

	RecetasCui si ne
	4
	2 Aguacates 1 Manzana Granny Smith 1 Lima (la ralladura de la piel y el zumo) Unas 20 hojas de Hierbabuena o menta 250gr de Yogur griego (2 yogures) 500ml de Agua mineral Sal Pimienta

Hola! Este verano no está siendo de los más calurosos, de esos que sales de casa y no sabes si estás en la calle o te has caído en una caldera. Al menos donde yo vivo (de momento y toco madera) esta estación tan temida por mi parte no me está

resultando tan insufrible como en otras campañas. Pero aún así apetece, y vaya si apetece, llegar a casa y que lo primero que tengas para comer sea algo que te refresque, como esa crema fría de manzana verde, aguacate y lima a la hierbabuena.

Sé que habrá a quien le apetezca un cocido aunque lluevan bolas de fuego, e incluso se atreva a prepararlo en pleno agosto con los termómetros reventando por encima de los 40°; pero no es mi caso, y seguro que el vuestro tampoco, aunque como digo, siempre hay excepciones y gente que tira de puchero en cualquier época del año.

Como son tantos los días donde recurrimos a este tipo de elaboraciones fresquitas, y aun queriendo ser fiel al [gazpacho](#) de toda la vida; apetece cambiar para no aburrirse y conocer nuevas recetas. Y si estas son rápidas, sencillas y deliciosas, pues nada puede fallar.

Os apetece hacerla? Pues seguid leyendo y descubriréis cómo se prepara. Al final del todo os dejamos también el video.

1. Equipamos el robot con la cuchilla ultrablade. Ponemos en el bol los aguacates pelados y troceados, la manzana pelada, descoronada y en trozos, la ralladura de lima, el zumo de lima, el yogur, el agua, la sal y la pimienta. Programamos velocidad 12, 2 minutos, con tapón.



