Escurrirla y echarla en el zumo de limón. Ponerla en el microondas durante 30 segundos para derretirla. Mojar los bizcochos en el sirope de fresa y ponerlos en el fondo de un molde para tarta.
- 2 Retirar los rabillos de las fresas y cortar las fresas en cuatro trozos. Conservar 100 g en un cuenco separado.
- 3 Poner el queso fresco, el mascarpone, 300 g de fresas, el azúcar y el zumo de limón en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Mezclar a velocidad 5 durante 1 min. En caso necesario, llevar la mezcla al centro del bol utilizando la espátula y mezclar durante otros 30 segundos.
- 4 Verter la mezcla en el molde para tartas de fresa y dejar reposar en la nevera durante 4 h como mínimo.
- 5 Servir adornándolo con fresas frescas.





## FLAN DE ZANAHORIA Y COMINO Nº 53



350g ZANAHORIAS • 1 CEBOLLA PEQUEÑA • 4 HUEVOS • 20cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 30g MAÍZENA® • 1 CUCHARADA DE COMINO • 80g GRUYER • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 160°C (pos. termostato 5). Untar de mantequilla 6 moldes individuales aptos para horno.
- 2 Pelar las zanahorias y cebolla y cortarlas en dados. Ponerlas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 3 Añadir los huevos batidos, la nata líquida y la Maízena®. Condimentar con sal y pimienta y picar a velocidad 7 durante 45 segundos. Añadir el comino y el gruyer rallado y a continuación picar a velocidad 6 durante 10 segundos.
- 4 Repartir la mezcla entre los recipientes individuales y hornear en un baño María durante unos 30 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Se puede mezclar el gruyer en el robot de cocina a velocidad 12 durante 30 segundos con la picadora ultrablade.



## COL RELLENA A LA RUSA Nº 153



30 HOJAS DECOL BLANCA • 60g CEBOLLAS • 3 DIENTES DE AJO • 300g CERDO (PALETILLA, LOMO) • 100g PANCETA • 100g ARROZ BLANCO COCIDO • 1 MANOJO DE PEREJIL • 10 SEMILLAS DE CILANTRO • 500g TOMATES TRITURADOS, EN CONSERVA • 30cl CALDO • ACEITE • MANTEQUILLA • SAL

**PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 20 MIN – COCCIÓN 1 h 15**

- 1 Escaldar las hojas de repollo durante unos minutos en una cacerola grande con agua.
- 2 Pelar la cebolla y el ajo y cortar el cerdo en dados. Poner el cerdo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade, picara velocidad 12 durante 20 segundos. Pasarlo a un cuenco. Poner las cebollas y el ajo en el robot de cocina y picarlos a velocidad 12 durante 10 segundos. Añadir la panceta y picardurante 10 segundos. Añadir el cerdo picado, el arroz, el perejil y las semillas de cilantro y picar a velocidad 10 durante 20 segundos. Entre paso y paso, llevar la mezcla al centro del robot de cocina utilizando la espátula.
- 3 Llenar las hojas de col con este relleno y enrollar.
- 4 En una cacerola, dorar los rollos por todos los lados con un poco de aceite y mantequilla. Reservar. Verter los tomates con su jugo y el caldo en una cacerola. Poner a hervir; a continuación, bajar el fuego y añadir los rollos. Cocinar durante 1 h, con la tapa puesta.



## FONDANT DE RICOTTA Y ALBARICOQUE Nº 253



3 HUEVOS • 90g AZÚCAR MORENO • 200g ALMENDRAS MOLIDAS • 30g MAÍZENA® • 1/2 CUCHARADA DE BICARBONATO DE SODIO • 1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA • 250g RICOTTA • 150g ALBARICOQUES FRESCOS

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 50 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Cubrir la base de un molde de borde alto con papel para horno.
- 2 Poner los huevos, el azúcar moreno, las almendras molidas, Maízena®, el bicarbonato de sodio, el aceite de oliva y el queso ricotta en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar. Iniciar el programa masa P3.
- 3 Lavar los albaricoques y cortarlos en cuatro trozos. Al final del programa introducirlos por la abertura del aparato y mezclar a velocidad 6 durante 1 min.
- 4 Verter la mezcla en el molde y hornear durante unos 50 min. Si el pastel se está dorando demasiado al final del horneado, cubrir con papel de aluminio
- 5 Al final del horneado, dejar enfriar y retirar del molde.

**CONSEJO** - Sustituir los albaricoques por frambuesas congeladas, ciruelas o cualquier otra fruta.





## BERENJENAS CON PARMESANO N° 54



1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 15g ACEITE DE OLIVA • 500g SALSA DE TOMATE • 30g PASTA DE TOMATE • 1 CUCHARADA DE ORÉGANO • 600g BERENJENAS • 50g PARMESANO • 120g MOZZARELLA • 100g PAN RALLADO • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 35 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos gruesos, colocarlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Cortar a velocidad 11 durante 30 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador, añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Añadir la salsa y la pasta de tomate, el orégano, la sal y la pimienta y mezclar utilizando la espátula.
- 3 Cortar las berenjenas a lo largo en lonchas finas. Freír durante unos minutos en una sartén y ponerlas en papel de cocina. Embadurnar de aceite una fuente para horno y añadir una capa de berenjenas; a continuación, cubrirlas con la salsa de tomate. Repetir este paso hasta que se hayan utilizado toda la cantidad de ingredientes. Añadir el parmesano y la mozzarella en lonchas y cubrir con pan rallado. Hornear durante 30 min.

**CONSEJO** - Esta receta se puede hacer con calabacines.



## CHILE CLÁSICO N° 154



500g TERNERA PICADA • 2 DIENTES DE AJO • 1 PIMIENTO ROJO • 1 CHILE ROJO PEQUEÑO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE COMINO MOLIDO • 2 CEBOLLAS • 600g PULPA DE TOMATE • 20g PASTA DE TOMATE • 500g FRIJOLAS, EN CONSERVA • SAL

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 40 MIN**

- 1 Pelar el ajo, cortar el pimiento en dos y quitar las semillas y la parte blanca. Poner el pimiento, el ajo y todo el chile en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Cortar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir el accesorio de amasar/picar por el accesorio mezclador. Añadir el aceite y comino; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 8 min.
- 3 Pelar las cebollas y cortarlas en rodajas. Después de 8 min, añadir la pulpa de tomate, las cebollas, la ternera picada, la pasta de tomate, los frijoles y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 35 min.
- 4 Al final de la cocción servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Si se quiere una salsa más líquida, añadir 20 cl de caldo durante la cocción.



## TARTA DE YOGUR CON FRUTAS SECAS N° 254



1 YOGUR NATURAL (125 G) • 170g HARINA • 250g AZÚCAR • 70g ACEITE • 3 HUEVOS • 1 VASO DE FRUTOS SECOS (PASAS, HIGOS, DÁTILES) • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11g) • 1 CUCHARADA DE ESENCIA DE VAINILLA

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 30 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner el yogur, la harina, el azúcar, el aceite, los huevos, las frutas secas, la levadura y la esencia en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P3.
- 3 Cubrir un molde de borde alto con papel para horno.
- 4 Al final del programa verter la mezcla en el molde y hornear durante unos 30 min.
- 5 Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Si se prefiere dejar las frutas secas enteras, añadirlas al final del programa y mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos.



## PRETZELS

Nº 55



8g LEVADURA QUÍMICA • 20cl LECHE DESNATADA • 650g HARINA BLANCA • 10g AZÚCAR • 5g SAL FINA • 60g MANTEQUILLA • 50g BICARBONATO DE SODIO • 1 YEMA DE HUEVO

10 UNIDADES - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 25 MIN - REPOSO 45 MIN

- 1 Poner la levadura y 18 cl de agua y la leche en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Cocinar a velocidad 3 a 35°C durante 3 min.
- 2 Acto seguido, añadir la harina, el azúcar, la sal y la mantequilla cortada en dados. Colocar el tapón e iniciar el programa masa P1 durante 2 min. y 30 segundos.
- 3 Al final del programa, hacer rollos largos, dar la forma a los pretzels y dejar sobre una fuente cubierta con papel para horno. Dejar reposar durante 45 min, lejos de corrientes de aire.
- 4 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7). Poner a hervir 1 L de agua y el bicarbonato de sodio, sumergir los rollos en el agua hirviendo durante 5 s, uno tras otro. Untar con yema de huevo los pretzels utilizando un pincel y hornear durante unos 15 - 20 min.

**CONSEJO** - *Esparcir semillas de sésamo y sal gruesa.*



## CROQUETAS POJARSKI

Nº 155



600g PECHUGA DE POLLO • 100g PAN INTEGRAL • 50g NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • 1 HUEVO • 100g PAN RALLADO • 100g HARINA • ACEITE • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Poner el pan integral en un cuenco y añadir la nata líquida para cocinar
- 2 Cortar el pollo en dados y poner en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 9 durante 30 segundos. Añadir el pan en remojo (desechar el resto de la nata), el pimentón dulce y aderezar con sal. Mezclar utilizando la espátula y mezclar durante 10 o 20 segundos para una consistencia más fina. Enfriar la mezcla durante 1 h como mínimo.
- 3 Formar masas sólidas de pollo usando las manos, enrollar en la harina, el huevo batido y, por último, en el pan rallado.
- 4 Dorar ligeramente durante unos 15 min en una sartén con un poco de aceite.

**CONSEJO** - *Se puede dar sabor con hierbas frescas o especias.*



## TARTA DE CASTAÑAS Y ALMENDRAS

Nº 255



70g HARINA DE ARROZ • 70g HARINA DE CASTAÑA • 80g PURÉ DE ALMENDRAS • 8cl LECHE DE ALMENDRAS • 60g AZÚCAR MORENO • 2 HUEVOS • 8g DE LEVADURA QUÍMICA • 50g FRUTAS SECAS (HIGOS, ALBARICOQUES)

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 35 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/triturar. Iniciar el programa masa P3.
- 3 Cubrir un molde con papel para horno. Al final del programa verter la mezcla en el molde.
- 4 Hornear durante unos 35 min. Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - *Pueden añadirse virutas de chocolate o se puede sustituir el puré de almendras por miel de castañas.*





## NAANS DE QUESO

Nº 56



300 g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11 g) • 1 PIZCA DE SAL • 1 CUCHARADA DE ACEITE NEUTRO • 1 YOGUR NATURAL (125 g) • 6 PORCIONES DE QUESITO TIPO KIRI® (120 g)

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 5 MIN

- 1 Poner la harina, la levadura, la sal, 10 cl de agua, aceite y el yogur en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar. Iniciar el programa masa P1 durante 1 min.
- 2 Precaliente su horno a 260°C. Divida la pasta en 6 bolas, extiéndalas. Ponga el queso en medio y cierre la pasta en triángulo o en redondo. Enrolle de nuevo los naans con un rodillo de repostería: ponga los naans sobre una placa y hornee durante alrededor de 5 minutos. Pruebe caliente.
- 3 Calentar una sartén antiadherente a fuego alto y cocinar los naans durante unos 2 min por cada lado. Servir caliente.

**CONSEJO** - Estos panes indios son perfectos con currys o como aperitivo. Puede esparcir curry en polvo por encima para servir.



## CURRY DE CORDERO

Nº 156



800 g CORDERO (PALETILLA, SIN HUESO) • 1 CEBOLLA • 2 DIENTES DE AJO • 6 cl ACEITE DE OLIVA (50 G) • 2 CUCHARADAS DE CURRY EN POLVO • 25 cl LECHE DE COCO • 200 g SALSA DE TOMATE • 30 cl CALDO DE POLLO • 50 g MANZANA VERDE • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar el ajo y la cebolla y ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Cortar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite y el curry en polvo en el bol e iniciar el programa de cocción lenta P1, a 130°C durante 5 min.
- 3 Cortar el cordero en dados grandes. Después de 5 min, añadir el cordero, la leche de coco, la salsa de tomate y el caldo y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min.
- 4 Pelar la manzana y cortarla en dados. Al final de la cocción, servir inmediatamente con la manzana cortada

**CONSEJO** - Servir este plato con arroz basmati.



## SMOOTHIE DE MANGO

Nº 256



250 g MANGO BIEN MADURO • 40 cl LECHE DE COCO

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar el mango y retirar el hueso.
- 2 Poner en el bol del robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir la leche de coco y picar durante 1 min. a velocidad 12.
- 3 Servir frío.

**CONSEJO** - Puede añadirse un cubito de hielo al mismo tiempo que la leche de coco para tener un smoothie más frío. Esta bebida también se puede hacer con leche de almendras.





80g HOJAS DE ALBAHACA • 3 DIENTES DE AJO • 50g PARMESANO • 50g PIÑONES • 20cl ACEITE DE OLIVA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo. Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade.
- 2 Picar a velocidad 12 durante 10 segundos. Utilizando una espátula, raspar los bordes del bol y llevar la mezcla al centro. Picar de nuevo durante 10 segundos (si se desea una textura muy suave, mezclar una vez más).
- 3 Echar la mezcla en un cuenco y ponerlo en la nevera.

**CONSEJO** - Sustituir la mitad de la albahaca por pistachos o rúcula para un pesto más original.



## CARRILLERAS DE TERNERA CON VINO TINTO Y VERDURAS DE INVIERNO

Nº 157



800g CARRILLERAS DE TERNERA • 50cl VINO TINTO • 1 CEBOLLA • 200g ZANAHORIAS • 200g PATATAS (AGATA, CHARLOTTE) • 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 1 DIENTE DE AJO • 50g BACON • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • 50cl CALDO DE TERNERA • 1 MANOJO DE HIERBAS AROMÁTICAS (LAUREL, PEREJIL, ETC.) • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 2 H - REPOSO 12 H

- 1 La noche antes, poner las carrilleras de ternera y el vino tinto en una fuente. Cubrir con película transparente y marinar en la nevera por la noche.
- 2 Al día siguiente cortar la carne en dados. Escurrir el vino y apartarlo. Pelar la cebolla, el ajo, las patatas y las zanahorias y cortarlos en dados. Poner la cebolla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la cuchilla por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva, el ajo, el bacon y las verduras. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 4 Disolver la Maízena® en el caldo de ternera. Al final del programa añadir la ternera, la Maízena® disuelta, el manojo de hierbas aromáticas y el vino tinto. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 2 h. Servir caliente.



## TARTA DE PERAS Y AVELLANAS

Nº 257



250g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11 g) • 175g MANTEQUILLA • 3 HUEVOS • 100g AZÚCAR MORENO • 120g AVELLANAS MOLIDAS • 6 MITADES DE PERAS EN ALMÍBAR

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, la levadura, la mantequilla cortada en dados, los huevos, el azúcar y las avellanas trituradas en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P3.
- 3 Cubrir un molde con papel para horno.
- 4 Cortar las peras en dados. Al final del programa añadir las peras al robot de cocina y mezclar a velocidad 6 durante 15 segundos.
- 5 Verter la mezcla en el molde y hornear durante 40 - 45 min.
- 6 Dejar enfriar, sacar y servir en lonchas.

**CONSEJO** - Pueden añadirse virutas de chocolate. Esta receta también se puede hacer con una mezcla de manzanas y nueces o albaricoques y almendras.



## MAYONESA BAJA EN GRASA Nº 58



1 YEMA DE HUEVO • 1 CUCHARADA DE MOSTAZA • 1 CUCHARADA DE VINAGRE • 10 cl ACEITE DE OLIVA • 200 g QUESO FRESCO DE BURGOS 0% DE GRASA • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN**

- 1 Poner la yema de huevo, la mostaza y el vinagre en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Condimentar con sal y pimienta. Poner el robot a velocidad 7 y verter gradualmente el aceite. Una vez preparada la mayonesa, detener el robot.
- 2 Añadir el queso blanco y mezclar a velocidad 7 durante 30 s - 1 min.
- 3 Conservar en frío hasta su consumo.

**CONSEJO** - Esta mezcla contiene yema de huevo cruda y debería comerse inmediatamente. Pueden añadirse especias (pimentón dulce, curry en polvo) o hierbas frescas (eneldo, etc.).



## CONEJO CON CIRUELAS Nº 158



750 g CONEJO CORTADO EN DADOS • 50 g CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 100 g PANCETA • 180 g CIRUELAS • 25 cl CALDO DE TERNERA • 25 cl VINO BLANCO • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • SAL

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 50 MIN**

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva y la panceta; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el conejo, las ciruelas, el caldo de ternera, el vino blanco y la Maízena® y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min. Durante los primeros 5 min. quitar el tapón para que se evapore el alcohol.
- 4 Al final de la cocción, servir inmediatamente con pasta.



## BLONDIES DE CHOCOLATE BLANCO CON FRUTOS ROJOS Nº 258



200 MANTEQUILLA • 300 g CHOCOLATE BLANCO • 200 g HARINA • 200 g AZÚCAR • 6 HUEVOS • 150 g FRUTOS ROJOS • 150 g NUECES

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 55 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner la mantequilla y chocolate troceado en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Iniciar a velocidad 3 a 45°C durante 7 min. Comprobar si el chocolate está correctamente derretido, de lo contrario continuar durante 2 min.
- 2 Sustituir el accesorio mezclador con el accesorio de amasar/picar. Añadir la harina, el azúcar y el huevo y luego iniciar el programa masa P3.
- 3 Cubrir un molde de horno cuadrado con papel para horno. Cuando la mezcla esté preparada, añadir los frutos rojos y nueces. Mezclar a velocidad 6 durante 30 segundos.
- 4 Verter la mezcla en el molde y hornear durante unos 45 min. Si el pastel pastel se está dorando demasiado al final del horneado, cubrir con papel aluminio. Dejar enfriar y luego sacar.

