



| | |
|--|---|
| | |
| | Recetas Cui sine |
| | 3- 4 |
| | 40 minutos (aprox.) |
| | 500gr aprox. de Lomos de bacalao desalado ½ Pimiento rojo dulce ½ Cebolla 350gr de sofrito de tomate casero (1 bote) Harina para rebozar el bacalao Aceite de oliva Sal |

Hola! El bacalao es un pescado blanco muy apreciado por su carne, y también por el aceite de su hígado. Las recetas con este pez, son de todos los colores, y raro es el restaurante que no lo ofrezca en su carta. Sin duda alguna, el bacalao, es un punto fuerte de nuestra gastronomía.

Para hacer este plato, he utilizado unos lomos muy frescos y

riquísimos que compró mi madre el otro día. Vienen ya así cortaditos, para llegar y ponerlos en la cazuela, sin tener que desalarlos ni nada. No tenía pensado, pero al verlos en la nevera, me vino un antojo repentino y me adelanté para sugerir que los hiciéramos con tomate; nadie puso objeción, me dejaron al mando y disfrutamos de una agradable comida.

1. Colocamos las tajadas de bacalao en el bol sin ningún accesorio. Cubrimos con aceite de oliva y programamos sin velocidad, 80°, 15 minutos para confitarlo y que nos quede bien tierno y jugoso.



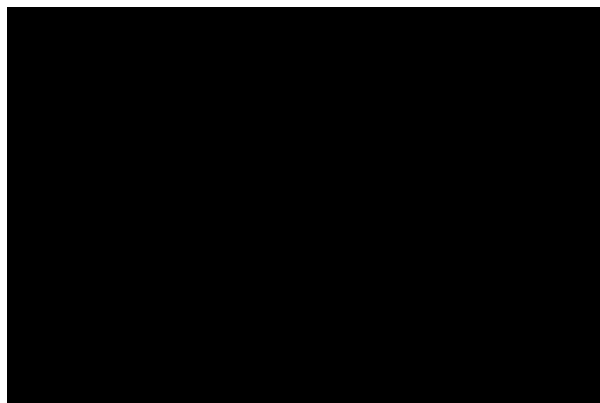
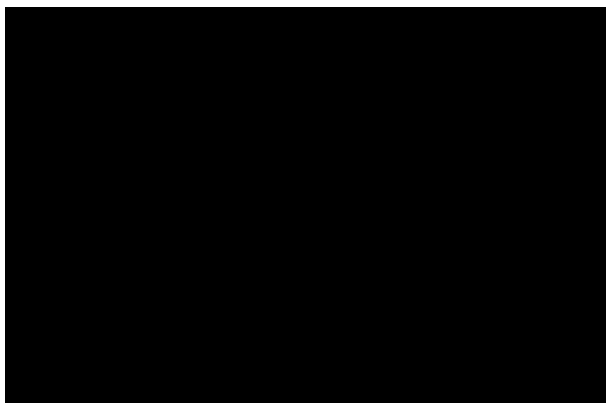
2. Pasamos este aceite a una sartén, y dejamos en el bol unas tres cucharadas. Equipamos el robot con el mezclador y ponemos en el bol la cebolla y el pimiento cortados en cuadraditos pequeños. Programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos. (Sin tapón todos los pasos)



3. Mientras, ponemos a calentar a fuego medio-alto la sartén con el aceite en el que hemos confitado el bacalao.

4. Pasamos los lomos por harina, sacudimos con cuidado para

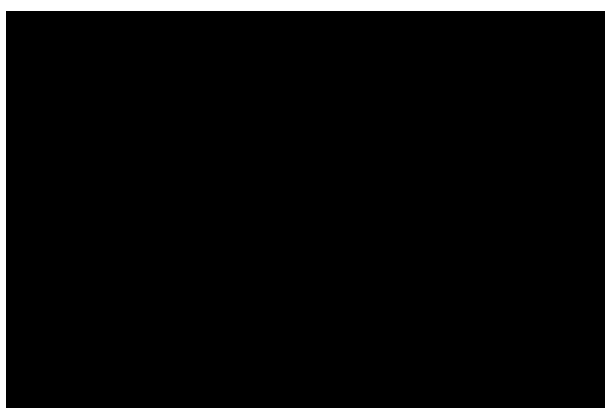
retirar el exceso de la misma y freímos en el aceite. Cuando lo tengamos frito, lo vamos dejando sobre papel absorbente para que pierda grasa de la fritura.



