

RECETAS TRADICIONALES THERMOMIX

BELEN PAREDES

- 1.- ALBONDIGAS EN SALSA DE ALMENDRAS
- 2.- ALBONDIGAS EN SALSA DE TOMATE
- 3.- CALDILLO DE PINTARROJAS
- 4.- CALDITO DE PUCHERO
- 5.- CAZUELA DE FIDEOS CON ALMEJAS
- 6.- CAZUELA DE PATATAS CON POLLO
- 7.- EN BLANCO DE PESCADO
- 8.- ESTOFADO DE TERNERA
- 9.- GAZPACHUELO MALAGUEÑO
- 10.- POLLO AL CURRY
- 11.- ROLLITOS DE PRIMAVERA
- 12.- SOPA DE ESPARRAGOS CON ALMEJAS
- 13.- TARTA DE COL RISADA CON CARNE PICADA Y SALSA DE LIMÓN
- 14.- ENSALADA DE GAMBAS, HINOJO Y MANZANA
- 15.- CREMA DE LECHUGA Y MENTA
- 16.- DELICIA DE FRESAS
- 17.- ARROZ BLANCO
- 18.- HORCHATA DE ARROZ
- 19.- SALSA ALIOLI
- 20.- HELADO DE ARROZ CON LECHE
- 21.- ARROZ DE MARISCO
- 22.- ARROZ A BANDA
- 23.- EMPANADA DE MORCILLA Y PERA
- 24.- PUDIN DE PESCADO
- 25.- TARTA 3 CHOCOLATES
- 26.- TORTA DE ACEITE CON FRUTOS SECOS
- 27.- TIRAMISU
- 28.- BOLA DE QUESOS
- 29.- PIMIENTOS CONFITADOS
- 30.- PAN AL VAPOR
- 31.- MOUSSAKA DE LENTEJAS
- 32.- SOPA DE GARBANZOS CON ESPINACAS
- 33.- SOLOMILLO DE CERDO CON PIÑA Y VERDURAS
- 34.- PERAS CON CORAZÓN DE CHOCOLATE
- 35.- TARTA SACHER
- 36.- TARTA DE KIWI, PLATANO Y FRESON
- 37.- PECHUGAS DE PATO CON PURÉ DE CASTAÑAS Y JALEA DE NARANJA
- 38.- PIÑA COLADA
- 39.- CARDO CON ALMENDRAS
- 40.- MOUSSE DE JAMON Y SALMON AHUMADO.

- 41.- RODABALLO CON ALMEJAS Y GAMBAS AL VAPOR.
- 42.- FLAN DE TURRON DE JIJONA BROWNIES DE CHOCOLATE BLANCO CON PISTACHOS
- 43.- ROSCOS DE VINO
- 44.- PAN INTEGRAL
- 45.- MORCILLA DE BERENJENAS SOPA DE VERDURAS
- 46.- DEPURATIVAS (QUEMAGRASAS)
- 47.- POSTRE DE KIWI CON SALSA DE YOGUR Y VAINILLA
- 48.- YOGURT LÍQUIDO
- 49.- TAGLIATELLE DE ZANAHORIA Y CALABACÍN
- 50.- MENU DE SEMANA SANTA

Guiso de garbanzos
Bacalao con tomate y patatas panaderas
Tortilla de habas
Arroz con leche
Torrijas Light

- 51.- BACALAO CON TOMATE Y PATATAS PANADERA
- 52.- TORTILLA DE HABAS
- 53.- TORRIJAS LIGHT
- 54.- ALCACHOFAS A LA CERVEZA
- 55.- SORBETE 'CLARITA'
- 56.- ARROZ CON MARISCO Y CERVEZA
- 57.- MUFFINS
- 58.- HABAS CON JAMÓN
- 59.- PINCHO DE CEBOLLA CAMELIZADA CON CERVEZA NEGRA, QUESO CAMEMBERT Y SOLOMILLO IBÉRICO
- 60.- HELADO DE FRESAS
- 61.- TARTA DE QUESO
- 62.- GACHAS

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail:belenthermomix@gmail.com
MALAGA

ALBONDIGAS EN SALSA DE ALMENDRAS

INGREDIENTES:

1º Paso:

**1 kg. De carne picada
pan rallado con ajo y perejil
2 huevos
sal**

2º Paso:

**400 grs. de cebollas
50 grs. de almendras peladas
5 dientes de ajos
50 grs. de aceite de oliva**

3º Paso:

**50grs. de vino blanco
600 grs. de agua
azafrán
pimienta en grano
1 hoja de laurel
sal
1 rebanada de pan frito**

Si no tienes pan rallado, ralla pan conajos y perejil fresco y guárdalo en el congelador par que se conserve y este listo para usar.

Primero introducimos la carne picada en el vaso junto el pan rallado , los huevos y la sal y mezclamos unos 30 segundos a velocidad 3. Sacar, y reservar para hacer las bolitas.

Enjuagar el vaso y añadimos las cebollas cortadas a cuartos, las almendras, los ajos y el aceite y troceamos 4 segundos a velocidad 5 y programamos 10 minutos Temperatura Varoma velocidad 1. Mientras tanto vamos haciendo las bolitas y las vamos colocando en recipiente Varoma. A continuación añadimos el vino blanco, el agua, azafrán, pimienta, sal y la hoja de laurel y colocamos el recipiente Varoma encima de la tapadera con las albóndigas en su interior y programamos 30 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

Volcar las albóndigas en una olla, quitar la hoja de laurel del vaso y añadir al Vaso la rebanada de pan frito y triturar 30 segundos a velocidad 8 (si le gusta la salsa más fina triturar 1 minuto a velocidad 10).

Rectificar de sal y añadirselo a las albóndigas.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

ALBONDIGAS EN SALSA DE TOMATE

INGREDIENTES:

1º Paso:

1 kg. De carne picada
pan rallado con ajo y perejil
2 huevos
sal

2º Paso: Salsa

1 kg. De tomates maduros(o triturado)
150 grs. de cebollas
100 grs. de pimiento verdes
1 zanahoria
50 grs. de aceite de oliva
Sal

Si no tenemos pan rallado, lo rallamos con ajos y perejil fresco y lo conservamos en el congelador listo para usar.

Primero añadimos la carne picada junto al pan rallado, los huevos y la sal y mezclamos 30 segundos a velocidad 3 hasta que esté todo bien mezclado. Sacar, reservar y lavar el vaso.

Hacemos las albóndigas y las colocamos en el recipiente Varoma . A continuación añadimos los tomates, la cebolla, pimiento, zanahoria, el aceite y sal y troceamos 5 segundos a velocidad 5, colocamos el recipiente Varoma sobre la tapadera y programamos 35 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

Cuando termine volcamos las albóndigas en una fuente y trituramos la salsa 45 segundos a velocidad 5-10 progresivo y se la añadimos a las albóndigas.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

CALDILLO DE PINTARROJAS

INGREDIENTES:

1º Paso:

50 grs. de almendras peladas
1 rebanada de pan
5 dientes de ajos
pimienta en grano
3 clavos de olor
comino molido (opcional)
1 guindilla
300 grs. de agua
azafrán

2º Paso: Sofrito

2 tomates maduros (200 grs.)
1 pimiento verde (50 grs.)
150 grs. de cebolla
50 grs. de aceite de oliva

3º Paso:

1 litro de agua
500 grs. de pintarrojas
sal
1 hoja de laurel

En primer lugar freímos en una sartén las almendras, el pan y los ajos, lo introducimos en el vaso junto con la pimienta, clavo, comino, guindilla, azafrán y el agua y trituramos 1 minuto a velocidad 5-10. Sacar y reservar.

A continuación introducimos los ingredientes del 2º paso en el vaso y lo troceamos 5 segundos a velocidad 4 y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad 1. Luego trituramos el sofrito 45 segundos a velocidad 5-10 progresivo.

Luego añadimos el litro de agua e introducimos el cestillo en el cual pondremos la pintarroja cortada en rodajitas, sal y el laurel y programamos 15 minutos 100º velocidad 3. Cuando termine le añadimos lo que teníamos reservado y programamos 5 minutos más a 100º velocidad 3.

A la hora de tomar añadirle un poco de limón.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

CALDITO DE PUCHERO

INGREDIENTES:

**1 muslo de pollo
una zanahoria
un poco de apio
un hueso añejo
una patata
1 ½ de agua
sal
hierbabuena**

Echar el agua en el vaso e introducir el cestillo y en el poner el pollo, zanahoria, apio, hueso añejo, patata y un poco de sal y programar 45 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

Para aprovechar la temperatura Varoma podemos colocar el recipiente Varoma con patatas en cuadritos, zanahoria, guisantes y huevos liados en film transparente para hacer luego una ensaladilla rusa o también podemos poner pechugas de pollo rellena o un flan.

**BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail: belenthermomix@gmail.com
MALAGA**

CAZUELA DE FIDEOS CON ALMEJAS

INGREDIENTES:

1º Paso: Fumet

250 grs. de gambas

500 grs. de agua

2º Paso: Sofrito

2 tomates maduros (200 grs.)

1 pimiento verde mediano

150 grs. de cebolla

3 dientes de ajos

50 grs. de aceite de oliva

3º Paso:

1 patata mediana troceada a cuadritos

500 grs. de agua

azafrán

sal

100 grs. de fideos medianos(nº2)

¼ de almejas

Hierbabuena

Primero preparar el fumet con las cáscaras y cabezas de las gambas junto con el agua y programamos 5 minutos 100º velocidad 4(reservar los cuerpos de las gambas). Colar, reservar y enjuagar el vaso y la tapadera.

