Asegúrate de leer las instrucciones adjuntas de Ninja® Foodi® antes de usar tu unidad.

NINJA® Foodi® MAX

Olla Multifunción SmartLid 14 en 1

Índice

SmartLid Slider	4
Funciones	5
Modo Combi-Steam	6
Prepara una comida completa	8
Crea una comida completa	9
Cocina con el sensor	10
Prepara la masa perfecta	12
Tablas de cocción	13
Receta para arrancar	22
Platos principales	24
Aperitivos y acompanamientos	34
Postres	38

Leyenda de las recetas

Hemos marcado las recetas con estos iconos para ayudarte a encontrar las ideales para ti.

Sensor digital de cocción

Dieta vegetariana

Tu guía para cocinar con SmartLid

Te presentamos el libro de recetas de la olla multifunción SmartLid de Ninja® Foodi®. Estás a tan solo unas páginas de descubrir recetas, consejos, trucos y sugerencias que te darán toda la confianza necesaria para liberar tu creatividad en la cocina sin tener que usar mil aparatos.

Sabemos que los ingredientes y los gustos varían de un país a otro, por lo que hemos adaptado las recetas cuando ha sido necesario. Por este motivo, es posible que algunas de las recetas en tu idioma no coincidan con las del resto de los idiomas.

NINJA Cooking Circle.com

ESCANEA PARA VER MÁS RECETAS

SmartLid Slider (botón deslizable)

3 modos con una tapa

Olla a presión. Vaporera combinada. Freidora de aire.

Basta con mover el botón deslizable para cambiar entre las 14 funciones. El entorno de cocción cambiará de manera inteligente al cambiar de un modo a otro.

Abrir y cerrar la tapa

Levanta la pestaña del SmartLid Slider (botón deslizable) para abrir y cerrar la tapa.

Cocinar a presion

Cuando el SmartLid Slider está en la posición izquierda, la tapa no se puede abrir por motivos de seguridad.

Modo combi-vapor

Cuando el SmartLid Slider esté en la posición intermedia, se empezará a formar vapor. Cuando la barra de progreso se haya completado, espera al menos 5 minutos para levantar la tapa y comprobar la comida.

Freir con aire / cocinar

Cuando el SmartLid Slider está en la posición derecha, la tapa se puede abrir en cualquier momento para comprobar la comida.

Todas tus funciones favoritas de la olla eléctrica multifunción de Ninja® Foodi®

Presión

Úsala para cocinar alimentos con rapidez mientras estos se mantienen tiernos.

Sellar/saltear

Utiliza el aparato como fogón para dorar carnes, saltear verduras, cocer salsas y mucho más.

Cocinar al vapor

Úsala para cocinar alimentos delicados a una temperatura elevada.

Freír con aire

Da a los alimentos un toque crujiente con poco o nada de aceite.

Hornear

Utiliza el aparato como horno para hornear delicias y mucho más.

Parrilla

Cocina a alta temperatura para caramelizar y dorar los ingredientes.

Cocción lenta

Cocina tus alimentos a una temperatura más baja durante periodos de tiempo más largos.

Yogur

Prepara yogur casero.

Deshidratar

Deshidrata carnes, frutas y verduras.

Fermentar

Crea un entorno para que la masa descanse y suba.

Estos programas cocinan calentando la parte inferior de la olla.

Todos estos programas usan la resistencia superior en combinación con el ventilador para distribuir el calor de manera uniforme.

Una forma innovadora de cocinar

MODO Combi-Steam

COCINA AL VAPOR + GRATINA al mismo tiempo con solo tocar un botón para conseguir resultados más rápidos, jugosos y crujientes.

La mejor opción para ahorrar tiempo y cocinar desde cero. También puedes usarlo para hornear obras maestras.

Freír con aire al vapor
Gratina ingredientes frescos o congelados con aire de vapor para que queden jugosos en el interior y crujientes en el exterior.

Comidas al vapor
Cocina menús completos más rápido.

Hornear al vapor
Hornea bizcochos esponjosos y todo tipo de dulces

Panificar
Fermenta y hornea en una sola olla. Crujiente por fuera, tierno por dentro.

La forma más jugosa de freír con aire es freír con aire al vapor

Pechugas de pollo y filetes de salmón congelados o frescos y verduras frescas, como zanahorias y patatas.

Tú eliges

Freír con aire al vapor
Tierno y caramelizado

Freír con aire
Crujiente y tostado

Consejo: Con alimentos congelados, como nuggets de pollo empanados o patatas fritas, usa la función Air Fry (freír con aire). Consulta las tablas.

Para obtener mejores resultados, úsala con el sensor digital de cocción.

Tierno por dentro.
Crujiente por fuera.
Todo en un solo paso.

Prepara una comida completa con COMBI-STEAM

Comidas de dos platos a la vez

CARBOHIDRATOS + ALIMENTOS CON PROTEÍNAS

Usa la parte superior o inferior de la rejilla reversible cuando prepares comidas de dos platos incorporando carbohidratos o cereales y alimentos con proteínas.

Prepara platos principales y guarniciones al mismo tiempo

Comidas completas de tres platos a la vez

CARBOHIDRATOS + ALIMENTOS CON PROTEÍNAS + VERDURAS

Coloca las verduras más delicadas, como el brócoli, en el molde multiusos en la parte inferior de la rejilla reversible.

Usa alimentos con proteínas frescos para preparar una comida completa.

Usa estas tablas como guía y modifica los tiempos de cocción según sea necesario si la cantidad de comida varía.

1. Prepara los alimentos con proteínas

Elige un tipo de alimento con proteínas y un adobo y mézclalos en un recipiente. Reserva.

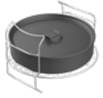
ALIMENTO CON PROTEÍNAS	ADOBO
4 filetes de pollo 125-175 g cada uno 1,5 cm de grosor	Adobo de romero y limón
Tofu extrafirme paquete de 400 g secar bien, cortar en 4 trozos de 1,5 cm	
4 filetes de cerdo 125-175 g cada uno 1,25-2 cm de grosor	Mezcla de especias cajún
2 bistecs 450 g en total 1,25-2 cm de grosor	Mezcla de hierbas secas
Champiñones portobello 6 (7,5 cm de diámetro) o 3 (10 cm diámetro)	
4 pinchos de gambas (6 gambones por pincho)	Adobo de mojo

2. Empieza con la capa inferior

En la olla de cocción, combina la pasta con una salsa O cereales con verduras. Remueve hasta que se mezcle todo.

PASTA 350-500 g seca, sin cocinar	SALSA	O CEREALES 240 g crudos	VERDURAS 100 g variadas
Rigatoni	Salsa de tomate 2 botes de 500 g de salsa de tomate 625 ml de caldo	Arroz y alubias Añadir agua, aceite y especias como se indique en el paquete/bolsa	Verduras variadas congeladas
Cavatappi		Arroz Enjuagar. Añadir agua, aceite y especias como se indique en el paquete/bolsa	Cebolla cortada en dados
Coditos			
Macarrones	Salsa Alfredo 120 ml vino blanco para cocinar 480 ml de caldo de pollo 480 ml de leche entera 1 bote de 500 g de salsa Alfredo	Arroz pilaf Añadir agua, aceite y especias como se indique en el paquete/bolsa	Pimientos hasta 125 g, cortados en dados
Tallarines finos		Quinoa Enjuagar. Añadir agua, aceite y especias como se indique en el paquete/bolsa	Champiñones en rodajas
Conchas grandes			

3. Monta la capa intermedia



Llena el molde multiusos y colócalo en la rejilla (como en la imagen). A continuación, coloca la rejilla en la olla de cocción.

VERDURAS 200 g variadas
Brócoli en floretes uniformes de 4 cm
Cebollas medianas en cuartos
Patatas baby enteras
Patatas baby cortadas a la mitad
Mazorca de maíz pelada y limpia
Coliflor cortada en floretes uniformes de 4 cm
Espárragos con los extremos de los tallos cortados

4. Monta la capa superior

Coloca la capa superior en la rejilla de dos niveles. Coloca los alimentos con proteínas en la rejilla y cierra la tapa. Selecciona STEAM MEALS (COMIDA AL VAPOR) y ajusta el tiempo y la temperatura según el tipo de alimento con proteínas.

