

DESCUBRE MÁS

# RECETAS

CON EL ACCESORIO PASAPURÉ

*¡Ve más allá del puré de patatas!*



**Moulinex**



INFLUENCER  
**PATRICIA  
TENA**

### COMIDA SANA

Descubre lo que hay más allá del puré de patatas de una manera fácil y sencilla. Un sinfín de recetas al alcance de tu mano que podrás realizar con un simple clic.

Una buena alimentación es la base de una vida sana, así que te invito a inspirarte con mis recetas: saludables, sencillas pero sobre todo ¡deliciosas!

**Moulinex**

## ACCESORIO PASAPURÉ

La clave para conseguir esta textura ligera y cremosa reside en este magnífico accesorio, ya que no tritura los alimentos, sino que los machaca sin romper las moléculas que forman el almidón.

Al romperse el almidón de las patatas o de cualquier otro vegetal feculento, obtenemos como resultado un puré de patatas pegajoso y desagradable al paladar.

Es por eso, que para tener un buen puré se recomienda utilizar un accesorio específico que haga la misma función que el pasapurés tradicional.





HOMEMADE

# BABA GANOUSH



Personas



60 minutos



40 minutos

## INGREDIENTES:

2 berenjenas grandes - 1 cucharadita de ajo rallado o en polvo - 1 cucharadita de tahini - zumo de ½ limón - ½ cucharadita de comino en polvo - 4 cucharadas de AOVE\* - sal. Para decorar: semillas de sésamo, hierbabuena y AOVE\*.

1. Precalienta el horno a 180° con calor arriba y abajo.
2. Corta las berenjenas longitudinalmente por la mitad y ponlas boca arriba en una bandeja de horno con un chorrito de AOVE\*. Hornea durante 45 minutos.
3. Pasado el tiempo, retira la pulpa de las berenjenas sin piel y ponla en un bol amplio junto con el resto de ingredientes: ajo, AOVE\*, comino, tahini, zumo de limón y sal.
4. Coloca el accesorio pasapuré en tu Quickchef y presiona el botón turbo hasta que quede una textura de paté.
5. Sirve en un bol con unas semillas de sésamo, hierbabuena picada y AOVE\*.
6. Tómalo frío.

## SUGERENCIA:

Degusta con pan tostado o unas crudités.

\*Aceite de oliva virgen extra.





HOMEMADE

# HAMBURGUESAS VEGETARIANAS

5

Personas

L

20 minutos

🍲

5 minutos

## INGREDIENTES:

250 g de alubias rojas cocidas - ½ cebolla morada - 1 pimiento verde pequeño - 2 dientes de ajo - 50 g de anacardos tostados - 1 huevo - 50 g de pan rallado - sal - pimienta.

1. Coloca el accesorio pasapuré en tu Quickchef.
2. Escurre muy bien las alubias rojas cocidas y ponlas en un bol amplio.
3. Presiónalas con el accesorio pasapuré, hasta que queden hechas puré.
4. Pica finamente el ajo, el pimiento y la cebolla con el accesorio picador e intégralo con las alubias.
5. Tritura los anacardos con el accesorio picador hasta que queden finos, pero no molidos.
6. Añade a las alubias junto con el huevo, el pan rallado y salpimienta al gusto.
7. Mezcla bien todos los ingredientes. Dispón 2 cucharadas generosas de masa en tu mano, haz una bola y después presiónala hasta que quede plana y del tamaño de una hamburguesa.
8. Repite el procedimiento hasta terminar con la masa (te saldrán unas 5 hamburguesas). Enfríalas.
9. Hazlas a la plancha como una hamburguesa normal.





HOMEMADE

# PIZZA DE COLIFLOR



Personas



30 minutos



20 minutos

## INGREDIENTES:

500 g de coliflor - 2 huevos - 300 g queso rallado (cheddar y mozzarella) - 30 g almendra molida - 1 cucharadita de levadura química - sal - pimienta - 40 g rúcula - 4 cucharadas tomate frito - 100 g champiñones laminados.

1. Coloca el accesorio pasapuré en tu Quickchef y precalienta el horno a 220° con calor arriba y abajo.
2. Separa la coliflor en tallos y a continuación, córtalos dejando únicamente la parte frondosa.
3. Ponlas en una jarra o un bol amplio. Ve presionando con el accesorio pasapuré, hasta que consigas que la coliflor se desmenuza y quede con una textura fina.
4. Cuando la tengas, escurre la coliflor presionando, para que suelte todo el agua posible.
5. A continuación, añade los huevos, 150 g de queso rallado, la almendra molida, la levadura, sal y pimienta al gusto. Integra todo junto.
6. Cubre una bandeja con papel de horno y vierte la masa en el centro. Con ayuda de una cuchara, extiende de manera uniforme en forma circular.
7. Hornea durante 15 minutos aproximadamente.
8. Pasado el tiempo, sácala y añade los ingredientes: tomate frito, champiñones y el resto del queso.
9. Hornéala durante 5 minutos más.
10. Antes de servir, ponle rúcula fresca por encima.





HOMEMADE

# PURÉ DE BONIATO Y LECHE DE COCO



Personas



40 minutos



30 minutos

## INGREDIENTES:

3 boniatos - 50 ml de caldo de verduras - 150 ml de leche de coco - una cucharadita de cúrcuma - sal - pimienta (opcional 1 zanahoria).

1. Pon una olla al fuego con abundante agua.
2. Cuece los boniatos (y la zanahoria) durante 20 o 30 minutos dependiendo del tamaño (cuando los pinches y estén blandos, sácalos).
3. Déjalos enfriar. Retira la piel y córtalos en trozos.
4. Ponlos en un bol amplio. Añade el caldo templado, la leche de coco, la cúrcuma, sal y pimienta al gusto.
5. Coloca el accesorio pasapuré en tu Quickchef y presiona el botón turbo hasta obtener una textura espesa de puré.
6. Si deseas una textura más ligera, solo tienes que añadir más caldo o leche de coco.
7. Sirve con un poco de cebollino picado y un chorrito de leche de coco.

## SUGERENCIA:

Es un perfecto acompañamiento para carnes y verduras.





HOMEMADE

# PURÉ DE PATATA Y TRUFA



Personas



40 minutos



30 minutos

## INGREDIENTES:

1 kg de patatas para cocer - 200/300 ml de leche entera - 200 g de mantequilla - sal - trufa.

1. Pon una olla al fuego con abundante agua y sal.
2. Cuece las patatas de un tamaño similar durante 30 minutos aproximadamente (dependiendo de su tamaño).
3. Pasado el tiempo, escurre el agua y retira la piel.
4. Con las patatas calientes, coloca el accesorio pasapuré en tu Quickchef y presiona el botón turbo hasta que se trituren.
5. Después, incorpora la mantequilla a trozos y a temperatura ambiente. Continúa triturando con el accesorio pasapuré.
6. Cuando esté integrada y sin dejar de triturar, echa poco a poco la leche caliente. La cantidad de ésta, puede variar. Añade hasta que obtengas la textura deseada.
7. Pon algo de sal, no demasiada, puesto que ya las hemos cocido con sal.
8. Sirve caliente y ralla un poco de trufa por encima.

## SUGERENCIA:

Es un perfecto acompañamiento para carnes y verduras.



# Moulinex®

quickchef batidora de mano



\*Comparado con la tecnología clásica de 2 cuchillas.

**1000W**  
4 ACCESORIOS  
25 VELOCIDADES





Moulinex®

[www.moulinex.es](http://www.moulinex.es)