5. Añadimos el bote de tomate, y una pizca de sal. Programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos. Llegados a este punto, y si lo preferimos, podemos poner la cuchilla y triturar la salsa con velocidad 12. Yo lo dejé tal cual, sin trituarlo.



6. Probamos el punto de sal, y rectificamos si es necesario. Quitamos el mezclador y añadimos el bacalao. Programamos sin velocidad, 100°, 5 minutos.



| | |
|--|---|
| | |
| | Recetas Cui si ne |
| | 3- 4 |
| | 40 minutos (aprox.) |
| | <p>550gr aprox. de pechuga de Pollo o Pavo</p> <p>1 rebanada de pan de molde o un trozo de miga de pan</p> <p>50ml de Leche</p> <p>1 cucharada rasa de Pan rallado</p> <p>1 cucharadita de Ajo en polvo</p> <p>1 pizca de Pimienta</p> <p>½ Cebolla</p> <p>1 Pimiento verde italiano (unos 80gr)</p> <p>1 Zanahoria mediana</p> <p>3 cucharadas de Aceite de oliva</p> <p>1 bote de Tomate triturado (200gr peso escurrido)</p> <p>200ml de Caldo de Pollo (o agua y un cuarto de pastilla de caldo)</p> <p>1 cucharada de Miel o azúcar</p> <p>1 cucharada de Salsa de soja</p> <p>1 cucharadita de Orégano</p> <p>Pimienta al gusto</p> <p>1 pizca de Sal</p> |

Hola! En esta receta, os proponemos preparar unas albóndigas de lo más saludables, donde picaremos nosotros mismos la carne y en lugar de cocinarlas fritas, las haremos al vapor, reduciendo así las calorías y conservando todas las propiedades del pollo.

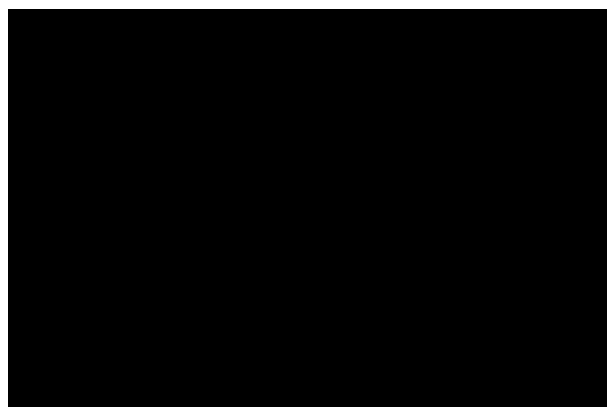
Para elaborar este plato, cocinaremos utilizando varias partes del robot a la vez. En el bol haremos la salsa de tomate, y en la vaporera externa, se harán las albóndigas con el vapor que desprende la salsa. De esta forma, aprovecharemos la energía

del robot, economizando en tiempo y dinero.

1. Remojamos la miga de pan con la leche.
2. Equipamos el robot con la cuchilla ultrablade. Ponemos en el bol el pollo o pavo en trozos y picamos con velocidad 12, 30 segundos aprox. La carne la pondemos limpia de fibras y grasa que pudiera tener.



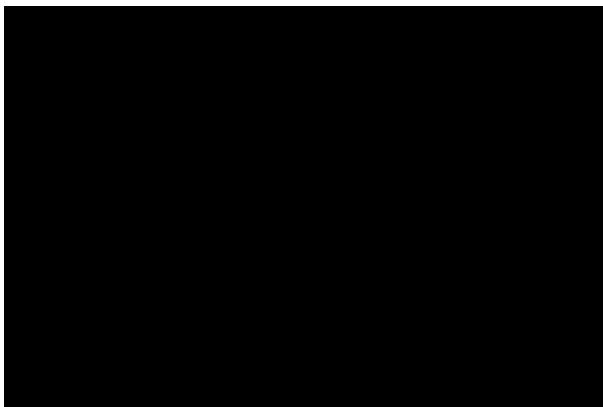
3. Añadimos al bol el pan humedecido con la leche y el resto de ingredientes para las albóndigas. Mezclamos con velocidad 6 unos segundos. Pasamos a un bol o recipiente, tapamos y dejamos reposar en la nevera 30 minutos.