ALIMENTO CON PROTEÍNAS	TIEMPO Y TEMPERATURA PARA GRATINAR
Filetes de pollo empanados	200 °C durante 5–9 min formación de vapor: hasta 20 min
Tofu extrafirme	200 °C durante 3–6 min formación de vapor: hasta 20 min
Filetes de cerdo	200 °C durante 5–9 min formación de vapor: hasta 20 min
Filetes de solomillo	200 °C durante 5–9 min formación de vapor: hasta 20 min
Champiñones portobello	200 °C durante 3–6 min formación de vapor: hasta 20 min
Pinchos de gambas	200 °C durante 3–6 min formación de vapor: hasta 20 min

¿Quieres cocinar menos pasta? Usa la mitad de la salsa con 250 g de pasta: **Salsa de tomate:** tarro de 700 g de salsa marinara, 480 ml de caldo **Salsa Alfredo:** 65 ml de vino blanco para cocinar, 240 ml de caldo de pollo, 240 ml leche entera, tarro de 450 g de salsa Alfredo, 100 g de queso parmesano rallado (mézclalo para espesar la salsa cuando el plato esté terminado)

* Para preparar trozos de carne más gruesos, baja la temperatura a 190 °C y añade 2-3 minutos de cocción. Ten en cuenta que, si haces esto, el resto de los ingredientes corren el riesgo de pasarse, por eso recomendamos que uses la carne con el grosor indicado.

Cocción perfecta gracias al sensor digital de cocción

Guia Ninja® para cocinar ternera

Todos tenemos un concepto distinto de los niveles de cocción de la carne.

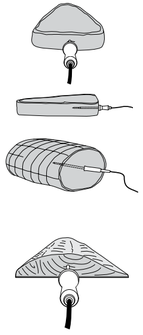
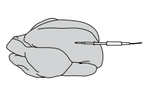
Esta guía te muestra lo que puedes esperar de cada uno de nuestros ajustes de cocción de ternera predefinidos.

El sensor se puede usar para todas las funciones, excepto en el modo Yogurt, Prove (fermentar), Sear/Saute (sellar/saltear) y Dehydrate (deshidratar).

Vuelve a poner el tapón en el enchufe de la tapa después de cada uso.

Cómo colocar el sensor

Una vez que hayas seleccionado la función de cocción, la temperatura de cocción, el tipo de proteína y cómo quieres que se cocine, **introduce el sensor digital de cocción en la parte más gruesa de tu proteína** mientras la parrilla de interior se está precalentando.

TIPO DE ALIMENTO	COLOCACIÓN	CORRECTA	INCORRECTA
Filetes **Chuletas de cerdo** **Chuletas de cordero** **Pechugas de pollo** **Hamburguesas** **Solomillos** **Filetes de pescado**	• Inserta el sensor horizontalmente en el centro de la parte más gruesa de la carne. • Asegúrate de que la punta del sensor se inserta exactamente en el centro de la carne, sin inclinarse hacia el fondo o la parte superior. • Asegúrate de que el sensor está cerca del hueso (pero sin tocarlo) y lejos de la grasa o el cartílago. NOTA: *Puede que la parte más gruesa de la carne no sea el centro. Es importante que la punta del sensor toque la parte más gruesa para obtener los resultados deseados.*		
Pollo entero	• Inserta el sensor horizontalmente en la parte más gruesa de la pechuga, en paralelo al hueso, pero sin tocarlo. • Asegúrate de que la punta llega al centro de la parte más gruesa de la pechuga sin atravesarla totalmente hasta llegar a la cavidad.		

NO uses el sensor para proteínas congeladas, cortes de carne de menos de 1,5 cm de grosor, ni para carne con hueso como muslos de pollo o costillas.

Encontrarás más información sobre el uso del sensor digital de cocción en el folleto de instrucciones.

Cómo cocinar con el sensor incorporado

El sensor digital de cocción Foodi® continuará controlando la temperatura a lo largo del proceso de cocción, a diferencia de un sensor típico de lectura instantánea.

PASO 1 Instalación

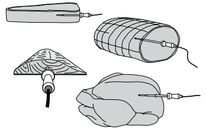
- Extrae el sensor del compartimento de almacenamiento situado en el lado derecho de la unidad. Desenrolla el cable.
- Retira el tapón del enchufe que hay dentro de la tapa, en la parte inferior derecha.
- Introduce el cable del sensor en el enchufe.

PASO 2 Conectar el sensor

- Retira el tapón del enchufe que hay dentro de la tapa en la parte inferior derecha y ponlo en el compartimento para almacenar el sensor; así no se perderá.
- Introduce el cable del sensor en el enchufe.

PASO 3 Colocación del sensor

- Inserta el sensor en la carne o el pescado según las indicaciones de la página 10.



PASO 4 Añadir ingredientes

- Coloca el alimento con el sensor en el interior de la unidad y cierra la tapa.

PASO 5 Selección de la función de cocción

- Mueve el botón deslizable al modo Pressure (presión), Combi-Steam (vapor combinado) o AIR FRY/COOKER (freír con aire/cocinar).
- Gira el selector a la función de cocción que quieras.

NOTA: Cuando uses el sensor con la función Pressure (presión), selecciona siempre la liberación de presión en el modo QUICK RELEASE para que el alimento no se pase.

PASO 6 Programación del sensor

- Pulsa el botón PRESET.
- Usa las flechas de la derecha para seleccionar la carne o el pescado que vas a cocinar.
- Usa las flechas de la izquierda para seleccionar el resultado que quieres.
- Pulsa el botón START/STOP (iniciar/detener) para comenzar la cocción.

Cómo usar el sensor para cocinar de diversas maneras

MISMAS FUENTES DE PROTEÍNA Y DEL MISMO TAMAÑO CON DIFERENTES RESULTADOS

1. Ajusta la función Preset al nivel más alto de resultado deseado.
2. Inserta el sensor en el trozo para el que deseas un nivel de resultado más alto.
3. Cuando se alcance el nivel de resultado más bajo, saca de la unidad la pieza en la que está colocado el sensor. Usa guantes de horno para meter el sensor en la otra pieza.
4. Repite los pasos 1 y 2 con la segunda pieza.

MISMOS TIPOS DE PROTEÍNA DE DIFERENTE TAMAÑO

1. Ajusta la función Preset (Valores predefinidos) al nivel de resultado deseado para el alimento más pequeño.
2. Inserta el sensor en el alimento más pequeño. A continuación, consulta los pasos 5 y 6 de la página siguiente.
3. Como el sensor está caliente, usa guantes para meterlo en la pieza más grande. A continuación, usa las flechas a la izquierda de la pantalla para seleccionar el nivel del resultado.

MÁS DE DOS TIPOS DE PROTEÍNA DISTINTOS

1. Inserta el sensor en el alimento con el nivel de resultado deseado más bajo.
2. Utiliza la función Manual para elegir la temperatura interna deseada (consulta las instrucciones).
3. Como el sensor está caliente, usa guantes para introducirlo en la otra pieza. A continuación, usa la función Manual para elegir la temperatura interna que quieras.

PASO 7 Continuación de la cocción y reposo

- Tras cocinar en la unidad, es importante dejar que el alimento se siga cociendo con el calor restante y dejarlo reposar en un plato durante 3-5 minutos.
- Este tipo de cocción se produce porque los alimentos retienen el calor y se siguen cocinando después de sacarlos de la fuente de calor. Dejarlos reposar ayuda a que los alimentos retengan los jugos naturales.
- ¿Sabías que...? La carne se sigue cocinando cuando la retiras de la SmartLid.Para evitar que se cocine demasiado, la unidad pitará antes de que la carne alcance el resultado deseado, ya que tiene en cuenta la cocción con el calor residual.

NOTA: **Si no dejas que los alimentos se sigan cocinando con el calor residual y cortas la cocción de forma inmediata, podrías obtener un resultado por debajo del nivel deseado.**

PASO 8 Volver a colocar el tapón

- Cuando la unidad se haya enfriado, vuelve a colocar el tapón en el interior de la tapa en la parte inferior derecha.

NOTE: Cuando el sensor no se esté usando, hay que colocar el tapón. Si no, aparecerá un mensaje de error en la pantalla con las palabras ADD CAP (poner tapón).

Cinco claves para preparar la masa perfecta

MEDIDAS EXACTAS

Es importante que las medidas y las proporciones sean lo más exactas posible.

TEMPERATURA

La temperatura es un factor fundamental a la hora de preparar una masa. Cuando la receta indica que los ingredientes líquidos tienen que estar a una temperatura concreta, hay que seguir esas indicaciones.

La mejor temperatura para los ingredientes líquidos suele ser 32-38 °C. Esta temperatura es ideal para que la levadura se disuelva, se multiplique y active el proceso para que la masa suba perfectamente.

HUMEDAD

El exceso de agua puede hacer que la masa quede demasiado húmeda, y si le falta, puede quedar una masa demasiado seca.

Si la masa tiene demasiada agua, prueba a añadir cucharadas de harina de una en una y mezclarla hasta que no quede tan blanda.

Si la masa está demasiado seca, prueba a añadir cucharadas de agua de una en una y mezclarla hasta que la masa quede más suave y blanda.

La función Steam Bread (pan al vapor) resulta más rápida, retiene la humedad y produce un color y una corteza perfectos. Hornear pan y dulces es una ciencia. Por eso, en el mundo de la panadería profesional llaman fórmula a la receta.