Seguidamente introducimos los ingredientes del sofrito y troceamos 5 segundos a velocidad 4 y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

A continuación ponemos la mariposa en las cuchillas y añadimos la patata troceada, el agua, el fumet que tenemos reservado, la sal y el azafrán y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad cuchara.

Mientras tanto enjuagar las almejas y colocarlas en el recipiente Varoma. Añadir los fideos y colocar el recipiente Varoma sobre la tapadera y programar 13 minutos temperatura Varoma velocidad cuchara. Por último volcar las almejas en la sopera, el caldo con los fideos y los cuerpos de las gambas(con el calor que mantiene el caldo se hacen) y un par de tallitos de hierbabuena.

BELÉN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MÁLAGA

CAZUELA DE PATATAS CON POLLO

INGREDIENTES:

1º Paso: Sofrito

2 tomates maduros (200grs. aprox.)

1 pimiento verde mediano

150 grs. de cebolla

2 dientes de ajos

50 grs. de aceite

2º Paso:

300 grs. de pollo troceado

800 grs. de patatas troceadas

azafrán

1hoja de laurel

sal

agua hasta cubrir

Primero introducimos todos los ingredientes del sofrito en el vaso y troceamos 5 segundos en velocidad 4 y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad 1. A continuación trituramos 45 segundos a velocidad 5-10. Añadir el pollo y rehogar 5 minutos temperatura Varoma giro al la izquierda y velocidad cuchara.

Introducimos las patatas, el azafrán, el laurel, la sal y agua hasta cubrir y programar 25 minutos temperatura 100º giro a la izquierda y velocidad cuchara.

Rectificar de sal y comprobar que la patata esté cocida de no ser así programar unos minutos más misma temperatura y velocidad.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

EN BLANCO DE PESCADO

INGREDIENTES:

1º Paso:

**1 tomate maduro
1 pimiento verde mediano
1 cebolla medianita**

2º Paso:

**1 litro de agua
600 grs. de patatas
30 grs. de aceite de oliva
sal
300 grs. de pescado blanco(rosada,
pescadilla, merluza..)
limón**

En primer lugar introducimos el tomate, el pimiento y la cebolla en el vaso y troceamos 4 segundos en velocidad 4. A continuación añadimos el litro de agua y metemos el cestillo con las patatas cortadas a rodajas no muy gruesas, la sal y el aceite, programamos 20 minutos temperatura Varoma velocidad 1. Mientras tanto colocamos el pescado en el recipiente varoma. Cuando termine colocamos el recipiente Varoma sobre la tapadera y programamos 7 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

Echar el pescado sobre la sopera y comprobar que la patata esté cocida (de no ser así programamos unos minutos más a la misma temperatura y velocidad). Sacar el cestillo con la espátula y volcarlas en la sopera junto al pescado. Triturar 30 segundos a velocidad 5-10 progresivo. Añadirlo a la sopera rectificar de sal y añadirle el zumo de medio limón.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

ESTOFADO DE TERNERA

INGREDIENTES:

1º Paso: Sofrito

350 grs. de tomate maduro

50 grs. de pimiento verde

150 grs. de cebolla

3 dientes de ajos

50 grs. de aceite de oliva

2º Paso:

1 kg. De ternera tierna para estofado

150 grs. de zanahorias cortadas en rodajas no muy gruesas

100 grs. de guisantes

30 grs. de vino blanco

400 grs. de agua

pimienta en grano

3 clavos de olor

1 hoja de laurel

sal

500 grs. de patatas troceadas en cuadritos

Introducimos todos los ingredientes del sofrito y troceamos 5 segundos en velocidad 4 y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad 1. Luego trituramos 30 segundos a velocidad 5-10.

Ponemos la mariposa en las cuchillas y añadimos la carne troceada, las zanahorias, los guisantes, la pimienta, clavo, laurel y la sal y programamos 8 minutos temperatura Varoma velocidad cuchara. Mientras tanto vamos troceando las patatas (o cualquier otra verdura o incluso un flan) y las colocamos en el recipiente Varoma. A continuación le añadimos el vino blanco y programamos 2 minutos Varoma velocidad cuchara. Seguidamente le añadimos el agua y programamos 45 minutos temperatura Varoma velocidad cuchara y colocamos el recipiente Varoma con las patatas encima de la tapadera. Comprobar si la carne está tierna, de no ser así programar unos 10 minutos misma temperatura y velocidad. Rectificar de sal y mezclar con las patatas.

También se puede acompañar con patatas fritas, en ese caso aprovecharemos el varoma para cocer cualquier otra cosa (verduras, un flan..)

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

GAZPACHUELO MALAGUEÑO

Ingredientes:

1º Paso:

Mayonesa

200 grs. de agua

2º Paso:

1500 grs. de agua

600 grs. de patatas en rodajas no muy gruesas

3º Paso:

¼ de almejas

300 grs. de rosada (pescadilla, jurel u otro pescado blanco)

150 grs. de gambas peladas

Preparar la mayonesa tal y como indica en el libro en la página 18 pero con aceite de girasol. Una vez preparada la mayonesa añadirle los 200 grs. de agua poco a poco por el vocal de la tapadera en velocidad 2. Sacar y reservar.

A continuación añadir el agua del 2º paso, introducir el cestillo en el cual echaremos las patatas cortadas a rodajas y la sal y programamos 10 minutos temperatura Varoma y velocidad 1. Mientras tanto enjuague las almejas y póngalas en el fondo del recipiente Varoma y el pescado póngalo en la otra bandeja del Varoma; pasados los 10 minutos colocamos el recipiente Varoma encima de la tapadera y programamos 15 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

Ponga en una sopera las almejas y el pescado troceado, añada los cuerpos de Las gambas en el vaso y esperar que se temple un poco el caldo. Una vez que haya bajado la temperatura a unos 90º u 80º poner la thermomix en velocidad 2 e ir añadiendo la mayonesa que teníamos reservada poco a poco por el bocal de la tapadera. A continuación volcarlo en la sopera junto a las almejas y el pescado.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

POLLO AL CURRY

INGREDIENTES:

50 grs. de mantequilla
50 grs. de aceite
400 grs. de cebollas cortadas en cuartos
1 manzana pelada
500 grs. de pechuga de pollo troceado o
de muslo y contramuslo deshuesados
50 grs. de coñac
500 grs. de nata para cocinar
2 cucharaditas de curry
Sal

Primero calentar la mantequilla y el aceite 2 minutos 90° velocidad 1. A continuación añadimos la cebolla y la manzana y la troceamos 4 segundos en velocidad 4 y programamos 13 minutos temperatura Varoma velocidad 1.

Ponemos la mariposa en las cuchillas y añadimos el pollo troceado y programamos 15 minutos temperatura Varoma velocidad cuchara.

Seguidamente le añadimos el coñac y programamos 3 minutos temperatura Varoma y velocidad cuchara. Por último le añadimos la nata, el curry y la sal y programamos 5 minutos temperatura 90° velocidad cuchara.

Finalmente rectificamos de sal si es necesario, se puede acompañar con arroz blanco cocido.

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail:belenthermomix@gmail.com
MALAGA

ROLLITOS DE PRIMAVERA

INGREDIENTES:

Pasta brick o pasta filo (se encuentra en grande superficies)

200 grs. de col blanca

200 grs. de zanahorias

2 cucharadas de brotes de soja

300 grs. de carne picada

50 grs. de aceite

sal

pimienta

una pizca de nuez moscada

una pizca de curry

un poco de mantequilla

Primero troceamos la col y la zanahoria 5 segundos velocidad 5. Añadimos el aceite y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad cuchara. A continuación le añadimos la carne picada, los brotes de soja y los condimentos y mezclamos unos segundos a velocidad 3 para que la carne se desmenuce y programamos 8 minutos temperatura Varoma giro a la izquierda y velocidad cuchara.

Para hacer los rollitos ponemos una o dos hojas de pasta filo y le echamos 2 cucharadas del relleno en el centro de la parte superior y doblamos hacia dentro los dos lados laterales y vamos enrollando hasta hacer el rollito. Lo ponemos sobre la bandeja del horno con papel vegetal debajo y pintamos los rollitos con un poco de mantequilla derretida. Precalentar el horno a 200º grados y meterlos unos minutos hasta que se doren.

Se pueden acompañar con salsa agridulce.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

SOPA DE ESPARRAGOS CON ALMEJAS

INGREDIENTES:

1º Paso: Majaillo

50 grs. de almendras peladas

1 rebanada de pan

5 dientes de ajos

pimienta en grano

3 clavos de olor

1 guindilla

azafrán

300 grs. de agua

2º Paso: Sofrito

2 tomates maduros (200 grs.)

1 pimiento verde (50 grs.)

150 grs. de cebolla

50 grs. de aceite de oliva

3º Paso:

1 litro de agua

2 manojos de espárragos verdes

1 patata troceada a cuadritos

¼ de almejas

sal

1 hoja de laurel

En primer lugar freímos en una sartén las almendras, el pan y los ajos, lo introducimos en el vaso junto con la pimienta, clavo, comino, guindilla, azafrán y el agua y trituramos 1 minuto a velocidad 5-10. Sacar y reservar. A continuación introducimos los ingredientes del 2º paso en el vaso y lo troceamos 5 segundos a velocidad 4 y programamos 10 minutos temperatura Varoma velocidad 1. Luego trituramos el sofrito 45 segundos a velocidad 5-10 progresivo.

