thermomix

TALLER

SALUD PARA LOS NUESTROS

SALCHICHAS DE POLLO CON QUESO Y ESPINACAS

INGREDIENTES

- 500 g de pechugas de pollo en trozos
- 70 g de queso semicurado
- 1 cucharada de comino
- 1 cucharadita de sal
- 1 pellizco de nuez moscada
- Una manga pastelera
- 500 g de agua

PREPARACIÓN

1. Ponga en el vaso los trozos de pechuga, el queso, las espinacas, el comino, la sal, la pimienta y la nuez moscada y triture 10 seg/vel 5.
2. Con la espátula, baje los ingredientes hacia el fondo del vaso y triture 15 seg/vel 5.
3. Con ayuda de una manga pastelera vaya colocando sobre film transparente la mezcla, dándole forma de salchicha alargada y gruesa. Envuélvalas procurando que queden bien selladas. Colóquelas en la bandeja Varoma y reserve.
4. Vierta 500 g de agua en el vaso, sitúe el Varoma en su posición y programe 20 min/Varoma/vel 1. Retire el Varoma y deje templar las salchichas.

NUGGETS DE POLLO AL HORNO

INGREDIENTES

- 250 g de pechuga de pollo troceada
- 3 rebanadas de pan de molde
- 100 g quesitos en porciones o Philadelphia
- Un pellizco de pimienta
- 1 pellizco de sal

PREPARACIÓN

1. Ponga en el vaso las pechugas, el pan de molde, los quesitos, la leche, la pimienta y la sal y trituramos 20 seg/vel 6.
2. Retire la pasta del vaso, haga bolitas pequeñas y aplástelas con las manos.
3. Horneamos en el horno durante 12 minutos a 170 grados o hasta que estén dorados.

KETCHUP

INGREDIENTES:

- 750 h de tomates pera cortados en cuartos
- 50 g de pimiento rojo cortado en trozos
- 35 g de cebolla
- 1 diente de ajo mediano
- 1 cucharadita de sal
- 1 palo de canela
- 1 clavo de olor
- 20 g de azúcar moreno
- 20 g de miel
- 40 g de vinagre de vino blanco

PREPARACIÓN:

1. Ponga en el vaso los tomates, el pimiento, la cebolla, el ajo y la sal. Trocee 3 seg/vel 5.
2. Con la espátula, baje las verduras hacia el fondo del vaso. En lugar del cubilete, ponga el cestillo sobre la tapa para evitar salpicaduras y facilitar la evaporación. Programe 20 min/Varoma/vel cuchara.
3. Retire el cestillo y ponga el cubilete. Triture 1 min/vel 5-10 progresivamente.
4. Con la espátula, baje la trituración hacia el fondo del vaso. Inserte el clavo en un extremo del palo de canela y añádalo al vaso. Agrega el azúcar moreno, la miel y el vinagre y programe 40 min/50°/vel cuchara. Vierta en un tarro hermético y retire la canela con el clavo. Cuando se enfríe, tápelo y déjelo reposar un día antes de consumirlo. Conserve en el frigorífico.

SUGERENCIAS: Dependiendo del agua que tengan los tomates, puede tener que programar 5 min/Varoma/vel cuchara hasta obtener la textura adecuada (paso 2)

PAN DE LECHE (BOLLICAO Y PAN PREÑAO)

INGREDIENTES:

- 300 g de leche
- 50 g de mantequilla cortada en trozos
- 20 g de levadura fresca prensada desmenuzada o dos cucharaditas de levadura de panadería deshidratada (8 g)
- 30-60 g de azúcar
- 550 g de harina de fuerza
- 1 ,5 cucharadita de sal
- 1 huevo batido para pincelar la masa
- Una tableta de chocolate con leche
- Relleno de pan preñao (sobrasada, chorizo, jamón york…)

PREPARACIÓN:

1. Poner en el vaso la leche, la mantequilla, la levadura y el azúcar y temple 3 min/37°/vel 2.
2. Añada la harina y la sal y amase 3 min/vel espiga. Divida la masa en ocho partes y rellene con los ingredientes deseados (tres onzas de chocolate para cada bollicao o el ingrediente deseado para los bollos preñaos)
3. Coloque en una bandeja e introduzca en el horno a 50° durante 15-20 minutos (o hasta que haya aumentado su volumen).
4. Hornee durante 25-30 minutos a 180°. Deje enfriar sobre una rejilla antes de consumirlo.

NOCILLA

INGREDIENTES:

- 100 g de avellana peladas y tostadas
- 60 g de azúcar
- 180 g de chocolate blanco
- 100 g de chocolate fondant
- 100 g de chocolate con leche
- 500 g de nata

PREPARACIÓN:

1. Triture las avellanas y el azúcar 15 seg/vel 10 para que quede muy fino. Reserve la mitad en un bol y la otra mitad en el vaso.
2. Agregue al vaso 200 g de nata y calentamos 1 min/95°/Vel cuchara. Agregamos el chocolate blanco en onzas y trituramos 9 min/vel 6 y posteriormente 1 min/vel 4. Reserve en una jarra para que temple.
3. Agregue la otra mitad de avellanas y azúcar triturada junto con 300 g de nata y calentamos 1 min/95°/Vel cuchara. Agregamos los demás chocolates y trituramos 15 seg/vel 9. Programamos 5 min/50°/vel 5. Reserve en otra jarra para que temple.
4. Vierta al mismo tiempo el contenido de las dos jarras en un tarro hermético de cristal (una a cada lado del recipiente) y déjela enfriar. Conserve en el frigorífico.