TEXTURA

La textura de la masa puede variar dependiendo de la receta. Una receta puede indicar que la masa es suave y flexible, firme y dura, o húmeda y pegajosa.

Da igual el tipo de masa que indique la receta, la textura debe ser siempre lisa y homogénea (a menos que la receta indique lo contrario).

Tienes que poder ver que todos los ingredientes se hayan incorporado correctamente.

A la hora de retirar la masa del recipiente, no se debe pegar ningún ingrediente a las superficies.

FERMENTACIÓN

Con respecto a la fermentación, existen un par de trucos para comprobar si la masa ha fermentado del todo. El más fiable es el de tocar la masa con el dedo.

FERMENTACIÓN PERFECTA

Si tocas una masa que haya fermentado perfectamente con el dedo, la marca que hagas debe conservar la forma y desaparecer poco a poco, hasta recuperar su estructura inicial. Si necesita más tiempo de fermentación, la masa recuperará la forma de inmediato y no conservará el hueco que haya formado tu dedo.

Además de la prueba del dedo, también puedes comprobar si ha fermentado bien comparando el tamaño de la masa, que debería ser el doble una vez finalizado.

Tabla del programa Steam Air Fry

Freír con aire al vapor es una manera estupenda de conseguir un resultado crujiente por fuera y jugoso por dentro. Antes de meter la comida y el accesorio en la unidad, asegúrate de añadir agua en la base de la olla de cocción. Es importante que se forme el vapor para conseguir ese resultado delicioso que buscas. No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

NOTA: El vapor se formará al cabo de entre 8 y 15 min aproximadamente.

Usa estas tablas como guía y modifica los tiempos de cocción según sea necesario si la cantidad de comida varía.

INGREDIENTE	CANTIDAD	PREPARACIÓN	ACEITE *opcional*	AGUA	ACCESORIO	TEMP.	TIEMPO DE COCCIÓN
VERDURAS							
Remolacha	1 kg	Pelada, cortada en dados de 1,25 cm	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	20 min
Brócoli	400 g	Entero, sin el tallo	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	210 °C	15–20 min
Coles de Bruselas	1 kg	Cortadas a la mitad, sin los extremos	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	230 °C	15-20min
Calabaza	1 kg	Cortada a la mitad, sin semillas	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	190 °C	22-25 min
Zanahorias	1 kg	Peladas, cortadas en rodajas de 1,25 cm	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	22–28 min
Chirivía	500 g	Cortada en piezas de 2,5 cm	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	15-20 min
Patatas, King Edward, Maris Piper o Russet	1 kg	Cortadas en cuñas de 2,5 cm	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	230 °C	18-22 min
	500 g	Patatas cortadas a mano para freír, poner 30 min de remojo en agua fría y luego secar suavemente	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	20 min
	4 (800 g)	Enteras	Pinceladas de aceite	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	30-35 min
	1 kg	Cortadas en cubos de 2,5 cm	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	20 min
Boniatos	1 kg	Cortadas en cubos de 2,5 cm	1 cucharada	125 ml	Cesta Cook & Crisp	200 °C	20 min
CARNE DE AVES							
Pechugas de pollo	2 (175 g cada una)	Ninguna	Pinceladas de aceite	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	190 °C	15-20 min
Pechugas de pollo, empanadas	2 (160 g cada una)	Ninguna	Ninguna	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	200 °C	18–20 min
Muslos de pollo	1 kg	Ninguna	2 cucharadas	125 ml	Cesta Cook & Crisp	210 °C	25-30 min
Muslos de pollo (con hueso)	1 kg	Ninguna	Pinceladas de aceite	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	200 °C	20 min
Muslos de pollo (Deshuesados)	4 (100-125 g cada una)	Ninguna	2 cucharadas	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	190 °C	15-16 min
Alas de pollo	500 g	Ninguna	2 cucharadas	125 ml	Cesta Cook & Crisp	230 °C	15 min
CERDO Y CORDERO							
Chuletas de cerdo	2 cortes gruesos, con hueso (250 g cada una)	Con hueso	Pinceladas de aceite	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	190 °C	15-20 min
Chuletas de cerdo	4 deshuesados (100–125 g cada una)	Con hueso	Pinceladas de aceite	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	190 °C	20-25 min
Filetes de cordero	2 (300 g)	Ninguna	Pinceladas de aceite	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	190 °C	10 min

Tabla del programa Steam Air Fry (freír con aire al vapor), continuación

NOTA: El vapor se formará al cabo de entre 8 y 15 min aproximadamente.

Usa estas tablas como guía y modifica los tiempos de cocción según sea necesario si la cantidad de comida varía.

INGREDIENTE	CANTIDAD	PREPARACIÓN	ACEITE *opcional*	AGUA	ACCESORIO	TEMP.	TIEMPO DE COCCIÓN
PESCADO							
Bacalao	4 (150 g cada uno)	Pinceladas de aceite	1 cucharada	125 ml	Rejilla reversible en posición superior	225 °C	9-12 min
Salmón	4 (150 g cada uno)	Pinceladas de aceite	1 cucharada	65 ml	Rejilla reversible en posición superior	225 °C	7-10 min
Vieiras	500 g	Pinceladas de aceite	1 cucharada	65 ml	Rejilla reversible en posición superior	200 °C	4-6 min
CARNE DE AVE CONGELADA							
Pechugas de pollo	4 (175 g cada una)	Ninguna	Pinceladas de aceite	250 ml	Rejilla reversible en posición superior	200 °C	15-20 min
Muslos de pollo	1 kg	Ninguna	Pinceladas de aceite	125 ml	Cesta Cook & Crisp	180 °C	20-25 min
Muslos de pollo con hueso	1 kg	Ninguna	Pinceladas de aceite	125 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	200 °C	20-22 min
Alas de pollo	500 g	Ninguna	2 cucharadas	125 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	230 °C	15 min
TERNERA CONGELADA							
Filetes	2 (225 g cada uno)	Ninguna	2 cucharadas	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	180 °C	22-28 min
PESCADO CONGELADO							
Bacalao	4 (140 g cada uno)	Pinceladas de aceite	1 cucharada	125 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	225 °C	10-15 min
Salmón	4 (120 g cada uno)	Pinceladas de aceite	1 cucharada	65 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	225 °C	7-10 min
CERDO CONGELADO							
Chuletas de cerdo con hueso	2 (250 g cada una)	Ninguna	2 cucharadas	125 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	190 °C	23-28 min
Salchichas	344 g	Ninguna	1 cucharada	125 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	190 °C	12-14 min

Tabla del programa Steam Air Fry (freír con aire al vapor), continuación

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

Usa las tablas como guía y ajusta los tiempos de cocción según sea necesario si la cantidad de alimentos varía o, para no andar adivinando, usa el sensor digital de cocción y selecciona las opciones predefinidas.

INGREDIENTE	CANTIDAD	PREPARACIÓN	ACEITE	AGUA	ACCESORIO	TEMP.	TIEMPO DE COCCIÓN
CARNE DE AVE FRESCA							
Pollo entero	2-2.5 kg	Atado	Pinceladas de aceite	250 ml	Cesta Cook & Crisp	180 °C	45-55 min
Pechuga de pavo	1.4-2.4 kg	Ninguna	Pinceladas de aceite	250 ml	Cesta Cook & Crisp	180 °C	45-55 min
CARNE DE VACUNO FRESCA							
Redondo	1.5 kg	Ninguna	2 cucharadas	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	180 °C	45 min para Medium Rare
Costillar	1.5 kg	Ninguna	2 cucharadas	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	180 °C	25-30 min para Medium Rare
CARNE DE CERDO FRESCA							
Lomo de cerdo	800 g	Ninguna	2 cucharadas	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	180 °C	35-40 min
Solomillo de cerdo	350-500 g	Ninguna	Pinceladas de aceite	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	180 °C	14-19 min
CARNE DE CORDERO FRESCA							
Pierna de cordero	1.5 kg	Ninguna	2 cucharadas	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	180 °C	37-40 min

Tabla TenderCrisp

ALIMENTO	CANTIDAD	ACCESORIO	AGUA	COCINADO A PRESIÓN	LIBERACIÓN DE LA PRESIÓN	TAPA PARA GRATINAR
Pollo entero	1 pollo (2–2.5 kg)	Cesta Cook & Crisp	250 ml	Alto durante 20 min	Después de la liberación rápida, mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER (freír con aire/cocción) y abre la tapa. Seca la carne con papel de cocina, pincela con aceite o salsa y salpimienta al gusto. Cierra la tapa para continuar la cocción como se indica.	Freír con aire @ 200 °C for 15–20 min
Costillas de cerdo	1 rejilla, cortada en cuartos	Cesta Cook & Crisp	250 ml	Alto durante 21 min		Freír con aire @ 200 °C for 10–15 min
Jamón	1 jamón (1.3 kg)	Cesta Cook & Crisp	250 ml	Alto durante 50 min		Freír con aire @ 200 °C for 10–15 min
Paleta de cordero	1 paleta (1.1 kg)	Cesta Cook & Crisp	250 ml	Alto durante 30 min		Freír con aire @ 200 °C for 15-20 min
Paleta de cerdo	1 paleta (2 kg)	Cesta Cook & Crisp	250 ml	Alto durante 50 min		Freír con aire @ 200 °C for 15-20 min

Tabla de cocción a presión

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

CONSEJO: Usa agua caliente en la cocción a presión para ahorrar iempo.

