

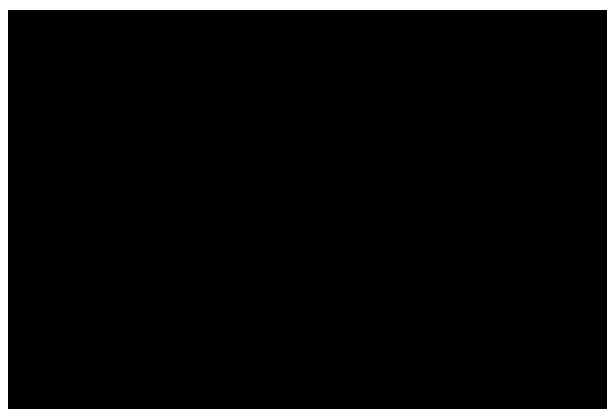
Receta	Solomillo de Pavo al Vapor con Puré de Patata
Autor	RecetasCuisine
Raciones	2
Tiempo	50 minutos (aprox.)
Ingredientes	1 Solomillo de pavo de unos 300gr 2 cucharadas de Salsa de soja 1 cucharadita de Semillas de mostaza 1 cucharadita de Ajo en polvo 1 pizca de Sal 1 Bolsa de asar Para el puré de patata 1 o 2 Patatas mediana 50ml aprox de Leche 1 cucharadita de Mantequilla Pimienta Sal Nuez moscada

Hola! Con esta receta de solomillo de pavo al vapor, disfrutaréis de una carne super jugosa, nada seca para lo que es el pavo, y muy sabrosa. Al cocinarlo en la bolsa de asar, impregnado por la salsa de soja y otros condimentos, coge todo el sabor, y apenas pierde jugo, ya que no lo cocinamos de forma invasiva.

Para hacer un plato más completo, y ya de paso aprovechar la energía del robot, puse en el cestillo interior una patata, para hacer puré y servirlo como guarnición, y así se cocía mientras la carne se hacía en la vaporera externa. Cocinar por niveles es una de las estupendas prestaciones que nos ofrece nuestro robot, dándonos juego para combinar varias elaboraciones a la vez según nos apetezca o necesitemos en ese momento.

Elaboración:

1. Comenzamos colocando el solomillo en una bolsa de asar. Añadimos la salsa de soja, el ajo en polvo, las semillas de mostaza y una pizca de sal (no mucha, porque la soja ya le aporta). Removemos bien, que se impregne el solomillo con los ingredientes que hemos añadido. Cerramos la bolsa y dejamos reposar a temperatura ambiente 30 minutos mínimo.



2. Pasado este tiempo de reposo, llenamos de agua el bol hasta la marca de 0.7L. Colocamos el tapón en la posición [maxi.vapor](#) e iniciamos el programa vapor 100°, 30 minutos ya que es el tiempo por defecto, pero sólo necesitamos de tiempo

hasta que rompa a hervir.



3. Pasados unos minutos, cuando oigamos que el agua está hirviendo, y por lo tanto, generando vapor, cancelamos el

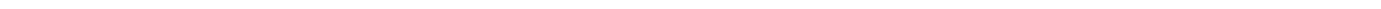
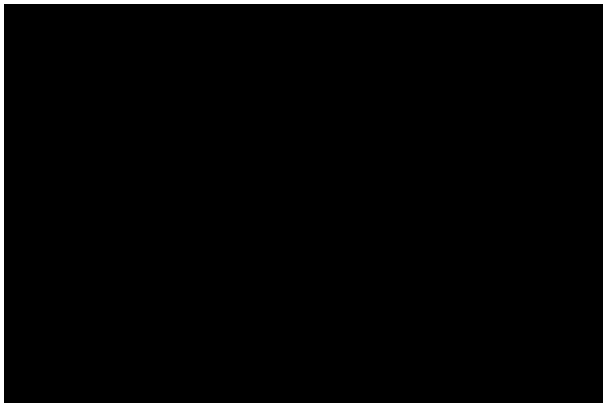
7. Con la espátula, bajamos los restos de las paredes del bol y añadimos el resto de ingredientes para el puré. Mezclamos con velocidad 6, 40 segundos aprox.