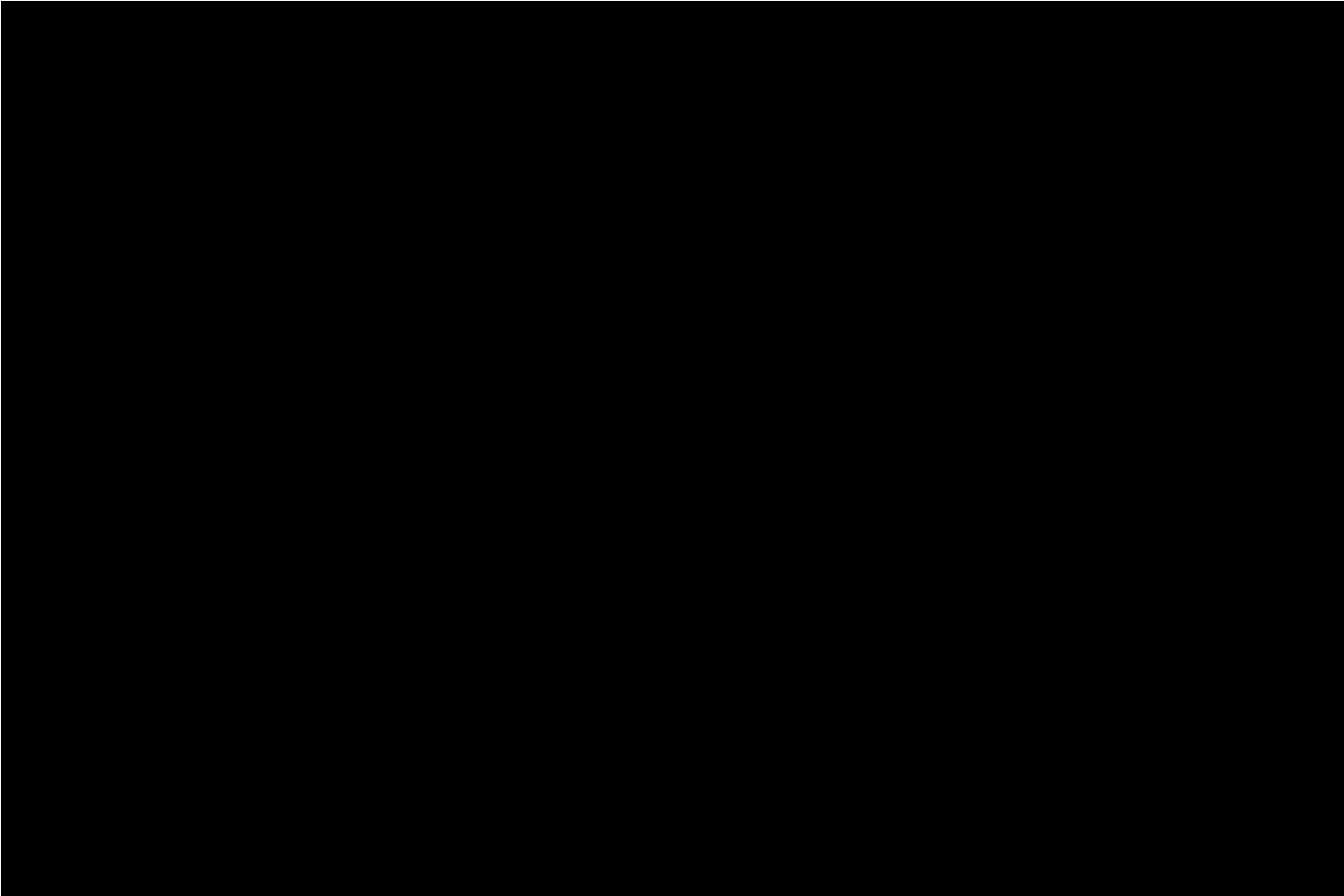
4. Pasado el tiempo de reposo, formamos las albóndigas y las colocamos en la vaporera. A la hora de formarlas, no las manipularemos mucho para que luego no se queden apelmazadas. Si nos cuesta manejar la masa para darles forma, nos humedecemos las manos con agua y así no se nos pegará y podremos trabajar mejor.