INGREDIENTE	CANTIDAD	PREPARACIÓN	AGUA	ACCESORIO	PRESIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	LIBERACIÓN
CARNE DE AVES							
Pechugas de pollo (congeladas)	6 pequeñas o 4 grandes (cerca de 1 kg)	Deshuesadas	250 ml	N/D	Alta	8–10 min	Rápida
Pechugas de pollo (congeladas)	1 kg	Deshuesadas	250 ml	N/D	Alta	25 min	Rápida
Muslos de pollo	1 kg	Con hueso/con piel	250 ml	N/D	Alta	18-20 min	Rápida
	600 g	Deshuesados	250 ml	N/D	Alta	14-16 min	Rápida
Pechuga de pavo	1 (3-4 kg)	Con hueso	250 ml	N/D	Alta	40–50 min	Rápida
CARNE PICADA							
Carne picada de ternera, cerdo o pavo	500g-1 kg	Ninguna	250 ml	N/D	Alta	5 min	Rápida
COSTILLAS							
Costillas de cerdo	1.25kg-1.75 kg	Cortadas en tercios	250 ml	N/D	Alta	20 min	Rápida
ASADOS							
Falda de ternera	1.5kg-2 kg	Entera	250 ml	N/D	Alta	50-90 min	Rápida
Redondo de ternera deshuesado	1.5kg-2 kg	Entero	250 ml	N/D	Alta	60 min	Rápida
Paleta de cerdo deshuesada	2 kg	Sazonada	250 ml	N/D	Alta	50-60 min	Rápida
Filete de cerdo	2 (350-500 g cada una)	Sazonado	250 ml	N/D	Alta	3–4 min	Rápida
CARNE PARA GUISADO							
Costillas de ternera deshuesadas	1.5 kg	Enteras	250 ml	N/D	Alta	25 min	Rápida
Pierna de cordero deshuesada	1.5 kg	Cortada en trozos de 2,5 cm	250 ml	N/D	Alta	30 min	Rápida
Paleta de cerdo deshuesada	1.5 kg	Cortada en trozos de 2,5 cm	250 ml	N/D	Alta	30 min	Rápida
Bistec a la brasa	1.5 kg	Cortado en trozos de 2,5 cm	250 ml	N/D	Alta	25 min	Rápida
Jarretes de cordero	1.9 kg	Enteros	250 ml	N/D	Alta	35 min	Rápida
HUEVOS DUROS							
Huevos†	1–12 huevos	Ninguna	250 ml	N/D	Alta	4 min	Rápida

†Retira inmediatamente cuando haya terminado y ponlos en agua fría.

Tabla de cocción a presión, continuación

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

INGREDIENTE	CANTIDAD	INSTRUCCIONES	AGUA	ACCESORIO	PRESIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	LIBERACIÓN
VERDURAS							
Remolacha	6 pequeñas o 4 grandes (cerca de 1 kg)	Bien enjuagadas, puntas y extremos recortados; enfriar y pelar después de la cocción	250 ml	N/D	Alta	15–20 min	Rápida
Brócoli	400 g	Cortado en ramilletes de 2,5-5 cm, sin tallo	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	Baja	1 min	Rápida
Coles de Bruselas	500 g	Cortadas en mitades	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	Baja	1 min	Rápida
Calabaza (cortada en cubos para guarnición o ensalada)	500-750 g	Pelada, cortada en trozos de 2,5 cm, sin semillas	250 ml	N/D	Baja	2 min	Rápida
Calabaza (para papilla, puré o sopa)	600 g	Pelada, cortada en trozos de 2,5 cm, sin semillas	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	Alta	5 min	Rápida
Col (estofada)	500 g	Cortada por la mitad, sin corazón, cortada en tiras de 1,25 cm	250 ml	N/D	Baja	3 min	Rápida
Col (gratinada)	500 g	Cortada por la mitad, sin corazón, cortada en tiras de 1,25 cm	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	Baja	2 min	Rápida
Zanahorias	500 g	Peladas, cortadas en trozos de 1,25 cm	250 ml	N/D	Alta	1-2 min	Rápida
Coliflor	600 g	Cortada en ramilletes de 2,5-5 cm, sin tallo	250 ml	N/D	Baja	1 min	Rápida
Judías verdes	375 g	Enteras	250 ml	Rejilla reversible en la posición inferior	Baja	0 min*	Rápida
Hojas de col rizada/verde	200 g	Sin tallos, hojas picadas	250 ml	N/D	Baja	3 min	Rápida
Patatas, rojas (cortadas en cubos para guarnición o ensalada)	1 kg	Lavadas, cortadas en cubos de 2,5 cm	250 ml	N/D	Alta	2 min	Rápida
Patatas, rojas (para puré)	1 kg	Patatas enteras, lavadas y cortadas en mitades	250 ml	N/D	Alta	18-22 min	Rápida
Patatas, blancas (cortadas en cubos para guarnición o ensalada)	1 kg	Peladas, cortadas en cubos de 2,5 cm	250 ml	N/D	Alta	1 min	Rápida
Patatas, blancas (para puré)	1 kg	Peladas, cortadas en rodajas de 2,5 cm de grosor	250 ml	N/D	Alta	7 min	Rápida
Boniatos (cortados en cubos para guarnición o ensalada)	500 g	Peladas, cortadas en cubos de 2,5 cm	250 ml	N/D	Alta	1 min	Rápida
Boniatos (para puré)	500 g	Peladas, cortadas en rodajas de 2,5 cm de grosor	250 ml	N/D	Alta	7 min	Rápida
VERDURAS DE DOBLE TAMAÑO							
Brócoli	800 g	Cortado en ramilletes de 2,5-5 cm, sin tallo	250 ml	Rejilla de dos niveles	Baja	1 min	Rápida
Coles de Bruselas	1 kg	Cortadas en mitades, sin tallo	250 ml	Rejilla de dos niveles	Baja	3 min	Rápida
Calabaza	1.4 kg	Pelada, cortada en trozos de 2,5 cm	250 ml	Rejilla de dos niveles	Alta	2 min	Rápida
Col	750g	Cortada por la mitad, sin corazón	250ml	Rejilla de dos niveles	Baja	5 min	Rápida
Judías verdes	700g	Enteras	250ml	Rejilla de dos niveles	Baja	0 min*	Rápida

* El tiempo de presurización de la unidad es suficiente para cocinar este alimento.

Tabla de cocción a presión, continuación

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

INGREDIENTE	CANTIDAD	AGUA	PRESIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	LIBERACIÓN
LEGUMBRES					
Todas las legumbres, excepto las lentejas, deben ponerse en remojo entre 8 y 24 horas antes de cocinarlas.					
Alubias blancas	200 g	1 L	Baja	4 min	Retardada (10 min)
Garbanzos	200 g	1 L	Baja	3 min	Retardada (10 min)
Lentejas (verdes o pardinas)	500 g	1.5 L	Baja	5 min	Retardada (10 min)
Esta sección no requiere poner las alubias en remojo.					
Frijoles	500 g	3.8 L	Alta	22 min	Retardada (10 min)
Alubias carillas	200 g	1.5 L	Alta	15 min	Retardada (10 min)
Alubias blancas	200 g	1.5 L	Alta	40 min	Retardada (10 min)
Alubias pintas	200 g	1.5 L	Alta	15 min	Retardada (10 min)
Garbanzos	200 g	1.5 L	Alta	40 min	Retardada (10 min)
Alubias manteca	200 g	1.5 L	Alta	25 min	Retardada (10 min)

Tabla de cocción a presión, continuación

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

INGREDIENTE	CANTIDAD	AGUA	PRESIÓN	TIEMPO DE COCCIÓN	LIBERACIÓN
CEREALES					
Arroz Arborio*	200 g	500 ml	Alta	3 min	Retardada (10 min)
Arroz basmati	200 g	250 ml	Alta	2 min	Retardada (10 min)
Arroz integral, de grano corto, medio o largo	200 g	310 ml	Alta	7 min	Retardada (10 min)
Farro	200 g	500 ml	Alta	10 min	Retardada (10 min)
Arroz jazmín	200 g	250 ml	Alta	2 min	Retardada (10 min)
Kamut	200 g	500 ml	Alta	30 min	Retardada (10 min)
Mijo	200 g	500 ml	Alta	6 min	Retardada (10 min)
Cebada perlada	200 g	500 ml	Alta	22 min	Retardada (10 min)
Quinoa	200 g	375 ml	Alta	2 min	Retardada (10 min)
Quinoa, roja	200 g	375 ml	Alta	2 min	Retardada (10 min)
Espelta	200 g	625 ml	Alta	25 min	Retardada (10 min)
Avena cortada al acero*	200 g	750 ml	Alta	11 min	Retardada (10 min)
Arroz para sushi	200 g	310 ml	Alta	2-3 min	Retardada (10 min)
Arroz blanco, grano largo	200 g	250 ml	Alta	2 min	Retardada (10 min)

*Después de liberar la presión, remueve de 30 segundos a 1 minuto y luego deja reposar durante 5 minutos.