2. Añadimos al bol las hojas de menta o hierbabuena y programamos velocidad 12, 5 minutos.

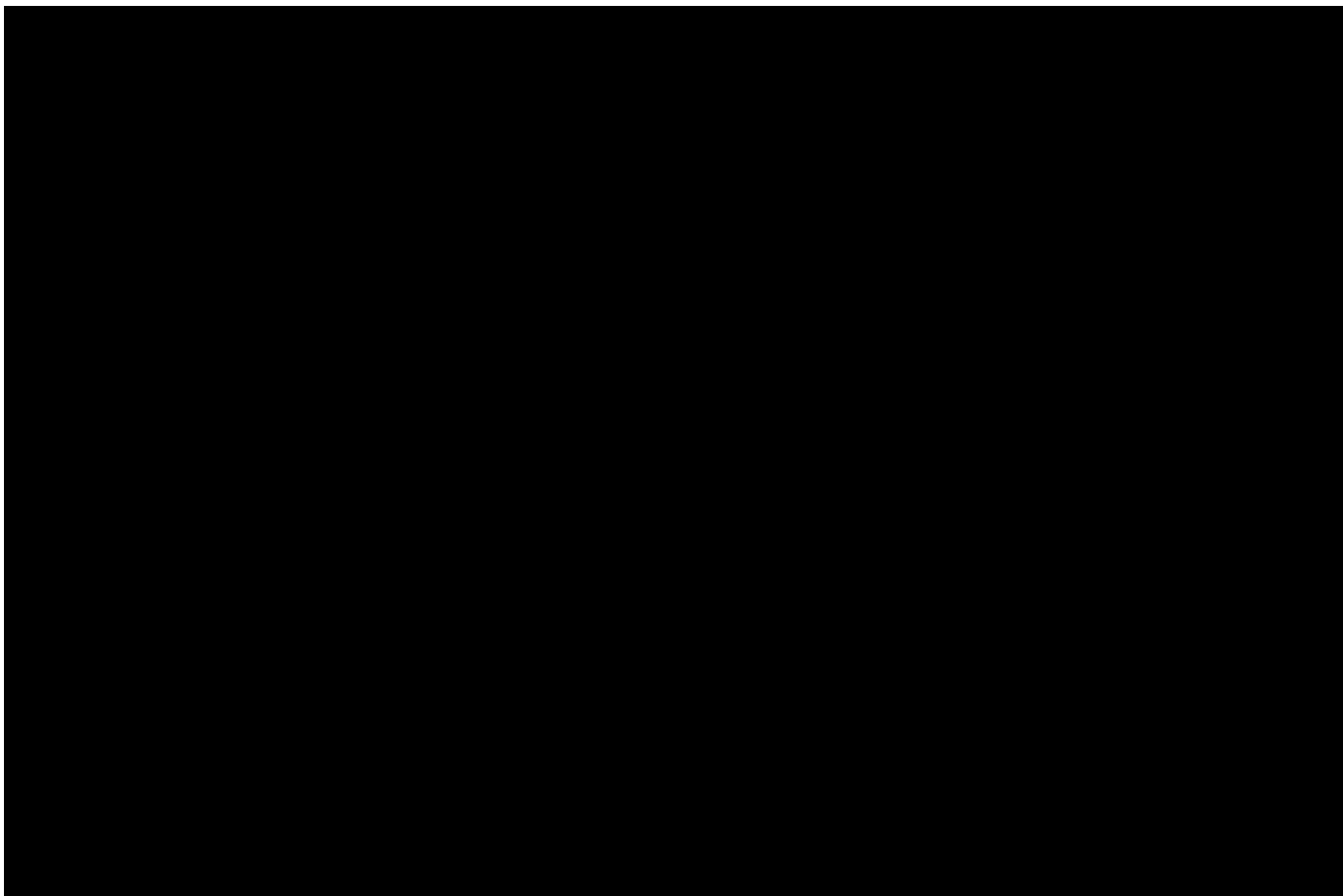


3. Probamos de sabor y rectificamos de sal o pimienta si es

necesario. Ha de quedar una mezcla aterciopelada y homogénea, de no ser así añadimos unos minutos más. Y si queremos, podemos añadir más agua para dejarlo a nuestro gusto.

4. Pasamos a un recipiente y dejamos en la nevera por unas horas para que se enfríe y sirvamos fresquito. Podemos acompañarlo con unos piñones tostados y nos quedará estupendo.

LaFuente:



	Recetas Cui si ne
	8- 10
	45 minutos (aprox.)
	100gr de Harina de trigo integral 100gr de Harina de avena 1 pizca de canela 1 pizca de Sal 5gr de Levadura química (tipo Royal) 3 Huevos L 75gr de Aceite de coco 60gr de Miel pura 1 cucharadita de Esencia de vainilla 50gr de Chocolate mínimo 85% cacao 50gr de Manzana 1 puñadito de Nueces (opcional)

Hola! Hoy toca receta dulce, os traemos un bizcocho integral

de avena y manzana que últimamente preparo mucho en casa. Me viene de perlas, porque lo congelo en raciones individuales y así lo voy sacando para gastarlo a la hora del desayuno, y marchar al gimnasio con bien de energía.

Ese momento del desayuno, es el mejor del día, porque es cuando disfruto de cosas que en otro momento no me puedo permitir. Seguramente hayáis oído eso de: desayuna como un rey, almuerza como un príncipe y cena como un mendigo. Pues bien, de un tiempo a esta parte, es mi máxima, y la verdad que me está dando muy buenos resultados. Cada dos semanas, piso la

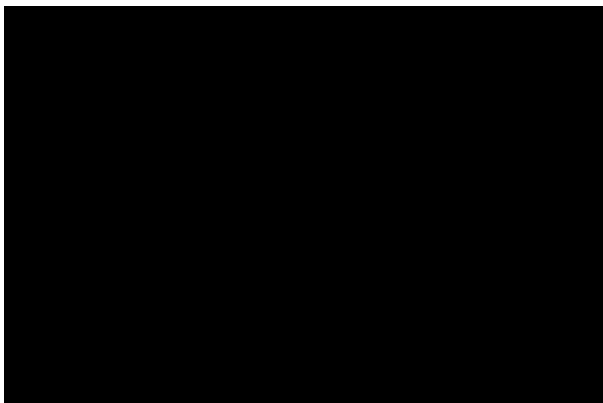
vainilla y los huevos. Programamos con velocidad 8, 2 minutos.