**CONSEJO** Los frutos rojos pueden ponerse por encima de la mezcla.





## SOPA CREMOSA DE GAMBAS Nº 59



400g GAMBAS CRUDAS, ENTERAS • 50g PATATAS • 1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 60g HINOJO • 50g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 400g SALSA DE TOMATE • 5 cl VINO BLANCO • 20 cl CALDO DE PESCADO • 5 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • PIMIENTA ROJA • CEBOLLINOS • PICATOSTES • SAL

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 25 MIN**

- 1 Pelar las patatas y cortarlas en cuatro trozos. Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos gruesos.
- 2 Poner la cebolla, el ajo, el aceite y las gambas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. sin el tapón.
- 3 Añadir el hinojo, las patatas, los puerros, la salsa de tomate, el vino blanco, el caldo de pescado, la pimienta roja y la sal. Iniciar el programa de cocción lenta P3 durante 20 min sin el tapón.
- 4 Al final de la cocción, añadir la nata líquida y pulsar la opción Pulse durante 1 minuto.
- 5 Escurrir la mezcla obteniendo la mayor cantidad posible de sopa. Servir caliente o frío con picatostes y con cebollinos esparcidos por encima.

**CONSEJO** - Hacer esta sopa con pescado blanco.



## ESTOFADO DE CONEJO Y CITRONELA Nº 159



1 kg MUSLO DE CONEJO • 4 CHALOTAS MEDIANAS • 20g CITRONELA FRESCA (2 RAMITAS) • 15g JENGIBRE FRESCO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 10 cl ZUMO DE LIMA • 40 cl CALDO DE TERNERA • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • SAL

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 50 MIN**

- 1 Pelar las chalotas y el jengibre y luego cortar en lonchas finas la citronella. Poner estos ingredientes y el jengibre en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 1 min.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el mezclador. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el conejo, el zumo de lima, el caldo de ternera y la Maízena® y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min.
- 4 Al final de la cocción servir inmediatamente con el arroz.

**CONSEJO** - VEI conejo se puede sustituir por pollo. Si no se encuentra jengibre fresco, utilizar una cucharada de jengibre molido.



## FONDANT DE CHOCOLATE Nº 259



200g CHOCOLATE NEGRO • 100g MANTEQUILLA • 3 HUEVOS • 120g AZÚCAR MORENO • 150g ALMENDRAS MOLIDAS • 6g LEVADURA QUÍMICA

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 25 MIN – COCCIÓN 30 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la mantequilla y el chocolate troceado en el robot de cocina equipado con la el accesorio de amasar/picar. Conectar el robot de cocina a velocidad 3 a 45°C durante 10 min.
- 3 Añadir los huevos, el azúcar, las almendras molidas y la levadura e iniciar el programa masa P3.
- 4 Cubrir un molde de borde alto con papel para horno. Al final del programa verter la mezcla en el molde y hornear durante 20 - 30 min.
- 5 Dejar enfriar antes de comer el fondant.

**CONSEJO** - Sustituir las almendras molidas por avellanas molidas. Ajustar el tiempo de cocción según el gusto: con 15 min. será muy suave y cremoso.





## SOPA DE REMOLACHA

Nº 60



500g TERNERA • 250g REMOLACHA CRUDA • 200g COL BLANCA • 50g CEBOLLAS • 120g ZANAHORIAS • 4 DIENTES DE AJO • 5cl ACEITE • 1L CALDO DE TERNERA • 300g TOMATE TRITURADO, EN CONSERVA • 3 HOJAS DE LAUREL • PIMENTA • SAL • 100ml NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 5 RAMITAS DE ENELDO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 1 H 40

- 1 Cortar en dados la ternera y todas las verduras peladas. Poner la cebolla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el accesorio mezclador. Añadir las zanahorias, el repollo, el ajo y el aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 10 min.
- 3 Al final del programa añadir el caldo de ternera, la remolacha, el tomate y la hoja de laurel. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 1 h 30 min.
- 4 Al servir, añadir la nata líquida y el eneldo y mezclar.

**CONSEJO** - También se pueden añadir pimientos crudos al servir. Esta sopa se conserva bien y puede congelarse, sabe deliciosa recalentada.



## OSSOBUCCO

Nº 160



1 kg JARRETE DE TERNERA • 80g CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 250g ZANAHORIAS • 50g RAMAS DE APIO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 10cl VINO BLANCO • 400g TOMATES PELADOS, (EN CONSERVA) • 40cl CALDO • PELADURA DE 1 LIMÓN • 2 HOJAS DE LAUREL • 20g HARINA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 2 H 05

- 1 Pelar las cebollas y el ajo y cortarlos en trozos gruesos. Pelar las zanahorias y cortarlas en lonchas. Cortar en dados las ramas de apio.
- 2 Poner la cebolla y el ajo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite y la rama de ajo; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min. Después de 2 min. de cocción, añadir el vino blanco.
- 4 Al final del programa añadir la ternera que rebozada en la harina, las zanahorias, los tomates, el caldo, la mitad del limón y la hoja de laurel. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 2 h.
- 5 Al final de la cocción, servir con la peladura de limón restante esparcida por encima. Servir con tagliatelle.



## HELADO DE RICOTTA

Nº 260



400g RICOTTA • 10cl ZUMO DE LIMÓN • 25cl NATA LÍQUIDA PARA MONTAR • 75g AZÚCAR GLAS • 1 CLARA DE HUEVO

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 15 MIN - REPOSO 6 H

- 1 Poner la ricotta, el zumo de limón, la nata líquida para montar y el azúcar glas en el robot de cocina y mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Verter la mezcla en cubiteras y dejar reposar en el congelador durante 6 h.
- 2 Cuando los cubitos de hielo estén duros, sacar 300 g y ponerlos en el bol del robot de cocina muy frío equipado el accesorio de amasar/picar. Pulsar durante 1 min. y 30 segundos. Raspar los laterales del bol y la tapa con la espátula, añadir la clara de huevo y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 3 Comer el helado acto seguido.

**CONSEJO** - Este helado se puede servir con frambuesas frescas.



## CREMA DE PIMIENTO CON CHORIZO

Nº 61



850 g PIMIENTOS ROJOS • 1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 80 g CHORIZO • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • 10 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Lavar los pimientos, quitar las semillas y cortarlos en cuatro trozos. Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos gruesos. Cortar en dados el chorizo.
- 2 Poner los pimientos, las cebollas, el ajo, el chorizo, el pimentón dulce ahumado y la sal en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 50 cl de agua e iniciar el programa sopa P1.
- 3 Al final del programa añadir la nata líquida y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la mitad de los pimientos por tomates.



## CALAMARES A LA AMERICANA

Nº 161



1 kg ANILLAS DE CALAMAR • 1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 2 cl ACEITE • 2 cl COÑAC • 400 g SALSA DE TOMATE • 15 cl CALDO DE PESCADO • PIMIENTA ROJA • SAL • PIMIENTA • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • 20 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en cuatro trozos. Poner en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador, raspar las paredes del bol utilizando la espátula y añadir el aceite y el coñac. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Añadir los calamares, la salsa de tomate, el caldo de pescado, una pizca de pimienta roja y condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 30 min.
- 4 Disolver la Maízena® en la nata líquida y al final del programa añadir esta mezcla al robot de cocina. Reiniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 10 min.
- 5 Servir caliente junto con arroz.



## PERLAS DE TAPIOCA DE CHOCOLATE Y COCO

Nº 261



40 cl LECHE DE COCO • 40 cl LECHE SEMIDESNATADA • 50 g AZÚCAR • 50 g CHOCOLATE NEGRO • 60 g PERLAS DE TAPIOCA

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 35 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner la leche de coco, la leche semidesnatada, el azúcar y el chocolate troceado en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Cocinar a velocidad 3 a 90 °C durante 5 min sin la tapa.
- 2 Después de 5 min, añadir las perlas de tapioca e iniciar el programa postres a velocidad 3 a 95°C durante 30 min., sin el tapón.
- 3 Al final de la cocción, verter la mezcla en 6 vasos de cristal y ponerlos en la nevera durante 2 h.

**CONSEJO** - Este postre se puede servir con cerezas.





## CREMA DE ALCACHOFAS CON SETAS

Nº 62



100g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 400g ALCACHOFA • 20g RAMAS DE APIO • 1/2 CUBITO DE CALDO VEGETAL • 10cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 1 CUCHARADA DE FUNGHI PORCINI DESHIDRATADOS • SAL

PERSONAS 2/3 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar las alcachofas y cortarlas en trozos gruesos. Cortar en rodajas la parte blanca de los puerros y el apio.
- 2 Poner las alcachofas, los puerros, el apio y el cubito de caldo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 85 cl de agua. Iniciar el programa sopa P1.
- 3 Al final del programa añadir la nata líquida y los funghi porcini molidos y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos. Servir caliente.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la mitad de la alcachofa por nabo y servir esta sopa con dados de foie gras.



## POLLO CON ANACARDOS

Nº 162



750g MUSLOS DE POLLO • 100g ANACARDOS SALADOS TOSTADOS • 2 DIENTES DE AJO • 1 CEBOLLA • 300g PIMIENTOS ROJOS • 5cl ACEITE DE OLIVA • 5cl SALSA DE SOJA • 20g PASTA DE TOMATE • 25cl CALDO DE POLLO • 12g CILANTRO FRESCO • ZUMO DE MEDIO LIMÓN • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar el ajo y la cebolla. Quitar las semillas de los pimientos y cortarlos en tiras.
- 2 Poner el ajo y la cebolla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 4 Al final del programa añadir el pollo, los pimientos, la salsa de soja, la pasta de tomate, los anacardos y el caldo. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min.
- 5 Lavar y trocear el cilantro. Al final de la cocción, servir inmediatamente esparciendo el cilantro y el zumo de limón.

**CONSEJO** - Se puede añadir 1 cucharada pasta Harissa.



## SUFLÉ GRAND MARNIER®

Nº 262



4 HUEVOS • 5cl GRAND MARNIER® • 1 CUCHARADA DE HARINA(15g) • 120g AZÚCAR • 20g MANTEQUILLA

PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 20 MIN – COCCIÓN 8 MIN

- 1 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7). Separar las claras de huevo de las yemas de huevo. Poner las yemas de huevo, el Grand Marnier® y la harina en el robot de cocina equipado con la batidora. Mezclar a velocidad 7 durante 3 min. Pasar la mezcla a un cuenco más grande. Enjuagar el cuenco.
- 2 Poner las claras de huevo y 80 g de azúcar en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Mezclar a velocidad 7 durante 6 min. Embadurnar de mantequilla 6 recipientes individuales con la mantequilla blanda y esparcir por encima el azúcar restante.
- 3 Incorporar una tercera parte de las claras de huevo batidas a las yemas de huevo batiendo enérgicamente; a continuación, añadir las claras restantes y mezclar suavemente con una espátula. Llenar hasta el borde de cada recipiente. Alisar la superficie y limpiar los bordes de los recipientes individuales. Hornear durante 8 min. Servir inmediatamente.





## SOPA DE CORDERO Y TOMATES N° 63



500 g CORDERO • 100 g CEBOLLAS • 5 DIENTES DE AJO • 5 cl ACEITE • 1 L CALDO DE POLLO • 250 g TOMATES (SALSA O PELADOS) • 15 g PASTA DE TOMATE • 25 g PEREJIL • 200 g ARROZ COCIDO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 1 H 05

- 1 Cortar el cordero. Pelar las cebollas y el ajo y colocarlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 20 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el caldo, el cordero, los tomates, la pasta, el perejil y el arroz cocido. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 1 h. Servir caliente.

**CONSEJO** - Esta sopa muy densa es un plato muy nutritivo. Para un resultado más líquido, aumentar la cantidad de caldo; no superar el nivel MAX.



## POLLO A LA VASCA N° 163



750 g MUSLOS DE POLLO • 1 CEBOLLA • 2 DIENTES DE AJO • 1 PIMIENTO ROJO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 5 cl VINO BLANCO • 200 g TOMATE TRITURADO, EN CONSERVA • 25 cl CALDO DE POLLO • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 55 MIN

- 1 Pelar la cebolla y los dientes de ajo. Lavar el pimiento, pelarlo y cortarlo.
- 2 Poner el ajo, la cebolla y el pimiento en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva y el vino blanco; a continuación, iniciar el programa de cocción a fuego lento P1 a 130°C durante 8 min.
- 4 Una vez finalizada la cocción, añadir el pollo, los tomates y el caldo y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min.
- 5 Al final de la cocción servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Pueden añadirse aceitunas negras.



## SORBETE DE CÍTRICOS N° 263



50 g AZÚCAR • 20 cl ZUMO DE NARANJA • 20 cl ZUMO DE POMELO • 5 cl ZUMO DE LIMÓN • 1 CLARA DE HUEVO • 1 CUCHARADA DE AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 3 MIN - REPOSO 6 H

- 1 Poner el azúcar y 400 g de agua en el cuenco del robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Iniciar el robot a 100°C durante 3 min.
- 2 Añadir los zumos de cítricos y mezclar a velocidad 7 durante 30 segundos. Llenar unas cubiteras con esta mezcla y ponerlas en el congelador durante 6 h como mínimo.
- 3 Cuando los cubitos estén duros, poner 400g en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Pulsar durante 30 segundos. Raspar las paredes del bol con la espátula, añadir la clara de huevo y el azúcar glas. Mezclar a velocidad 10 durante 15 segundos.
- 4 Comer acto seguido o poner el sorbete en el congelador durante unos minutos si se desea que se formen bolas.

**CONSEJO** - Si el sorbete se vuelve demasiado líquido, no volver a congelarlo.



## SOPA RUSA

Nº 64



300g TERNERA • 60g CEBOLLAS • 5cl ACEITE • 80g TRIGO CANDELA • 200g PATATAS • 100g ZANAHORIAS • 1 PEPINILLO • 10g PIMIENTA EN GRANO • 20g PEREJIL • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Cortar la ternera en dados. Pelar la cebolla y ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 2 Sustituir la picadora por el accesorio mezclador y añadir aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Pelar las patatas, las zanahorias y salar; a continuación, cortar en dados de 2 cm. Al final del programa añadir todos los ingredientes con 1 L de agua. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min. Servir caliente.

**CONSEJO** - Para un resultado más líquido, aumentar la cantidad de caldo. Esta sopa se sirve acompañada de pepinillos y pepino.



## TAJÍN DE POLLO CON LIMÓN Y CILANTRO

Nº 164



750g MUSLOS DE POLLO • 2 DIENTES DE AJO • 1 CEBOLLA DULCE • 1 LIMÓN EN CONSERVA • 5cl ACEITE DE OLIVA • 400g PATATAS • 100g ACEITUNAS VERDES, SIN HUESO • 40cl CALDO DE POLLO • 12g CILANTRO FRESCO • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar el ajo y la cebolla. Cortar en trozos grandes el limón en conserva. Poner el ajo, la cebolla y el limón en conserva en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la picadora por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Pelar las patatas y cortarlas en dados.
- 4 Al final del programa añadir el pollo, las patatas cortadas, las aceitunas y el caldo y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min. Lavar y trocear el cilantro. Servir inmediatamente con cilantro esparcido por encima.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la mitad de las patatas por calabacines.



## BRIOCHE DE CHOCOLATE

Nº 264



200g PASTA DE CHOCOLATE (VÉASE EL Nº299) • 13cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 BOLSITA DE LEVADURA DE PANADERÍA FRESCA • 3 YEMAS DE HUEVO • 300g HARINA T45 • 40g AZÚCAR • 40g MANTEQUILLA EN DADOS • 50g VIRUTAS DE CHOCOLATE (OPCIONAL) • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN + 45 MIN - COCCIÓN 25 MIN - REPOSO 1 h 30

- 1 Poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y calentar a 35°C a velocidad 5 durante 3 min. Añadir la harina, 2 yemas de huevo, sal, azúcar y mantequilla. Iniciar el programa de masa P2.
- 2 Amasar a mano durante 1 minuto y enrollar utilizando un rodillo para formar un triángulo. Cortar 8 tiras y untarlas con la pasta de chocolate. Enrollar cada tira sobre sí misma y ponerlas en un molde. Dejar reposar durante 1 h y 30 min. lejos de corrientes de aire.
- 3 Precalentar el horno a 165°C (pos. termostato 5/6). Untar el brioche con la yema de huevo restante y esparcir por encima virutas de chocolate. Hornear durante 25 min.