Tabla de cocción para freír con aire

para la cesta Cook & Crisp

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

INGREDIENTE	CANTIDAD	PREPARACIÓN	ACEITE	TEMP.	TIEMPO DE COCCIÓN
VERDURAS					
Espárragos	1 manojo (250 g)	Cortados por la mitad, tallos recortados	2 cucharaditas	200 °C	7-8 min
Pimientos morrones	4 (750 g)	Enteros	Nada	200 °C	18-20 min
Coliflor	1 cabeza (400 g)	Cortada en ramilletes de 2,5-5 cm	2 cucharadas	200 °C	12-14 min
Maíz en mazorca	4 mazorcas (1 kg)	Mazorcas enteras, sin cáscara	1 cucharada	200 °C	12–15 min
Calabacín	500 g	Cortado en cuartos a lo largo, y luego en trozos de 2,5 cm	1 cucharada	200 °C	11-12 min
Judías verdes	350 g	Cortadas	1 cucharada	200 °C	7–10 min
Col rizada (para chips)	400 g	Cortada en trozos, sin tallos	Nada	150 °C	8–12 min
Champiñones	300 g	Enjuagados, cortados en cuartos	1 cucharada	200 °C	7–8 min
Patatas, blancas	750 g	Cortadas en cuñas de 2,5 cm	1 cucharada	200 °C	20–25 min
	500 g	Chips cortados a mano*, finos	1/2–3 cucharadas	200 °C	18-22 min
	500 g	Chips cortados a mano*, gruesos	1/2–3 cucharadas	200 °C	20-22 min
Boniatos	1 kg	Cortados en trozos de 2,5 cm	1 cucharada	200 °C	14-16 min

* Después de cortar las patatas, deja los cortes crudos en remojo en agua fría durante al menos 30 minutos para eliminar el almidón. Seca las rodajas sin frotar. Cuanto más secas estén las rodajas, mejores serán los resultados.

CONSEJO Para obtener los mejores resultados, comprueba el progreso durante la cocción y agita la cesta o revuelve los ingredientes con unas pinzas con punta de silicona con frecuencia. Retira los alimentos inmediatamente después de completarse el tiempo de cocción y de alcanzarse el nivel de gratinado deseado. Recomendamos utilizar un termómetro instantáneo para controlar la temperatura interna de las proteínas.

Tabla de cocción para freír con aire

para la cesta Cook & Crisp, continuación

CONSEJO Antes de utilizar la función Air Fry, deja que la unidad se precaliente durante 5 minutos como un horno convencional.

INGREDIENTE	CANTIDAD	PREPARACIÓN	ACEITE	TEMP.	TIEMPO DE COCCIÓN
TERNERA					
Hamburguesas	4 (115 g cada una)	2,5 cm de grosor	Nada	190 °C	10 min
Filetes	2 (225 g cada uno)	Nada	Nada	200 °C	8-12 min
CERDO Y CORDERO					
Beicon	6 lonchas, (200 g)	Coloca las lonchas de manera uniforme sobre el borde de la cesta	Nada	170 °C	10 min
Filete de jamón	1 (225 g)	Entero	Nada	200 °C	10-12 min
Filetes de cerdo	2 (350-500 g cada uno)	Enteros	Pincelado de aceite	190 °C	25–35 min
Salchichas	8 (450 g)	Nada	Nada	200 °C	7-8 min
PESCADO Y MARISCOS					
Pasteles de pescado	2 (150 g cada uno)	Nada	Nada	200 °C	8-10 min
Langostinos	16 de tamaño grande	Crudos, enteros, pelados, con cola	1 cucharada	200 °C	7–10 min
ALIMENTOS CONGELADOS					
Aros de cebolla	300 g	Nada	Nada	200 °C	10-12 min
Nuggets de pollo	380 g	Nada	Nada	200 °C	10 12 min
Filetes de pescado (rebozados)	440 g	Nada	Nada	200 °C	14 min
Palitos de pescado	10 (280 g)	Nada	Nada	200 °C	9-10 min
Patatas a lo pobre con cebolla	8 (360 g)	Nada	Nada	200 °C	14 min
Palitos de mozzarella	360 g	Nada	Nada	200 °C	6-7 min
Hamburguesas vegetarianas	6 (270 g)	Nada	Nada	200 °C	14 min
Salchichas vegetarianas	6 (270 g)	Nada	Nada	200 °C	7-8 min
PATATAS FRITAS CONGELADAS					
Patatas fritas finas	500 g	Nada	Nada	200 °C	14 min
Patatas fritas gruesas	500 g	Nada	Nada	200 °C	17 min
Patatas fritas onduladas	500 g	Nada	Nada	200 °C	16 min
Chips	500 g	Nada	Nada	180 °C	14 min
Patatas gritas gourmet	700 g	Nada	Nada	200 °C	18-20 min
Patatas gajo	650 g	Nada	Nada	200 °C	15 min
Patatas fritas con piel	500 g	Nada	Nada	200 °C	16-17 min

RECETA PARA ARRANCAR

Patatas gajo crujientes con romero y parmesano

V 4

PREPARACIÓN: 2 MINUTOS | **REMOJO:** 30 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 26 MINUTOS
VAPOR: 10 MINUTOS | **COCCIÓN:** 16 MINUTOS

INGREDIENTES

750 g de patatas Maris Piper o King Edward con piel, cortadas en gajos gruesos de 2,5 cm, agua para remojar
1-2 cucharadas de aceite
125 ml de agua
2 cucharaditas de semolina, opcional
1 cucharadita de sal marina
30 g de queso parmesano rallado o su equivalente vegetariano
2 cucharaditas de romero, picado finamente
2 dientes de ajo picados
Nata agria y cebollino picado para servir

INSTRUCCIONES

1 Coloca las patatas en un recipiente grande, cúbrelo con agua y déjalas en remojo durante 30 minutos para eliminar el exceso de almidón. Escúrrelas y sécalas.

2 En un recipiente limpio, mezcla las patatas con el aceite, la semolina y la sal. Añade 125 ml de agua en la parte inferior de la olla. Coloca las patatas en la cesta Cook & Crisp™ y métela en la olla.

3 Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición del modo COMBI-STEAM.

4 Selecciona STEAM AIR FRY, ajusta la temperatura a 230 °C y el tiempo a 16 minutos. Selecciona START/STOP para empezar a cocinar (primero cocinará al vapor durante 10 minutos aproximadamente antes de cambiar a STEAM AIR FRY).

5 Mezcla el parmesano, el romero y el ajo. Cuando hayan pasado 9 minutos, abre la tapa, espolvorea la mezcla de parmesano, remueve las patatas gajo para que se cubran bien y vuelve a cerrar la tapa. Al cabo de 4 minutos, abre la tapa y remueve las patatas. Cierra la tapa hasta terminar la cocción.

6 Cuando estén listas, retira con cuidado la cesta Cook & Crisp™ y pasa las patatas a una fuente. Echa un poco de nata agria y cebollino por encima.

No te olvides de añadir agua o caldo para crear el vapor que favorecerá la cocción.

NOTA: Si prefieres los gajos más crujientes, selecciona AIR FRY con una temperatura a 210 °C, durante 5 minutos. Pulsa el botón START/STOP para comenzar la cocción.
Comprueba cuando termine si están bien doradas. La unidad parará automáticamente cuando abras la tapa.