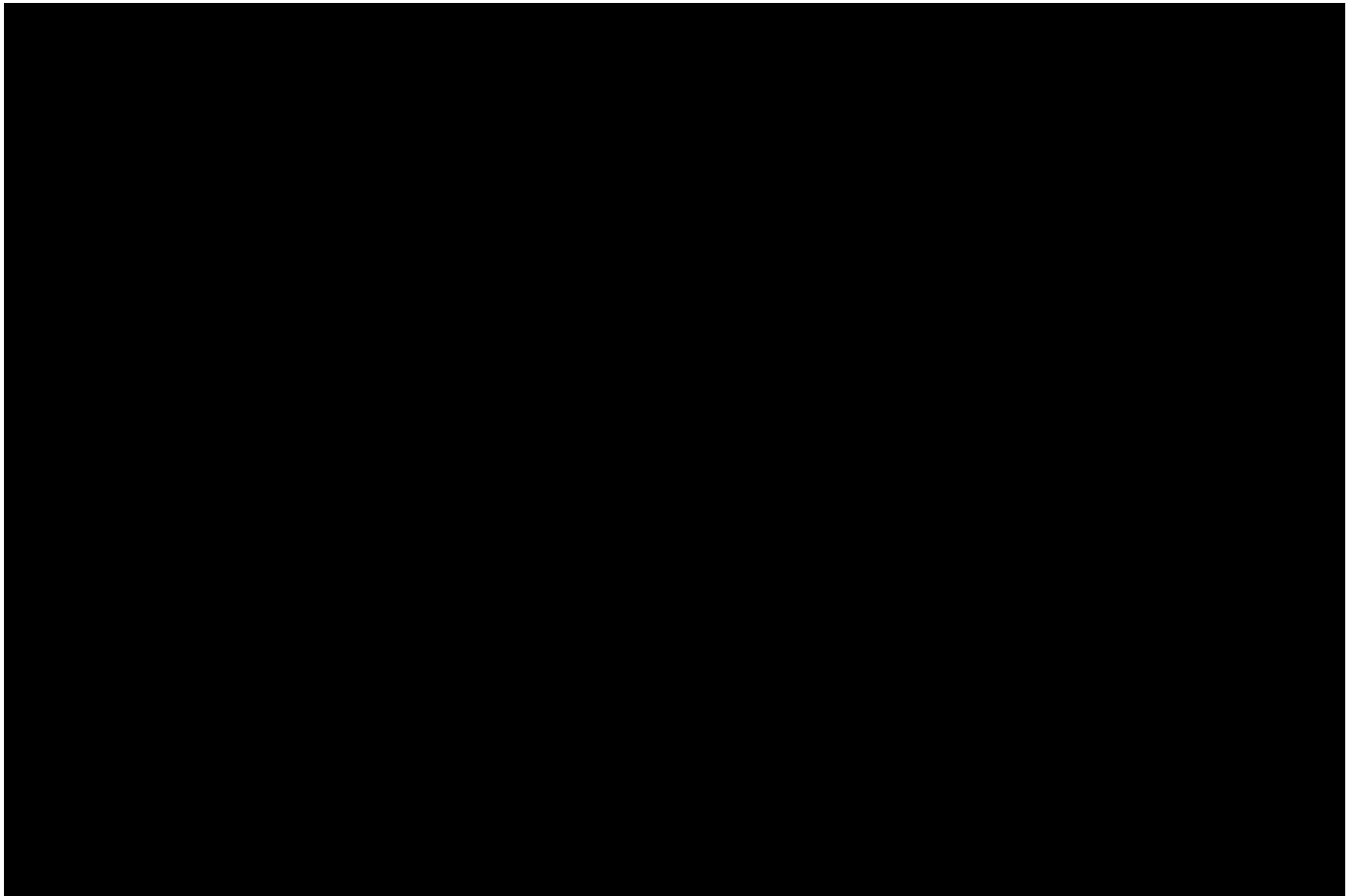


8. Comprobamos la textura, y si nos gusta más líquido, añadimos un poquito más de leche y mezclamos de nuevo.

9. Probamos de sabor. Y si fuera necesario, rectificamos algún condimento hasta dejarlo a nuestro gusto.

10. Sacamos el solomillo y lo cortamos en lonchas gruesas. Repartimos en los platos y regamos con un poquito de la salsa de la bolsa. Acompañamos con el puré de patata y servimos.