4. Añadimos la harina integral, la harina de avena, la levadura, una pizca de canela y una pizca de sal. Mezclamos con velocidad 6, 15 segundos.



5. Quitamos la cuchilla y terminamos de mezclar con la espátula. Añadimos el chocolate, la manzana y las nueces (si las vamos a poner) que podemos trocearlas también un poquito. Mezclamos con la espátula hasta que todo quede bien integrado.

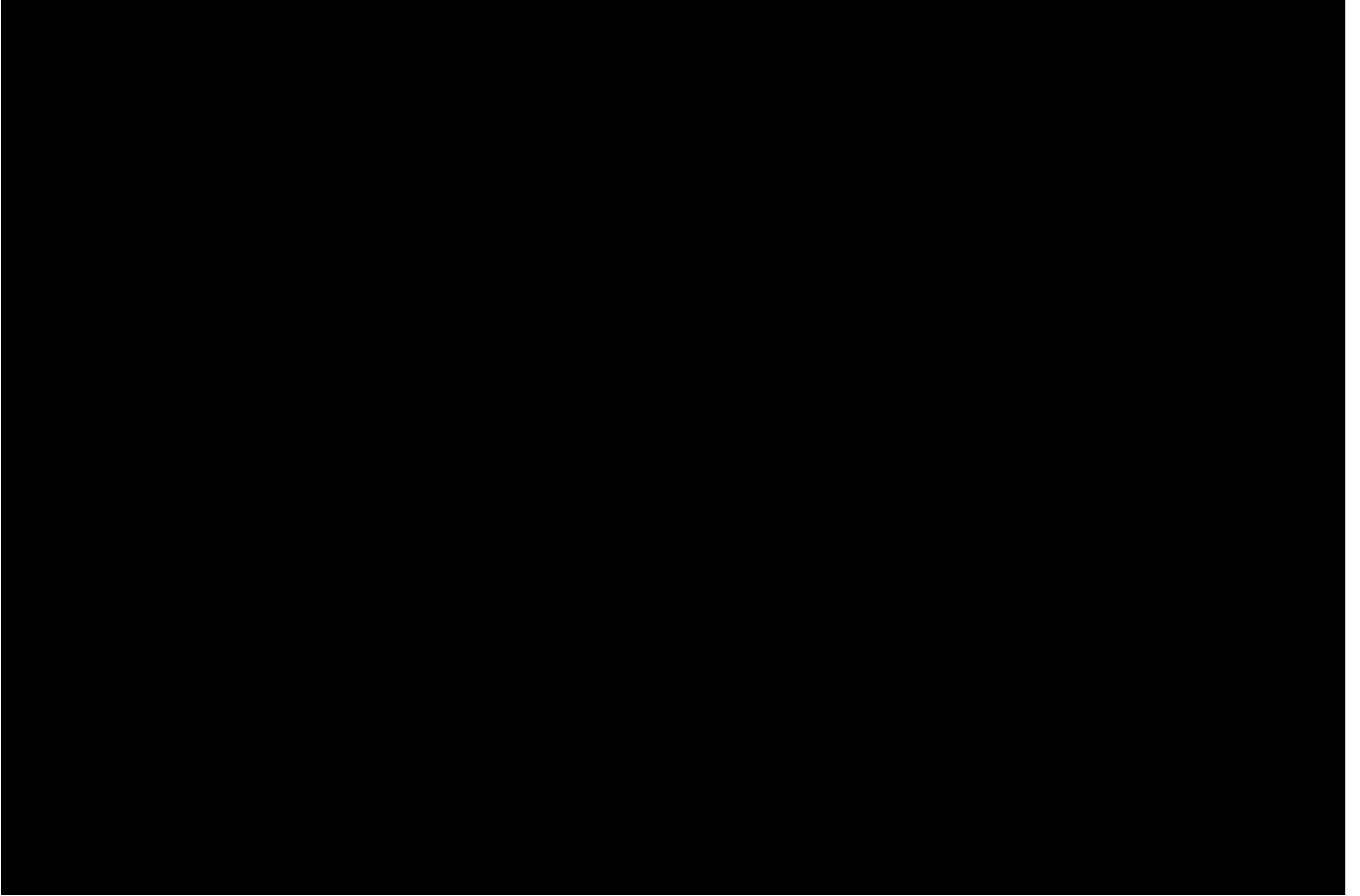


6. Vertemos la mezcla en un molde rectangular, tipo plumcake. Si no es antiadherente, lo engrasaremos antes con un pelín de aceite. Yo he utilizado un molde de silicona, y no ha hecho falta engrasarlo.



7. Horneamos a 180° durante 30 minutos aprox. (el tiempo dependerá del tipo de horno) Antes de sacarlo, nos aseguraremos que está hecho pinchando el centro con un palillo; si éste sale limpio, estará listo.

Sacamos del horno, dejamos unos minutos, y desmoldamos. Dejamos enfriar sobre una rejilla, y una vez frío, podremos servir.