ROAST BEEF CON PATATAS ASADAS

4

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 53 MINUTOS PARA PREPARAR LA CARNE AL PUNTO*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

700 g de redondo de ternera

2 cucharadas de aceite de oliva, separadas

Sal y pimienta negra recién molida

1 cucharadita de mostaza en polvo

250 ml de caldo de ternera

500 g de patatas blancas

INSTRUCCIONES

1. Pincela la carne con una cucharada de aceite, salpimiéntala y espolvorea mostaza en polvo, si te gusta. Coloca la carne en la cesta Cook & Crisp. Pela las patatas y córtalas en trozos del mismo tamaño. Cúbrelas con lo que queda de aceite y echa sal. Colócalas alrededor de la carne en la cesta Cook & Crisp. Vierte el caldo de ternera en la olla y coloca la cesta Cook & Crisp encima.
2. Inserta el sensor en el centro de la parte más gruesa de la carne (consulta las instrucciones sobre cómo colocar el sensor en la página 10). Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
3. Selecciona STEAM AIR FRY. Selecciona PRESET y elige el programa BEEF. Usa las flechas a la izquierda de la pantalla para ajustar el resultado que quieras. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 8 minutos antes de cambiar a STEAM AIR FRY).
4. Cuando haya terminado la cocción y haya salido el vapor, mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER y, con cuidado, abre la tapa. Saca la carne y déjala reposar cubierta con un trozo de papel de aluminio.
5. Si quieres que las patatas queden más crujientes, dales la vuelta y pincélalas con aceite. Selecciona AIR FRY, ajusta la temperatura a 200 °C y el tiempo a 10 minutos. Pulsa el botón START/STOP para comenzar la cocción. Comprueba cuando termine si están bien doradas.

CONSEJO:
El caldo y el jugo de la carne en la olla se pueden usar para hacer una salsa.

BŒUF BOURGUIGNON

4

PREPARACIÓN: 20 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 6 HORAS Y 15 MINUTOS*

INGREDIENTES

800 g de ternera de guisar, cortada en dados de 3 cm

2 cucharadas de harina

Sal y pimienta

3 cucharadas de aceite de oliva, separadas

180-200 g de panceta

400 g de cebollas chalota

2 dientes de ajo machacados

2 cucharadas de tomate triturado

500 ml de vino tinto de calidad

200 ml de caldo de ternera

1 bouquet garni

2 hojas de laurel

100 g de champiñones comunes

INSTRUCCIONES

1. Coloca la carne, la harina y las especias en una bolsa de plástico, séllala y agítala hasta que la carne esté bien cubierta por la harina. Selecciona SEAR/SAUTÉ y ajusta la temperatura al 4. Selecciona START/STOP para precalentar la unidad unos minutos. Añade 2 cucharadas de aceite a la olla.
2. Sacude el exceso de harina y añade la mitad de la carne a la olla para dorarla por todos los lados. Retira la carne con una espumadera y repite el proceso con el resto de la carne. Puede llevarte unos minutos.
3. Añade el resto del aceite a la olla y vierte los trozos de panceta y las cebollas. Sofríelos unos minutos, añade el ajo y continúa unos minutos más. Añade el tomate triturado, el vino, el caldo, el bouquet garni y las hojas de laurel. Vuelve a meter la carne y el jugo en la olla y asegúrate de que queda bien cubierta con el líquido. Selecciona START/STOP para apagar el modo SEAR/SAUTÉ. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER. Gira la válvula de liberación de presión hasta la posición VENT.
4. Selecciona SLOW COOK, ajusta la temperatura a HIGH y el tiempo a 6 horas. Selecciona START/STOP para comenzar.
5. Pasadas 2 horas, añade los champiñones.
6. Comprueba que la carne esté hecha y jugosa pasadas 5 horas, y si no lo está, añade otra hora.
7. Cuando esté lista, retira la olla, saca las hojas de laurel y el bouquet garni y sirve el guiso caliente.

CONSEJO:
Si quieres, puedes añadir fideuà. Añade 150 g y selecciona el modo SEAR/SAUTÉ con la temperatura al 3. Selecciona START/STOP y cocina durante 8-10 minutos o hasta que la pasta esté hecha.

LASAÑA EN OLLA

4

PREPARACIÓN: 15 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 36 MINUTOS*
LIBERACIÓN DE LA PRESIÓN: RÁPIDA
* Incluido el tiempo de formación de presión

INGREDIENTES

2 cucharadas de aceite de oliva

500 g de carne picada

1 cebolla mediana, picada

2 ramas de apio cortadas en dados (opcional)

1 zanahoria cortada en dados de 1 cm

2 dientes de ajo picados

4 cucharadas de tomate triturado

2 latas de 400 g de tomate troceado

1 cucharadita de mezcla de hierbas secas o de hierbas italianas

1 hoja de laurel

250 ml de vino tinto

350 ml de caldo de ternera

Sal y pimienta recién molida al gusto

250 g de láminas de lasaña frescas

250 g de queso ricotta

1 huevo

100 g de mozzarella rallada

50 g de queso parmesano rallado

INSTRUCCIONES

1. Mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER. Selecciona SEAR/SAUTÉ y ajusta la olla al 5. Selecciona START/STOP para comenzar. Añade el aceite de oliva a la olla y deja que se caliente durante 4 minutos.
2. Añade la carne picada y sofríela durante unos minutos hasta que se dore. Asegúrate de que la carne quede bien desmenuzada y suelta.
3. Remueve varias veces antes de añadir la cebolla, el apio, la zanahoria y el ajo. Baja la intensidad al 3 y sofríe durante 5 minutos.
4. Incorpora el tomate triturado, los tomates troceados, las especias, el vino y el caldo, y salpimenta al gusto. Apaga la unidad.
5. Coloca por capas las láminas de lasaña hundiéndolas en la salsa.
6. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición PRESSURE. Selecciona PRESSURE y ajusta a HIGH. Ajusta el tiempo a 15 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de presión está en la posición SEAL. Usa el selector para seleccionar PRESSURE RELEASE y selecciona QUICK RELEASE. A continuación, pulsa START/STOP para que empiece a cocinar (la unidad formará presión durante unos 8 minutos antes de que empiece la cocción).
7. Cuando la unidad haya terminado de liberar la presión, abre con cuidado la tapa.
8. Mezcla el queso ricotta y el huevo, y extiende la mezcla por la parte superior de la lasaña. Espolvorea los quesos por encima. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a su posición. Selecciona AIR FRY, ajusta la temperatura a 200 °C y el tiempo a 5 minutos. Selecciona START/STOP para comenzar.
9. Cuando esté lista, retira la olla de la unidad y sírvela caliente con verduras frescas.

POLLO ASADO AL LIMÓN Y HIERBAS CON PATATAS CON AJO E HINOJO

4

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 61 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

1 limón sin cera

3 tallos de tomillo fresco, por separado

3 tallos de romero, por separado

1 pollo de 1,6 kg

25 g de mantequilla en pomada

2 dientes de ajo picados

750 g de patatas baby

1 cabeza de hinojo

3 dientes de ajo, en rodajas

350 ml de caldo de pollo o de verduras

Sal y pimienta recién molida al gusto

INSTRUCCIONES

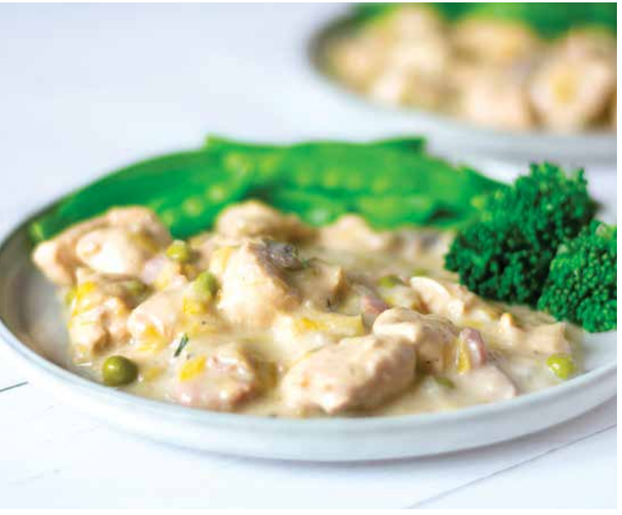
1. Exprime un limón y ralla la cáscara. Mete la ralladura del limón con una ramita de romero y tomillo en la cavidad del pollo. Ata las patas del pollo con hilo de cocina.
2. Arranca las hojas de los tallos de las hierbas aromáticas y mezcla la mitad con mantequilla y ajo. Unta la piel del pollo con mantequilla.
3. Corta las patatas a lo largo en cuartos para hacer gajos. Corta el hinojo en tiras. Mételo en la olla de cocción con las patatas, lo que queda de las hierbas aromáticas y el ajo. Cúbrelo todo con caldo. Salpimienta al gusto.
4. Coloca la rejilla superior sobre las verduras y coloca el pollo encima. Espolvorea la ralladura del limón, añade 2 cucharadas del zumo de limón y salpimienta al gusto. Inserta el sensor en el centro de la parte más gruesa del pollo (consulta las instrucciones sobre cómo colocar el sensor en la página 10).
5. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM. Selecciona STEAM AIR FRY, la función PRESET y el ajuste CHICKEN. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 11 minutos antes de cambiar a STEAM AIR FRY).
6. Cuando esté listo, saca el pollo de la olla, cúbrelo con un trozo de papel de aluminio y déjalo reposar 10-15 minutos. Saca la rejilla.
7. Reduce el caldo con las patatas; mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER, selecciona SEAR/SAUTÉ y ponlo en la temperatura Hi-5. Deja que el caldo se reduzca durante 5-10 minutos, hasta que espese.
8. Sirve el pollo con verduras y patatas.