Receta	Muffins de Tortilla de Patata
Autor	Olga Venegas
Raciones	5- 6 unidades
Tiempo	30 minutos (aprox.) Horneado: 25- 30 minutos
Ingredientes	200gr de Aceite de oliva virgen extra 100gr de Agua 300gr de Cebolla 700gr de Patata para freír 6 Huevos Sal

Hola! Os dejamos esta receta para preparar unos muffins de tortilla de patata. Una buena idea para una cena diferente.

Su autora, [Olga Venegas](#), la compartió en nuestro grupo de Facebook ([pincha aquí para unirte](#)) y nos contó que las sirvió acompañadas de salmorejo.

Bajo estas líneas, podréis ver cómo se elaboran.

Elaboración:

1. Equipamos el robot con el batidor. Ponemos en el bol el aceite y programamos velocidad 1, 110°, 5 minutos.



2. Mientras tanto, pelamos las patatas y las partimos en trozos pequeños. Reservamos de momento.

3. Añadimos al bol la cebolla y programamos velocidad 1, 110°, 10 minutos.



4. A continuación, añadimos las patatas y el agua. Programamos velocidad 1, 110°, 15 minutos.

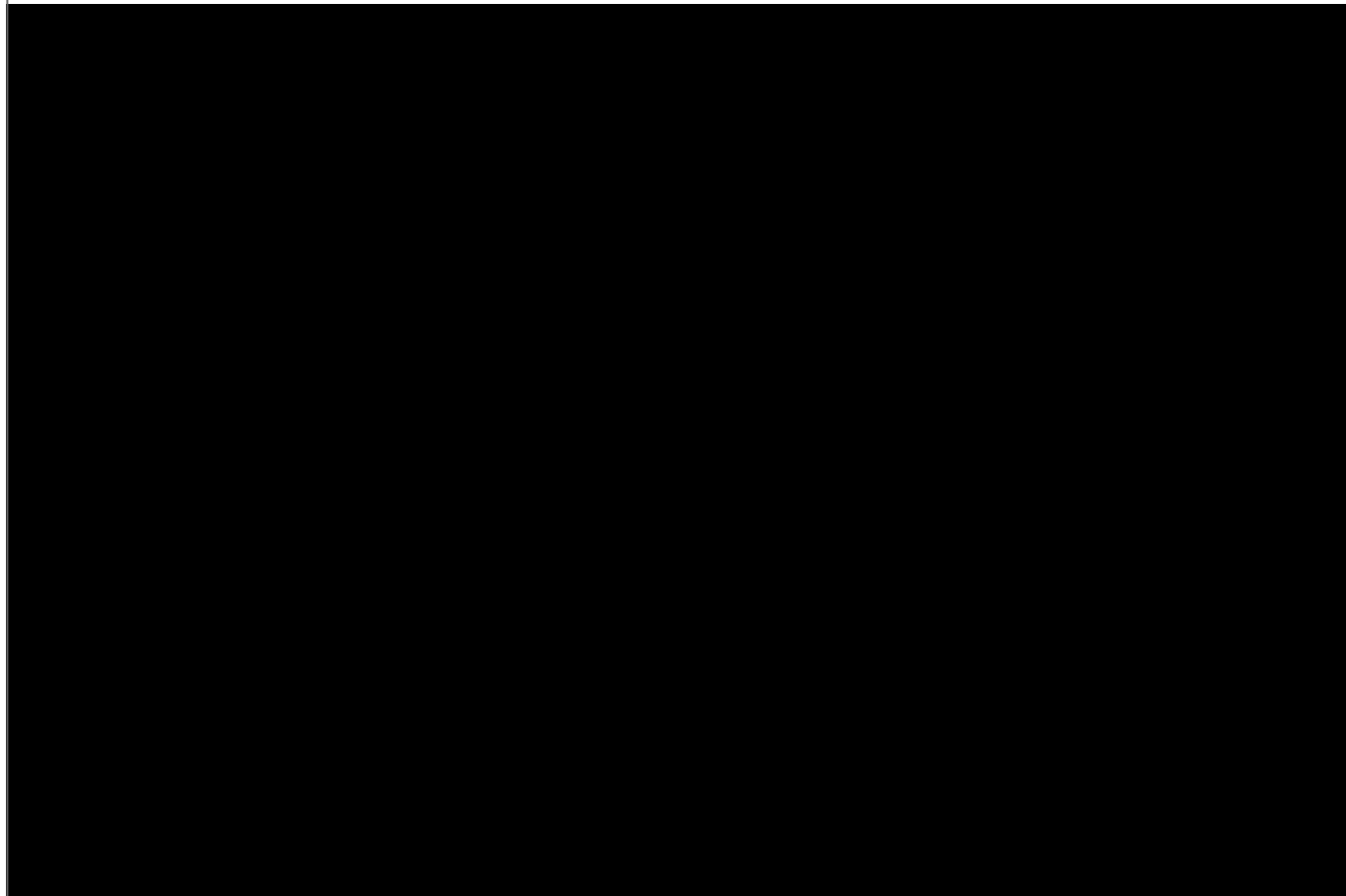


5. Vertemos la mezcla (escurrida del aceite) en un bol aparte y chafamos las patatas con un tenedor.

6. Sin necesidad de lavar el bol, añadimos los huevos y la



cada horno. Cuando veamos que están doradas por arriba, ya estarán listas para sacar.



Receta	Arroz con Bacalao y Patatas
Autor	Marta BD
Raciones	4-6
Tiempo	60 minutos (aprox.)

Ingredientes

- 200gr de Arroz
- 200gr de Bacalao
- 3 Patatas medianas
- 1 Cebolla
- 1 Tomate
- 1 hoy

cocción lenta P1, 130°, 6 minutos.



4. Incorporamos el tomate y programamos cocción lenta P1, 130°, 6 minutos.



5. Añadimos las patatas peladas y cortadas en rodajas, el laurel y el pimentón.

6. Agregamos el caldo y la sal. Programamos cocción lenta P1, 130°, 15 minutos.



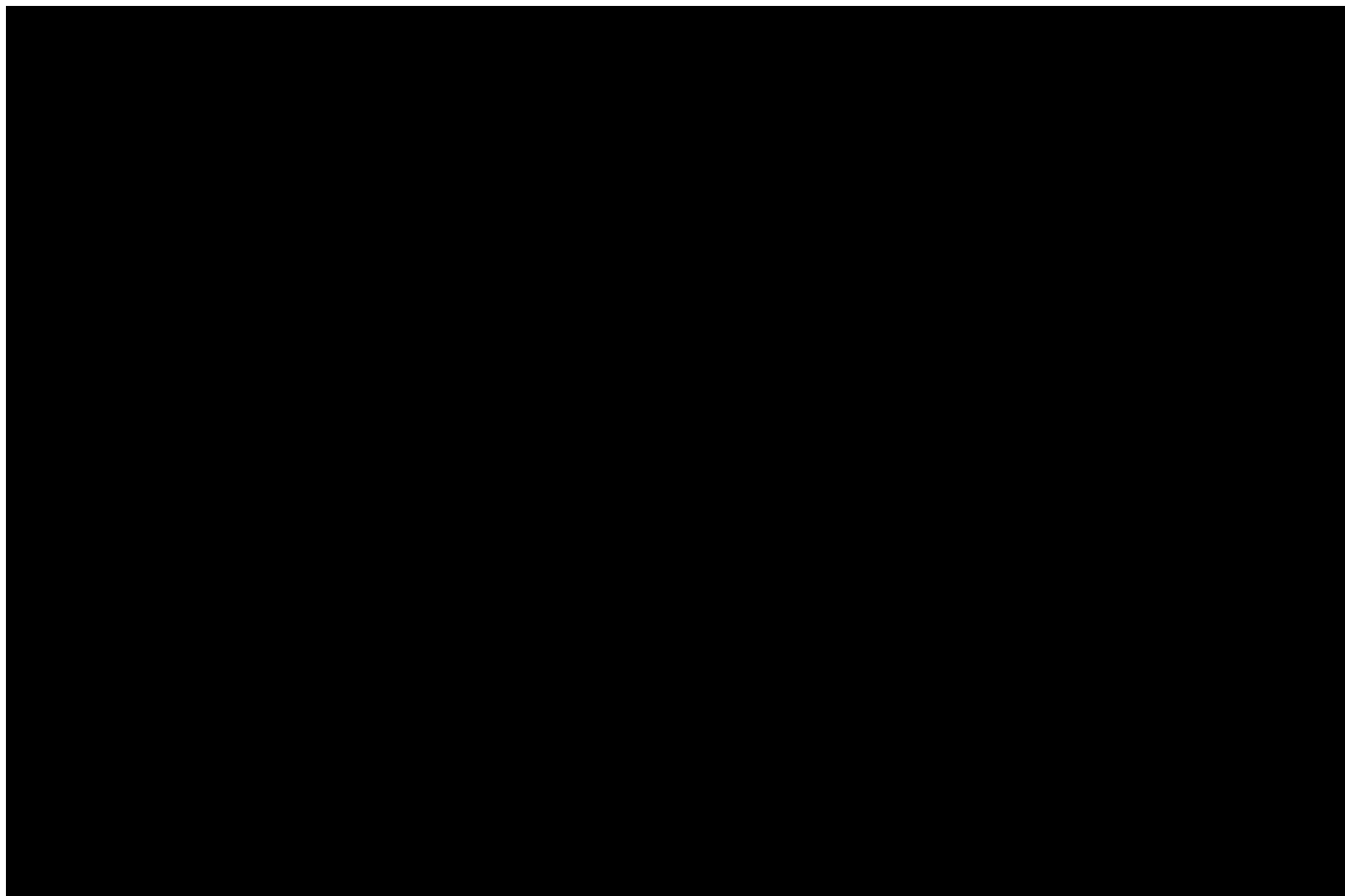
7. Añadimos el arroz y programamos cocción lenta P2, 95°, 20 minutos.