10. Quitamos la cuchilla y ponemos el mezclador. Añadimos las albondigas y programamos velocidad 3, 95°, 5 minutos.



Las albondigas las formaremos a nuestro gusto de tamaño, las haremos más o menos grandes según queramos. Lógicamente, dependiendo del tamaño, nos saldrán más o menos entre 15 o 20 unidades.



| | |
|--|-------------------|
| | |
| | Abal I est |
| | |
| | 1 hora 45 minutos |

| | |
|--|---|
| | 1 Huevo ½ vaso de Leche (100ml aprox.) ½ vaso de Agua (100ml aprox.) ½ vaso de Aceite de girasol (100ml aprox.) 25gr de Levadura fresca 650gr de Harina de trigo 5gr de Sal 3 dientes de Ajo 3 Pimientos verdes italianos 2 paquetes de tomate troceado (1kg aprox.) ½ Pimiento rojo 4 cucharadas soperas de aceite de oliva 1 cucharadita de azúcar 10gr de Sal |
|--|---|

Hola! Publicamos hoy una nueva receta de coca salada, esta vez, se trata de una coca de tomate cuya receta nos ha enviado [Abal I est.](#)

Este tipo de masa, es muy típico en Cataluña, donde es habitual hacerla de forma casera y por supuesto encontrarla en la mayoría de establecimientos de alimentación.

A vosotros también os gusta. Podéis contarnos cual es vuestra favorita, estamos encantadas de leer vuestro comentarios.

1. Equipamos el robot con la cuchilla de amasar/picar e introducimos en el bol los ingredientes de la masa: el huevo, la leche, el agua, el aceite de girasol, la levadura desmenuzada, la sal (5 gr) y la harina. Programamos Pastry P1 con el tiempo predefinido y sin temperatura. Sólo utilizaremos el tiempo de amasado.



2. Una vez finalizado el programa, sacamos la masa del bol, e introducimos en un bol externo de cocina, para terminar de amasar a mano. Con un par de minutos será suficiente.

3. Extendemos la masa en la bandeja del horno, previamente forrada con papel vegetal o papel de aluminio. Podemos ayudarnos de un rodillo o en su defecto un vaso. Para que la masa suba rápidamente, introduciremos en el horno con calor arriba y abajo a 50° durante 30 minutos.

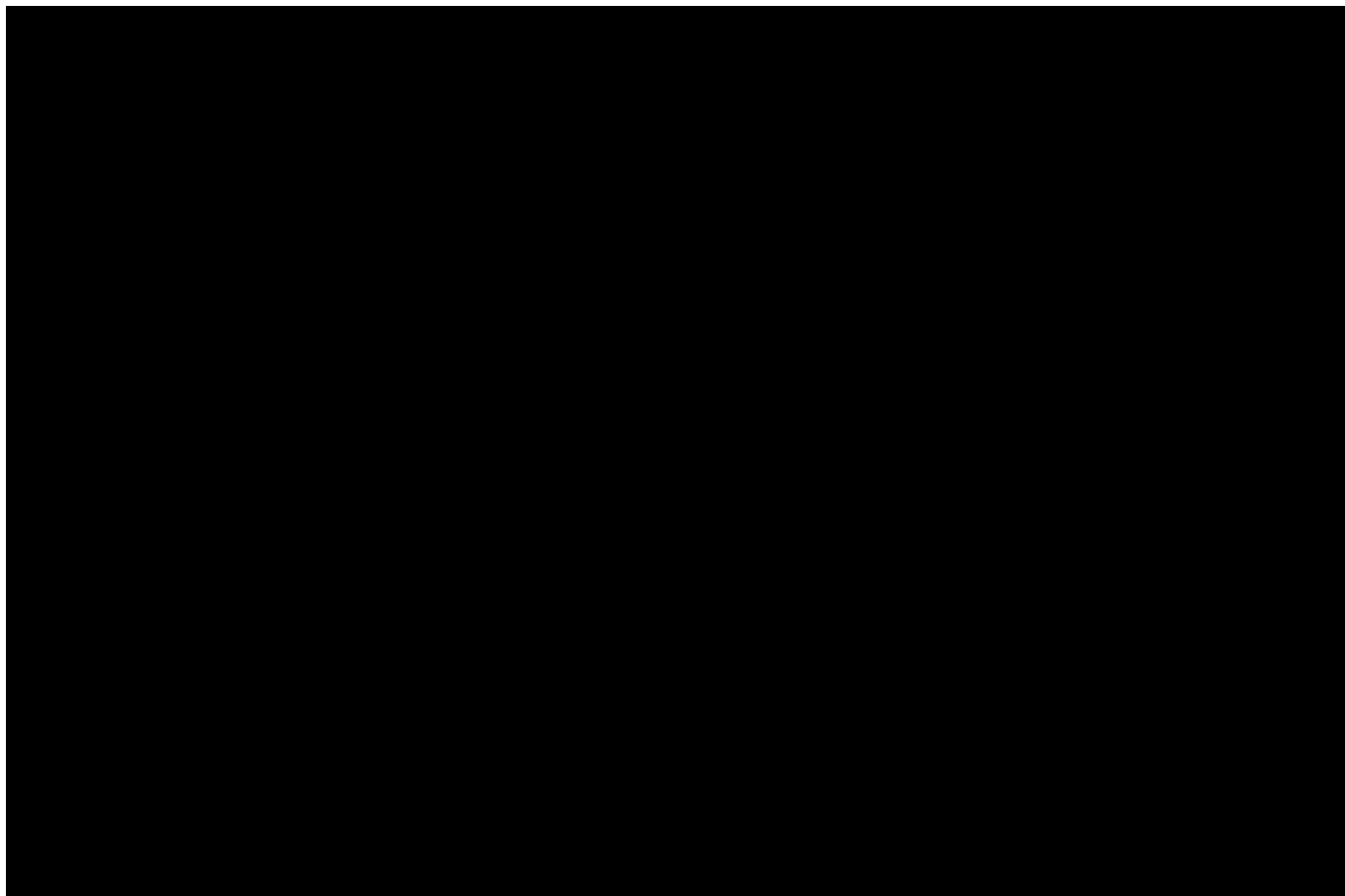
4. Mientras la masa sube en el horno, equipamos el robot con el mezclador, y añadimos el ajo picadito, el pimiento verde y el pimiento rojo cortado en trocitos junto con el aceite de oliva. Sofreímos con velocidad 3, 100°, 5 minutos.