Luego añadimos el litro de agua, los espárragos troceados desechando la parte dura del espárrago, una patata troceada a cuadritos, la sal, la hoja de laurel y programamos 25 minutos temperatura Varoma giro a la izquierda velocidad cuchara. Colocamos el Varoma sobre la tapadera con las almejas en su interior. Acabado el tiempo echamos las almejas a la sopera y comprobamos que los espárragos están tiernos de no ser así programamos unos minutos más a la misma temperatura y velocidad.

Luego añadimos el majaillo que teníamos reservado y programamos 5 minutos 100º giro a la izquierda velocidad cuchara.

Esta sopa gusta un poquito picantita, pero es opcional la guindilla.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

TARTA DE COL RISADA CON CARNE PICADA Y SALSA DE LIMON.

INGREDIENTES:

800 g picada de ternera
1 cebolla
1 huevo
1 panecillo seco (la miga)
mostaza
sal, pimienta, nuez moscada
1 col risada
Pique la cebolla 4 segundos a vel. 5,
agregue la carne y el resto de los
ingredientes y mezclar unos segundos a
vel. 3 hasta que esté totalmente mezclado.
Corta las hojas largas exteriores y corta las
partes duras del centro.
Ponga una capa de hoja abajo del Varoma
Y cubrelo con una capa de la masa de
carne. Repite varias capas así terminando
con col, cierra con la tapa.
700 g patatas cortado en trozos
800 g agua
1 pastilla de caldo
Eche en el vaso el agua y la pastilla de
caldo y ponga el cestillo con las patatas
dentro y programe **45 Min., Varoma , vel.**
1

Salsa:

500 g del caldo
200 g nata liquida
10 g zumo de limón
50 g harina
sal, pimienta (blanca), nuez moscada

*Echar todos los ingredientes en el vaso y programar 5 Min. 100 ° vel. 3.
Volcar la col en una fuente, acompañarla con las patatas y la salsa.*

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail:belenthermomix@gmail.com
MALAGA

RECETAS PARA EL VERANO ESPECIAL ARROZ LEVANTE

EMPANADA DE MORCILLA Y PERA

Ingredientes:

Relleno

- 500 grs. de cebolla
- 30 grs. de mantequilla, a temperatura ambiente
- 30 grs. de aceite de oliva
- 70 grs. de nata líquida
- una pizca de sal
- una pizca de pimienta negra molida
- 1 pellizco de nuez moscada
- 1 pellizco de canela molida
- 2 morcillas de cebolla
- 2 peras Conferencia

Masa

- 400 grs. de harina
- 180 grs. de mantequilla, a temperatura ambiente
- 70 grs. de agua
- 1 huevo
- 1 pellizco de sal
- 1 sobre de levadura en polvo

Para pintar

- 1 huevo batido

Preparación:

Relleno

Ponga la cebolla en el vaso, partida en y trozos grandes y programe 4 segundos, velocidad 4. Añada la mantequilla y el aceite. Sofría 10 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Incorpore los condimentos y la nata. Mezcle 5 segundos, velocidad 1. Vierta en un bol y deje enfriar.

Precaliente el horno a 180°

Masa

Ponga en el vaso por este orden, la harina, la mantequilla, el agua, el huevo, la sal y la levadura. Programe 15 segundos, velocidad 6. Saque la masa, forme una bola sobre la encimera enharinada y divídala en dos partes iguales.

Montaje

Estire la mitas de la masa con el rodillo, sobre una superficie enharinada, hasta que ésta alcance el tamaño aproximado de la bandeja del horno- Coloque la masa extendida sobre la bandeja del horno (forrada con papel de hornear o previamente aceitada).

Extienda la cebolla sobre la masa, dejando un borde sin rellenar de aprox. 2 cm. en los laterales (para poder sellarla). Quite la piel a las morcillas y reparta por encima de la cebollas. Por último coloque las peras cortadas en láminas con piel y cubra con la otra mitad de la mas igualmente extendida. Presione bien los bordes para sellarlos. Haga uno o los orificios en la superficie a modo de chimenea y decore, si quiere, con los restos de la masa.

Barnice la superficie con huevo batido y hornee a 180° durante 30 minutos aproximadamente.

BELÉN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MÁLAGA

PUDIN DE PESCADO

Ingredientes:

- 15 palitos de bocas de mar
- 2 ó 3 latas de atún(escurridas)
- 1 lata de leche evaporada Ideal
- sal y pimienta
- 5 huevos

Preparación:

Primero trocear los palitos de boca de mar unos 5 segundos en velocidad 4, añadir el atún, la leche, la sal y pimienta al gusto y programar 7 minutos 90° velocidad 5. Mientras tanto cascar los huevos en un recipiente. Luego programar 5 minutos 90° velocidad 1 e ir echando a través del bocal los huevos removiendo un poco con la espátula. A continuación volcar sobre un recipiente tipo plun cake de 1 1/2 litro untado con mantequilla, tapar con film transparente y ponerle algo de peso (un tetra brick de leche) dejar enfriar en la nevera.

TARTA 3 CHOCOLATES

Ingredientes:

Base

- 1 paquete de galletas tipo María
- 100 grs. de mantequilla (temperatura ambiente)

Relleno

- 1 litro de leche
- 1/2 de nata (para montar)
- 150 grs. de chocolate fondat
- 150 grs. chocolate con leche
- 150 grs. chocolate blanco
- 3 sobres de cuajada
- 300 grs. de azúcar

Preparación:

En primer lugar echamos la leche y la nata en el vaso y mezclamos 10 segundos en velocidad 3, sacamos y reservamos. Secamos el vaso y pulverizamos las galletas 10 segundos a velocidad 6 y luego le añadimos la mantequilla y repetimos la operación, volcamos sobre el monde desmontable de unos 30 cm y aplastamos hasta que quede todo el fondo bien cubierto, reservamos en el frigo.

Añadimos 1/2 litro de la mezcla de leche y nata, 150 grs. de chocolate fondat, 1 sobre de cuajada y 100 grs. de azúcar y programamos 7 minutos 90° velocidad 5, los primeros 10 segundos lo ponemos a velocidad 10 para triturar el chocolate.

Cuando termine volcamos sobre la base de galletas y lo reservamos en el congelador.

Seguimos con 1/2 litro de la mezcla de leche y nata, 150 grs. de chocolate con leche, 1 sobre de cuajada y 100 grs. de azúcar y programamos 7 minutos 90° velocidad 5, los primeros 10 segundos lo ponemos a velocidad 10. Seguidamente volcamos sobre el chocolate negro con la ayuda de una cuchara para que no se nos haga un agujero y volvemos a meter en el congelador. Terminamos con el resto de leche, 150 grs. de chocolate blanco, 1 sobre de cuajada y 100 grs. de azúcar y volvemos a programar 7 minutos 90° velocidad 5. Volcamos sobre el chocolate con leche con la ayuda de una cuchara y volvemos a meter en el congelador.

Reservamos en el congelador y sacamos un ratito antes de consumir.

Es muy sencilla, rápida y muy fresquita para apaciguar este calor.

NOTA: No dejar que se ponga dura una capa antes de poner la otra, porque si no no se pegan. La capa de abajo ha de estar cuajada pero pegajosa

TORTA DE ACEITE CON FRUTOS SECOS

Ingredientes:

- 200 grs. de aceite de oliva
- 1 cucharada de Matalahuva
- 250 grs. de harina integral
- 200 grs. de azúcar
- 200 grs. de leche
- 1 sobre de levadura química
- 1 cucharada de canela molida
- pasas
- para decorar la torta: almendras peladas, piñones,.. y azúcar moreno.

Preparación:

Primero calentamos el aceite junto con la matalahuva 5 minutos temperatura 100° velocidad cuchara. Colamos y reservamos, si queda un resto de matalahuva en el vaso lo dejamos. Añadimos la harina, el azúcar, la canela y la levadura y programamos 15 segundos a velocidad 4. A continuación añadimos la leche y el aceite reservado y programamos 1 minutos a velocidad Espiga, y en los últimos segundos le añadimos las pasas(un puñadito), terminar de mezclar de forma envolvente. Lo pasamos a un recipiente redondo de unos 30 cm de diámetro ó en dos más pequeños le ponemos papel vegetal en el fondo y lo decoramos por encima almendras, piñones y azúcar moreno y lo metemos al horno precalentado a unos 150° de 30 a 35 minutos, todo dependerá de cada horno.

TIRAMISU

Ingredientes:

- 100 g. de azúcar
- 5 yemas de huevo
- 500 g. de queso Mascarpone(o 500 g. de queso philadelphia)
- 1 cucharadita de azúcar vainillada
- 24 bizcochos de soletilla o 2 planchas de bizcocho(ver Brazo Gitano, pág.152)
- 200 g. de café fuerte
- 50 g. de licor(ron, amaretto, grappa)
- un pellizco de sal
- 50 g. de cacao sin azúcar, para adornar

Preparación:

Vierta en el vaso el azúcar y glasee durante 20 segundos a velocidad 5-10 progresivo. A continuación, ponga la mariposa en las cuchillas y añada las yemas, el queso, el azúcar vainillada y la sal y programe 30 segundos a velocidad 3 1/2. Tiene que quedar como una crema montada. Vierta en un cuenco y reserve en el frigorífico.