CONSEJO:
Si quieres las patatas más doradas, fríelas con aire después durante unos minutos para que queden crujientes.

NOTA:
El pollo tardará unos 40 minutos en hacerse. Si tarda menos tiempo, vuelve a insertar el sensor.

FRICASÉ DE POLLO

4-6



PREPARACIÓN: 20 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 24 MINUTOS*
LIBERACIÓN DE PRESIÓN: RÁPIDA
* Incluido el tiempo de formación de presión

INGREDIENTES

25 g de mantequilla sin sal

1 cebolla mediana, en dados

400 g de puerros, en rodajas

2 lonchas de beicon, en tiras

2 dientes de ajo picados

1 cucharada de mostaza de Dijon

800 g de pechugas de pollo sin hueso, cortadas en dados de 2,5 cm

100 g de champiñones, en rodajas

400 ml de caldo de pollo

250 ml de sidra seca

1 ramita de tomillo fresco, picada muy fina

1 hoja de laurel

½ cucharadita de sal

½ cucharadita de pimienta negra

100 g de guisantes congelados

125 g de crème fraîche

50 g de harina de trigo

INSTRUCCIONES

1. Mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER. Selecciona SEAR/SAUTÉ y ponlo al 4. Selecciona START/STOP para comenzar. Calienta la olla durante 2 minutos y añade la mantequilla.
2. Cuando se haya fundido, añade la cebolla, el puerro, el beicon, el ajo y saltéalo durante 5 minutos. Remueve de vez en cuando.
3. Incorpora la mostaza, el pollo, los champiñones, el caldo, la sidra, el tomillo, el laurel y salpimienta al gusto.
4. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición PRESSURE. Selecciona PRESSURE y ajusta a HIGH. Ajusta el tiempo a 6 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de presión está en la posición SEAL. Selecciona PRESSURE RELEASE y QUICK RELEASE. A continuación, pulsa START/STOP para que empiece a cocinar (la unidad formará presión durante unos 6 minutos antes de que empiece la cocción).
5. Cuando la unidad haya terminado de liberar la presión, retira con cuidado la tapa. Retira la ramita de tomillo y la hoja de laurel.
6. Mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER. Selecciona SEAR/SAUTÉ y ponlo al 3. Selecciona START/STOP para comenzar. Añade el resto de los ingredientes a la olla, excepto la pasta y la leche. Remueve hasta que la salsa se espese y burbujee, unos 5 minutos.
7. Cuando esté lista, retira la olla de la unidad y sírvelo con verduras frescas.

CORDON BLEU DE POLLO CON JUDÍAS VERDES Y PURÉ DE PATATA

4

PREPARACIÓN: 15 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 25 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

NIVEL 1

1 kg de patatas, cortadas en dados de 2 cm

300 ml de agua

150 ml de leche

50 g de mantequilla, en dados

1 cucharadita de sal

NIVEL 2

200 g de judías verdes finas

NIVEL 3

4 pechugas de pollo (150 g cada una)

4 lonchas de jamón ahumado

60 g de queso gruyère, cortado en rectángulos de 1 cm de grosor x 4 cm de largo

1-2 cucharaditas de mostaza de Dijon

2-4 cucharadas de mayonesa

2-4 cucharadas de pan rallado

Sal y pimienta negra molida al gusto

INSTRUCCIONES

1. Corta las pechugas haciendo una incisión en horizontal sin llegar a separarlas y abriéndolas como un libro. Colócalas entre dos trozos de film transparente. Con un rodillo, golpea el pollo hasta que tenga un grosor de ½ cm. Retira la capa superior de film transparente. Coloca una loncha de jamón ahumado y una de queso, y salpimienta al gusto. Enrolla el extremo del pollo que acaba en punta sobre el queso para que quede dentro. Enrolla el pollo firmemente para que adquiera una buena forma. Clava un palillo para que no pierda la forma. Repite este paso con el resto de las pechugas. Unta el pollo con mostaza de Dijon y una cucharada de mayonesa. Por último, empana cada rollito de pollo con una cucharada de pan rallado. Presiona bien el pan rallado para que cubra bien el pollo.
2. Mete las patatas con agua, leche, mantequilla y sal en la parte inferior de la olla. Remueve todo.
3. Coloca la parte inferior de la rejilla reversible en la posición inferior de la olla. Coloca las judías verdes en el molde multiusos y cúbrelo con la tapa. Colócalo en la parte superior de la rejilla y desliza el nivel superior por las asas de la rejilla reversible. Coloca con cuidado las pechugas de pollo en el nivel superior de la rejilla. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
4. Selecciona STEAM MEALS, ajusta la temperatura a 160 °C y el tiempo a 14 minutos. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 11 minutos antes de cambiar a STEAM MEALS).
5. Cuando haya terminado la cocción, retira con cuidado toda la rejilla con el pollo y las verduras.
6. Machaca las patatas. Sirve el pollo y las judías enseguida.

TAJÍN DE CORDERO CON CUSCÚS

4

PREPARACIÓN: 15 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 68 MINUTOS*
LIBERACIÓN DE PRESIÓN: RÁPIDA
* Incluido el tiempo de formación de presión

INGREDIENTES

2 cucharadas de aceite de oliva

1 cebolla grande, pelada y finamente picada

600-800 g de paletilla de cordero deshuesada, cortada en dados de 2,5 cm

2 dientes de ajo machacados

1 cucharadita de cilantro molido

1 cucharadita de jengibre molido

1 cucharadita de comino molido

1 rama de canela

350 ml caldo de cordero

400 g de tomate troceado en lata

1 ramillete de cilantro fresco, picado y separado en dos mitades

200 g de dátiles, sin hueso

100 g de orejones

2 cucharadas de almendras en mitades

Sal y pimienta negra recién molida

300 g de cuscús

400 ml de caldo de verduras caliente o agua hirviendo

15 g de cilantro picado

INSTRUCCIONES

1. Selecciona SEAR/SAUTÉ y ajusta la temperatura al 4. Selecciona START/STOP, añade el aceite y deja que se caliente durante 2 minutos.
2. Vierte la cebolla picada en la olla de cocción y sofríela 5 minutos hasta que quede blanda y transparente. Añade el ajo y fríelo durante 1 minuto. Retira la cebolla y el ajo de la olla y añade el cordero en dados. Pon la temperatura a Hi-5 y sofríelo durante 5-7 minutos hasta que se dore por todos los lados. Retíralo y repite este paso con el resto del cordero. Vuelve a poner la cebolla y el cordero en la olla, incorpora las especias y salpimienta al gusto.
3. Desglasa la olla con un poco de caldo y rasca hasta que no queden restos de cordero. Ajusta la temperatura a 3. Echa los tomates y el caldo restante.
4. Selecciona START/STOP para apagar el modo SEAR/SAUTÉ. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable hasta la posición PRESSURE, y asegúrate de que la válvula de liberación de presión está en la posición SEAL. Selecciona PRESSURE y HIGH. Ajusta el tiempo a 35 minutos. Usa las flechas a la izquierda de la pantalla para seleccionar PRESSURE RELEASE y selecciona QUICK RELEASE. A continuación, pulsa START/STOP para que empiece a cocinar (la unidad formará presión durante unos 10 minutos antes de que empiece la cocción).
5. Cuando haya terminado la cocción, mueve el botón deslizable a la posición AIRFRY/COOKER. Abre la tapa con cuidado e incorpora la mitad del cilantro picado, los dátiles y los albaricoques. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable hasta la posición PRESSURE, y asegúrate de que la válvula de liberación de presión está en la posición SEAL. Selecciona PRESSURE y HIGH. Ajusta el tiempo a 4 minutos y selecciona START/STOP para comenzar. Usa las flechas a la izquierda de la pantalla para seleccionar PRESSURE RELEASE y selecciona QUICK RELEASE. A continuación, pulsa START/STOP para que empiece a cocinar (la unidad formará presión durante unos 5 minutos antes de que empiece la cocción).
6. Para preparar el cuscús, mételo en un recipiente y añade caldo o agua caliente. Remueve y cúbrelo con un trapo de cocina limpio y déjalo reposar 5 minutos. Separa con un tenedor para desapelmazarlo y echa lo que queda de cilantro y salpimienta al gusto.
7. Cuando haya terminado la cocción, mueve el botón deslizable a la posición AIRFRY/COOKER. Abre la tapa con cuidado, retira la olla y sirve el tajín caliente con cuscús y almendra picada.