**CONSEJO** - Sustituir la pasta de chocolate por crema de almendras, mermelada, etc.





## CREMA DE ESPÁRRAGOS

Nº 65



800 g ESPÁRRAGOS TRIGUEROS • 2 CHALOTAS • 40 g RAMAS DE APIO • 1 PASTILLA DE CALDO DE POLLO • 20 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar las chalotas y cortarlas en trozos gruesos. Cortar los espárragos y el apio en dados.
- 2 Poner los espárragos, las chalotas, el apio y el cubito de caldo de pollo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 0,7 L de agua. Iniciar el programa sopa P1.
- 3 Al final del programa, añadir la nata líquida y picar a velocidad 12 durante 1 min.
- 4 Enfriar la mezcla. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Esta crema se puede servir con tiras de salmón ahumado.



## POLLO CON TOMATES Y CHAMPIÑONES

Nº 165



750 g MUSLOS DE POLLO • 2 CHALOTAS • 250 g CHAMPIÑONES • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 15 cl VINO BLANCO • 200 g TOMATES PELADOS, (EN CONSERVA) • 1 RAMITA DE TOMILLO • 1 HOJA DE LAUREL • 15 cl CALDO DE POLLO • 1 CUCHARADA MAÍZENA® • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 55 MIN

- 1 Pelar las chalotas. Cortar los champiñones en cuatro trozos. Poner las chalotas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva y el vino blanco; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el pollo, los tomates, el tomillo, la hoja de laurel y la Maízena® disuelta en la pastilla de caldo y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 50 min. Una vez transcurridos 20 minutos, añadir los champiñones. Al final de la cocción, servir inmediatamente.

**CONSEJO** Los champiñones se pueden sustituir por patatas. Si se hace, añadirlos al inicio de la cocción. El caldo no hace falta si los tomates tienen mucho jugo.



## BRIOCHE DE PASCUA

Nº 265



250 g FRUTA EN CONSERVA • 13 cl LECHE DESNATADA • 12 g LEVADURA QUÍMICA • 300 g HARINA T45 • 2 YEMAS DE HUEVO • 3 g SAL FINA • 40 g AZÚCAR • 40 g MANTEQUILLA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 25 MIN - REPOSO 2 To 3 h

- 1 Cortar las frutas en conserva en trozos pequeños y dejarlas a un lado.
- 2 Poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y calentar a 35°C a velocidad 5 durante 3 min. Añadir la harina, 2 yemas de huevo, sal, azúcar y mantequilla. Iniciar el programa masa P2.
- 3 Al final de la cocción, poner la masa en un cuenco y dejar reposar durante 1 - 2 h lejos de corrientes de aire.
- 4 Mezclar la fruta en conserva en la masa. Formar 3 bolas y colocarlas en un molde una tras otra. Cubrir con un paño y dejar reposar durante 1 h y 30 min. a temperatura ambiente
- 5 Precalentar el horno a 170°C (pos. termostato 5/6). Hornear durante 25 min.

**CONSEJO** - Antes de hornear, pintar el brioche con yema de huevo.





## CREMA DE BRÓCOLI Y QUESO AZUL

Nº 66



350 g BRÓCOLI • 80 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) •  
1/2 CUBITO DE CALDO DE VERDURAS (OPCIONAL) • 80 g QUESO  
AZUL TIPO ROQUEFORT (BV: ROQUEFORT) • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Cortar el brócoli para separar los cogollos. Cortar los puerros en dados.
- 2 Poner los cogollos y el cubito de caldo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 75 cl de agua e iniciar el programa sopa P1.
- 3 Al final del programa añadir el queso azul y mezclar a velocidad 10 durante 1 min.
- 4 Servir caliente.

**CONSEJO** - El brócoli se puede sustituir por coliflor.



## SALTIMBOCCA

Nº 166



4 ESCALOPAS DE TERNERA MUY FINAS • 4 LONCHAS DE JAMÓN  
SERRANO • 8 HOJAS DE SALVIA • 60 g CEBOLLAS • 5 cl ACEITE •  
5 cl VINO BLANCO • 25 cl SALSA DE TOMATE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 25 MIN

- 1 Poner las lonchas de jamón y las hojas de salvia sobre las escalopas de ternera y, a continuación, enrollarlas. Asegurarlas con un palillo.
- 2 Pelar la cebolla y cortarla en cuatro trozos; a continuación, ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador, añadir el aceite y el vino blanco e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 4 Añadir las escalopas, el puré de tomate y 2 cucharadas de agua. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 20 min. Servir caliente.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la salsa de tomate por un poco de vino blanco y aderezar las escalopas con una rodaja de mozzarella.



## BIZCOCHO ALEMÁN

Nº 266



300 g HARINA T 45 • 100 g PASAS • 5 cl AGUARDIENTE DE CEREZAS  
O RON • 10 cl LECHE DESNATADA • 1 LEVADURA QUÍMICA •  
2 YEMAS DE HUEVOS • 60 g AZÚCAR • 60 g MANTEQUILLA •  
12 ALMENDRAS PELADAS • 1 PIZCA DE SAL • AZÚCAR GLAS

PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 1 H – COCCIÓN 25 MIN – REPOSO 2 H 40 MIN

- 1 La noche antes, poner a remojo las pasas en el aguardiente de cerezas o el ron junto con 20 cl de agua caliente.
- 2 Al día siguiente, poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y calentar a velocidad 3 a 35°C durante 3 min. Conservar en un recipiente.
- 3 Poner el huevo, la harina, la sal, el azúcar y mantequilla en dados en el robot de cocina e iniciar el programa masa P2. Incorporar lentamente la mezcla de leche y levadura durante el programa.
- 4 Untar con mantequilla un molde de 25 cm de diámetro y colocar las almendras en el fondo. Incorporar las pasas en remojo a la mezcla. Amasar suavemente usando las manos. Poner en el molde, cubrir con un paño y dejar reposar durante 2 h.
- 5 Precalentar el horno a 140°C (pos. termostato 4/5). Hornear durante 50 min. Dejar que se cocine, extraer y esparcir el azúcar glas antes de comer.



## CREMA DE CHAMPIÑONES

Nº 67



400 g CHAMPIÑONES • 1 CEBOLLA • 80 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 15 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Lavar los champiñones y cortarlos en trozos gruesos. Pelar la cebolla y la parte blanca del puerro y cortar en cuatro trozos.
- 2 Poner los champiñones, la cebolla y la parte blanca del puerro en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 60 cl de agua y condimentar con sal y pimienta.
- 3 Iniciar el programa sopa P1 durante 25 min.
- 4 Al final del programa añadir la nata líquida y mezclar a velocidad 11 durante 30 segundos. Servir caliente.

**CONSEJO** - Pueden añadirse 150 g de panceta, bacon o chorizo durante la cocción para tener una sopa más rústica.



## TAJÍN DE CORDERO

Nº 167



800 g CORDERO • 3 DIENTES DE AJO • 3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE CILANTRO MOLIDO • 1 CUCHARADA DE CANELA MOLIDA • 1 CUCHARADA DE COMINO MOLIDO • ZUMO DE 1 LIMA • 20 cl CALDO VEGETAL • 12 g CILANTRO FRESCO • 12 g PEREJIL • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo, ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 12 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva, una pizca de sal, las especias y el zumo de lima. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 3 min.
- 3 Mientras tanto, cortar el cordero en cubos. Cortar las hierbas. Una vez cocinado el ajo, añadir el cordero, el caldo y las hierbas y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min.
- 4 Al final de la cocción, servir inmediatamente con cuscús.

**CONSEJO** - El cordero se puede sustituir por muslos de pollo.



## GALLETAS DE AMARETTO

Nº 267



3 CLARAS DE HUEVO • 150 g AZÚCAR • 250 g ALMENDRAS MOLIDAS • 2 GOTAS DE EXTRACTO DE ALMENDRA AMARGA • AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Precalentar el horno a 160°C (pos. termostato 5).
- 2 Poner las claras de huevo en el robot de cocina equipado con el accesorio batidor. Mezclar a velocidad 7 durante 6 min sin el tapón.
- 3 Añadir el azúcar y mezclar durante 2 min, a velocidad 6.
- 4 Raspar los laterales del bol, añadir las almendras molidas y el extracto de almendra amarga y mezclar a velocidad 6 durante 20 segundos.
- 5 Cubrir una bandeja con papel para horno. Utilizando una cuchara, poner montoncitos de mezcla sobre la bandeja.
- 6 Hornear durante 20 min. Dejar que se cocine, esparcir azúcar glas y disfrutar.

**CONSEJO** - Se puede añadir 1 cucharada de amaretto o limoncello a la mezcla o las almendras molidas se pueden sustituir por avellanas molidas.





## CREMA DE COLIFLOR

Nº 68



500 g COLIFLOR • 50 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 1/2 PASTILLA DE CALDO DE POLLO

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Cortar la coliflor en dados. Cortar la parte blanca del puerro.
- 2 Poner la coliflor y la parte blanca del puerro en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir la mitad de la pastilla de caldo de pollo y 85 cl de agua. Iniciar el programa sopa P1.
- 3 Servir caliente.

**CONSEJO** - Pueden añadirse 50 g de roquefort o 1 cucharada de nata líquida antes de mezclar esta sopa.



## VITEL TONÉ

Nº 168



600 g TERNERA ASADA • 10 cl ACEITE DE OLIVA • 100 g LOMO DE ATÚN • 10 FILETES DE ANCHOA • 4 CUCHARADA DE ALCAPARRAS • 3 HUEVOS • 5 cl CALDO DE TERNERA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Poner los huevos en la cesta vapor. Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina y poner la cesta. Iniciar el programa vapor P1 a 100°C durante 20 min. Cuando estén cocidos, dejarlos enfriar y quitar la cáscara.
- 2 Poner el atún, las anchoas, las alcaparras y los huevos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Condimentar con sal y pimienta. Picar a velocidad 8 y añadir poco a poco el aceite.
- 3 Cortar la ternera en lonchas muy finas y ponerlas en una fuente. Servir con la salsa de atún y alcaparras enteras.

**CONSEJO** - Este plato se puede servir con espárragos, la salsa es el acompañamiento perfecto para esta verdura.



## MACARONS

Nº 268



110 g ALMENDRAS MOLIDAS • 200 g AZÚCAR GLAS • 100 g CLARAS DE HUEVO • 40 g AZÚCAR

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 30 MIN

- 1 Poner las almendras molidas y azúcar glas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 10 durante 30 segundos. Retirar y lavar el robot de cocina.
- 2 Poner las claras de huevo en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora y conectar a velocidad 7 durante 6 min. sin el tapón. Después de 2 min. añadir el azúcar por la parte superior del aparato.
- 3 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Utilizando la espátula, mezclar suavemente las dos mezclas obtenidas. La mezcla debería ser suave y brillante. Verter en una manga pastelera y poner pequeños círculos de la mezcla sobre una bandeja cubierta con papel para horno. Los círculos deben tener el mismo tamaño. Dejar secar durante 30 min. al aire libre.
- 4 Hornear durante 12 - 15 min. Dejar que los macarons se enfríen y adornar con mermelada (nº300) o crema de chocolate (nº299).





## CREMA DE VERDURAS DE INVIERNO

Nº 69



250 g CALABAZA • 200 g ZANAHORIA • 200 g BONIATO • 80 g  
PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 30 g RAMAS DE APIO •  
1/2 PASTILLA DE CALDO DE POLLO

PERSONAS 2/4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar las verduras y cortarlas en dados. Cortar el apio en trozos muy finos.
- 2 Poner las verduras en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 1/2 pastilla de caldo de ternera y 1 L de agua. Iniciar el programa sopa P1.
- 3 Servir caliente.

**CONSEJO** - Se puede añadir una pizca de curry en polvo y 1 cucharada de nata líquida antes de mezclar la sopa.



## PANES DE HAMBURGUESA

Nº 169



7 cl LECHE • 5 g LEVADURA QUÍMICA • 1 HUEVO BATIDO • 300 g  
HARINA • 5 g SAL • 15 g AZÚCAR • 20 g MANTEQUILLA • 1 YEMA  
DE HUEVO • 40 g SEMILLAS DE SÉSAMO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 2 H 15

- 1 Poner 6 cl de agua caliente en un cuenco y disolver la levadura. Añadir la leche y el huevo batido. Poner la harina, la sal, el azúcar y la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P1 durante 2 min. y 30 segundos. Después de 30 segundos, añadir el agua con la levadura. Después de amasar, dejar que la masa repose durante 40 min.
- 2 Utilizando la espátula, retirar la masa del aparato y separarla en 4 ó 6 partes iguales. Formar bolas y colocarlas en una bandeja cubierta con papel para horno y aplanar con la palma de la mano. Dejar reposar durante 1 h y 30 segundos.
- 3 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Untar yema de huevo sobre los panes y esparcir semillas de sésamo por encima. Hornear durante 15 - 20 min. Dejar enfriar.

**CONSEJO** - Son perfectos para hacer hamburguesas caseras.



## MAGDALENAS

Nº 269



130 g MANTEQUILLA • 3 HUEVOS • 10 g MIEL • 125 g AZÚCAR •  
130 g HARINA • 4 g LEVADURA QUÍMICA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y derretir a 130°C a velocidad 5 durante 3 min.
- 2 Añadir los demás ingredientes e iniciar el programa masa P3 durante 2 min. Enfriar como mínimo durante 2 h.
- 3 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Embadurnar de mantequilla un molde de magdalenas y llenarlo hasta 3/4 (las magdalenas crecerán durante el horneado).
- 4 Hornear durante 15 min. Dejar enfriar antes de sacar.

**CONSEJO** - Se puede añadir vainilla, limón o incluso extracto de rosa a la mezcla.



## CREMA DE GUISANTES Y CHORIZO — N° 70



180 g GUISANTES • 50 g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 1 CEBOLLA • 50 g ZANAHORIAS • 80 g CHORIZO • 15 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar las partes blandas del puerro, la cebolla, las zanahorias y el chorizo y cortar en cuatro trozos.
- 2 Poner estos ingredientes y los guisantes en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y verter los en 1,5 L de agua y condimentar con sal. Iniciar el programa sopa P1 a 100°C durante 40 min.
- 3 Al final del programa añadir la nata líquida y picar a velocidad 12 durante 30 segundos. Condimentar con pimienta y servir caliente.

**CONSEJO** - Puede añadirse 1 cucharada de pimentón dulce.



## ESPAGUETI ALL'AMATRICIANA — N° 170



400 g ESPAGUETI • 3 DIENTES DE AJO • 1/2 PEPPERONCINI (O PIMIENTO ROJO) • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 200 g PANCETA • 800 g TOMATE TRITURADO, EN CONSERVA • 100 g QUESO RALLADO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Hervir los espagueti en una cacerola grande según lo indicado en el envase.
- 2 Pelar los dientes de ajo y colocarlos junto con el pimiento en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 3 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador y añadir el aceite y la panceta. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 4 Al final del programa añadir los tomates triturados y condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 35 min.
- 5 Verter la salsa sobre la pasta y añadir el queso rallado. Mezclar y servir.

**CONSEJO** - Puede sustituirse la panceta por berenjenas picadas.



## MUFFINS DE MANZANA Y AVELLANA — N° 270



200 g HARINA • 50 g AVELLANAS MOLIDAS • 9 g LEVADURA QUÍMICA • 80 g AZÚCAR MORENO • 25 cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 HUEVO • 25 g MANTEQUILLA • 1 CUCHARADA DE CANELA MOLIDA • 1 PIZCA DE SAL • 180 g MANZANAS

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 25 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, las avellanas molidas, la levadura, el azúcar, la leche, el huevo, la mantequilla en dados, la canela y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P3 durante 3 min.
- 3 Cortar en dados las manzanas sin pelarlas.
- 4 Al final del programa añadir la manzana troceada al robot de cocina y mezclar a velocidad 6 durante 50 segundos.
- 5 Repartir la mezcla entre 6 moldes para muffins.
- 6 Hornear durante 25 min. Al final de la cocción, degustar caliente o frío.



## CREMA DE CALABAZA

Nº 71



800g CALABAZA • 100g PATATAS • 50g CEBOLLAS • 50g RAMAS DE APIO • 1/2 PASTILLA DE CALDO DE POLLO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 35 MIN

- 1 Pelar las verduras y cortarlas en dados.
- 2 Poner las verduras en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir la mitad del cubito de caldo de pollo y 80 cl de agua. Iniciar el programa sopa P1 a 100°C durante 35 min.
- 3 Condimentar con sal y pimienta y servir caliente.

**CONSEJO** - La calabaza se puede sustituir por mitad calabaza, mitad zanahorias.



## PASTA FRESCA

Nº 171



500g HARINA BLANCA • 5 HUEVOS • 6g SAL • 10cl ACEITE DE OLIVA (80G)

PERSONAS 6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y mezclar a velocidad 5 durante 3 min.
- 2 Retirar la masa y formar una bola. Poner en un cuenco y cubrir con un paño. Dejar reposar durante 1 h.
- 3 Enrollar la masa hasta que esté muy fina utilizando un rodillo sobre una encimera embadurnada de harina o utilizar una máquina para hacer pasta. Dar la forma deseada.
- 4 Cocer durante unos minutos en una cacerola grande con agua hirviendo y servir con salsa boloñesa (n.º 118) o salsa de 4 quesos (n.º 175).



