

POTAJE DE VIGILIA



INGREDIENTES:

- 200 gr. de cebolla cortada en cuartos
- 2 dientes de ajo
- 100 gr. aceite de oliva virgen extra
- 1 cucharada de pimentón dulce
- 400 gr. garbanzos cocidos (si son de conserva, lavados y escurridos)
- 700 gr. agua y algo más si fuera necesario
- 250 gr. espinacas descongeladas y escurridas
- 1 hoja de laurel
- 250 gr. de bacalao desalado y desmigado
- Sal (ajuste a su gusto)
- 2 huevos duros

PREPARACIÓN:

- Ponga en el vaso la cebolla, los ajos y el aceite de oliva. Trocee **5 seg. / vel. 4** . A continuación, sofría **8 min. / Varoma / vel cuchara**.
- Añada el pimentón, 4 cucharadas (80 gr.) de garbanzos cocidos y 2 cucharadas (10 gr.) agua . Triture **15 seg./ vel 6**

- Con la espátula, baje la trituración hacia el fondo del vaso. Agregue 690 gr.de agua, las espinacas y la hoja de laurel. Programe **6 min / 100 / giro inverso / vel. Cuchara**.
- Añada el resto de los garbanzos cocidos y las migas de bacalao y programe **8 min / 100 / giro inverso / vel. Cuchara**. Compruebe el punto de sal (dependerá del bacalao) y agregue sal si fuera necesario
- Si lo desea más líquido, puede añadir un poco de agua caliente. Añada los huevos duros cortados en rodajas y sirva.

BRANDADA DE BACALAO



INGREDIENTES:

- 200 gr. aceite de oliva virgen extra
- 2 dientes de ajo
- 500 gr. de bacalao desalado sin piel ni espinas o migas de bacalao
- Pimienta blanca
- Sal (dependerá del punto de sal del bacalao)

PREPARACIÓN:

- Escurra bien el bacalao desalado y séquelo con una servilleta de papel. Reserve
- A continuación ponga el aceite y los ajos en el vaso y programe **6 min / varoma / vel. 3 1/2**. Cuando termine , pare la máquina y baje lo que haya quedado en la tapa y en las paredes del vaso
- Seguidamente , programe **1 min. / Varoma / Vel. 4**. Incorpore el bacalao y triture en **Vel. 6**. Hasta que vea que la mezcla ha quedado homogénea. Rectifique el punto de sal y especias.

COMENTARIOS/TRUCOS:

- Se puede servir con tostadas, gratinado al horno o como relleno de pimientos del piquillo
- Si le queda muy espesa, puede añadir un poco de leche y mezclar unos segundos a **vel. 6**

BUÑUELOS DE BACALAO



INGREDIENTES:

- 100 gr bacalao al punto de sal
- 2 dientes de ajo
- 100 gr harina
- 1 huevo
- 2 pellizcos perejil picado
- 1/2 sobre levadura royal
- 100 gr agua
- Aceite

PREPARACIÓN:

- Incorpore en el vaso el bacalao y el ajo . Programe **10 seg / vel 6**.
- Añada la harina, el huevo, el perejil, la levadura royal y el agua. Programe **40 seg / vel 4**
- Fría en abundante aceite

COMENTARIOS/TRUCOS:

- Ponga la masa en una manga pastelera y deje reposar en el frigorífico.

FIDEUÁ



INGREDIENTES:

- 300 g de almejas (poner en un bol con agua y sal)
- 250 g de gamba roja
- 500g de sepia cortada a tiras con su salsa
- 2 ñoras limpias y secas
- 2 dientes de ajo
- 80 g de cebolla
- 60 g de pimiento verde
- 60 g de pimiento rojo
- 70 g de tomate natural triturado
- 100 g de aceite de oliva
- 800 g de agua
- 500 g de fideos del nº 2
- unas hebras de azafrán o un sobre de azafrán molido
- sal

PREPARACIÓN:

1. Poner los fideos en el grill del horno removiendo de vez en cuando hasta que queden dorados. Sacar y reservar.
2. Pelar las gambas, reservar los cuerpos y echar las cabezas y las cáscaras en el vaso con 30 g de aceite. Programar 5min. Varoma, vel.2. Añadir 400g de agua, colocar el varoma con las almejas y programar 10 min. Varoma, vel.2.
3. Reservar en una cazuela o fuente las almejas ya abiertas.
4. Colar el fumet en un recipiente y añadir los 400 g de agua restantes y reservar.º Limpiar bien el vaso y la tapa.

5. Poner la máquina en marcha a vel. 10 y pulverizar las ñoras. Repetir la operación con los ajos. Bajar los restos de las paredes del vaso, añadir el aceite restante y sofreír 5 min.

Varoma, vel.1.

6. Añadir la cebolla, el pimiento y el tomate. Programar 5 seg. Vel. 5

7. Colocar la mariposa en las cuchillas y sofreír 10 min. Varoma, giro invertido, vel. Cuchara.

8. Agregar la sepia con su salsa y programar 5min. Varoma, giro invertido, vel. cuchara.

9. Echar el fumet reservado junto con el azafrán y la sal ,7 min, a la misma temp. y velocidad. Y cuando hierva, añadir los fideos por el bocal, sin parar la máquina, y rectificar el tiempo programando 7 min. Varoma, giro invertido, vel. Cuchara.