Seguidamente, remoje los bizcochos en el café mezclado con el licor elegido y cubra la base de un molde transparente con parte de ellos. Por último, vierta parte de la crema reservada anteriormente sobre ellos y cubra de nuevo con el resto de los bizcochos. Cubra con la crema restante, tape el recipiente con la hoja plástica transparente e introduzca en el frigorífico hasta el día siguiente. Ante de servir el Tiramisú espolvoree toda la superficie con cacao y unas virutas de chocolate.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

BOLA DE QUESOS

Ingredientes:

50 g. de leche
un trozito de cebolla
150 g. de queso graso
150 g. de queso azul
1 cucharada de mantequilla
200 g. de queso Philadelphia
Para adornar:
nueces picadas
2 cubiletes de hojas de perejil picado

Preparación:

Vierta en el vaso todos los ingredientes y programe 30 segundos, temperatura 37º, velocidad 8, ayudándose con la espátula. Tiene que quedar homogéneo, de no quedar bien amalgamado, repita la operación. A continuación ponga en un cuenco hondo una hoja plástica transparente dejando fuera de cuenco plástico para después envolver el paté, y vierta la mezcla en él. Tape con el plástico e introduzca en el frigorífico hasta que esté consistente. Si desea adornar la bola, pique las nueces con las hojas de perejil durante 8 segundos a velocidad 5. Cuando esté consistente, déle forma de bola, rebócela en las nueces con perejil y sívala con biscotes. (También puede agregar las nueces troceadas al vaso, junto con todos los demás ingredientes)

PIMIENTOS CONFITADOS

Ingredientes:

400 g. de pimientos rojos
200 g. de azúcar
100 g. de vinagre
50 g. de agua
1 tarrina de queso Philadelphia
biscotes de pan

Preparación:

Ponga los pimientos en el vaso y trocéelos 5 segundos en velocidad 4. Baje con la espátula lo que haya quedado en las paredes del vaso. Añada el azúcar, el vinagre y el agua, y programe 35 minutos, temperatura Varoma, giro a la izquierda y velocidad cuchara (quite el cubilete y coloque el cestillo sobre la tapadera para que evapore). Coloque el queso en un plato de servir y distribuya los pimientos confitados alrededor. Sívalo con los biscotes o con pan tostado.

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail: belenthermomix@gmail.com
MALAGA

PAN AL VAPOR

Ingredientes para 15 rebanadas:

150 g. de agua
15 g. de levadura prensada fresca de panadería
250 g. de harina
1 cucharadita de sal
aceite, para engrasar
1.000 g. de agua

PREPARACIÓN:

Ponga el agua y la levadura en el vaso y programe 2 minutos, 37°, velocidad 1 para calentarla. Añadala harina y la sal y amase durante 2 minutos 30 segundos, vaso cerrado, velocidad Espiga. Retire la masa y enharínela para que no se pegue. Forme una bola con la masa, colóquela dentro de un plato soperero engrasado (que entre dentro del recipiente Varoma o en un molde de plun cake de albal) y cúbrala con un paño de cocina. Deje que suba en un lugar caliente durante 1 hora hasta que la masa haya crecido el doble de su volumen inicial. Vierta el agua en el vaso y ponga el plato soperero (el molde) con la masa dentro del recipiente Varoma. Ponga el Varoma en su posición y programe 45 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1, para cocer el pan al vapor. Deje que se enfríe y córtelo en rodajas finas (de 1 cm). Sugerencia: este pan es ideal para tostar.

MOUSSAKA DE LENTEJAS

Ingredientes para 6 personas:

120 g. de queso parmesano, troceado
50 g. de aceite de oliva virgen extra
1 cebolla, grande, cortada en cuartos(200 g.)
3 dientes de ajo
1 pimiento, verde o rojo, troceado(150 g.)
300 g. de tomate natural entero, pelado, de bote
2 berenjenas(400 g.)
200 g. de lentejas rojas remojadas (o lentejas precocidas)
120 g. de vino tinto
1 cucharada de orégano
1 cucharadita de jengibre, molido
2 cucharaditas de sal
1/2 cucharadita de pimienta
40 g. de mantequilla, y un poquito más
500 g. de leche
40 g. de harina

Preparación:

Ponga el queso parmesano en el vaso, rállelo durante 10 segundos, velocidad progresiva 5-10, viértalo en un cuenco y resérvelo. Vierta en el vaso el aceite de oliva, la cebolla, el ajo y el pimiento y trocéelo todo durante 5 segundos, velocidad 5. Añada los tomates, trocéelos durante 2 segundos, velocidad 5 y programe 8 minutos, 100°, velocidad 1. Corte las berenjenas longitudinalmente en rodajas (de 1 cm) y colóquelas dentro del recipiente Varoma. Asegúrese de que alguno de los agujeros no aqueden cubiertos para que pueda pasar el vapor. Añada las lentejas,

el vino tinto, el óregano, el jengibre, la sal, y la pimienta en el vaso. Ponga el Varoma en su posición y programe 20 minutos, temperatura Varoma, giro a la izquierda, velocidad cuchara. Retire el recipiente Varoma. Coloque todas las rodajas de berenjena dentro de una bandeja de horno honda engrasada con mantequilla y cúbralas con las lentejas. No es necesario lavar el vaso. Vierta la mantequilla, la leche y la harina en el vaso y programe 8 minutos, 90°, velocidad 4. Añada 60 g. de queso parmesano rallado a la salsa y mezcle 5 segundos, velocidad 4. Cubra las lentejas con la salsa y espolvoree el resto del queso. Ponga la moussaka en el horno precalentado a 200° durante 30 minutos. Corte la moussaka en cuadrados y sírvala caliente.

SOPA DE GARBANZOS CON ESPINACAS

Ingredientes para 8 personas:

300 g. de espinacas, frescas
120 g. de garbanzos, secos
1.000 g. de agua
1 cucharada de sal
2 cebollas, medianas, cortadas en cuartos(200g.)
50 g. de aceite de oliva virgen extra
200 g. de zanahorias, troceadas
3 dientes de ajo
150 g. de nabos, troceados(opcional)
pimienta

Preparación:

Ponga las espinacas en recipiente Varoma y resérvelas. Ponga en el vaso los garbanzos y trítúrelos 30 segundos, velocidad 9, viértalos en un bol y resérvelos. Incorpore el agua, las sal, las cebollas, el aceite de oliva, las zanahorias, el ajo, los nabos y los garbanzos molidos reservados. Coloque el recipiente Varoma en su posición y programe 25 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Retire el recipiente Varoma, coloque el cubilete y triture programando 1 minuto, 30 segundos, velocidad 8. Coloque las espinacas en una soperera, vierta encima la sopa y salpimíentela a gusto. Mezcle la sopa con la espinaca y sírvala caliente.

SOLOMILLO DE CERDO CON PIÑA Y VERDURAS

Ingredientes para 3 personas:

1 solomillo de cerdo(300 o 350g) o 2
1/2 cucharadita de pimienta negra
1/2 cucharadita de sal de verduras, o sal y pimienta
1 pellizco de guindilla
150 g. de rodajas de piña, de bote, escurridas (reserve el jugo)
500 g. de verduras, variadas (rodajas de zanahorias, brócoli, etc)
700 g. de agua
1 cucharadita de sal
500 g. de patatas, cortadas en rodajas
SALSA:
30 g. de nata. (35 % materia grasa)
40 g. de harina,(o 30 g. de maicena)
400 g. de jugo cocicón

100 g. de jugo de piña (reservado)

Preparación:

Sazone el solomillo de cerdo con las especias. Ponga algunas rodajas de piña dentro del recipiente Varoma, coloque el solomillo de cerdo encima y cúbralo con el resto de la piña. Sitúe la bandeja Varoma y coloque la verduras encima. Vierta el agua y la sal en el vaso, introduzca el cestillo y ponga las patatas dentro. Ponga el Varoma en su posición y programe 40 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Retire el recipiente Varoma y reserve el jugo de cocción.

SALSA:

Vierta en el vaso los ingredientes de la salsa y programe 5 minutos, 100°, velocidad 3. Al final triture programando 10 segundos, velocidad 10. Corte el solomillo de cerdo en rodajas (de 1 cm aproximadamente), coloque los trozos de piña encima y sirva con la guarnición de verduras y la salsa.

PERAS CON CORAZÓN DE CHOCOLATE

Ingredientes para 4 personas:

30 g. de azúcar

2 cucharaditas de azúcar vainillado

150 g. de nata, fría, del 30-35% de materia grasa

2 peras, maduras, peladas

4 trozos de chocolate (40 g.)

500 g. de agua

Preparación:

Vierta el azúcar y el azúcar vainillado en el vaso seco y frío y pulverice 10 segundos, velocidad 8. Coloque la mariposa. Añada la nata fría, móntela en velocidad 3 hasta alcanzar el grado de firme deseado. Vierta la nata montada en un cuenco y póngalo en el frigorífico. Retire la mariposa. Corte las peras por la mitad, quíteles la semillas y colóquelas dentro del recipiente Varoma. Coloque un trozo de chocolate en el centro de cada mitad de pera. Vierta el agua en el vaso, ponga el Varoma en su posición y programe 18 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Deje enfriar las peras y sírvelas tibias con la nata montada. Sugerencia: como variante más ligera, sirva las peras sólo con chocolate. El tiempo de cocción al vapor depende del grado de madurez de las peras y su tamaño.