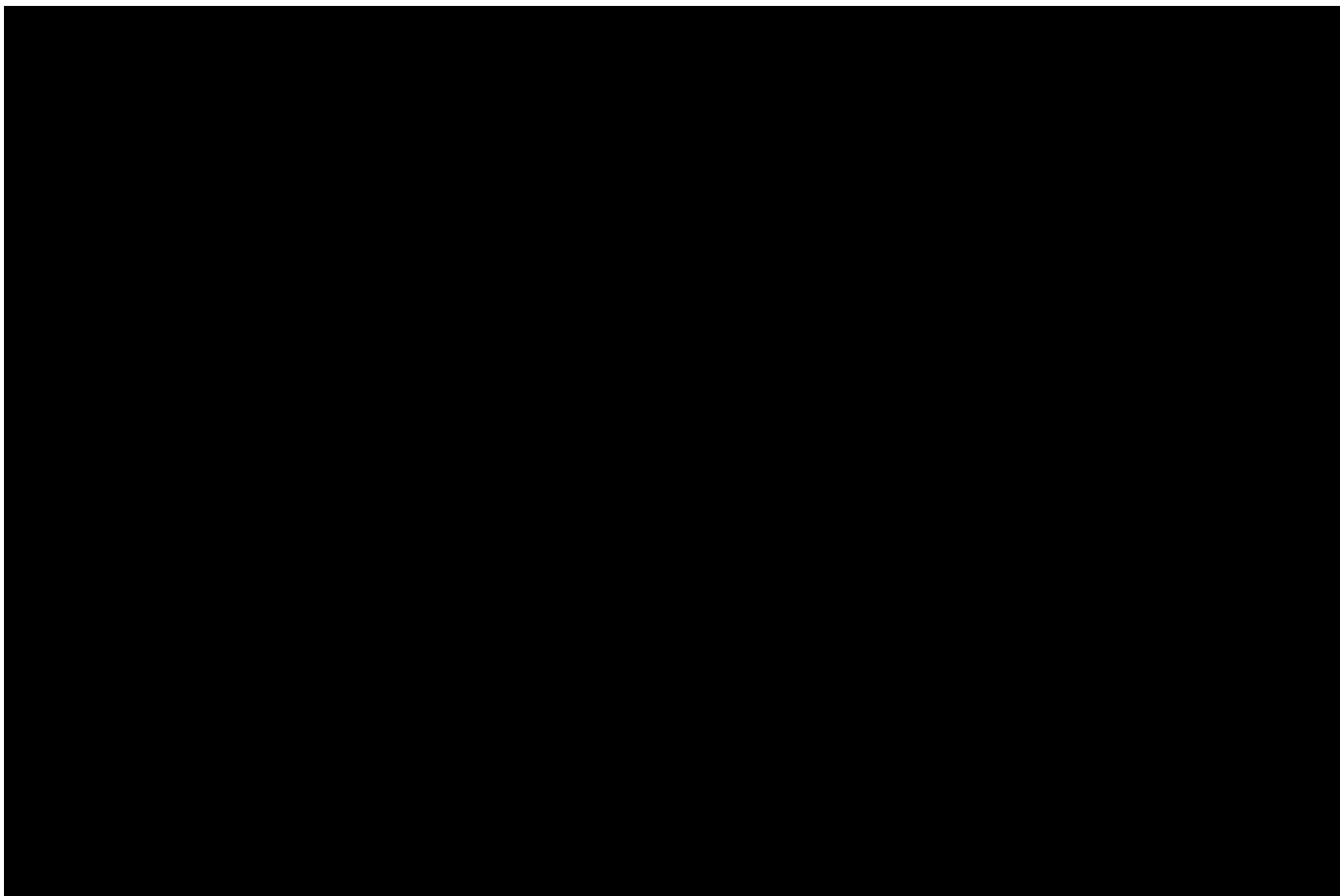


Una vez frío, podemos cortarlo en porciones individuales, las envolvemos en papel de albal y congelamos. Cuando queramos gastarlo, sacamos y dejamos descongelar a temperatura ambiente.

*El aceite de coco es sólido a temperaturas frías. Si el ambiente es cálido, lo encontraremos ya prácticamente deshecho o incluso totalmente líquido, y por lo tanto, no tendremos que fundirlo en el microondas antes de añadirlo al bol.

Yo he intentado hacer una versión más ligera, pero se puede hacer también con estas variaciones: En lugar de miel, azúcar. En lugar de harina integral, harina normal o mitad integral, mitad normal. En lugar de aceite de coco, aceite de oliva o girasol. En lugar de chocolate 85% pureza picado, con chocolate menos puro o directamente con pepitas de chocolate.

Dentro video!! Nos os olvidéis de suscribiros a nuestro canal.