10. Cuando falte un minuto, añadir los cuerpos de las gambas.

11. Echar la fideuá en el recipiente de las almejas reservadas, remover delicadamente mezclando.

12. Dejar reposar 5 minutos y servir

SMOOTHIE DETOX



INGREDIENTES:

- 1/4 de col verde
- 1 manzana roja
- 2 ramas de apio
- 1/4 de melón galia
- 4 o 5 cubitos de hielo

PREPARACIÓN:

- Poner todos los ingredientes en el vaso, trocee **5 seg. / vel 5**. A continuación triturar **1 min / Vel. 10**

COMENTARIOS/TRUCOS:

- Rico en vitaminas C y K , se aconseja para purificar el hígado

TORRIJAS



INGREDIENTES:

- 1000 gr de leche
- 150 gr de azúcar
- Piel de 1 limón
- 1 palo de canela
- 1 barra de pan blanco del día anterior (8 rebanadas de 2 cm. De grueso)
- 2 huevos
- Mantequilla fundida para engrasar
- 750 gr de agua
- 8 cucharadas de azúcar
- 3 cucharadas de canela

PREPARACIÓN:

- Vierta la leche, el azúcar, la piel de limón y el palo de canela en el vaso y programe **12 min / 90 / giro inverso / vel. 1**
- Vierta esta mezcla en un cuenco y déjela reposar hasta que esté tibia. Introduzca las rebanadas de pan dentro de la leche hasta que queden cubiertas por ella y deje que la absorban. Ponga los huevos en el vaso y mezcle durante **10 seg. / vel. 5**. Viértalos en un cuenco y resérvelos.
- Engrase con mantequilla varios cuadrados de film transparente lo suficientemente grandes para envolver cada rodaja de pan. Saque una rodaja de pan de la leche, pásela por el huevo batido, déla la vuelta y colóquela sobre uno de los cuadrados de film transparente. Envuelva la rodaja de pan y colóquela en el varoma. Repita este paso hasta que todas las rodajas estén envueltas en film transparente .

- Vierta el agua en el vaso, ponga el Varoma en su posición y programe **25 min / Varoma / vel. 1** . Mientras, precaliente el horno a 250 grados. Mezcle el azúcar con la canela en un plato y resérvelo.
- Retire el varoma. Desenvuelva las rodajas de pan con cuidado y cubra ambos lados con la mezcla de azúcar y canela. A continuación , coloque las rodajas de pan azucaradas sobre una bandeja cubierta de papel vegetal. Introduzca la bandeja en el horno y hornee las torrijas durante 3 minutos.
- Sírvalas tibias

COMENTARIOS/TRUCOS:

- En vez de pan blanco, puede utilizar panecillos secos. Dependiendo del tamaño, necesitará entre 15 y 20 rodajas



MONA DE PASCUA



INGREDIENTES:

Ingredientes bizcocho:

- 4 huevos
- 320 g de azúcar
- 190 g de aceite de girasol
- 190 g de leche
- 320 g de harina
- 1 sobre de levadura royal

Ingredientes relleno y cobertura:

- 350 g mermelada de albaricoque
- 350 g de mantequilla
- 120 g de leche
- 120 g de azúcar glass
- 40 g de cacao en polvo
- 150 g almendra cruda laminada

PREPARACIÓN:

Elaboración del bizcocho:

1. Colocar la mariposa en las cuchillas. En el vaso poner los huevos y el azúcar; programar 6 min., temperatura 37°, velocidad 4. Repetir la operación sin temperatura. Incorporar, sin abrir la máquina, el aceite y la leche, programar 6 segundos, velocidad 2. Agregar la harina y la levadura y programar 15 segundos a velocidad 2. Acabarlo de mezclar con la espátula, si fuera necesario.

2. Tener el molde preparado (engrasado y enharinado) y el horno precalentado a 180°. Hornear de 20 a 30 minutos.

3. Aprovechando el calor del horno, doraremos las almendras laminadas en el grill, moviéndolas de vez en cuando.

Elaboración de la cobertura

1. Limpiar bien el vaso, **colocar la mariposa** y poner la mantequilla, la leche y el azúcar glass y programar 3 minutos a velocidad 3 (si quedan trozos de mantequilla, sacar la mariposa y mezclarlo unos segundos a velocidad 4) Quitar la mitad de la masa elaborada y el resto que queda en el vaso agregarle el cacao y programar 30 segundos en velocidad 3.

Cuando el bizcocho esté frío, abrir por la mitad y rellenar con la mermelada de albaricoque. Cubrir con la mantequilla sin cacao por toda la parte exterior y laterales.

Poner la almendra tostada por el lateral del bizcocho, apretando un poco con los dedos para que no se caiga. Finalmente, decorar el bizcocho con la mantequilla de cacao, ayudándonos con la manga pastelera.