BELÉN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MÁLAGA

TARTA SACHER

Ingredientes:

50 g. de cacao puro
130 g. de harina
1 cucharadita de azúcar vainillado
2 cucharaditas de levadura Royal
un pellizco de sal
160g. de azúcar
120 g. de mantequilla a temperatura ambiente
4 huevos

Para el relleno:

Mermelada de fresas, de naranjade la que más os guste

Para el almíbar:

300 g. de azúcar
100 g. de agua
el zumo de 1/2 limón
50 g. de Ron

Cobertura de chocolate:

200 g. de chocolate fondant
50 g. de mantequilla
50 g. de agua

PREPARACIÓN:

Precalentar el horno a 180°. Poner en vaso bien seco la harina, el cacao, la levadura, el azúcar avainillado y la sal. Pulverizar 20 segundos en velocidad máxima. Verter en un cuenco y reservar. Poner la mariposa en las cuchillas y agregar los huevos y el azúcar y programar 5 minutos a 40° velocidad 3, cuando termine el tiempo repetir la operación pero sin programar la temperatura. Mientras tanto engrasar y enharinar el molde alto de 24 cm. de diámetro. A continuación añadir la mantequilla y la mezcla de harina y cacao que tenemos reservado y mezclar todo 4 segundos en velocidad 2. Terminar de mezclarlo con la espátula, quitando la mariposa y con movimientos envolventes. Verter la mezcla en el molde que tenemos preparado e introducirlo en el horno previamente precalentado a 180° durante 30 minutos aproximadamente, pinchar en el centro para comprobar que está cocido, el palillo tiene que salir limpio. Dejar enfriar y desmoldar y cortar por la mitad.

Mientras se enfria el bizcocho hacer el almíbar:

Vierta los ingredientes en el vaso y programe 10 minutos, temperatura 100° y velocidad 2. Bañar el bizcocho por las dos mitades y rellenarlo con la mermelada.

Preparar la cobertura de chocolate:

Ponga el chocolate en el vaso y trocéelo 20 segundos velocidad 5-10. Vierta el agua y programe 4 minutos, 37°, velocidad 2. Baje los restos con la espátula y añada la mantequilla y programe 4 minutos, 37° velocidad 2. Compruebe que quede una mezcla homogénea.

Coloque el bizcocho sobre una rejilla y un plato debajo de la rejilla para que el chocolate que sobre caiga sobre el plato(en vez de un plato puede poner papel de aluminio) y vierta la cobertura por encima, intentando cubrir toda la superficie y los laterales.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

TARTA DE KIWI, PLATANO Y FRESON

Ingredientes y preparación para la masa quebrada en la página 38 del libro.

Ingredientes para el relleno:

150 g. de azúcar

la piel de 1/2 limón solo la parte amarilla

200 g. de nata líquida

200 g. de queso Philadelphia

4 huevos

50 g. de mantequilla

Ingredientes para el glaseado:

100 g. de azúcar

100 g. de agua

unos trozos pequeños de kiwi

2 cucharaditas de zumo de limón

Decoración:

2 plátanos

2 o 3 kiwis

4 fresones

PREPACIÓN:

Precaliente el horno a 180°.

Prepare la masa quebrada como le indica en la página 38 y forre un molde desmontable de 26 o 28 cm. Pinche con un tenedor la masa y selle los bordes con las manos mojadas en agua e introdúzca en el horno precalentado durante 10 o 12 minutos hasta que este doradita. Retirar del horno y reservar.

Para el relleno con el vaso muy seco pulverice el azúcar programando 30 segundos a velocidad 5 - 10. Añada la piel del limón y repita la operación. Coloque la mariposa en las cuchillas y añada el resto de ingredientes del relleno y programe 7 minutos 90° velocidad 2. Vuelque sobre la tartaleta y deje enfriar.

Mientras para hacer el glaseado lave bien el vaso y ponga los ingredientes del glaseado y programe 10 minutos temperatura Varoma y velocidad 2.

Mientras tanto pele y corte las frutas en rodajitas finas y colóquelas sobre la crema en forma decorativa. Pinte la tarta con el glaseado, cubriendo bien las frutas y déjela en el frigorífico hasta el momento de servir.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

PECHUGAS DE PATO CON PURÉ DE CASTAÑAS Y JALEA DE NARANJA.

Ingredientes 6 personas:

Magret de pato

2 magrets de pato (pechugas)

sal, pimienta

150 grs de ciruelas pasas, sin hueso

150 grs de castañas al natural, enteras (se venden ya preparadas en lata)

1 naranja de mesa

Cebollas confitadas:

700 grs de cebollas

30 grs de aceite oliva

70 grs de mantequilla

1 cucharadita de sal

pimienta negra al gusto

30 grs de caramelo líquido

Puré de castañas:

300 grs de castañas natural

100 grs de nata

50 grs de mantequilla

1 pellizco de sal

Jalea de naranja:

300 grs de zumo de naranja

300 grs de azúcar

la piel de una naranja

Preparación:

Recipiente varoma:

Retire la piel de los magrets. Abra los magrets de modo que le quede un filete fino. Aplástelos un poco para que queden lo más finos posible. Salpimiente la carne por ambos lados y colóquela sobre film transparente. Ponga por encima las castañas bien escurridas y las ciruelas pasas. Haga un rollo y envuélvalo con el film apretando bien. Repita la operación con el otro magret y coloque los dos rollos en el recipiente varoma. Retire la piel de la naranja, sin nada de parte blanca y resérvela. Pela la naranja llegando bien a la carne y valla cortando gajos sin piel. Colóquelos alrededor de los magrets, junto con las castañas y ciruelas que le hayan sobrado. Tape el recipiente varoma y reserve.

Cebollas confitadas:

Ponga en el vaso las cebollas cortadas en cuartos y trocee programando 4 seg. velocidad 4. Coloque la mariposa en las cuchillas y añada el aceite y la mantequilla y programe 30 min., temperatura varoma, velocidad 1. Coloque el recipiente varoma encima de la tapa. Cuando acabe el tiempo programado, retire el recipiente varoma y vierta en el vaso el caramelo líquido, la pimienta, la sal y programe 3 min. , 100 grados, velocidad 1. Retire la cebolla confitada del vaso y reserve.

Puré de castañas:

Ponga en el vaso las castañas bien escurridas y programe 15 segundos a velocidad 5. Añada la nata, la mantequilla, la sal y la pimienta. Programe 8 min., 90 grados, velocidad 3.

Retire y reserve.

Jalea de naranja:

Corte la piel de la naranja reservada en juliana fina y póngala en el vaso junto con el zumo y el azúcar. Programe 20 min. temperatura varoma, velocidad 1, con el cestillo sobre la tapa para que evapore y no salpique.

PIÑA COLADA

Ingredientes para 6 personas:

300 grs de hielo
350 grs de piña o un bote de piña
150 grs de azúcar
un bote de leche de coco (400 grs)
100 grs de ron
coco rallado para decorar las copas

Preparación:

Ponga el hielo, la piña y el azúcar en el vaso y tritúrelo programando 2 minutos, velocidad progresiva 5-10. Añada la leche de coco y el ron. Mezcle 5 segundos a velocidad 3. Moje el borde de la copa con agua y luego pásela por el coco rallado, para que se pegue a los bordes. Sirva la piña colada en las copas decoradas.

CARDO CON ALMENDRAS

Ingredientes para 6 personas:

1 kg de cardo (fresco, cocido o congelado)
zumo de limón
1 cucharada de harina
500- 750 grs de agua

Salsa:

50 grs de aceite de oliva
20 grs de mantequilla
2-3 dientes de ajo
1 cucharada de harina
50 grs de harina de almendra
250-300 grs de líquido de cocción
1 cucharadita de sal

50 grs de almendra laminada y 1 cucharada de perejil picado para decorar.

Preparación:

Si utiliza cardo fresco, córtelo en trozos regulares de 2 cms aproximadamente y reserve en agua fría con el zumo de medio limón para que no se oxide. Ponga el agua y la cucharada de harina en el vaso y programe 6 minutos, temperatura varoma, velocidad 1. Incorpore el cardo y programe 30 minutos, 100°, giro a la izquierda, velocidad 1. Compruebe el punto de cocción y si fuera necesario programe unos minutos más. Una vez cocido, escúrralo y reserve el cardo y el líquido por separado.

Salsa:

Vierta en el vaso el aceite y la mantequilla, programe 5 minutos, 100°, velocidad 1. Añada los ajos por el bocal y sofría 2 minutos, 100°, velocidad 1. Abra la tapa y añada la harina alrededor de las cuchillas. Rehogue programando 1 minuto, 100°, velocidad 1. Incorpore la harina de almendras y el caldo de cocción y programe 5 minutos, 100°, velocidad 4. Triture 20 seg., velocidad progresiva 5-10. Tiene que quedar la salsa muy fina y ligada. Rectifique el punto de sal, añada el caldo escurrido y cocido y programe 5 minutos, 100°, giro a la izquierda, velocidad cuchara. Agregue más líquido de cocción si fuera necesario. Vierta en una fuente y decore con almendra laminada y perejil picado.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

MOUSSE DE JAMON Y SALMON AHUMADO.