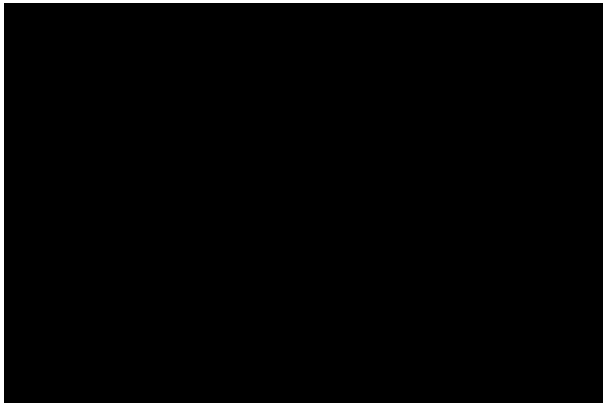
	Vi si Sánchez
	4-6
	75 minutos (aprox.)
	1 redondo de Ternera de 1Kg o 1kg ½ 2 Cebollas medianas 1 Tomate mediano y maduro 1 Manzana roja sin pelar 20 granos de Uva sin pepitas Aceite de oliva Sal Pimienta Perejil al gusto 1 vaso de Vino de nubes

Hola! En esta receta que nos envía Vi si Sánchez, nos enseña a

preparar un redondo de ternera con el robot [Companion XL](#). Este nuevo modelo, nos permite aumentar la capacidad del bol de 2,5 a 3 litros útiles, ya que podemos cocinar sustituyendo el eje central (donde van las cuchillas) por una pieza plana, por lo que todo ese espacio, lo podemos aprovechar en nuestras elaboraciones y poder cocinar, por ejemplo, una pieza grande de carne, como nos propone Vissi en su receta.

A diferencia del modelo antiguo, este nuevo Companion, alcanza una temperatura máxima de 150° y tiene una opción de cocción sin tapa.