5. Añadimos el tomate troceado al bol, junto con una cucharadita de azúcar (para que el tomate no quede ácido) y el resto de la sal. Programamos velocidad 2, 100°, 20 minutos.



6. Finalizado el programa, precalentamos el horno a 190°. Pinchamos la masa con un tenedor (que ya habremos sacado del horno) para que quede de forma uniforme. Extendemos el sofrito de tomate por encima de la masa e introducimos en el horno durante 35 minutos.



| | |
|--|---|
| | |
| | Gabri el |
| | 2- 4 |
| | 50 mi nutos (aprox.) |
| | 800gr de Al itas de pol lo (cortadas en dos) 250gr de Tomate natural triturado 100gr de Pi mi ento verde 100gr de Pi mi ento roj o 100gr de Cebol la 60gr de Vi no bl anco 25gr de Acei te 2 di entes de Aj o 1 cucharadi ta de Azúcar 1 pi zca de Sal 1 hoj a de Laurel 1 pi zca de Perej il pi cado 1 pi zca de Cayena (opci onal) |

Hola! Qué tal si preparamos unas alitas de pollo con tomate? Si os apetece, podéis seguir esta receta que comparto con nosotros [Gabriel](#), pero que no se os olvide traer una buena barra de pan, porque la vais a necesitar para pringar en la salsita tan apetecible que va con ellas.

Es una receta muy fácil de elaborar, y cuando os deis cuenta, estaréis sentados a la mesa apunto de disfrutar de una rica comida.

Para hacer estas alitas, Gabriel se ha inspirado en el blog de [Ana Sevilla](#), y ha adaptado todos los pasos para enseñarnos a hacerlos con nuestro robot Companion. Os animáis.

1. Primero, vamos a salpimentar las alitas cortadas en dos y las reservamos.

2. Equipamos el robot con la cuchilla ultrablade. Ponemos en el bol la cebolla, los ajos, el pimiento verde y el pimiento rojo. Programamos velocidad 11, 10 segundos. Abrimos, bajamos

los restos de las paredes del bol hacia la cuchilla, tapamos, y programamos de nuevo velocidad 11, 10 segundos.



3. Cambiamos la cuchilla por el mezclador, bajamos los restos de las paredes, añadimos el aceite y programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos. (Sin tapón)