Ingredientes para 8 personas:

50 grs de aceitunas negras deshuesadas
200 grs de jamón de york
200 grs de salmón ahumado
250 grs de leche
20 grs de mantequilla
30 grs de maicena
1 pellizco de pimienta
1 pellizco nuez moscada
150 grs de nata
50 grs de agua
1 sobre de gelatina en polvo (10 grs)
1 pimiento morrón para decorar

Preparación:

Ponga las aceitunas en el vaso y trocee programando 2 segundos, velocidad 5. Retire del vaso y reserve. Ponga en el vaso, el jamón y el salmón y programe 5 segundos, velocidad 5. Retire del vaso y reserve con las aceitunas. Prepare un bechamel espesa poniendo en el vaso la leche, la mantequilla, la maicena, la sal, la pimienta y la nuez moscada. Programe 3 minutos, 100°, velocidad 2. Los primeros segundos, programe velocidad 5 para integrar bien los ingredientes, luego baje a velocidad 2. Añada la nata, las aceitunas, el jamón y el salmón reservados. Vierta en una taza o bol pequeño los 50 grs de agua junto con la gelatina el polvo, removiendo bien con una cuchara para disolverla, y añádala al vaso. Programe 20 segundos, velocidad 5. Vuelque la preparación en un molde de corona o similar y reserve en el frigorífico. Cuando esté frío, desmóldelo en una fuente. Puede bañarlo con una mayonesa ligera y decorar con aceitunas, pimiento morrón, etc.

RODABALLO CON ALMEJAS Y GAMBAS AL VAPOR.

Ingredientes para 8 persona:

1500 grs de rodaballo, en 4 filetes
8 - 16 almejas, u 8 mejillones
8 - 16 gambas, enteras sin pelar o peladas solo las colas
sal, con precaución
pimienta blanca molida
10 grs de perejil, sin tallos
3 - 4 dientes de ajo
50 grs de aceite de oliva
1 trozo de guindilla
1 cucharadita de harina, opcional (20grs)
100 grs de agua
100 grs de vino blanco seco

Preparación:

Pinte con aceite el recipiente y la bandeja del varoma. Coloque los filetes de rodaballo (si son grandes partidos en dos), las almejas o mejillones y las gambas. Sazone con sal y pimienta y rihegue con un chorrito de aceite. Reserve.

Salsa:

Ponga en el vaso las hojas del perejil bien seco y piquelas programando 5 segundos, velocidad 6. Retire del vaso y reserve. Ponga los ajos en el vaso y triture programando 5 segundos, velocidad 5. Añada el aceite y la guindilla y programe 5 minutos, 100°, velocidad 1. Agregue la harina y rehogue programando 1 minuto, 100°, velocidad 1. Incorpore el vino, el agua, el perejil y la sal y programe 15 minutos, temperatura varoma, velocidad 1. Situe el recipiente varoma en su posición. Acabado el tiempo coloque el pescado en una fuente, rectifique el punto de sal de la salsa y viértala sobre el pescado. Sugerencia: Puede añadir a la salsa en los últimos minutos espárragos blancos, guisantes congelados y huevos duros cortados en cuartos.

FLAN DE TURRON DE JIJONA

Ingredientes para 6 personas

1 tableta de turrón de jijona (200 grs)
500 grs de leche
250 grs de nata
100 grs de azúcar
2 sobres de cuajada

Preparación:

Ponga el turrón en el vaso y trítelo programando 5 segundos a velocidad 5. Incorpore el resto de los ingredientes y programe 8 minutos, 100°, velocidad 2. (los primeros 10 segundos programe velocidad 5, para integrar bien los ingredientes y luego baje a velocidad 2). Vierta la mezcla en un molde de corona o similar. Deje enfriar en el frigorífico antes de desmoldar. Sugerencia: Puede servir con una salsa de chocolate, decorar con nata montada, virutas de chocolate, etc.

BROWNIES DE CHOCOLATE BLANCO CON PISTACHOS

Ingredientes para 8 personas:

75 g de azúcar
2 huevos
100 g de mantequilla
150 g de chocolate blanco
80 g de harina, (tamizada junto con la levadura)
1 cucharadita de levadura química
70 g de pistachos, pelados y picados gruesos

Preparación:

Precalente el horno a 180°. Vierta en el vaso el azúcar y los huevos y programe 5 minutos, 37°, velocidad 4. Retire del vaso y reserve en un bol. Ponga la mantequilla y el chocolate troceado dentro del vaso y programe 3 minutos, 50°, velocidad 1. (Si quedasen trozos de chocolate, programe unos segundos más en velocidad 2). Añada los huevos reservados, la harina y la levadura tamizadas y programe 6 segundos, velocidad 2. Incorpore los pistachos y termine de mezclar con la espátula con movimientos envolventes para que la masa no pierda aire. Vuelque la mezcla en un molde rectangular de poca altura, de aproximadamente 27 x 18 cm, previamente engrasado o forrado con papel de hornear. Hornee durante 20 minutos.

Nota: La cocción debe realizarse en horno caliente y de forma rápida. De esta

manera se consigue que queden crujientes por fuera y húmedos por dentro.
Sugerencia de presentación: Corte el Brownie por la mitad. Espolvoree una mitad con azúcar glas y la otra con cacao puro en polvo. Corte cuadraditos de igual tamaño y preséntelos intercalados en una fuente de servir, formando un damero.

ROSCOS DE VINO

Ingredientes:

150 g de aceite de oliva
la piel de un limón
350 g de harina de fuerza
150 g de harina de repostería
100 g de vino dulce de Málaga
80 g de zumo de naranja
80 g de azúcar
15 g de matalahuva molida
1 cucharada de canela molida
Para rebozar:
azúcar
canela en polvo

Preparación:

En primer lugar freimos el aceite con la piel del limón 10 minutos temperatura Varoma velocidad 1. A continuación retiramos el aceite y la piel del limón y esperamos a que se temple un poco y añadimos al vaso el resto de ingredientes y al final el aceite templado. Programamos 20 segundos a velocidad 6 y después 2 minutos a velocidad espiga. Para amasar mejor la masa la dividimos en dos partes y la volvemos a amasar 2 minutos, vaso cerrado velocidad espiga. Si veis que la masa se abre añade un poco más de zumo de naranja(10 o 15 g). Una vez hecha la masa coge pequeñas porciones y la estiras y las une por la punta. Cuando ya esten hechos todos los rosquillos freirlos en abundante aceite de oliva a fuego medio, sacarlos sobre un plato con papel absorbente y despues pasarlos por azúcar con canela.

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail:belenthermomix@gmail.com
MALAGA

PAN INTEGRAL

Ingredientes para 4 personas:

- 140 g de agua
- 140 g de leche
- 30 g de levadura de pan, fresca
- 25 g de miel
- 20 g de aceite de girasol
- 40 g de nueces
- 15 g de salvado
- 10 g de semilla de lino
- 25 g de pipas de girasol, sin sal
- 400 g de harina integral
- 2 cucharaditas de sal

Preparación:

Ponga en el vaso el agua y la leche. Programe 2 minutos, 37°, velocidad 1 para atemperar los líquidos. Añada a continuación la levadura mezclándola 6 segundos, velocidad 2. Incorpore la miel y el aceite y mezcle 6 segundos, velocidad 2. Añada el resto de los ingredientes y amase programando 3 minutos velocidad Espiga. Deje reposar la masa dentro del vaso, durante una hora, hasta que haya doblado su volumen. Engrase con aceite de girasol un molde alargado de plum-cake, de 31 x 11 cm aproximadamente. Ponga la masa dentro de él, pinte la superficie del pan con leche y adorne con nueces troceadas y pipas de girasol. Deje crecer nuevamente el pan dentro del mode, cubierto con un paño, durante 1 hora aproximadamente. Precaliente el horno a 180°. Cuando el pan haya doblado su volumen, introdúzcalo en horno durante 40 minutos.

MORCILLA DE BERENJENAS

Ingredientes para 4 personas:

- 250 g de cebollas o cebolletas
- 500 g de berenjenas, sin pelar
- 50 g de aceite de oliva
- 30 g de piñones
- 1 cucharada colmada de orégano
- sal, pimienta recién molida

Preparación:

Trocee la cebolla, poniéndola en cuartos en el vaso y programe 3 segundos, velocidad 4. Saque y reserve. Ponga la berenjena con su piel en pedazos homogéneos en el vaso y trocee 2 segundos, velocidad 5. Añada las cebollas troceadas y el resto de ingredientes, programe 30 minutos, temperatura Varoma, giro a la izquierda velocidad cuchara. A la mitad del tiempo pare y baje lo que haya quedado en las paredes. Restifique la sazón.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

SOPA DE VERDURAS DEPURATIVAS(QUEMAGRASAS)

Ingredientes para 4 personas:

- 300 g derepollo
- 1 cebolla
- 1 puerro
- 1 pimiento, verde o rojo
- 1 rama de apio
- 500 g de tomates naturales
- 500 g de agua
- sal, pimienta, comino

Preparación:

Ponga el repollo en el vaso y programe 5 segundos, velocidad 5. Retire a un bol y reserve. Introduzca en el vaso el resto de verduras en trozos regulares y programe 4 segundos, velocidad 4. Añada el repollo reservado, la sal, pimienta, el agua y las especias y programe 40 minutos, 100º, velocidad 1. Ponga el cestillo sobre la tapa para que no salpique. Cuando termine, triture programando 30 segundos, velocidad progresiva 5-10.