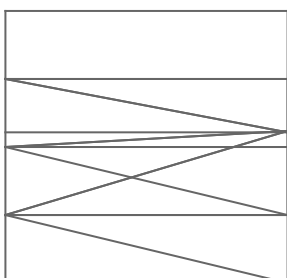
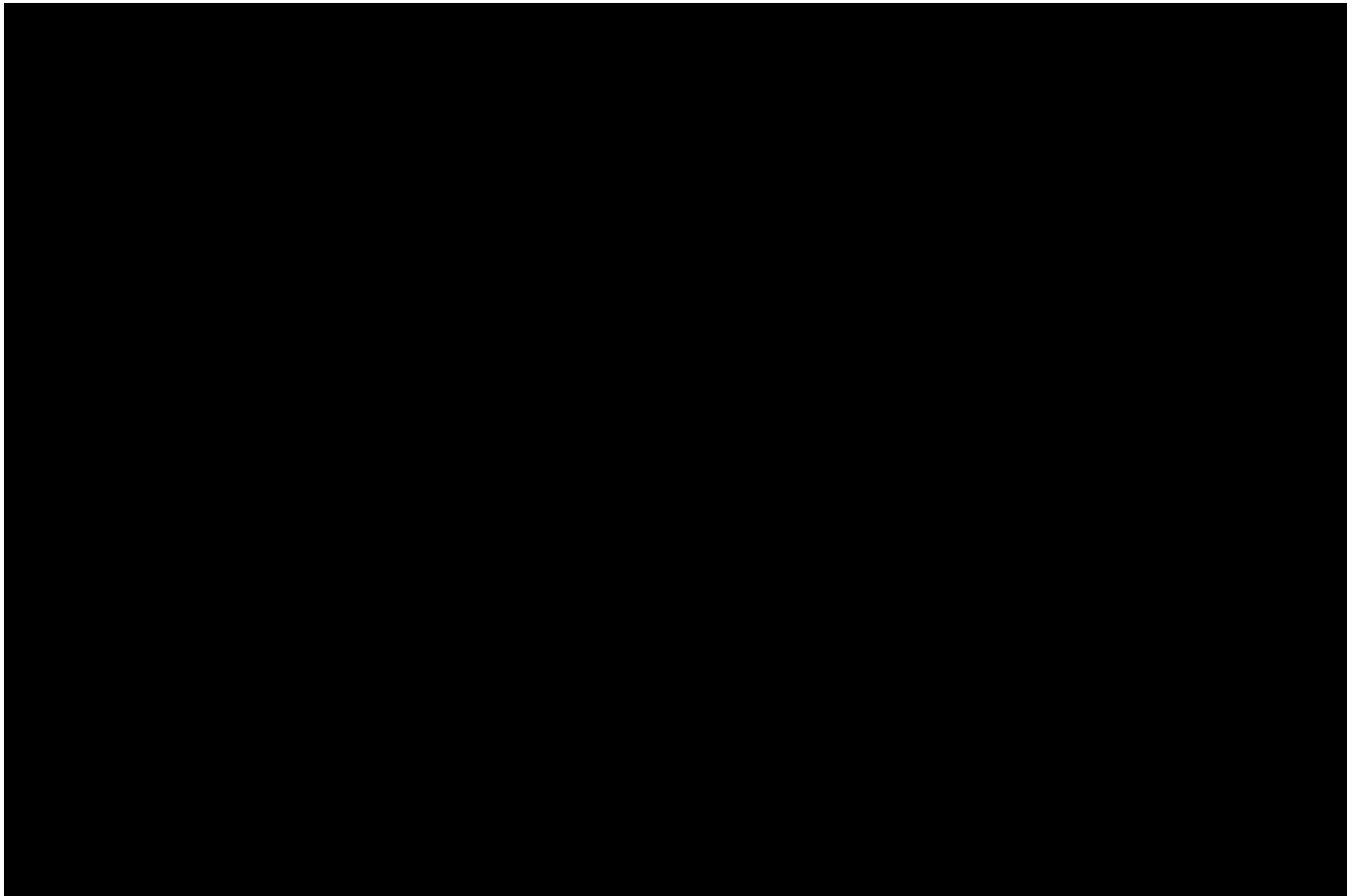
Nos parecen muy interesantes todas las novedades que nos ofrece Moulinex en estos nuevos modelos; estamos deseando probarlos y poder contar más cositas sobre ellos!