## MACARONS DE COCO

Nº 271



200g COCO RALLADO • 4 CLARAS DE HUEVO • 120g AZÚCAR REFINADO • 1/2 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 5 A 10 MIN

- 1 Precalentar el horno a 210°C (pos. termostato 7).
- 2 Poner las claras de huevo en el bol del robot de cocina equipado con el accesorio batidora y mezclar a velocidad 6 durante 5 min, sin el tapón.
- 3 Añadir el azúcar, el coco y el extracto de vainilla; a continuación, mezclar a velocidad 4 durante 30 segundos. Si la mezcla no es consistente, llevar los ingredientes al centro del bol utilizando la espátula y mezclar de nuevo.
- 4 Cubrir una bandeja con papel para horno. Hacer pequeñas bolas con la mezcla y colocarlas sobre una bandeja. Hornear durante 5 - 10 min. Los macarons deben estar blandos al final del horneado, se endurecerán a medida que se enfrían.

**CONSEJO** - Las galletas se conservan durante varios días en una caja cerrada.





## MINISTRONE

Nº 72



120g ALUBIAS BLANCAS • 50g CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 100g PATATAS • 100g ZANAHORIAS • 50g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 50g CALABACINES • 20g RAMAS DE APIO • 80g BACON AHUMADO • 40g MANTEQUILLA • 1 HOJA DE LAUREL • 1,5L CALDO DE POLLO • 250g TOMATES PELADOS EN CONSERVA • 80g PASTA PEQUEÑA • SAL Y PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 1 H 15

- 1 La noche antes, poner a remojo las alubias blancas en agua.
- 2 El mismo día, pelar la cebolla y el ajo y luego cortarlos en trozos gruesos. Cortar las otras verduras y el bacon en dados pequeños.
- 3 Poner la cebolla y el ajo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir la mantequilla, la hoja de laurel y el bacon y, a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 4 min.
- 4 Añadir el caldo, las verduras troceadas, las alubias y los tomates pelados. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 1 h.
- 5 Añadir la pasta y reiniciar el programa de cocción lenta P2 a 100°C durante 10 min. Servir caliente con hojas de albahaca troceadas.



## PAN DE CARNE

Nº 172



400g TERNERA • 200g CERDO (LOMO) • 1 CEBOLLA • 1 HUEVO • 25cl LECHE SEMIDESNATADA • 100g PAN RALLADO • 1 CUCHARADA DE SALSA PERRINS® • 1 CUCHARADA DE MOSTAZA • 3 CUCHARADAS DE KETCHUP • 2 CUCHARADAS DE AZÚCAR MORENO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 1 H

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Pelar la cebolla y cortarla en dados junto con la carne.
- 2 Poner el lomo de cerdo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 12 durante 20 segundos. Retirar.
- 3 Poner la cebolla en el robot de cocina y picar a velocidad 12 durante 10 segundos. Añadir la ternera y picardurante 10 segundos. Añadir el lomo picado, el huevo, la leche, el pan rallado, la salsa Perrins®, la sal y la pimienta y mezclar a velocidad 12 durante 10 - 20 segundos. En caso necesario, llevar la mezcla al centro utilizando una espátula.
- 4 Poner la mezcla en un molde. Mezclar la mostaza, el ketchup y el azúcar moreno en un cuenco. Echar esta mezcla sobre la carne. Hornear durante 1 h. Comer caliente o frío.

CONSEJO - Si el pan de carne ha soltado jugo, escurrir antes de comer.



## GALLETAS SIN GLUTEN

Nº 272



200g HARINA DE ARROZ • 120g AZÚCAR MORENO • 125g MANTEQUILLA • 3 YEMAS DE HUEVO • PELADURA DE 1 NARANJA • AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Poner la harina de arroz, el azúcar, la mantequilla en dados, las yemas de huevo y la peladura de naranja en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Mezclar a velocidad 8 durante 3 min. Utilizando la espátula, llevar la mezcla al centro y mezclar de nuevo durante segundos.
- 2 Juntar la mezcla para hacer una bola y envolver en película transparente. Dejar reposar en la nevera durante 1 h.
- 3 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 4 Cubrir una bandeja con papel para horno. Estirar la mezcla con un rodillo y, a continuación, cortarla con un cuchillo o vaso. Poner las galletas en la bandeja.
- 5 Hornear durante 15 min. Al final de la cocción, las galletas deberían estar blandas, ya que se endurecerán a medida que se enfrían. Esparcir el azúcar glas y servir.



500g TOMATES • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA • 80g PEPINO • 100g PIMIENTO ROJO • 200g PIMIENTO VERDE • 70g MIGAS DE PAN • 2 CUCHARADAS DE VINAGRE DE JEREZ • 15cl ACEITE DE OLIVA • 10 HOJAS DE ALBAHACA • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Pelar el ajo, la cebolla y el pepino y cortarlos en trozos gruesos. Lavar los pimientos, quitarles las semillas y cortarlos en dados. Cortar los tomates en trozos gruesos.
- 2 Poner las verduras, el pan, el aceite, el vinagre de jerez y 60 cl de agua fría en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir las hojas de albahaca y mezclar a velocidad 12 durante 3 min.
- 3 Condimentar con sal y mezclar una última vez a velocidad 12 durante 30 segundos. Servir frío.

**CONSEJO** - Si se desea que el gazpacho sea algo más dulce, poner las verduras en un cuenco con el aceite, el vinagre de jerez y una pizca de sal y marinar por la noche en la nevera. Al día siguiente, añadir el resto de los ingredientes y mezclar.



600g TERNERA • 2 CHALOTAS • 30g ALCAPARRAS • 40g PEPIÑILLOS • 1 MANOJO PEQUEÑO DE PEREJIL • 1 CUCHARADA DE MOSTAZA DE SABOR INTENSO • 3 GOTAS DE TABASCO® • 2 CUCHARADAS DE SALSA PERRINS® • 2 YEMAS DE HUEVO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN

- 1 Pelar las chalotas, cortarlas en dados y colocarlas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade junto con las alcaparras y los pepiñillos. Mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos; a continuación, colocar en un cuenco.
- 2 Cortar la ternera en dados, ponerlos en el bol y mezclar a velocidad 12 durante 10 - 20 segundos. Retirar las hojas de perejil y cortarlas con un cuchillo.
- 3 Añadir la carne a los condimentos y mezclar. Añadir la mostaza, el perejil, el Tabasco®, la salsa Perrins y las yemas de huevo. Condimentar con sal y pimienta y mezclar.
- 4 Repartir el tartar entre cuatro platos. Servir con patatas fritas.

**CONSEJO** - El tartar no se conserva, comer inmediatamente. Se puede mezclar más o menos carne, según el gusto particular.



250g HARINA • 175g MANTEQUILLA • 175g AZÚCAR • 1 HUEVO • 1 CUCHARADA DE LEVADURA QUÍMICA • 1 CUCHARADA DE CANELA • 1/2 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • SAL

DA PARA 40 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y mezclar a velocidad 8 durante 2 min. y 30 segundos. Enrollar la mezcla y envolver en película transparente. Dejar reposar en la nevera durante 2 h.
- 2 Precalentar el horno a 160°C (pos. termostato 5). Cubrir una bandeja con papel para horno. Estirar la mitad de la mezcla con un rodillo y cortar en cuadrados pequeños. Poner las galletas sobre la bandeja, distanciarlas, ya que se extenderán durante el horneado.
- 3 Hornear durante 15 min. Los speculoos deben estar blandos al final del horneado, se endurecerán a medida que se enfrían. Repetir este paso con el resto de la mezcla.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la mitad de la canela con mezcla de cuatro especias.





## SOPA DE REMOLACHA FRÍA — N° 74



350g REMOLACHA COCIDA • 80g MANZANAS VERDES • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • 40cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR (BAJA EN GRASA GRASA) • 20cl CALDO VEGETAL • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Pelar y dice la cebolla. Cortar la remolacha en dados del mismo tamaño.
- 2 Poner la manzana partida en dados, la remolacha, el jengibre, la nata líquida, el caldo de pollo y la sal en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade.
- 3 Mezclar a velocidad 12 durante 3 min.
- 4 Servir frío.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la mitad de la nata por caldo vegetal o un yogur.



## PURÉ DE ZANAHORIA Y NARANJA — N° 174



800g ZANAHORIAS • 5cl ZUMO DE NARANJA • 15g MANTEQUILLA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar y cortar en rodajas las zanahorias. Poner en la cesta vapor y verter 0,7 L de agua en el bol e iniciar el programa vapor P1 durante 30 min.
- 2 Al final de la cocción, vaciar el agua del bol. Poner las zanahorias en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade, añadir el zumo de naranja y la mantequilla y mezclar a velocidad 12 durante 3 min.

**CONSEJO** - Se puede recalentar el puré durante 5 min. a velocidad 7, 85°C. El zumo de naranja y la mantequilla se pueden sustituir por nata líquida.



## GAZPACHO DE MELÓN Y MANGO — N° 274



300g MELÓN (SIN CÁSCARA) • 300g MANGO (SIN CÁSCARA) • 5cl ZUMO DE LIMA • 10cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • 10 HOJAS DE MENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Poner la pulpa del melón y el mango y el zumo de lima, el aceite de oliva y el jengibre en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade.
- 2 Mezclar a velocidad 12 durante 4 min.
- 3 Servir frío con las hojas de menta.





## COCA DE ANCHOAS Y ACEITUNAS Nº 75



20 g LEVADURA DE PANADERÍA FRESCA (10 G LEVADURA QUÍMICA) • 400 g HARINA • 1 CUCHARADA DE SAL • 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 1 kg CEBOLLAS • 100 g ACEITUNAS NEGRAS • 10 FILETES DE ANCHOA

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 20 MIN – COCCIÓN 30 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 240°C (pos. termostato 8). Poner la levadura y 25 cl de agua en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar e iniciar el programa masa P1. Después de 30 segundos, añadir la harina, sal y aceite de oliva.
- 2 Pelar las cebollas y cortarlas en trozos finos. Poner en un cuenco.
- 3 Cuando la masa esté preparada, ponerla en una bandeja cubierta con papel para horno. Cubrir con un paño. Lavar el bol del robot de cocina y acoplar el mezclador. Añadir el aceite de oliva, cebollas y una pizca de sal. Iniciar el programa de cocción lenta P1 durante 10 min.
- 4 Estirar la masa sobre la bandeja de horno y esparcir por encima las cebollas cocinadas. Hornear durante 10 min. Añadir las aceitunas y los filetes de anchoa y bajar la temperatura a 200°C (pos. termostato 6-7) y cocinar durante 10 min. más. Degustar en caliente o en frío.

**CONSEJO** - No añadir demasiada sal, ya que las anchoas ya son muy saladas.



## SALSA CUATRO QUESOS Nº 175



50 g PARMESANO • 50 g PECORINO • 50 g QUESO COMTÉ • 50 g GORGONZOLA • 2 YEMAS DE HUEVO • 30 cl NATA LÍQUIDA • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 6 MIN**

- 1 Retirar la corteza del queso. Poner el parmesano, el pecorino y el comté en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar durante 1 min. manteniendo pulsado el botón 'Pulse'. Cortar en dados el queso gorgonzola y añadirlo.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio batidora y añadir las yemas de huevo batidas y la nata. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de salsa a 90 °C durante 6 min.
- 3 Al final de la cocción, verter la salsa sobre la pasta. Mezclar y servir.

**CONSEJO** - Se puede sustituir el queso gorgonzola por cualquier tipo de queso azul.



## TARTA DE CIRUELAS Nº 275



1 MASA PARA GALLETAS DE MANTEQUILLA (VÉASE LA PÁG. 14) • 3 HUEVOS ENTEROS • 125 g ALMENDRAS MOLIDAS • 70 g AZÚCAR MORENO • 125 g MANTEQUILLA • 500 g CIRUELAS SIN HUESO

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 25 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Estirar la masa y ponerla en un molde para tartas.
- 2 Poner los huevos batidos, las almendras molidas, el azúcar moreno y la mantequilla cortada en dados en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar. Iniciar el programa masa P3 durante 1 min. y 40 segundos.
- 3 Esparcir la crema obtenido de almendras sobre el fondo del molde y echar las ciruelas por encima, amontonando unas sobre otras y cubriendo toda la superficie.
- 4 Hornear durante unos 25 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Las ciruelas se pueden sustituir por peras.



## TERRINA RÚSTICA

Nº 76



1 CEBOLLA • 250g LOMO DE CERDO • 10 RAMITAS DE PEREJIL • 100g BACON • 100g PALETILLA DE TERNERA • 2 HUEVOS • 10cl MARTINI® • 80g AVELLANAS • 1 HOJA DE LAUREL • 1 RAMITA DE TOMILLO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 1 H 30 – REPOSO 24 TO 48 H

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Pelar la cebolla y cortar la carne en dados. Poner el lomo de cerdo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 20 segundos. Pasarlo a un cuenco.
- 2 Poner la cebolla y el perejil en el robot de cocina y mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos. Añadir el bacon y la ternera y mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos. Añadir el cerdo picado, los huevos y el Martini y mezclar durante 10 - 20 segundos a velocidad 12. Llevar la mezcla al centro utilizando una espátula entre cada operación. Condimentar con sal y pimienta.
- 3 Poner la mezcla en una terrina con una tapa y esparcir las avellanas por encima. Echar el tomillo y la hoja de laurel y cerrar.
- 4 Hornear durante 1 h y 30 min. Conservar en la nevera durante 24 - 48 h poniendo un peso sobre la terrina y luego comer.

**CONSEJO** - Pueden añadirse hígados de pollo a esta terrina.



## TARTA CALIENTE DE PUERROS

Nº 176



2 MASA QUEBRADA (VÉASE LA PÁG. 14) • 750g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 5cl ACEITE • 40g MANTEQUILLA • 12cl NATA LÍQUIDA • 3 YEMAS DE HUEVO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 1 H

- 1 Lavar los puerros y cortarlos en rodajas. Poner los puerros, el aceite, la mantequilla, la sal y la pimienta en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Cocinar a velocidad 3 a 130°C durante 20 min.
- 2 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6-7).
- 3 Añadir la nata y 2 yemas de huevo e iniciar el robot de cocina a velocidad 3 a 85°C durante 5 min.
- 4 Mientras tanto, estirar 2 círculos de masa quebrada. Poner el primero en un molde para tartas embadurnado de mantequilla y harina. Esparcir por encima la mezcla de puerros y cubrir con la segunda masa. Cerrar los bordes bien y untar la yema de huevo restante con un pincel.
- 5 Hornear durante 35 min. Servir caliente.



## PASTEL MÁRMOL

Nº 276



175g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA (11 G) • 200g AZÚCAR • 3 HUEVOS • 175g MANTEQUILLA • 25g CACAO EN POLVO, SIN AZÚCAR

PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 55 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, la levadura, el azúcar, los huevos y la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P3.
- 3 Cubrir un molde con papel para horno. Al final del programa verter la mitad de la mezcla en el molde.
- 4 Añadir el cacao en polvo a la mezcla y mezclar a velocidad 6 durante 40 segundos. Verter la mezcla restante en el molde. Utilizando una cuchara, mezclar rápidamente combinando las dos mezclas.
- 5 Hornear durante unos 55 min. Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - El cacao en polvo se puede sustituir por crema de pistachos o parte de la mezcla se puede aromatizar con limón.





## SOPA FRÍA DE TOMATE Y PIMIENTOS DEL PIQUILLO

Nº 77



350g TOMATES PELADOS, (EN CONSERVA) • 150g PIMIENTOS DEL PIQUILLO (PESO NETO) • 15cl CALDO DE POLLO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE PIMENTÓN DULCE • SAL

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Poner los tomates, los pimientos del piquillo, el caldo, el aceite de oliva, el pimentón dulce y la sal en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade.
- 2 Mezclar a velocidad 12 durante 3 min.
- 3 Servir frío.

**CONSEJO** - Para una sopa más picante, sustituir el pimentón dulce por pimienta.



## COL RELLENA

Nº 177



8 HOJAS DE COLES VERDES • 80g CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 280g POLLO • 100g BACON • 1 MANOJO DE PEREJIL DE HOJA PLANA • SAL

PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 35 MIN

- 1 Escaldar las hojas de col durante unos minutos en una cacerola grande con agua.
- 2 Pelar la cebolla y el ajo y cortar en cuatro trozos. Cortar el pollo y el bacon en dados. Poner el bacon, el ajo y las cebollas en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 12 durante 20 segundos. Añadir el pollo y mezclar durante 10 segundos. Añadir el perejil y mezclar durante otros 10 - 20 segundos. Llevar la mezcla al centro del robot de cocina utilizando una espátula entre cada paso.
- 3 Aderezar las hojas de col con este relleno y plegar las hojas para hacer un saquito. Atar con cordel.
- 4 Guisar en una olla durante 30 min. Servir caliente junto con la salsa de tomate.



## BIZCOCHO DE NARANJA

Nº 277



1 NARANJA • 200g AZÚCAR • 10cl ACEITE DE OLIVA • 3 HUEVOS • 10cl LECHE • 250g HARINA • 15g LEVADURA QUÍMICA

PERSONAS 6/8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Cortar la naranja en cuatro trozos sin pelarla. Retirar las semillas y el tejido blanco fibroso así como el rabillo. Poner el resto, es decir los cuatro trozos con la piel, en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade.
- 3 Añadir el azúcar, el aceite, los huevos y la leche. Mezclar a velocidad 11 durante 3 min. Iniciar el programa masa P3 y añadir gradualmente la harina y la levadura.
- 4 Embadurnar con mantequilla un molde de borde alto y verter la mezcla. Hornear durante unos 35 - 40 min. Dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Se puede servir con una salsa de chocolate amargo.