8. Incorporamos el bacalao. Programamos velocidad 2, 95°, 5 minutos.



9. Probamos el arroz, si quedara algo duro, dejamos reposar en el bol unos 10 minutos.



Receta	Judías Verdes con Patatas
Autor	Miriam Marquíz
Raciones	
Tiempo	45 minutos (aprox.)
Ingredientes	1kg de Judías verdes lavadas y cortadas 150gr de Cebolla 80gr de Aceite de oliva virgen extra 1 cucharadita de Pimentón dulce 200gr de Tomate natural triturado 100gr de Agua Sal 3 Patatas cortadas

Hola! Os dejamos esta receta de judías verdes con patatas que [Miriam Marquíz](#) compartió en nuestro grupo de Facebook. Si aún no eres miembro, puedes [pinchar aquí para unirte](#) y así no perderte nada de lo que por allí se cuece.

A continuación, os dejamos con los pasos a seguir para que

preparéis en casa este plato.

Elaboración:

1. Equipamos el robot con el mezclador. Ponemos en el bol el aceite y la cebolla picada. Programamos cocción lenta P1, 130°, 5 minutos (sin tapón).



2. Añadimos el pimentón y mezclamos con velocidad 4, 10 segundos.



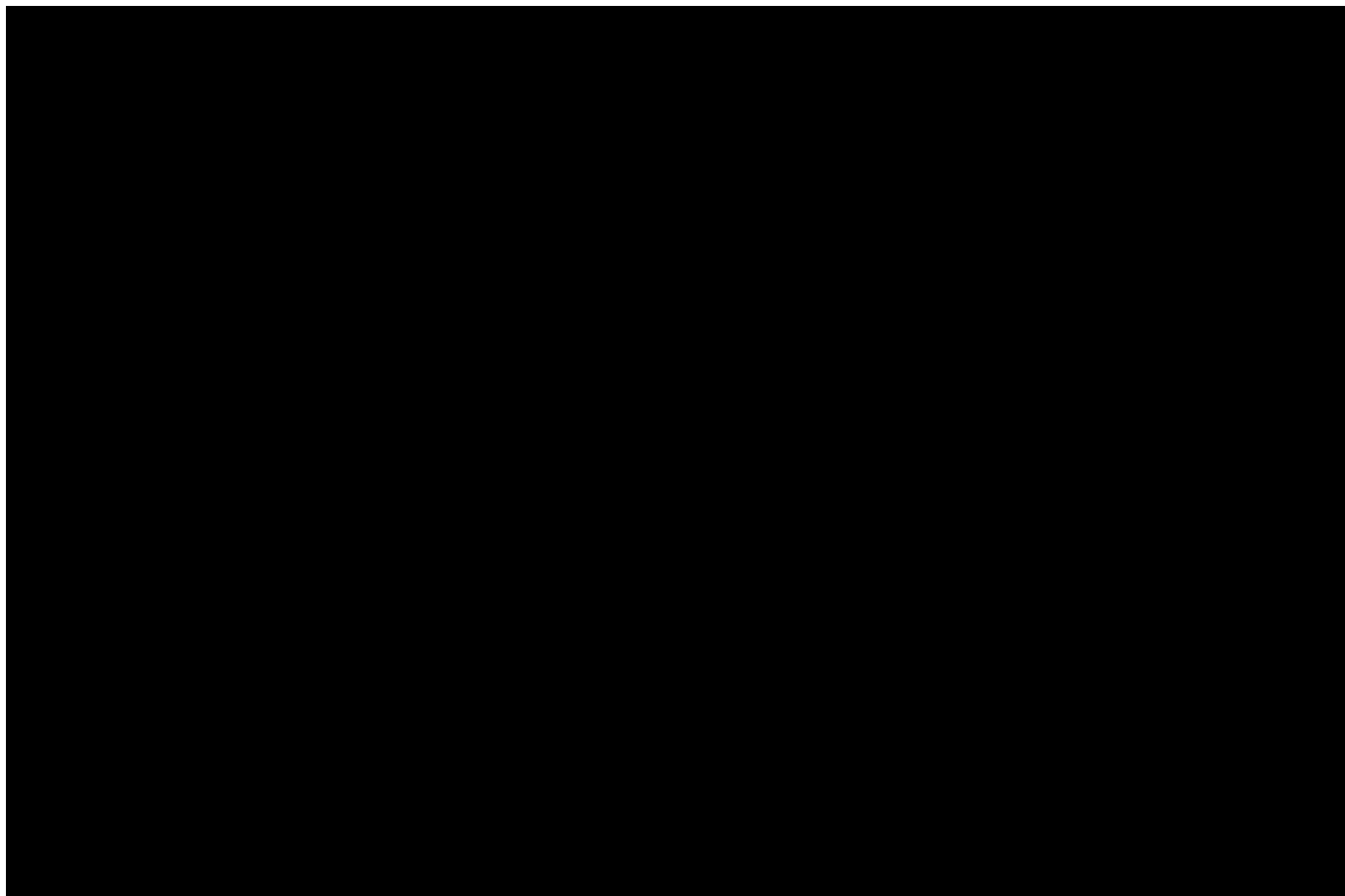
3. Agregamos las judías lavadas y troceadas, el tomate, el agua y la sal. Programamos velocidad 2, 110°, 15 minutos.