POSTRE DE KIWI CON SALSAS DE YOGUR Y VAINILLA

Ingredientes para 4 personas:

- 50 g de nueces
- 200 g de yogurt natural desnatado
- 1 cucharada de vainilla líquida
- 4 cucharadas de miel
- 4 kiwis

Preparación:

Ponga las nueces en el vaso y tritúrelas programando 5 segundos, velocidad 7. Retire del vaso y reserve. Vierta en el vaso el yogurt, la vainilla y la miel. Programe 10 segundos, velocidad 4. Añada las nueces reservadas y mezcle hasta obtener una crema homogénea, aproximadamente 15 segundos, velocidad 4. Corte los kiwis en trozos o rodajas y dispóngalos en 4 copas, vierta encima la salsa de yogurt y sirva.

Cada porción aporta menos de 130 kcal. por ración.

Sugerencias: puede servirlos con cereales para desayuno(tipo banflakes, cornflakes..)

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail:belenthermomix@gmail.com
MALAGA

YOGURT LÍQUIDO

Ingredientes para 4 personas:

- 2 limones medianos, enteros bien limpios
- 130 g de azúcar
- 1 litro de leche, muy fría

Preparación:

Ponga todos los ingredientes en el vaso, coloque el selector de velocidad en posición vaso cerrado y apriete el botón Turbo, sin levantar el dedo, hasta que en el visor aparezcan 2 segundos. Introduzca el cestillo en el vaso, sujételo con la espátula y cuele en una jarra. Sirva inmediatamente. No se conserva.

TAGLIATELLE DE ZANAHORIA Y CALABACÍN

Ingredientes para 4 personas:

- 400 g de zanahorias
- 400 g de calabacines, con la piel
- 500 g de agua

Aliño:

- 20 g de aceite de oliva
- 1 cucharada de zumo de limón
- sal a gusto

Preparación:

Utilice un pelador de verduras para cortar las zanahorias longitudinalmente en tiras finas de unos 0,5 cm, igual que los tagliatelle. Proceda del mismo modo con los calabacines, si es necesario, quíteles las pepitas y córtelos longitudinalmente con el pelador de verduras de manera que cada tira tenga un poco de piel verde.

Coloque las verduras repartiéndolas bien por todo el recipiente Varoma. No os preocupéis por que quede demasiado lleno, luego se queda en la mitad.

Vierta el agua en el vaso, ponga el Varoma en su posición y programe 20 minutos, Varoma velocidad 1. Extraiga el Varoma y póngalo a un lado. Vacíe el vaso.

Aliño:

Vierta en el vaso el aceite de oliva, el zumo de limón y la sal y mézclelo todo durante 5 segundos, velocidad 4. Coloque los tagliatelles en una fuente o en un bol y rocíelos con el aliño.

SUGERENCIA:

Mientras estáis cocinando la receta de Morcilla de Berenjenas podéis poner el Varoma con los Tagliatelles de Zanahorias y Calabacín

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

MENU DE SEMANA SANTA

- Guiso de garbanzos
- Bacalao con tomate y patatas panaderas
- Tortilla de habas
- Arroz con leche
- Torrijas light

GUISO DE GARBANZOS

Ingredientes:

Sofrito:

- 50 g de aceite de oliva
- 400 g de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 200 g de tomate natural triturado

Resto:

- 2 frascos (800 g) de garbanzos cocidos
- 1 hoja de laurel grande
- 500 g de agua
- sal
- 2 cucharaditas de comino en polvo
- pimienta al gusto
- perejil picado para decorar

Ponga los garbanzos en recipiente Varoma, lávalos bien y resérvalos. Eche usted en el vaso los ingredientes del sofrito troceados, programe 10 seg. en vel. 4 y a continuación 10 min. Varoma, vel. 1. Cuando acabe, eche 3 cucharadas de garbanzos y el agua y triture 40 seg. en vel. 6. Ponga la mariposa en las cuchillas y añada la hoja de laurel, sal, los cominos y la pimienta. Programe 7 min. temp. Varoma vel. 1. Incorpore los garbanzos y programe 10 min. 100º vel.1. Síralas espolvoreados con perejil picado.

BACALAO CON TOMATE Y PATATAS PANADERA

Salsa de tomate y bacalao:

- 100 g de cebollas
- 2 dientes de ajo
- 50 g de aceite de oliva
- 800 g de tomates triturados frescos o en conserva
- 1 cucharada de azúcar
- 1 cucharadita de sal
- 1 pizca de pimienta negra recién molida
- 8 trozos de bacalao salado, previamente remojado y desalado

Patatas panadera:

- 100 g de aceite de oliva
- 100 g de agua
- 600 g de patatas, cortadas en rodajas de 0.5 cm
- 100 de pimientos verdes, cortados en tiras

- sal

Lactonesa

- 300 g aceite de girasol

- 150 g de leche

- 1 diente de ajo

- 1/2 cucharadita de sal

- 10 g zumo de limón

Introduzca la cebolla y el ajo en el vaso y trocee 4 seg. vel. 4. Añada el aceite y saltee 5 min. Varoma vel. 1. Añada los tomates triturados, el azúcar, la sal y la pimienta y programe 25 min. Varoma vel. 1. Coloque el cestillo encima de la tapa para que evapore y no salpique. Engrase el Varoma con aceite y coloque el bacalao (con la piel hacia arriba). Asegúrese de que algunos de los agujeros no queden cubiertos para que pueda pasar el vapor. Quite el cestillo, ponga el Varoma en su posición y programe 6 min. Varoma vel. 1. Retire el recipiente Varoma. Vierta la salsa en una bandeja del horno previamente engrasada con aceite y resérvelo. Lave el vaso.

Patatas panadera:

Coloque la mariposa en la cuchillas y ponga el aceite y el agua en el vaso y programe 4 min. varoma. giro a la izquierda y vel. cuchara. Añada las patatas y los pimientos y sazone al gusto. Programe 13 min. Varoma giro a la izquierda y vel. cuchara. Retire la mariposa y escurra las patatas y los pimientos dentro del cestillo. Resérvelos.

Lactonesa:

Pese el aceite en una jarra y reserve. Ponga en el vaso la leche, el ajo y la sal y programe 1 min. 37º vel. 5. Programe 3 min. 37º vel. 5 y mientras, vierta el aceite despacio sobre la tapa. Añada el zumo de limón y mezcle durante 5 seg. vel.5.

Gratinado:

Cubra la salsa de tomate de la bandeja con las patatas y los pimientos, a continuación, coloque los trozos de bacalao encima y eche una cucharada de lactonesa sobre cada trozo. Hornee 5 minutos a 250º. Sirva caliente.

TORTILLA DE HABAS

Ingredientes:

- 250 g de cebolletas

- 50 g de aceite de oliva

- 400 g de habas tiernas con su vaina

- sal

- 6 huevos

Introduce en el vaso las cebolletas en trozos homogéneos y trocee 5 seg. vel. 5. Añade el aceite y programe 10 min. Varoma vel. 1. Mientras trocee las habas cortandoles los dos extremos y partiendolas por la mitad a lo largo y a lo ancho. Añadir las habas al vaso y la sal y programe 20 min. Varoma giro a la izquierda vel. cuchara. Sacar en un bol y reserve. Añada los huevos al vaso y programe 10 seg. vel. 3. Añada las habas reservadas y mezcle unos segundos en vel. 2. Calentar un poco de aceite en un sartén y cuajar la tortilla.

ARROZ CON LECHE (como viene en el libro)

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

TORRIJAS LIGHT

Ingredientes:

- 1 barra de pan para torrijas del día anterior
- 1 litro de leche
- 150 g de azúcar
- 1 cáscara de limón
- 1 palo de canela
- 2 huevos
- Film transparente para envolver las torrijas
- mantequilla derretida para engrasar el film
- 750 g de agua para el vaso
- 6 cucharadas soperas de azúcar
- 2 cucharadas soperas de canela molida

Haga rebanadas gruesas, de 2 cm aproximadamente, con el pan y reseve. Ponga en el vaso la leche, el azúcar, la cáscara de limón y el palo de canela. Programe 12 min. 100º giro a la izquierda y velocidad cuchara. Vierta la leche en un recipiente y deje enfriar un poco. Bañe las rebanadas de pan en la leche (empápelas bien). Ponga los huevos en el vaso y bátalos ligeramente 10 seg. en vel. 5. Viértalos en un bol y reserve. Haga cuadrados de film transparente lo suficientemente grandes como para envolver las torrijas. Engrase el film transparente con la mantequilla derretida, ayudándose con un pincel. Pase las torrijas por el huevo y váyalas envolviendo, una por una, en el film transparente engrasado y colóquelas en recipiente Varoma y reserve.

Ponga el agua en el vaso y programe 25 min. Varoma vel. 1 1/2. Pasados los 5 primeros minutos, retire el cubilete y coloque el recipiente Varoma sobre la tapadera. Mientras tanto, precalente el grill de su horno a temperatura máxima. Mezcle el azúcar con la canela en un plato y reserve.