## WANTANES DE GAMBAS AL VAPOR

Nº 78



20 LÁMINAS DE MASA PARA WANTÁN • 200g CARNE DE GAMBAS CRUDAS • 1 CEBOLLA PEQUEÑA • 1 CLARA DE HUEVO • 20g CEBOLLINOS • 5cl ACEITE DE SÉSAMO

PERSONAS 2/4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la cebolla. Poner las gambas, la cebolla, la clara de huevo, los cebollinos y el aceite en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 2 Poner en el centro de cada lámina de masa para wantán un poco de relleno y plegar las 4 esquinas sobre el centro. Apretar para cerrar los wantanes.
- 3 Verter el agua en el robot de cocina, hasta la marca de 0,7 L. Poner la mitad de los wantanes en la cesta de vapor cubierta con papel para horno, no deberán aplastarse unos sobre otros. Poner la cesta de vapor en el robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min.
- 4 Al final de la cocción, sacar los wantanes y cocinar el resto. Comer a medida que se preparan junto con la salsa de soja.

**CONSEJO** La masa para wantanes puede encontrarse en tiendas asiáticas.



## PAVO CON CHORIZO

Nº 178



800g PAVO (TROCEADO PARA SALTEAR) • 100g CHORIZO • 2 CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 15cl VINO BLANCO • 250g TOMATES PELADOS, (EN CONSERVA) • 1 RAMITA DE TOMILLO • 1 HOJA DE LAUREL • 1 CUCHARADA DE MAÍZENA® • 20cl CALDO DE POLLO • SAL

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar las cebollas y el ajo. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 20 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva y el vino blanco; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el pavo troceado, los tomates, el tomillo, la hoja de laurel, el chorizo cortado en taquitos y la Maízena® disuelta en el caldo y condimentar con sal. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min. Al final de la cocción, servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Pueden añadirse patatas al inicio de la cocción. El caldo no hace falta si los tomates tienen mucho jugo.



## CLAFOUTIS DE RUIBARBO

Nº 278



600g RUIBARBO • 300g AZÚCAR • 4 HUEVOS • 10cl LECHE • 15cl NATA LÍQUIDA • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA • 90g HARINA

PERSONAS 8 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 50 MIN – REPOSO 40 MIN

- 1 Pelar el ruibarbo y cortarlo en dados pequeños de 2 cm. Ponerlo en una fuente y esparcir 150 g de azúcar por encima; a continuación, dejar reposar durante 40 min.
- 2 Poner los huevos, la leche, la nata, los 150 g restantes de azúcar y la vainilla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 10 durante 2 min. Después de 30 segundos, añadir la harina por la parte superior de la tapa.
- 3 Verter la mezcla en un molde alto con mantequilla y harina esparcidas por el fondo y dejar reposar. Precalear el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 4 Escurrir el ruibarbo y ponerlo en la cesta vapor. Verter agua en elb hasta la marca de 0,7 L e introducir la cesta. Iniciar el programa vapor P1 durante 12 min a 100°C.
- 5 Cuando el ruibarbo esté cocinado, esparcirlo sobre la masa y hornear durante 35 min. Dejar enfriar antes de sacar.



## HABAS CON COMINO

Nº 79



600 g HABAS FRESCAS • 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA •  
5 cl ZUMO DE LIMÓN • 1 CUCHARADA DE SEMILLAS DE COMINO •  
1 CUCHARADA DE MOSTAZA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2/3 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Verter agua hasta la marca de 0,7 L en el cuenco del robot de cocina. Poner las habas en la cesta vapor. Colocar la cesta en el robot de cocina e iniciar el programa vapor P1 durante 20 min.
- 2 Al final de la cocción, retirar la piel que cubre las habas.
- 3 Poner las habas peladas en un cuenco y añadir aceite de oliva, zumo de limón, mostaza y comino. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar, servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Las habas se pueden sustituir por guisantes, el zumo de limón por queso de cabra fresco y el comino por menta. Para una versión rápida, utilizar habas peladas congeladas.



## TORTITAS DE PATATA

Nº 179



500 g PATATAS • 50 g CEBOLLAS • 1 HUEVO + 1 YEMA • 60 g  
HARINA • SAL • PIMIENTA • ACEITE

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Pelar y cortar en dados las patatas.
- 2 Pelar la cebolla, cortarla en trozos gruesos y ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Cortar a velocidad 11 durante 10 segundos. Dejarla a un lado.
- 3 Poner las patatas y 25 cl de agua en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Iniciar el programa de cocción lenta P1 durante 10 min.
- 4 Al final del programa añadir la harina, el huevo, la yema y las cebollas. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 6 durante 20 segundos. Llevar la mezcla al centro utilizando la espátula y mezclar de nuevo durante 20 segundos.
- 5 Formar pequeñas tortas y cocinar con un poco de aceite en una sartén durante unos 15 min, por ambos lados.



## CHURROS CON CHOCOLATE

Nº 279



30 cl LECHE SEMIDESNATADA • 200 g HARINA • 10 g LEVADURA  
QUÍMICA • 1 PIZCA O 3 g DE SAL • 1 CLARA DE HUEVO • 165 g  
CHOCOLATE NEGRO • 1 CUCHARADA DE ESENCIA DE VAINILLA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 25 MIN

- 1 Poner 15 cl de leche y 15 cl de agua en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el robot de cocina a velocidad 6 a 100°C durante 4 min. Añadir la harina, la clara de huevo, la levadura y la sal, mezclar a velocidad 4 durante 30 segundos.
- 2 Hacer rollos enrollando la masa sobre una encimera embadurnada de harina; a continuación, freír en la freidora. Poner sobre papel de cocina.
- 3 Poner el chocolate cortado en dados, la leche restante y la vainilla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar. Iniciar el programa de salsa a 80°C a velocidad 5 durante 8 min. A continuación, mezclar a velocidad 10 durante 20 segundos. Verter en un cuenco. Mojar los churros en la salsa y disfrutar.

**CONSEJO** - Una churrera sería ideal para esta receta, ya que ayudaría a crear churros con una forma homogénea.





## PATÉ DE CERDO

Nº 80



1 kg PANCETA (SIN CORTEZA NI HUESO) • 1 CEBOLLA • 2 DIENTES DE AJO • 3 cl ACEITE • 10 cl VINO BLANCO • 5 cl ARMAÑAC • 1 CUCHARADA (MEZCLA DE 5 ESPECIAS) • 17g SAL • 3g PIMIENTA

PERSONAS 12 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 2 H

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y cortar en cuatro trozos. Cortar la panceta en dados grandes.
- 2 Poner la cebolla y el ajo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Mezclar en Turbo durante 15 segundos. Pasarlo a un cuenco.
- 3 Poner la panceta en el robot de cocina y mezclar a velocidad 12 a 100°C durante 30 segundos. Retirar la carne y sustituir la cuchilla por el accesorio mezclador. Poner todos los ingredientes en el cuenco. Iniciar el programa de cocción lenta P3 a 100°C durante 2 h. Después de 30 min, romper los trozos grandes de carne utilizando la espátula.
- 4 Al final de la cocción, colocar la carne cocinada en una terrina y quitar un poco de grasa de la superficie.

**CONSEJO** - Dejar suficiente grasa para que la terrina se conserve.



## BACALAO CON ZANAHORIAS EN JULIANA

Nº 180



1 FILETE DE BACALAO (250 G) • 350 g ZANAHORIAS • 3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 1 PIZCA DE CURRY EN POLVO • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar las zanahorias cortarlas en juliana o rodajas. Cortar el bacalao en dos.
- 2 Verter agua hasta la marca de 0,7 L en el bol del robot de cocina. Cubrir la cesta de vapor con papel para horno. Introducir las zanahorias y esparcir el aceite de oliva, la sal y el curry en polvo por encima. Añadir los filetes de bacalao y ponerlos en la cesta de vapor.
- 3 Iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 4 Esparcir la pimienta y servir caliente.

**CONSEJO** - El bacalao dará a las zanahorias un toque ligeramente ahumado. Estas se pueden sustituir por col blanca., Si el bacalao está muy salado, ponerlo a remojo en leche durante 2 h.



## PAN DE UVAS

Nº 280



13 cl LECHE SEMIDESNATADA • 10 g LEVADURA QUÍMICA • 350 g HARINA • 5 g SAL • 2 HUEVOS • 60 g AZÚCAR • 7,5 g AZÚCAR (VAINILLADO) • 70 g MANTEQUILLA • 120 g PASAS • 60 g AZÚCAR SÉMOLA (OPCIONAL)

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 20 MIN – COCCIÓN 40 MIN – REPOSO 13 H 30

- 1 La noche antes, poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio amasar/ picar y calentar a velocidad 5 a 35°C durante 3 min. Añadir la harina, la sal, 1 huevo, azúcar, azúcar (vainillado) y mantequilla e iniciar el programa de masa P2.
- 2 Después de 40 min, retirar la masa, añadir las pasas y formar una bola. Poner en un cuenco, cubrir con película transparente y dejar reposar en la nevera durante 12 h.
- 3 Al siguiente día, hacer 8 bolas de masa y ponerlas en un molde, deberían estar muy apiñadas. Dejar reposar durante 1 h 30 min. lejos de corrientes de aire.
- 4 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Untar el bollo con huevo batido y cubrirlo con el azúcar sémola. Hornear durante 40 min. Dejar enfriar antes de servir.





## ALMEJAS CON LIMÓN

Nº 81



350g ALMEJAS • 2 DIENTES DE AJO • 4 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 2 CUCHARADAS DE VINO BLANCO • 1 LIMÓN • 5 RAMITAS DE CILANTRO • PIMIENTA

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 5 MIN

- 1 Enjuagar las almejas y frotándolas bajo el grifo. Pelar los dientes de ajo, ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar durante 10 segundos en modo Turbo.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador y añadir aceite de oliva. Cocinar a velocidad 3 a 130 °C durante 5 min.
- 3 Después de 2 min. y 30 segundos, añadir las almejas y el vino blanco.
- 4 Para servir, esparcir sobre las almejas el zumo de limón y añadir el cilantro troceado y la pimienta.

**CONSEJO** - Las almejas se pueden sustituir por mejillones, el ajo por chalotas y el cilantro por cebollinos.



## RISOTTO CLÁSICO

Nº 181



300g ARROZ ARBORIO • 50g CEBOLLA BLANCA • 5cl ACEITE DE OLIVA • 8cl VINO BLANCO • 90cl CALDO DE POLLO • 30g PARMESANO • 15g MANTEQUILLA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Pelar la cebolla y cortarla en trozos gruesos. Ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador, añadir el aceite de oliva e iniciar el programa de cocción lenta P1 sin el tapón durante 7 min.
- 2 Cuando el temporizador indique 4 minutos restantes, añadir el arroz. Cuando solo quede 1 minuto, añadir el vino blanco.
- 3 Al final del programa añadir el cubito de pollo e iniciar el programa de cocción lenta P3 a 95 °C durante 20 min. sin el tapón.
- 4 Al final de la cocción, añadir el parmesano y la mantequilla y mezclar suavemente. Poner a punto el condimento y servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Aderezar el risotto según el gusto, utilizando verduras, especias, hierbas, etc.



## BIZCOCHO DE ALMENDRAS

Nº 281



6 HUEVOS • 250g AZÚCAR • 80g MANTEQUILLA • 1 BOLSITA DE AZÚCAR AVAINILLADO • 125g ALMENDRAS MOLIDAS • 60g HARINA • 60g MAÍZENA®

PERSONAS 8 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 50 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner los huevos, el azúcar, la mantequilla y el azúcar vainillado en el bol del robot de cocina. Mezclar a velocidad 5 a 60°C durante 10 min.
- 3 Después de 10 min. añadir las almendras molidas, la harina y la Maízena®. Mezclar a velocidad 5 durante 15 segundos.
- 4 Verter esta mezcla en un molde de borde alto embadurnado de mantequilla y harina. Hornear durante 40 min.
- 5 Dejar enfriar antes de extraerlo.

**CONSEJO** - Este pastel se sirve normalmente con café y se puede utilizar como bizcocho al hacer postres.



## CROQUETAS DE RISOTTO

Nº 82



300 g RISOTTO CLÁSICO FRÍO (VÉASE EL Nº181) • 300 g TERNERA • 1 CEBOLLA • 1 DIENTE DE AJO • 15g ACEITE DE OLIVA • 500g SALSA DE TOMATE • 30g PASTA DE TOMATE • 1 CUCHARADA DE ORÉGANO • 250g MOZZARELLA • 3 HUEVOS • 100g PAN RALLADO • 100g HARINA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Cortar en dados la carne, ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos. Dejarla a un lado.
- 2 Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos grandes. Ponerlos en el robot de cocina. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la cuchilla por el accesorio mezclador y añadir el aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Añadir la carne, la pulpa y la pasta de tomate y el orégano. Condimentar e iniciar el programa de lenta P2 a 95°C durante 35 min. Dejar enfriar.
- 4 Cortar la mozzarella en dados de 2 cm. Mezclar 1 huevo en el risotto frío y formar bolas, poniendo un poco de salsa y un trozo de mozzarella en el centro.
- 5 Rebozar cada bola en la harina, los huevos batidos y luego en el pan rallado. Freír en la freidora durante 5 min.



## SOPA VEGETAL

Nº 182



2 DIENTES DE AJO • 1 CEBOLLA • 250g PATATAS • 150g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 50g RAMAS DE APIO • 250g ZANAHORIAS • 250g NABO • 150g BACON • 5cl ACEITE DE OLIVA • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar las cebollas, los dientes de ajo y las patatas y cortarlos en cuatro trozos. Lavar las partes blancas de los puerros y el apio y trocearlos. Pelar las zanahorias y los nabos y cortarlos en dados. Cortar el bacon quitando parte de la grasa.
- 2 Echar el aceite de oliva en el robot de cocina. Añadir las cebollas, el ajo, el bacon y el apio y poner el accesorio mezclador. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa sustituir el accesorio mezclador por la picadora ultrablade. Añadir 80 cl de agua, las patatas, los nabos, las zanahorias y los puerros y condimentar ligeramente con sal. Iniciar el programa de sopa P2. Servir caliente.

**CONSEJO** - Para una sopa menos espesa, añadir 20 cl de agua.



## PROFITEROLES LARGOS DE VAINILLA

Nº 282



CREMA PASTELERA • 2 HUEVOS • 3 YEMAS DE HUEVO • 100g AZÚCAR • 40g HARINA • 30g MAÍZENA® • 70cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 CUCHARADA DE VAINILLA MOLIDA • PASTA PARA PROFITEROL • 80g MANTEQUILLA • 150g HARINA • 4 HUEVOS • SAL

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Poner los huevos y las yemas, el azúcar, la harina y la Maízena® en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min a la vez que se añade la leche. Acoplar el tapón e iniciar el programa de postres a velocidad 4 a 90 °C durante 12 min. Añadir la vainilla y mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Echar la crema en una manga pastelera. Lavar el robot de cocina.
- 2 Poner 25 cl de agua, la mantequilla y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar e iniciar a velocidad 3 a 90 °C durante 8 min. Añadir la harina y mezclar a velocidad 6 durante 2 min. Poner la masa en un cuenco separado y lavar el bol de L robot de cocina en agua fría. Volver a poner la masa en el robot de cocina. Iniciar a velocidad 7 y añadir los huevos uno a uno. Dejar funcionar durante 2 min.
- 3 Cubrir una bandeja con papel para horno, echar la mezcla en una manga pastelera y formar rollos de 12 cm. Hornear durante 20 - 25 min.
- 4 Cortar con cuidado la parte superior de los profiteroles e introducir la crema obtenida.





## ESPÁRRAGOS CON HUEVO Y PEREJIL

Nº 83



300g ESPÁRRAGOS BLANCOS • 2 HUEVOS • 60g MANTEQUILLA DERRETIDA • 10 RAMITAS DE PEREJIL • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar los espárragos y cortarlos en dos.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina. Poner los espárragos y los huevos en la cesta de vapor e iniciar el programa vapor P1 durante 20 min.
- 3 Al final de la cocción colocar los espárragos en 2 fuentes. Quitar las cáscaras de huevo.
- 4 Lavar el bol y poner los huevos cocidos, la mantequilla derretida y el perejil en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 12 durante 10 segundos.
- 5 Esparcir esta mezcla sobre los espárragos y comer acto seguido.