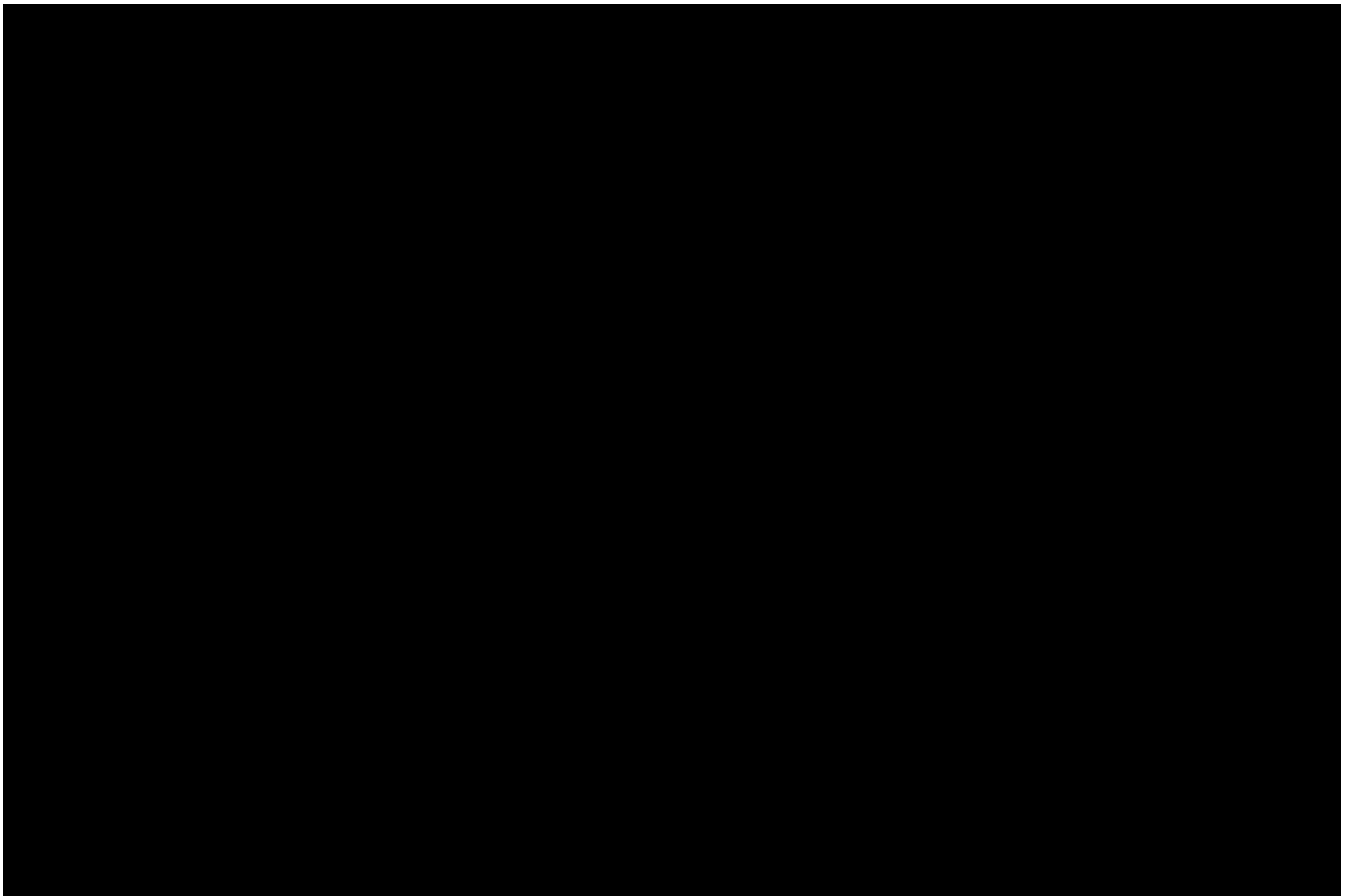
4. Agregamos las alitas, el tomate, el vino blanco, el azúcar, el perejil picado, el laurel, la sal y la cayena si decidimos utilizarla. Programamos velocidad 2, 100°, 30 minutos.



5. Finalizado el tiempo, volvemos a programar velocidad 2, 110°, 10 minutos. (Sin tapón)



Si queremos que la salsa sea más fina, podemos sacar las alitas y triturar un poco hasta dejarlo a nuestro gusto.



Recetas Cuisine

2



2. Quitamos la cuchilla ultrablade y ponemos el mezclador. Añadimos 3 cucharadas de aceite y programamos cocción lenta P1, 130°, 7 minutos. Mientras avanza el tiempo, picamos la pechuga de pollo en trozos de un bocado.



3. Finalizado el programa, añadimos el pollo troceado y programamos cocción lenta P1, 130°, 12 minutos. Al terminar, si hay mucho líquido, lo retiramos.



4. Añadimos el tomate frito y condimentamos al gusto con sal, pimienta y orégano. Mezclamos con velocidad 4 unos segundos.