3. A continuación, separamos el redondo; y con la cuchilla ultralabale trituramos el resto de ingredientes para obtener la salsa.



4. Cortamos el redondo en rodajas y lo servimos con la salsa por encima y con guarnición al gusto.



Recetas Cui si ne

4-6 unidades

2 Manzanas

30gr de Mantequilla

10gr de Maicena

100gr de Azúcar

400ml de Nata Líquida

½ cucharadita de Canela molida

50gr de Chocolate negro fondant (sólo si se quiere hacer un enrejado para decorar)

hace ya algún tiempo y hoy queremos compartirla con vosotros.

Queda como una especie de natilla, y si lo acompañamos con un enrejado de chocolate, nos sale un postre la mar de bueno; y es que, donde hay chocolate, hay alegría

1. Pelamos las manzanas, retiramos el corazón y las partimos en dados gruesos. Reservamos.

2. Equipamos el robot con el mezclador, ponemos en el bol la mantequilla troceada y programamos velocidad 2, 90°, 1 minuto o hasta que se funda por completo. (Sin tapón todos los pasos hasta el final).



3. Añadimos la manzana y programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos.



4. Añadimos agua hasta cubrir la manzana (sin pasarnos, o nos quedará aguado). Programamos velocidad 2, 120°, 15 minutos.



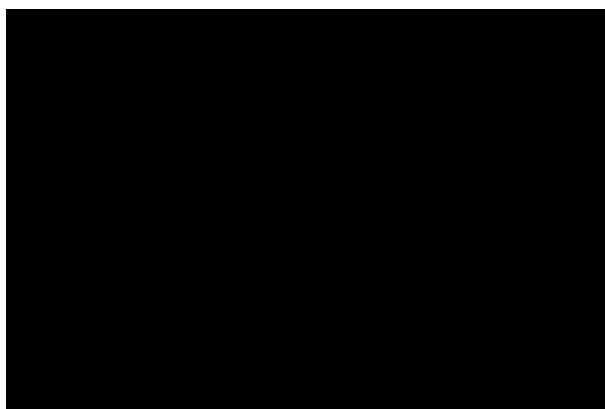
5. Sustit . . . 5. . . . lac cuilla

6. A continuación, programamos velocidad 2, 120°, 5 minutos para que cueza y espese un poco.



7. Repartimos en vasitos y dejamos que se enfríen a temperatura ambiente. Una vez fríos, tapamos y guardamos en la nevera.

8. Si queremos decorar los vasitos con un enrejado de chocolate, ponemos en chocolate troceado en un bol y fundimos en el microondas a intervalos de 30 segundos. Cuando lo hayamos fundido, lo pasamos a un biberón de cocina, o en mi caso, utilicé un inyector sin la parte punzante como os muestro en la foto. Si no tenemos, podemos intentar dibujarlo con una cucharilla, dejando caer de manera fina el chocolate sobre el papel.



9. Dibujamos los enrejados con las formas que queramos sobre un papel de horno y dejamos enfriar en la nevera hasta que solidifique.



10. Cuando el chocolate se haya endurecido, podemos servir los vasitos espolvoreando en cada uno una pizca de canela y colocando encima el enrejado.

	75 minutos (aprox.)
	4 Huevos 3 Yogures griegos 4 Manzanas Golden 250gr de Azúcar 70gr de Maicena Mermelada de melocotón

5. Si vemos que la tarta aún no está hecha, y se nos está dorando la manzana de la superficie, podemos cubrirla con papel de plata para que no se quemé.

6. Sacamos del horno, pincelamos la superficie con mermelada de melocotón mezclada con un poquito de agua, esperamos a que se temple y desmoldamos.

7. Una vez que la tarta esté fría, podremos servir.