**CONSEJO** - Los espárragos trigueros son más fáciles de pelar que los espárragos blancos.



## BACALAO EN PAPILLOTE CON MIEL Y LIMONES

Nº 183



2 FILETES DE BACALAO (120 - 140 G POR UNIDAD) • 1/4 LIMÓN EN CONSERVA • 1 CUCHARADA DE MIEL • 1 CUCHARADA DE SALSA DE SOJA • 1 CUCHARADA DE ACEITE DE GIRASOL

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Cortar en dados finos los limones en conserva. Poner en un cuenco con la miel, la salsa de soja y el aceite.
- 2 Poner los filetes de bacalao en el centro de 2 hojas de papel de horno.
- 3 Verter por encima la marinada y cerrar ensaquitos.
- 4 Verter agua hasta la marca de 0,7 L en el bol del robot de cocina. Poner los saquitos en la cesta de vapor. Colocar la cesta de vapor en el robot de cocina e iniciar el programa de vapor P1 durante 20 min.
- 5 Al final de la cocción, comer inmediatamente servidos con arroz.

**CONSEJO** - No añadir sal al pescado, los limones están conservados en sal y ya están salados.



## HUEVOS BATIDOS A LA PORTUGUESA

Nº 283



6 HUEVOS • 130g AZÚCAR • 35cl LECHE • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA • 2 CUCHARADAS DE CANELA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Separar las claras de huevo de las yemas. Poner las yemas y 80 g de azúcar en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora batidora y mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Después de 30 segundos, añadir la leche y la vainilla.
- 2 Iniciar el programa de postres a 85°C a velocidad 4 durante 12 min.
- 3 Al final de la cocción dejar que la crema obtenida se enfríe en un cuenco.
- 4 Lavar el bol del robot de cocina. Poner las claras de huevo y los 50 g restantes de azúcar en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora y batir a velocidad 7 a 70°C durante 6 min. y 30 segundos. Cuando suene la alarma, hacer bolas con las claras de huevo utilizando una cuchara y dejar escurrir en papel de cocina.
- 5 Poner las claras de huevo batidas en una fuente y cubrir con la crema. Esparcir canela y servir frío.

**CONSEJO** La vainilla se puede sustituir por limón.





## CALDO VERDE

Nº 84



400 g PATATAS • 2 DIENTES DE AJO • 80 g CHORIZO DULCE • 180g COL VERDE SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar las patatas y los dientes de ajo y cortarlos en dados. Cortar el chorizo en trozos pequeños. Lavar la col, quitar las hojas exteriores y cortar el resto en tiras. Colocar la col en la cesta vapor.
- 2 Poner los ingredientes restantes en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade, añadir 80cl de agua y condimentar ligeramente con sal. Colocar encima el cesto vapor y seleccionar el programa sopa P2.
- 3 Al final del programa, mezclar la preparación con la col y el chorizo y añadir un poco de aceite de oliva.
- 4 Servir caliente.



## BACALAO EN PAPILOTE CON SETAS

Nº 184



2 FILETES DE BACALAO (120 - 140 G POR UNIDAD) • 250 g SETAS • 10g MOSTAZA • 5 RAMITAS DE ESTRAGÓN • 1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Lavar los champiñones y cortarlos en rodajas. Ponerlos en el centro de dos hojas de papel de horno. Cubrir el pescado con la mostaza y luego con los champiñones. Añadir las ramitas de estragón y el aceite de oliva. Condimentar con sal y pimienta. Cerrar en saquitos.
- 2 Verter agua hasta la marca de 0,7 L en el bol del robot de cocina. Poner los saquitos en la cesta de vapor y colocar la cesta en el robot de cocina. Iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min.
- 3 Al final de la cocción, comer inmediatamente servidos con arroz.

**CONSEJO** - Las setas pueden soltar agua durante la cocción, es algo normal. Las setas se pueden sustituir por tomates.



## GOFRES BELGAS

Nº 284



13,5cl LECHE SEMIDESNATADA • 35g LEVADURA QUÍMICA • 2 HUEVOS • 375g HARINA • 5g SAL • 250g AZÚCAR • 15g AZÚCAR VAINILLADO • 200g MANTEQUILLA CORTADA EN DADOS • 250g AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN - REPOSO 30 MIN

- 1 Poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Calentar a velocidad 3 a 35°C durante 3 min. Añadir los huevos, la harina, la sal, el azúcar, el azúcar vainillado y la mantequilla e iniciar el programa de masa P2 durante 3 min.
- 2 Al final del programa, retirar la mezcla e incorporar el azúcar glas. Dejar reposar durante 30 min. en un cuenco cubierto con un paño.
- 3 Precalentar la gofrera. Tomar una bola de masa y ponerla en la gofrera, cocinar durante unos 7 min. Repetir hasta que se haya utilizado toda la masa.

**CONSEJO** - La masa para los gofres es muy compacta, es algo normal.



## CÓCTEL DE GAMBAS

Nº 85



350 g GAMBAS COCIDAS Y PELADAS • 1 YEMA DE HUEVO • 1 CUCHARADA DE MOSTAZA • 1 CUCHARADA DE VINAGRE • 1 CUCHARADA DE KETCHUP • 1 CUCHARADA DE COÑAC • UNAS CUANTAS GOTAS DE TABASCO® • 25 cl ACEITE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN

- 1 Poner la yema de huevo, la mostaza y el vinagre en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Condimentar con sal y pimienta. Iniciar el robot de cocina a velocidad 6 y añadir gradualmente el aceite.
- 2 Una vez batida la mayonesa, añadir el ketchup y el Tabasco® y mezclar durante un minuto más.
- 3 Servir la salsa con las gambas.

**CONSEJO** - El ketchup se puede sustituir por salsa de tomate.



## FILETE DE SALMÓN CON PESTO

Nº 185



2 FILETES DE SALMÓN 125g CADA UNO • 50g PESTO (VÉASE EL Nº57)

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Esparcir el pesto por cada filete de salmón.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina. Cubrir la cesta vapor con papel para horno e introducir el pescado. Poner la cesta en el robot.
- 3 Iniciar el programa vapor P1 durante 15 min.
- 4 Al final de la cocción, comer inmediatamente.

**CONSEJO** - También se puede cocinar con un poco de zumo de limón y unas cuentas ramitas de eneldo.



## NATILLAS

Nº 285



6 YEMAS DE HUEVO • 80g AZÚCAR • 50cl LECHE SEMIDESNATADA • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA • 1 CUCHARADA DE CANELA MOLIDA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner las yemas de huevo y el azúcar en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. Después de 30 segundos, añadir la leche y la vainilla. Iniciar el programa postres a 70°C a velocidad 6 durante 5 min.
- 3 Al final de la cocción, verter la crema obtenida en recipientes individuales, ponerlos al baño María y hornear durante 25 min. Esparcir canela y servir.

**CONSEJO** - Servir esta postre con caramelo o un coulis de frutos.



## CROQUETAS DE GAMBAS

Nº 86



200 g GAMBAS PELADAS • 30 g HARINA • 30 g MANTEQUILLA • 20 cl LECHE SEMIDESNATADA • 3 HUEVOS • PAN RALLADO • ACEITE • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 20 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner la harina y leche en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Condimentar y mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir la mantequilla e iniciar el programa salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 8 min.
- 2 Al final del programa, sustituir accesorio batidora por la picadora ultra-blade, añadir 1 huevo batido y las gambas y picar a velocidad 9 durante 30 segundos. Si la mezcla no es consistente, mezclar durante otros 30 segundos. Dejar reposar durante a 2 h en la nevera.
- 3 Embadurnar de harina la encimera o tabla para cocinar y formar trozos de masa con la mezcla obtenida. Rebozar en el huevo batido restante y luego en el pan rallado. Repetir este paso.
- 4 Calentar una freidora. Sumergir las croquetas en el aceite hirviendo y freír durante 1 - 2 min. Poner en papel de cocina para eliminar el exceso de grasa. Servir inmediatamente.



## POLLO CON ZANAHORIAS Y CILANTRO

Nº 186



2 PECHUGAS DE POLLO • 280g ZANAHORIAS • PELADURA DE 1/2 NARANJA • 10 RAMITAS DE CILANTRO • 2 PIZCAS DE SAL • 1 CHORRITO DE ACEITE DE OLIVA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar las zanahorias y cortarlas en tiras con un pelador. Cortar las pechugas de pollo en tiras. Lavar y trocear el cilantro.
- 2 Poner las zanahorias, el pollo, la peladura de naranja y la mitad del manojo de cilantro en un cuenco.
- 3 Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina. Introducir la mezcla de zanahoria/pollo en la cesta vapor. Colocar la cesta en el robot de cocina e iniciar el programa vapor P1 durante 20 min.
- 4 Al final de la cocción, esparcir el cilantro restante, condimentar con sal, verter el aceite de oliva y servir con arroz.

**CONSEJO** - La peladura de naranja se puede sustituir por peladura de limón. Luego se pueden añadir unas cuantas aceitunas verdes.



## PANELLETS

Nº 286



350g ALMENDRAS • 3 HUEVOS • 350g AZÚCAR • 200g PIÑONES

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180 °C (pos. termostato 6). Poner las almendras en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar y mezclar a velocidad 12 durante 40 segundos. Dejarlas a un lado.
- 2 Separar las claras de huevo de las yemas. Poner las claras de huevo en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Mezclar a velocidad 6 durante 40 segundos.
- 3 Añadir las almendras molidas y el azúcar y mezclar a velocidad 8 durante 30 segundos. Llevar la mezcla al centro del robot de cocina utilizando una espátula y mezclar de nuevo durante 20 - 30 segundos.
- 4 Mezclar las yemas de huevo con los piñones. Formar pequeñas bolas de mezcla y rebozarlas en la mezcla de yema de huevo y piñones. Colocarlas sobre una bandeja cubierta con papel para horno. Hornear durante 10 - 15 min. Comer frío.

**CONSEJO** Las claras de huevo se pueden sustituir por 100 g de puré de patata dulce.





## EMPANADAS DE ATÚN

Nº 87



2 MASA QUEBRADA (VÉASE LA PÁG. 14) • 50g CALABACINES • 100g PIMIENTO ROJO • 40g CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 10g SALSA DE TOMATE • 15cl CALDO DE VERDURAS • 150g ATÚN • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 55 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Cortar los calabacines y los pimientos en dados. Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos gruesos, colocarlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos, y añadir aceite de oliva. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 2 Añadir los calabacines y los pimientos troceados, la pasta de tomate y el caldo. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 20 min. Al final de la cocción, añadir el atún y mezclar a velocidad 4 durante 30 segundos.
- 3 Estirar la masa y cortarla en discos utilizando un vaso grande. Echar el relleno en la mitad de la superficie, plegar la masa para formar una empanadilla y presionar los bordes. Poner en una bandeja cubierta con papel para horno y hornear durante 30 min. Servir caliente o frío.

**CONSEJO** - Untar con clara de huevo de modo que las empanadas se doren.



## ENDIVIAS GRATINADAS

Nº 187



3 ENDIVIAS • 40g HARINA • 40g MANTEQUILLA • 40cl LECHE • 200g QUESO RALLADO • 3 LONCHAS DE JAMÓN EN DULCE • PIMIENTA

PERSONAS 3 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 1 H

- 1 Precalentar el horno a 210°C (pos. termostato 7). Poner la harina, la leche, la sal y la pimienta en el robot de cocinacoincubado con el accesorio batidora. Mezclar a velocidad 7 durante 1 min. Añadir la mantequilla e iniciar el programa salsa a velocidad 4 a 90°C durante 8 min. Añadir 50 g de queso rallado y mezclar a velocidad 5 durante 30 segundos. Apartar la mezcla y lavar el robot de cocina
- 2 Verter 0,7 L de agua en el bol del robot de cocina, colocar las endivias en la cesta vapor e iniciar el programa vapor P1 durante 30 min.
- 3 Enrollar cada endivia en una loncha de jamón y ponerlas en una fuente para horno. Tomar la salsa bechamel obtenida en el primer paso y esparcir el queso restante sobre las endivias. Condimentar con pimienta.
- 4 Hornear durante unos 15 min. Servir caliente.

**CONSEJO** - Para una versión más refinada, sustituir el jamón en dulce por jamón serrano y esparcir 30 g de avellanas.



## PUDDING DE PAN

Nº 287



300g PAN DE BAGUETTE • 5 YEMAS DE HUEVO • 80g AZÚCAR • 50cl LECHE • 1 CUCHARADA DE EXTRACTO DE VAINILLA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 30 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Cortar el pan en trozos pequeños.
- 2 Poner las yemas de huevo y el azúcar en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Mezclar a velocidad 6 durante 1 min. añadiendo la leche y la vainilla.
- 3 Añadir el pan y mezclar utilizando la espátula, debería estar bien empapado.
- 4 Verter la mezcla en una fuente de horno y comprimir bien. Hornear durante 30 min. Comer caliente.

**CONSEJO** - Añadir fruta de temporada: frutos rojos en primavera, albaricoques en verano, manzanas o higos en otoño, frutos secos en invierno, etc. Es una forma fantástica de usar el pan duro.



## TRUCHA ASALMONADA CON SALSA VERDE

Nº 88



1 kg FILETE DE TRUCHA DE RÍO • 100 g ESPINACAS • 100 g ACEDERA • 20 g PEREJIL • 20 g ESTRAGÓN • 10 g SALVIA • 10 g MENTA • 10 cl CALDO DE VERDURAS • 25 g MANTEQUILLA • 10 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 16 MIN

- 1 Cocinar el filete de trucha de río al vapor o con un poco de caldo .
- 2 Lavar y cortar en trozos gruesos las espinacas, y las hierbas. Introducirlo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade junto con las verduras. Iniciar el programa salsa a velocidad 4 a 90 °C durante 8 min.
- 3 Cuando las hierbas estén hechas, añadir la nata líquida, la mantequilla y condimentar con sal. Reiniciar el programa salsa a velocidad 8 a 95°C durante 8 min.
- 4 Servir caliente vertido sobre la trucha.

**CONSEJO** - Se puede añadir más espinaca en lugar de la acedera si no gusta este sabor amargo. También se puede sustituir la trucha por salmón.



## ROULADE DE POLLO RELLENA

Nº 188



2 PECHUGAS DE POLLO • 80 g MOZZARELLA • 4 TOMATES SECOS • 8 HOJAS DE ALBAHACA

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 20 MIN

- 1 Cortar la mozzarella y los tomates secos en dados pequeños. Cortar las hojas de albahaca. Colocar cada pechuga de pollo en una lámina de película transparente. Aderezar cada pechuga con la mozzarella cortada y los tomates secos cortados en dados y añadir la albahaca. Condimentar con sal y pimienta y enrollar cada escalopa en la película transparente para hacer un rollo.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el robot de cocina. Acoplar la cesta vapor al robot de cocina y introducir el pollo enrollado en la película transparente. Iniciar el programa vapor P1 durante 20 min.
- 3 Al final de la cocción, comer inmediatamente con pasta.

**CONSEJO** - Puede sustituir los tomates secos por champiñones y la mozzarella por queso fresco de burgos.



## ROSQUILLAS

Nº 288



5 cl LECHE SEMIDESNATADA • 11 g LEVADURA QUÍMICA • 350 g HARINA • 80 g AZÚCAR • 1 HUEVO • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 5 cl LICOR DE ANÍS • AZÚCAR

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar e iniciar el programa masa P2.
- 2 Hacer círculos finos con la mezcla y sellarlos para formar aros de 5 cm de diámetro.
- 3 Cocinar durante unos minutos en la freidora. Las rosquillas deben tener un aspecto atractivo y dorado. Esparcir azúcar antes de servir.

**CONSEJO** - Puede añadirse la peladura de 1 limón a esta receta.





## PATATAS CON SALSA PICANTE N° 89



2 DIENTES DE AJO • 200g PIMIENTO ROJO • 15g ACEITE DE OLIVA • 1 CUCHARADA DE VINAGRE DE VINO • 1 CUCHARADA DE COMINO • 2 CUCHARADAS DE PIMIENTÓN DULCE • 700g PATATAS PEQUEÑAS • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo y el pimiento y colocarlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Añadir el aceite, el vinagre y una pizca de sal. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el comino, el pimentón dulce y mezclar a velocidad 10 durante 1 min. Apartarlo a otro recipiente y limpiar el robot de cocina.
- 4 Lavar las patatas y colocarlas en el robot de cocina sin accesorios, añadir una pizca de sal y cubrir con agua hasta arriba. Cocer a 100°C durante 30 min. Retirar el agua y reiniciar durante 2 min a 100°C.
- 5 Servir las patatas cubiertas con la salsa obtenida.

**CONSEJO** - Esta salsa también se puede comer fría.



## TAGLIATELLE DE VERDURAS N° 189



200g ZANAHORIAS • 100g CHIRIVÍA • 50g JAMÓN EN DULCE • 20g PARMESANO RALLADO • 5cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Pelar las zanahorias y la chirivía y cortarlas en tiras con un pelador.
- 2 Verter 0,7 L de agua en el robot de cocina. Poner las verduras en la cesta vapor e introducirla en el robot de cocina. Iniciar el programa vapor P1 durante 15 min.
- 3 Cortar el jamón en pequeños trozos alargados. Poner el jamón, el parmesano y la nata en un cuenco, condimentar con pimienta y mezclar bien.
- 4 Al final de la cocción, poner los tagliatelle de verduras en un cuenco y mezclar. Servir inmediatamente.

**CONSEJO** - La chirivía es una verdura de invierno, en verano se puede sustituir por calabacín y la salsa por pesto. Puede sustituir chirivía por calabacín.