Cuando acabe el tiempo programado, desenvuelva las torrijas con cuidado y rebócelas en la mezcla de azúcar y canela. Vaya colocándolas en la bandeja del horno forrada con papel vegetal. Gratine las torrijas durante 3 minutos. Sáquelas, colocándolas en una fuente y deje templar.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

ALCACHOFAS A LA CERVEZA

Ingredientes para 4 personas:

- 2 dientes de ajos
- 50 g de aceite de oliva
- 1 cucharada de maicena
- 1/2 pastilla de caldo de carne
- 1 pellizco de pimienta blanca
- azafrán (unas hebras)
- 330 g de cerveza
- 1000 g de alcachofas,(600 g limpias) partidas en dos trozos
- 100 g de beicon, en tiras

Preparación:

Ponga los ajos en el vaso y trocee programando 5 segundos, velocidad 5. Baje con la espátula los restos de las paredes hacia las cuchillas. Añada el aceite y programe 7 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Agregue la maicena, el caldo, la pimienta y el azafrán. Mezcle todo 5 segundos, velocidad 5. Vierta la cerveza y añada las alcachofas. Programe 20 minutos, temperatura Varoma, giro a la izquierda, velocidad cuchara. Agregue el beicon cuando falten 8 minutos para finalizar el tiempo programado.

SORBETE 'CLARITA'

Ingredientes para 6 personas:

- 660 g de cerveza congelada en cubitos, reservar 60 g
- 100-150 g de azúcar
- 1 clara de huevo
- zumo de medio limón

Preparación:

Vierta 600 g de cerveza en cubiteras y congele. Reserve 60 g sin congelar. Ponga en el vaso el azúcar y pulverice programando 20 segundos, velocidad progresiva 5-10. Añada los cubitos de cerveza congelados, la cerveza reservada, la clara de huevo y el zumo de limón. Programe 1 minuto, velocidad 8. Sirva inmediatamente.

BELEN PAREDES.
T: 952449979 T: 678498052
E-mail:belenthermomix@gmail.com
MALAGA

ARROZ CON MARISCO Y CERVEZA

Ingredientes para 4 personas:

Fumet de marisco:

250 g de gambas, arroceras

50 g de aceite de oliva

600 g de agua

1000 g de mejillones

Sofrito:

70 g de cebolla

2 dientes de ajo

80 g de tomate triturado(natural o en conserva)

100 g de aceite de oliva

Resto:

250 g de calamares, limpios en trozos

1 cucharadita de pimentón dulce

1 cucharadita de sal

200 g de arroz, de grano corto

200 g de cerveza

1 pimienta cayena(opcional)

Preparación:

Fumet de marisco:

Pele las gambas y reserve los cuerpos. Ponga las cabezas y las cáscaras en el vaso junto con el aceite y sofría 5 minutos, 100º, velocidad 1. Mientras, limpie los mejillones con agua templada y límpielos raspando con un cuchillo. Colóquelos dentro del recipiente Varoma y reserve. Añada agua en el vaso y cierre la tapa. Sitúe el recipiente Varoma en su posición. Programe 8 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Cuando termine el tiempo programando, retire el recipiente Varoma, ponga el cubilete en el bocal y triture 15 segundos, velocidad 5. Cuele el fumet por un colador de malla fina y reserve. Lave bien el vaso.

Arroz:

Ponga las verduras del sofrito en el vaso y triture 6 segundos, velocidad 5. Retire y reserve. Añada el aceite y programe 5 minutos, 100º, velocidad 1. Incorpore los calamares y sofría 5 minutos, 100º, velocidad 1. Añada las verduras reservadas y programe 5 minutos, 100º, velocidad 1. Agregue el pimentón, la sal y el arroz. Rehogue 3 minutos, temperatura Varoma, giro a la izquierda, velocidad cuchara. Pulse el botón de balanza y vierta la cerveza y el fumet caliente hasta completar un total de 800 g de líquido. Incorpore la cayena, compruebe el punto de sal y programe 13 minutos, 100º, giro a la izquierda, velocidad cuchara. En los últimos 10 segundos agregue, por el bocal, los cuerpos de la gambas reservados. Para servir, vierta directamente en una fuente y decore con los mejillones.

Nota: si desea servir un aperitivo original, rellene cada valva con arroz y coloque encima un mejillón.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

MUFFINS

Ingredientes para 12 unidades:

Masa:

- 400 g de harina de repostería
- 250 g de azúcar
- 100 g mantequilla, a temperatura ambiente
- 1 cucharadita de canela
- 1/2 cucharadita de clavo molido(o un poco menos)
- 1 cucharadita de bicarbonato de soda
- 1 cucharadita de levadura química
- 2 huevos
- 250 g de cerveza
- mantequilla y pan rallado para los moldes
- azúcar glass para decorar

Preparación:

Precaliente el horno a 180°. Ponga en el vaso todos los ingredientes de la masa y programe 40 segundos, velocidad 4. Unte con mantequilla 12 moldes de muffins o de flan (de 8 cm de diámetro o 200ml) y espolvoréelos con pan rallado. Vierta en ellos la masa y hornee durante 20-25 minutos aproximadamente.

HABAS CON JAMÓN

Ingredientes:

- 500 g de habas desgranadas
- 200 g de cebollas
- 50 g de aceite de oliva
- 150 g de agua
- 150 g de jamón a taquitos
- sal

Preparación:

En primer lugar troceamos la cebolla 4 segundos a velocidad 4, añadimos el aceite y sofreímos 10 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1.

A continuación añadimos las habas, la sal y el agua y programamos 15 minutos, 100°, giro a la izquierda y velocidad cuchara.

Luego le ponemos los taquitos de jamón y programamos 5 minutos, 100°, giro a la izquierda y velocidad cuchara. Comprobamos si las habas están tiernas, sino están programamos unos minutos más misma temperatura y velocidad. Rectificar de sal si fuese necesario

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

PINCHO DE CEBOLLA CAMELIZADA CON CERVEZA NEGRA, QUESO CAMEBERT Y SOLOMILLO IBÉRICO

Ingredientes para la cebolla caramelizada:

- 800 g de cebolla, cortada en cuartos
- 100 g de cerveza Mahou Negra
- 100 g de jalea de manzana o mermelada de manzana
- 80 g de azúcar moreno
- 1 pellizco de pimienta de Cayena
- 1 cucharatita de sal

Montaje:

- 1 solomillo de cerdo ibérico(200 g)
- 8 trozos de queso Camembert
- 16 rebanadas de pan
- 1 pellizco de sal
- 1 pellizco de pimienta recién molida

Preparación:

Ponga la cebolla en el vaso y trocee programando 6 segundos, velocidad 4. Añada la cerveza, la jalea de manzana(o mermelada), la pimienta y la sal. Programa 30 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Quite el cubilete para que evapore el líquido.

Agregue el azúcar y programe 5 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1.

Montaje:

Dore el solomillo en una sartén muy caliente, ligeramente engrasada, y salpiméntelo. Retire y corte en rodajas de 1 cm de grosor aproximadamente. Coloque 8 rebanadas de pan en una fuente de servir. Ponga una cucharada de cebolla caramelizada sobre cada rebanada y coloque encima una rodaja de solomillo. En una fuente de horno coloque las rebanadas de pan restantes, cubra con una cucharada de cebolla caramelizada, coloque encima un trozo de Camembert y gratine unos segundos en el horno caliente. Sirva inmediatamente.

Maridaje: Los tonos tostados de la cerveza Negra armonizan con el amargos de la corteza de los quesos y ayudan a compensar el dulzor de la cebolla caramelizada.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA

HELADO DE FRESAS

Ingredientes:

- 1 Kilo de fresas congeladas (previamente lavadas y troceadas)
- 200 g de azúcar
- 4 yogures naturales
- 1 limón sin piel ni pepitas

Preparación:

Pulverizar el azúcar 20 segundos velocidad 5-10, añadir la fruta congelada, el limón y los yogures y triturar todo a velocidad 5-10 hasta que este todo homogéneo.

Si congeláis manzana, melocotón o pera no le quiteis la piel ya que tiene mucha fibra.

TARTA DE QUESO

Ingredientes:

- 1/2 litro de nata para montar
- 1 tarrina de queso tipo Philadelphia de 300 g
- 3 sobres de cuajada
- 1/2 de leche
- 200 g de azúcar

Preparación:

Añadimos al vaso la nata, el queso y programamos 3 minutos 90° velocidad 2. Seguidamente le añadimos la leche y el azúcar y volvemos a programar 3 minutos 90° velocidad 2. Y finalmente, le añadimos los sobres de cuajada que previamente habremos diluido en un poco de leche y programamos 5 minutos 90° velocidad 2. Se vierte en un molde caramelizado y se deja enfriar en el frigorífico unas 3 horas antes de darle la vuelta.

También le podemos poner encima unas galletas tipo María.

El caramelo que sea líquido de Royal, no del que se hace en la sartén.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail: belenthermomix@gmail.com

MALAGA

GACHAS

Ingredientes:

- 75 g de aceite de oliva
- 1 cáscara de limón
- 10 g de matalahuva
- 200 g de azúcar
- 70 g de harina
- 750 g de leche
- canela molida
- picatostes de pan frito

Preparación:

En primer lugar ponemos el aceite en el vaso junto a la cáscara del limón y la matalahuva y programamos 5 minutos Varoma velocidad 1. Después colamos el aceite y desechamos la matalahuva y la piel del limón, volvemos a poner el aceite colado en el vaso y añadimos el azúcar, la harina y la leche y programamos 8 segundos a velocidad 8 y después 7 minutos 100º velocidad 4. Se sirve con la canela molida y los picatostes de pan.

BELEN PAREDES.

T: 952449979 T: 678498052

E-mail:belenthermomix@gmail.com

MALAGA