4. Finalizado el programa, ponemos las patatas en el cestillo, lo colocamos dentro del bol y programamos con velocidad 2, 110°, 25 minutos. (con tapón)



5. Mezclamos las patatas con la judías y servimos.



Receta	Patatas Alioli
Autor	María Luisa M
Raciones	2-4
Tiempo	40 minutos aprox. (más reposo)
Ingredientes	1kg de Patatas 250gr de Aceite de oliva suave 1 Huevo 1 diente de Ajo 1 manojo de Perejil 1 chorrito de Limón 700ml de Agua (para cocinar al vapor)

Hola! Seguro que entre vosotros hay más de un incondicional de las patatas alioli, y no es de extrañar, porque este plato es una delicia! Si es el caso, y os gusta hacerlas, os proponemos (si no lo habéis hecho ya) prepararlas con vuestra CuCo siguiendo esta receta que nos envía [María Luisa](#).

Elaboración:

1. Ponemos el agua el bol. Pelamos, troceamos las patatas a cubos y las colocamos en la vaporera que pondremos en su posición. (también podemos hacerlas en el cestillo)
Programamos vapor 100°, 30 minutos.



2. Finalizado el programa, retiramos las patatas y reservamos. Cuando estén frías, condimentamos con sal al gusto y removemos.

3. Tiramos el agua del bol y lo secamos bien para hacer el alioli.