## BRIOCHE DE NAVIDAD N° 289



15cl LECHE SEMIDESNATADA • 25g LEVADURA QUÍMICA • 2 HUEVOS • 350g HARINA • 100g ALMENDRAS MOLIDAS • 5g SAL • 50g AZÚCAR • 100g MANTEQUILLA EN DADOS • 120g FRUTA SECA (PIEL DE NARANJA, PASAS) • AZÚCAR GLAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 45 MIN - REPOSO 2H30

- 1 Poner la leche y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar y cocinar a velocidad 5 a 35°C durante 3 min. Añadir 1 huevo, la harina, las almendras molidas, la sal, el azúcar y la mantequilla e iniciar el programa masa P2.
- 2 Después de 40 min, retirar la mezcla; añadir la fruta seca y hacer un rollo. Ponerlo en una bandeja cubierta con papel para horno y dejarlo reposar durante 1 h 30 min. alejado de corrientes de aire.
- 3 Hacer 8 bolas con la mezcla y ponerlas en un molde, deberían estar muy apiñadas. Dejar reposar durante 1 h lejos de corrientes de aire.
- 4 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6). Untar el bollo con huevo batido y cubrirlo con el azúcar glas. Hornear durante 45 min. Dejar enfriar. Esparcir el azúcar glas antes de comer.





## CROQUETAS DE BACALAO

Nº 90



300g PATATAS • 250g BACALAO DESALADO • 1/2 MANOJO DE PEREJIL • 1 DIENTE DE AJO • 1 CEBOLLA • 2 HUEVOS • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar y cortar en dados las patatas. Verter 0,7 L de agua en el bol de cocción y colocar las patatas en la cesta vapor. Iniciar el programa vapor. Iniciar durante 30 min. Al final de la cocción, poner las patatas en un cuenco separado y vaciar el robot de cocina.
- 2 Poner el bacalao en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos. Pelar el diente de ajo y la cebolla y picar las hojas de perejil. Añadir todo al bol de cocción. Mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Añadir los huevos y mezclar durante 10 segundos.
- 3 Verter esta mezcla sobre las patatas y aplastar con un tenedor. Condimentar con pimienta, mezclar y enfriar durante 2 h.
- 4 Utilizando una cuchara, formar pequeñas bolas y freír en una freidora durante 5 - 10 min. Servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Si se desea, la mezcla se puede hacer menos espesa con 5 cl de leche.



## BACALAO AL PIL-PIL

Nº 190



4 FILETES DE BACALAO DESALADO 150G CADA UNO • 8 DIENTES DE AJO • 20cl ACEITE DE OLIVA • 2 GUINDILLAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo y ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite, el bacalao y las guindillas. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 20 min.
- 3 Servir caliente.

**CONSEJO** - Dejar las guindillas enteras, se podrán apartar más fácilmente al comer.



## PASTEL DE SÉMOLA

Nº 290



75 cl LECHE SEMIDESNATADA • 150g SÉMOLA FINA • 125g AZÚCAR • 1 PIZCA DE SAL • 3 HUEVOS • 15cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 125g PASAS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la leche, la sémola, el azúcar y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Iniciar el programa postres a velocidad 4 a 90 °C durante 10 min. Verter la mezcla en un cuenco para dejar que se enfríe. Lavar el bol del robot de cocina
- 3 Poner los huevos batidos y la nata líquida en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Mezclar a velocidad 6 durante 30 - 40 segundos.
- 4 Verter esta mezcla sobre la sémola, añadir las pasas y mezclar utilizando la espátula. Verter en un molde estándar con borde alto y hornear durante 30 - 35 min. Degustar en caliente o en frío.

**CONSEJO** - Pueden añadirse 5 cl de ron y la peladura de una naranja en conserva.



## QUICHE DE QUESO

Nº 91



200g QUESO DE VACA SEMICURADO EN LONCHAS • 1 MASA QUEBRADA (VÉASE LA PÁG 14) • 200g PANCETA • 3 HUEVOS • 2 YEMAS DE HUEVO • 25cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • NUEZ MOSCADA MOLIDA • SAL • PIMIENTA NEGRA

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 35 MIN

- 1 Precalentar el horno a 180 °C (pos. termostato 6).
- 2 Cortar la panceta en tiras y ponerla en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130 °C durante 5 min. Poner la panceta en papel de cocina y lavar el robot de cocina.
- 3 Echar los huevos y las yemas de huevo batidas, la nata líquida y la nuez moscada en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 7 durante 1 min.
- 4 Esparcir la panceta sobre la base del molde y verter por encima la mezcla de crema/huevo obtenido y cubrir con las lonchas de queso. Hornear durante unos 30 min. Servir caliente o frío.



## BACALAO GRATINADO

Nº 191



400g BACALAO • 200g CEBOLLA • 2 DIENTE DE AJO • 10cl ACEITE OLIVA • 400g PATATAS PAJA • 100cl LECHE • 100g HARINA • 50g MANTEQUILLA • 200g NATA LÍQUIDA • MIGAS DE PAN • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Precalentar el horno a 220 °C (pos. Termostato 7). Pelar y cortar en trozos gruesos la cebolla y el ajo. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la cuchilla picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos. Añadir el aceite de oliva y seleccionar el programa cocción lenta P1 a 130 °C durante 5 minutos.
- 2 Poner las patatas y el bacalao en un recipiente para horno.
- 3 Sin lavar el bol de cocción realizar la salsa bechamel indicada en la sección de recetas básicas de este recetario, utilizando las cantidades allí mencionadas. Añadir la nata líquida y mezclar a velocidad 6 durante 2 minutos. Poner la salsa por encima del bacalao y las patatas y mezclar bien.
- 4 Espolvorear con las migas de pan y poner en el horno durante 20 minutos.



## PANCAKES

Nº 291



250g HARINA • 30cl LECHE SEMIDESNATADA • 3 HUEVOS • 30g AZÚCAR • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA • SAL

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner la leche, los huevos, el azúcar y la sal en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/picar. Mezclar a velocidad 10 durante 30 segundos. Añadir gradualmente la levadura y la harina por la abertura de la tapa, todavía a velocidad 10.
- 2 Calentar una sartén con un poco de aceite a fuego alto, verter pequeños montoncitos de masa y freír durante 5 min. por los dos lados.
- 3 Repetir hasta que se haya utilizado toda la masa.

**CONSEJO** - Los pancakes se pueden servir para el desayuno con fruta fresca.



## ENSALADA DE PULPO

Nº 92



500g PULPO • 150g CEBOLLAS • 120g PIMIENTO VERDE • 100g TOMATES • 10cl ACEITE DE OLIVA • 10cl LIMA • 20g PEREJIL • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 30 MIN – REPOSO 2 H

- 1 Cocinar el pulpo en una cacerola con 2 L de agua hirviendo durante 30 min.
- 2 Pelar la cebolla y cortarla en trozos gruesos junto con el pimiento y el tomate. Poner las cebollas, el aceite de oliva, la lima y el perejil en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Mezclar sucesivamente si hace falta.
- 3 Cortar el pulpo en rodajas y ponerlo en una fuente. Verter por encima la salsa y mezclar bien. Enfriar como mínimo durante 2 h y luego comer.

**CONSEJO** - El pulpo se puede marinar para que absorba la salsa.



## ESTOFADO DE SALCHICHAS

Nº 192



4 SALCHICHAS DE 150G • 1 CEBOLLA • 70g JENGIBRE • 2 DIENTES DE AJO • 5cl ACEITE • 400g PULPA DE TOMATE • 20cl CALDO DE POLLO • 2 PIMIENTOS SECOS • 150g ARROZ (BASMATI)

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 40 MIN

- 1 Pelar la cebolla, el jengibre y los dientes de ajo. Cortarlos en trozos gruesos y ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 20 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla por el accesorio mezclador y añadir aceite. Iniciar el programa de cocción lenta **P1** a 130°C durante 5 min.
- 3 Cortar las salchichas en 6 trozos. Al final del programa añadir las salchichas, la pulpa de tomate, el caldo de pollo, los pimientos y condimentar con sal y pimienta. Iniciar el programa de cocción lenta **P2** a 95°C durante 20 min.
- 4 Al final del programa añadir el arroz y 50 cl de agua y, a continuación, reiniciar el programa de cocción lenta **P2** a 95°C durante 15 min. Servir inmediatamente.

**CONSEJO** - Se puede añadir 1 cucharada de curry en polvo.



## SMOOTHIE DE PLÁTANO Y COCO

Nº 292



250g PLÁTANO • 25cl LECHE DE COCO • 1 YOGUR

PERSONAS 2 – PREPARACIÓN 5 MIN

- 1 Pelar el plátano y cortarlo en trozos redondos.
- 2 Poner en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Añadir el coco y el yogur y mezclar a velocidad 12 durante 1 min. En caso necesario, plegar la mezcla con la espátula y mezclar de nuevo durante 30 segundos.
- 3 Servir frío.

**CONSEJO** - Para un batido muy frío pueden añadirse también 2 cubitos de hielo al mismo tiempo que la leche. Esta bebida también puede hacerse con leche y yogur de soja.





## ENSALADA DE MARISCO

Nº 93



150 g GAMBAS CRUDAS • 400 g MEJILLONES • 50 g CEBOLLAS • 50 g PIMIENTO ROJO • 50 g TOMATE • 10 cl ACEITE DE OLIVA • 2 cl VINAGRE DE JEREZ • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 15 MIN

- 1 Verter 0,7 L de agua en el cuenco del robot de cocina. Poner las gambas y los mejillones en la cesta de vapor y colocar esta en el robot de cocina. Iniciar el programa de vapor P1 durante 15 min. Al final de la cocción, vaciar el robot de cocina.
- 2 Pelar la cebolla y cortarla en trozos gruesos con el pimiento y el tomate. Ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir el aceite de oliva y el vinagre, condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 11 durante 10 segundos. Puede mezclar de nuevo para una consistencia más compacta.
- 3 Poner las gambas en una fuente, sacar los mejillones de sus conchas y añadirlos a la fuente. Cubrir con la salsa y servir frío.

**CONSEJO** - Los mejillones pueden sustituirse en función de lo que haya disponible en el mercado: langostinos, almejas,



## ALBÓNDIGAS ALEMANAS

Nº 193



100 g PAN • 10 cl LECHE • 70 g CEBOLLA • 250 g TERNERA (PALETILLA) • 250 g CERDO (LOMO) • 1 YEMA DE HUEVO • 5 g ORÉGANO • 30 g HARINA • 30 g MANTEQUILLA • 10 cl VINO BLANCO • 20 cl CALDO • 10 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • SAL • PIMIENTA

PERSONAS 6/8 - PREPARACIÓN 20 MIN - COCCIÓN 20 MIN - REPOSO 30 MIN

- 1 Poner a remojo el pan en la leche. Pelar la cebolla y cortar en dados la carne. Poner el lomo de cerdo en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 12 durante 20 segundos. Pasarlo a un cuenco separado. Poner las cebollas y el caldo en el robot de cocina y mezclar a velocidad 12 durante 20 segundos. Añadir el cerdo picado, el orégano, el pan, la sal y la pimienta y mezclar a velocidad 12 durante 20 segundos. Verter el contenido del robot de cocina en un cuenco separado. Integrar la yema de huevo en la mezcla. Formar bolas y enfriar durante 30 min.
- 2 Lavar el robot de cocina y acoplar el accesorio batidora. Añadir la harina, la mantequilla, el vino blanco y el caldo, condimentar con sal y pimienta y mezclar a velocidad 7 durante 30 segundos. Iniciar el programa salsa a 90 °C a velocidad 4 durante 5 min. Añadir la nata líquida 2 min. antes del fin de la cocción. Mezclar a velocidad 4 durante 20 segundos.
- 3 Cocer las albóndigas en abundante caldo y servir con la salsa.



## TRUFAS

Nº 293



200 g CHOCOLATE NEGRO • 100 g MANTEQUILLA • 15 g AZÚCAR GLAS • 80 g CACAO EN POLVO

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Poner la mantequilla y el chocolate troceado en el robot de cocina equipado con la accesorio de amasar/ picar. Ajustar el robot de cocina a velocidad 3 a 45°C durante 10 min. Añadir el azúcar glas y mezclar a velocidad 8 durante 20 segundos.
- 2 Poner la mezcla obtenida en una fuente y cubrir con película transparente. Dejar reposar en la nevera durante 1 h como mínimo.
- 3 Poner el cacao en polvo en un plato y tomar un poco de mezcla con una cuchara. Formar una bola usando las manos y rebozar en el cacao. Repetir hasta que toda la mezcla se haya usado.

**CONSEJO** - Pueden añadirse 2 cucharadas de whisky a la mezcla. Las trufas se conservan bien en la nevera durante unos días.



## SOPA JULIANA

Nº 94



200g PATATAS • 2 DIENTES DE AJO • 1 CEBOLLA • 200g ZANAHORIAS • 50g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 250g CALABACINES • 100g GUISANTES • 100g CALABAZA • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar los dientes de ajo, la cebolla, las patatas, las zanahorias y la calabaza y cortar en cuatro trozos. Lavar las partes blancas de los puerros y trocear. Pelar los guisantes.
- 2 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Añadir 80 cl de agua y condimentar ligeramente con sal. Iniciar el programa sopa P2.
- 3 Servir caliente.

**CONSEJO** - Añadir bacon a la sopa para hacer que sea una comida más completa.



## ESTOFADO DE TERNERA Y CEBOLLA

Nº 194



800g PALETILLA DE TERNERA • 3 CEBOLLAS • 2 DIENTES DE AJO • 5cl ACEITE • 150g BACON • 15g MAÍZENA® • 15cl CALDO DE TERNERA • 70cl CERVEZA • 30g PAN DE JENGIBRE • 10 GRANOS DE PIMIENTA • 1 BOUQUET GARNI (MANOJO DE HIERBAS AROMÁTICAS)

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 2H10

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 2 Sustituir la picadora por el accesorio mezclador. Añadir el aceite y el bacon iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 10 min.
- 3 Mientras tanto, disolver la Maízena® en el caldo. Al final del programa añadir el caldo, la cerveza, la carne, el pan de jengibre, los granos de pimienta y el bouquet garni. Iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 2 h.
- 4 Comer caliente con patatas al vapor o tagliatelle.

**CONSEJO** - También se puede añadir 20 - 30 g de azúcar para un sabor más dulce.



## GELATINA DE PERA

Nº 294



50cl ZUMO DE PERA • 150g AZÚCAR • 1/2 CUCHARADA DE GELATINA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 20 MIN

- 1 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador.
- 2 Iniciar el programa postres a velocidad 3 a 105°C durante 20 min., con el tapón en el ajuste vapor alto.
- 3 Verter la mezcla en recipientes esterilizados.

**CONSEJO** - Usando gelatina se reduce la cantidad de azúcar empleado.





## SOPA DE POLLO CON FIDEOS — N° 95



300g POLLO (MUSLOS) • 150g PATATAS • 150g ZANAHORIAS • 100g RAMAS DE APIO • 60g CEBOLLAS • 2 DIENTES DE AJO • 30g MANTEQUILLA • 2 CUCHARADAS DE ACEITE • 100g FIDEOS • 20g PEREJIL DE HOJA PLANA • 1 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • 1 CUCHARADA DE CILANTRO MOLIDO • SAL Y PIMIENTA

PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar las verduras y cortarlas en pequeños dados. Pelar las cebollas y el ajo y cortarlos en trozos gruesos; a continuación, echarlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Mezclar a velocidad 11 durante 30 segundos.
- 2 Sustituir la cuchilla picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir la mantequilla, el aceite, las zanahorias y el apio. Iniciar el programa de cocción lenta **P1** a 130°C durante 4 min.
- 3 Añadir 1 L de agua, el pollo, las patatas, el cilantro y el jengibre. Condimentar con sal y pimienta e iniciar el programa de cocción lenta **P2** a 95°C durante 40 min. Añadir los fideos 5 min. antes del fin de la cocción.
- 4 Servir caliente con hojas de perejil.



## CALDERETA PORTUGUESA — N° 195



300g ENTRECOTE DE CERDO • 100g OREJA DE CERDO • 100g PIES DE CERDO • 100g PANCETA • 1 HARINA • 1 CHORIZO • 1 MORCILLA • 200g TERNERA • 100g HOJAS DE COL • 100g ZANAHORIAS • 100g NABOS • 200g PATATAS • SAL

PERSONAS 2/4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Cortar la carne en trozos. Pelar las verduras y cortarlas por la mitad.
- 2 Poner 1L de agua, la carne, la col, las salchichas y las demás verduras (en este orden) en el bol de cocción. Equipar el robot de cocina con el accesorio mezclador. Añadir sal al gusto.
- 3 Seleccionar el programa cocción lenta **P2** a 100 °C durante 45 min.
- 4 Al final de la cocción, filtrar el caldo y servir.



## CHUTNEY DE MANGO — N° 295



600g MANGO • 60g CEBOLLA ROJA • 2 DIENTES DE AJO • 100g PASAS • 12cl VINAGRE • 200g AZÚCAR MORENO • 3g SAL • 1/2 CUCHARADA DE JENGIBRE MOLIDO • 1/2 CUCHARADA DE CURRY EN POLVO

PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y cortarlos en trozos gruesos, ponerlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Añadir los otros ingredientes y picar a velocidad 6 durante 10 segundos. Iniciar el programa de cocción lenta **P2** a 100°C durante 45 min sin el tapón.
- 3 Verter la mezcla en tarros herméticos.

**CONSEJO** - El chutney se conservará bien unos cuantos meses en la nevera. Comer con queso; combina bien con queso de cabra o quesos azules.





## ALBÓNDIGAS DE PAN Y LECHE Nº 96



400 g PAN DURO (BAGUETTE) • 30 cl LECHE • 50 g CEBOLLA • 5 cl ACEITE • 20 g PEREJIL PICADO • 100 g PAN RALLADO

**PERSONAS 2 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 30 MIN - REPOSO 2-3 H**

- 1 Cortar el pan en trozos pequeños de 1 cm colocarlos en un cuenco y cubrir con leche. Dejar reposar durante 10 min.
- 2 Pelar la cebolla y cortarla en trozos gruesos. Ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos. Sustituir la picadora por el accesorio mezclador y añadir aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Volver a acoplar la picadora ultrablade, añadir el pan y la leche y picar a velocidad 6 durante 30 segundos. Añadir el pan rallado y el perejil y mezclar durante 10 minutos más. Poner la mezcla obtenida en un cuenco, cubrir y dejar reposar en la nevera durante 2-3 h.
- 4 Formar bolas con un diámetro de 4 cm. Verter 1,5 L de agua salada en el bol del robot de cocina y calentar a 100 °C durante 25 min. Después de 5 min. abrir la tapa y introducir con cuidado las albóndigas en el robot.



## GUISO DE CHORIZO Nº 196



400g ALUBIAS BLANCAS SECAS • 2 CHORIZO IBÉRICO (150G) • 2 MORCILLA (150 G) • 200g JAMÓN IBÉRICO EN LONCHAS (OPCIONAL) • 200g PANCETA • 5 TOMATES • 2cl ACEITE DE OLIVA • 50cl CALDO DE POLLO • 1 CEBOLLA • 3 AJO PELADO CLAVOS

**PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 1 h 55 - REPOSO 12 H**

- 1 Poner a remojo la panceta durante 12 h para quitarle la sal. En otro cuenco, poner a remojo las alubias secas durante 12 h para rehidratarlas.
- 2 Pelar y cortar la cebolla y ponerla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Mezclar durante 10 segundos a velocidad 11. Sustituir la cuchilla por el accesorio mezclador y añadir los tomates (cortados en cuatro trozos) y el aceite. Iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 10 min.
- 3 Añadir el resto de los ingredientes e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 1 h 45 min.
- 4 Servir caliente.

**CONSEJO** - Este plato sabe mejor al día siguiente y se congela bien.



## CREMA DE AVELLANAS Nº 296



100g MANTEQUILLA • 80g SIN LECHE • 120g CHOCOLATE CON LECHE • 20cl LECHE CONDENSADA • 60g PURÉ DE AVELLANAS

**PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN**

- 1 Poner la mantequilla en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador y mezclar a velocidad 3 a 70°C durante 3 min.
- 2 Añadir las tabletas de chocolate y derretir a velocidad 3 a 45°C durante 5 min.
- 3 Sustituir el mezclador por el accesorio amasar/ picar. Añadir la leche condensada y el puré de avellanas y mezclar a velocidad 7 durante 30 segundos.
- 4 Poner la mezcla en un tarro y mantener en la nevera hasta que esté preparada para usarse.

**CONSEJO** - Puede sustituir el puré de avellanas por puré de almendras.



## PAN DE CASTAÑAS Nº 97



300g HARINA • 100g HARINA DE CASTAÑAS • 10g LEVADURA QUÍMICA • 1 CUCHARADA DE SAL

**PERSONAS 4 – PREPARACIÓN 15 MIN – COCCIÓN 30 MIN – REPOSO 1 H**

- 1 Precalentar el horno a 240°C (pos. termostato 8). Poner 25 cl de agua templada y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P1. Después de 30 segundos, añadir las harinas y la sal.
- 2 Al final del programa, retirar la masa del robot de cocina, dejarla sobre un plato y cubrir con un paño. Dejar reposar durante 1 h.
- 3 Hacer cortes en la masa utilizando un cuchillo y hornear durante unos 30 min. Poner un cuenco de agua en el horno junto al pan para obtener una buena corteza.

**CONSEJO** - Se puede sustituir la harina de castañas por harina de arroz, harina integral o harina semi-integral.



## FILETE DE LENGUADO Nº 197 GRATINADO



40g HARINA • 40g MANTEQUILLA EN DADOS • 20cl LECHE SEMIDESNATADA • 20cl CALDO DE PESCADO • 600g FILETE DE LENGUADO • 50g MEJILLONES SIN CONCHA • 100g GAMBAS PELADAS • 80g QUESO RALLADO • 25g PAN RALLADO • SAL • PIMIENTA

**PERSONAS 4/6 – PREPARACIÓN 10 MIN – COCCIÓN 35 MIN**

- 1 Precalentar el horno a 180°C (pos. termostato 6).
- 2 Poner la harina, la mantequilla, la leche y el caldo de pescado en el robot de cocina equipado con el accesorio batidora. Condimentar con sal y pimienta. Mezclar a velocidad 7 durante 30 segundos e iniciar el programa salsa a 90 °C a velocidad 4 durante 8 min.
- 3 Poner los filetes de lenguado en una bandeja de horno y echar los mejillones y las gambas en esta. Cubrir con la salsa y esparcir el queso rallado y el pan rallado. Hornear durante 20 - 25 min. Comer caliente.

**CONSEJO** - Sustituir el lenguado por bacalao o salmón. Se puede añadir 10 cl de nata líquida 2 min antes del fin de la cocción.



## COULIS DE FRUTOS ROJOS Nº 297



200g FRESAS • 200g CEREZAS • 50g AZÚCAR

**PERSONAS 6 – PREPARACIÓN 5 MIN – COCCIÓN 15 MIN**

- 1 Lavar la fruta, cortar las fresas por la mitad y quitar el hueso a las cerezas.
- 2 Poner la fruta y 5 cl de agua y el azúcar en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade.
- 3 Conectar el robot a velocidad 7 a 80°C durante 15 min.
- 4 Mezclar en Turbo durante 10 segundos, dejar enfriar y servir.

**CONSEJO** - Este coulis se congela realmente bien. ¿Por qué no doblar las cantidades en invierno?





## PAN INTEGRAL

Nº 98



10g LEVADURA QUÍMICA • 370g HARINA BLANCA • 100g HARINA DE CENTENO • 95g HARINA DE CENTENO INTEGRAL • 50g SEMILLAS • 5g SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner la levadura y 30 cl de agua templada en el bol de robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P1. Después de 30 segundos, abrir la tapa y añadir las harinas, semillas y sal.
- 2 Después de 40 min, retirar la masa utilizando la espátula y reamasar durante 5 min a mano. Formar una bola y dejarla sobre una bandeja cubierta con papel para horno. Dejar reposar durante 1 h 30 min.
- 3 Precalentar el horno a 200°C (pos. termostato 6).
- 4 Poner un cuenco de agua en el horno (esto ayudará a lograr una buena corteza). Hornear durante 25 min. Bajar la temperatura el horno a 180°C y hornear durante otros 15 - 20 min.

**CONSEJO** - También se pueden utilizar harinas preparadas de multi-cereales.



## CONEJO A LA CERVEZA

Nº 198



800g CONEJO CORTADO EN DADOS • 100g CEBOLLAS • 1 DIENTE DE AJO • 5cl ACEITE DE OLIVA • 150g PANCETA • 3 CUCHARADAS DE HARINA • 35cl CERVEZA • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar la cebolla y el ajo y colocarlos en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Cortar a velocidad 11 durante 10 segundos. Cortar la panceta en trozos finos. Rebozar el conejo en la harina.
- 2 Sustituir la picadora ultrablade por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva y la panceta a; a continuación, iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir la cerveza y el conejo. Condimentar con sal e iniciar el programa de cocción lenta P2 a 95°C durante 45 min. Retirar el tapón después de 5 min. para permitir que el alcohol se evapore. Al final de la cocción, servir inmediatamente.



## PAN DE VIENA

Nº 298



10cl LECHE SEMIDESNATADA • 9g LEVADURA QUÍMICA • 1 HUEVO + 1 YEMA • 250g HARINA • 25g AZÚCAR • 5g SAL • 35g MANTEQUILLA EN DADOS

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 15 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner la leche y la levadura en un cuenco y mezclar.
- 2 Verter la mezcla en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Añadir el huevo, la harina, el azúcar, la sal y la mantequilla. Iniciar el programa masa P2 (con el tapón colocado), y dejar funcionar durante 40 min.
- 3 Al final del programa pasar la masa a un cuenco utilizando la espátula, cubrir con un paño y dejar reposar durante 1 h.
- 4 Precalentar el horno a 210°C. Formar panecillos y colocarlos en una bandeja cubierta con papel para horno. Realizar cortes con la punta de un cuchillo.
- 5 Extender la yema de huevo con un pincel y hornear durante 15 min.

**CONSEJO** - Pueden añadirse virutas de chocolate.





## PAN BLANCO Y MANTEQUILLA DE PIMENTÓN DULCE Nº 99



400g HARINA • 1 BOLSITA DE LEVADURA QUÍMICA • 1 CUCHARADA DE SAL • 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 200g MANTEQUILLA • 10g PIMENTÓN DULCE

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 35 MIN - COCCIÓN 30 MIN - REPOSO 1 H

- 1 Precalentar el horno a 240°C (pos. termostato 8). Poner 25 cl de agua templada y la levadura en el robot de cocina equipado con el accesorio de amasar/ picar. Iniciar el programa masa P1. Después de 30 segundos, añadir la harina, sal y aceite.
- 2 Al final del programa, retirar la masa del robot de cocina, dejarla sobre un plato y cubrir con un paño. Dejar reposar durante 1 h.
- 3 Hacer cortes en la masa utilizando un cuchillo y hornear durante unos 30 min.
- 4 Ablandar la mantequilla durante unos segundos en el microondas sin que se derrita. Introducirla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade junto con el pimentón dulce. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos. Utilizando la espátula, llevar la mezcla al centro y picar de nuevo durante 10 segundos. Esparcir la mantequilla en el pan caliente.

**CONSEJO** - Puede sustituirse el pimentón dulce por ajo y perejil.



## CREMA DE GUISANTES Nº 199



150g GUISANTES • 50g PUERROS (PARTE BLANCA SOLO) • 50g ZANAHORIAS • 20g RAMAS DE APIO • 1 CEBOLLA • 1 CUCHARADA DE ACEITE • 150g PATATAS • 100g BACON • 1 PASTILLA DE CALDO DE VERDURAS • 1/2 CUCHARADA DE COMINO MOLIDO

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 50 MIN

- 1 Pelar y cortar las verduras en cuatro trozos. Cortar el bacon en trozos pequeños. Poner la cebolla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade y picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Raspar las paredes del bol con la espátula, añadir el bacon, el apio y el aceite e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir los otros ingredientes y 1 L de agua; a continuación, cocinar a velocidad 1 a 100°C durante 45 min.
- 4 Al final de la cocción, mezclar a velocidad 12 durante 3 min.
- 5 Servir caliente.

**CONSEJO** - Si se desea una textura más suave, pulsar el botón Pulse durante 15 segundos.



## CREMA ESPESA DE CHOCOLATE Nº 299



180g CHOCOLATE SN LECHE • 100g MARGARINA • 20cl LECHE CONDENSADA

PERSONAS 4/6 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 10 MIN

- 1 Poner la margarina en el robot de cocina equipado con el accesorio mezclador y mezclar a velocidad 3 a 70°C durante 3 min.
- 2 Añadir las tabletas de chocolate y mezclar a velocidad 3 a 45°C durante 5 min.
- 3 Sustituir el mezclador por el accesorio de amasar/ picar. Añadir la leche condensada y mezclar a velocidad 12 durante 30 segundos.
- 4 Poner la mezcla en un cazo y mantenerla en la nevera hasta que esté preparada para consumir.



## PAN SIN GLUTEN

Nº 100



350 g HARINA SIN GLUTEN • 8 g LEVADURA QUÍMICA • 5 g SAL • 5 g AZÚCAR • 5 cl ACEITE DE OLIVA • 35 cl AGUA

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 15 MIN - COCCIÓN 40 MIN - REPOSO 2 H

- 1 Poner la harina, la levadura, el azúcar y el aceite en el robot de cocina equipado con el accesorio par amasar/picar. Iniciar el programa masa P1 y añadir gradualmente 35 cl de agua y la sal.
- 2 Dejar la masa reposar en el robot de cocina durante 40 min.
- 3 Precalentar el horno a 240°C (pos. termostato 6-7). Al final del programa echar la mezcla obtenida en un molde embadurnado de aceite. Dejar reposar cubierta por un paño durante 45 min., hasta que su volumen sea el doble. Hornear durante 40 min. La corteza debe tener un aspecto atractivo y dorado.
- 4 Sacar el pan tan pronto como salga del horno y dejarlo enfriar. Esperar a que el pan se enfríe antes de cortarlo.

**CONSEJO** - El pan sin gluten es más difícil de amasar que el pan clásico, no hay que sorprenderse si la masa tiene un aspecto diferente.



## ESTOFADO DE POLLO

Nº 200



750 g MUSLOS DE POLLO • 1 CEBOLLA • 200 g ZANAHORIAS • 200 g PUERROS • 50 g RAMAS DE APIO • 2 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA • 20 cl VINO BLANCO SECO • 20 cl CALDO DE POLLO • 1 HOJA DE LAUREL • 1 RAMITA DE TOMILLO • 15 cl NATA LÍQUIDA PARA COCINAR • 1 YEMA DE HUEVO • 10 RAMITAS DE ESTRAGÓN • SAL

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 10 MIN - COCCIÓN 45 MIN

- 1 Pelar la cebolla, los puerros y el apio y trocearlos. Pelar las zanahorias y cortarlas en lonchas. Poner la cebolla en el robot de cocina equipado con la picadora ultrablade. Picar a velocidad 11 durante 10 segundos.
- 2 Sustituir la picadora por el accesorio mezclador. Añadir el aceite de oliva, el apio, el vino blanco y el caldo e iniciar el programa de cocción lenta P1 a 130°C durante 5 min.
- 3 Al final del programa añadir el pollo, las zanahorias, los puerros, la hoja de laurel y el tomillo y condimentar con sal. Iniciar el programa de lenta P2 a 95°C durante 45 min.
- 4 Al final del programa escurrir la carne y las verduras y ponerlas en un plato. Añadir la nata líquida mezclada con la yema de huevo en el jugo restante. Mezclar a velocidad 6 durante 2 min., a continuación verter la salsa sobre la carne y las verduras. Servir inmediatamente con las ramitas de estragón.



## MERMELADA DE FRUTOS ROJOS

Nº 300



600 g FRUTOS ROJOS (MORAS, FRAMBUESAS, FRESAS) • 400 g AZÚCAR • 5 cl ZUMO DE LIMÓN • 1 CUCHARADA DE GELATINA (2G)

PERSONAS 4 - PREPARACIÓN 5 MIN - COCCIÓN 40 MIN

- 1 Poner todos los ingredientes en el robot de cocina con el accesorio de amasar/triturar. Mezclar a velocidad 7 durante 10 segundos.
- 2 Iniciar el programa postres a velocidad 5 a 105°C durante 40 min., con el tapón en el ajuste de vapor alto.
- 3 Verter la mezcla en recipientes herméticos.

**CONSEJO** - El uso de gelatina reduce la cantidad de azúcar empleado en la mermelada. Para hacer mermeladas, la temperatura debe ser de 105°C y la cantidad máxima 1,5 kg.

# CRÉDITOS

**Director de colección**

Emmanuel Jirou Najou

**Responsable editorial**

Alice Gouget

**Editora**

Claire Dupuy

**Creación de recetas**

Adèle Hugot

**Fotografías**

Rina Nurra

**Estilismo**

Lissa Streeeter

**Diseño gráfico**

Soins graphiques

**Ejecución y fotograbado**

Nord Compo

JPM & Associés

**Responsable de colaboraciones**

Camille Gonnet

camille.gonnet@alain-ducasse.com

---

## AGRADECIMIENTOS DEL EDITOR

Gracias al equipo creativo del libro y a France-Oberkampf por su preciosa ayuda. Gracias a Fabien Corredera, así como a Johan Nespoux, Emmanuel Gérard, Jean-Yves Beaudet y Claude Lannoy de Groupe SEB Moulinex® por habernos acompañado a lo largo de toda la realización de esta obra.

Gracias a JPM & Associés por su participación en este libro.

---





# Moulinex®

companion®

## 1 MILLÓN DE MENÚS

El robot de cocina Companion® ya se ha instalado en su cocina y está listo para convertirse en su mejor aliado. Este libro le va a permitir descubrir todas las posibilidades que su robot de cocina le ofrece y confeccionar hasta 1 millón de menús diferentes. Hojéelo, elija un entrante, un plato principal y un postre, ¡y adelante!



8080015191

ISBN 978-2-37247-002-5 – 8080015191-02