FILETES DE CORDERO AL ESTILO MARROQUÍ, BRÓCOLI Y BULGUR

4

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS MÁS 30 MIN PARA EL MARINADO
TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN: 20 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

NIVEL 1

150 g de bulgur

350 ml de caldo de verduras o de pollo

10 g de hojas y tallos de cilantro fresco, picado

1 pimiento rojo, sin semillas y cortado en dados de 1 cm

NIVEL 2

200 g de brócoli

NIVEL 3

4 filetes de cordero (150 g cada uno)

ADOBO

1 cucharada de aceite

2 cucharaditas de mezcla de especias Ras el hanout

Sal y pimienta negra molida al gusto

INSTRUCCIONES

1. Prepara el adobo para los filetes de cordero; en un plato poco profundo, mezcla todos los ingredientes. Añade los filetes. Déjalo reposar 30 minutos.
2. Lava el bulgur y escúrrelo. Coloca todos los ingredientes del nivel 1 en la parte inferior de la olla y remueve hasta que se mezclen.
3. Coloca la parte inferior de la rejilla reversible en la posición inferior de la olla. Coloca el brócoli en el molde multiusos y cúbrelo con la tapa. Colócalo en la parte superior de la rejilla y desliza el nivel superior por las asas de la rejilla reversible. Coloca con cuidado los filetes de cordero en el nivel superior de la rejilla.
4. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM. Selecciona STEAM MEALS. Pon la temperatura a 180 °C y el tiempo a 12 minutos. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 8 minutos antes de cambiar a STEAM MEALS). Comprueba si ya está listo pasados 10 minutos.
5. Cuando haya terminado la cocción, retira con cuidado toda la rejilla con el cordero y las verduras.
6. Remueve el bulgur y sírvelo con el cordero y el brócoli.

SALMÓN CRUJIENTE, VERDURAS SALTEADAS Y PATATAS BABY

4

PREPARACIÓN: 15 MINUTOS MÁS 10 MIN PARA MARINAR | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 19 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

NIVEL 1

700 g de patatas baby, cortadas a la mitad o en cuartos si son grandes

250 ml de agua

1 cucharadita de sal

NIVEL 2

200 g de zanahorias, cortadas en bastones de 7 x 0,5 cm

2 tallos de apio, cortados en bastones de 7 x 0,5 cm

NIVEL 3

1 lima, cáscara rallada y zumo

1 cucharada de aceite de semillas de sésamo

1 cucharada de salsa de soja

2 cm de jengibre, rallado

Una pizca de escamas de chile rojo

1 cucharadita de azúcar

4 filetes de salmón (130 g cada uno)

20 g de pan rallado

Sal y pimienta negra molida al gusto

INSTRUCCIONES

1. En un plato poco profundo, mezcla la ralladura y el zumo de lima, el aceite, la salsa de soja, el jengibre, el chile y el azúcar. Remueve hasta mezclar bien. Añade el salmón y muévelo hasta que esté bien cubierto. Déjalo marinar 10 minutos. Retira el salmón (reserva el adobo) y empana los filetes con pan rallado. Presiona ligeramente los filetes para que queden bien empanados. Salpimienta al gusto.
2. Mete las patatas con agua y sal en la parte inferior de la olla. Remueve todo.
3. Coloca el nivel inferior de la rejilla reversible en la posición inferior.
4. Coloca las zanahorias, el apio y el adobo del pescado en el molde multiusos y cúbrelo con la tapa. Colócalo en la parte superior de la rejilla y desliza el nivel superior por las asas de la rejilla reversible. Coloca con cuidado el salmón en el nivel superior de la rejilla.
5. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM. Selecciona STEAM MEALS, ajusta la temperatura a 170 °C y el tiempo a 8 minutos. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 11 minutos antes de cambiar a STEAM MEALS).
6. Cuando haya terminado la cocción, retira con cuidado toda la rejilla con el salmón y las verduras.
7. Escurre las patatas y sírvelas con el salmón y las verduras.

RATATOUILLE

V 4

PREPARACIÓN: 20 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 31 MINUTOS*
LIBERACIÓN DE PRESIÓN: RÁPIDA
* Incluido el tiempo de formación de presión

INGREDIENTES

1 cebolla grande, cortada en dados

3 dientes de ajo, picados

300 g de berenjena, en dados

1 pimiento rojo pequeño, sin pepitas y cortado en dados

1 pimiento verde pequeño, sin pepitas y cortado en dados

1 pimiento amarillo pequeño, sin pepitas y cortado en dados

500 g de calabacín, en dados

2 latas de 400 g de tomate troceado

300 ml de agua

2 cucharaditas de mezcla de hierbas secas

Sal y pimienta negra recién molida

Hojas de albahaca fresca picadas para adornar

INSTRUCCIONES

1. Selecciona SEAR/SAUTÉ, ponlo al 3 y pulsa START. Añade el aceite a la olla y dejar que se caliente unos 2 minutos.
2. Coloca la cebolla picada en la olla de cocción y sofríela 4-5 minutos hasta que quede blanda y transparente. Añade el ajo y continúa 2 minutos más antes de añadir la berenjena, el pimiento y el calabacín en dados. Ponlo al 4 y cocina durante 5 minutos antes de añadir los tomates picados, el agua, las especias, la sal y la pimienta.
3. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable hasta la posición PRESSURE, y asegúrate de que la válvula de liberación de presión está en la posición SEAL. Selecciona PRESSURE y ajusta a HIGH. Ajusta el tiempo a 5 minutos. Usa las flechas a la izquierda de la pantalla para seleccionar PRESSURE RELEASE y selecciona QUICK RELEASE. A continuación, pulsa START/STOP para que empiece a cocinar (la unidad formará presión durante unos 12 minutos antes de que empiece la cocción).
4. Sírvelo caliente adornado con unas hojas de albahaca fresca.

CONSEJO
Si hay mucho líquido, se puede reducir cociendo durante unos minutos en el modo SEAR/SAUTÉ.

VERDURAS ASADAS

V 4

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 23 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

650 g de verduras variadas (remolacha, zanahorias, chirivías, boniatos o patatas)

1-2 cucharadas de aceite

1 cucharada de hojas de tomillo fresco

Sal marina, al gusto

250 ml de agua

INSTRUCCIONES

1. Pela las verduras y córtalas en trozos de 3-4 cm.
2. En un recipiente, añade las verduras, el aceite, las hojas de tomillo y la sal. Remuévelo todo para que las verduras queden bien cubiertas de aceite. Coloca la mezcla en la cesta Cook & Crisp.
3. Añade agua en la parte inferior de la olla. Coloca la cesta Cook & Crisp encima. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
4. Selecciona STEAM AIR FRY, ajusta la temperatura a 200 °C y el tiempo a 15 minutos. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 8 minutos antes de cambiar a STEAM AIR FRY).
5. Comprueba el estado de las verduras pasados 13 minutos para ver si están en el punto que quieres. Cuando haya terminado la cocción, retira con cuidado la cesta Cook & Crisp y sirve las verduras calientes.

PATATAS GRATINADAS CON BEICON

V 4

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 39 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

25 g de mantequilla

1 cebolla mediana, en dados

190 g de tacos de panceta o beicon picado en trocitos

1 kg de patatas, peladas y cortadas en rodajas

1 diente de ajo picado

Sal y pimienta al gusto

450 ml de caldo de verduras o de pollo

100 g de queso gruyère rallado

INSTRUCCIONES

1. Mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER. Selecciona SEAR/SAUTÉ y ponlo al 4. Selecciona START/STOP para comenzar. Añade mantequilla a la olla y deja que se caliente durante 2 minutos.
2. Añade la cebolla y los tacos de beicon para que se frían y se doren unos minutos. A continuación, retíralos de la olla. Apaga la unidad. Deja que se enfríe unos minutos.
3. Coloca las patatas en la olla con capas de cebolla, beicon, ajo y sal y pimienta al gusto.
4. Por encima, echa el caldo y termina con una capa de queso gruyère rallado.
5. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM. Selecciona STEAM AIR FRY, ajusta la temperatura a 180 °C y el tiempo a 20 minutos. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 11 minutos antes de cambiar a STEAM AIR FRY).
6. Cuando termine el gratinado, retira la olla de la unidad y sírvelo inmediatamente.

BRIOCHE

V 8-10

PREPARACIÓN: 40 MINUTOS MÁS 1 HORA Y 40 MINUTOS DE FERMENTACIÓN
TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN: 27 MINUTOS* | **CANTIDAD:** 1 PAN*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

375 g de harina de trigo de fuerza

5 g de levadura instantánea

40 g de azúcar

5 g de sal

90 ml de leche entera tibia

3 huevos grandes

150 g de mantequilla con sal, en dados y blanda

250 ml de agua

Mantequilla para engrasar el molde

1 yema de huevo batida con 1 cucharada de agua, para el glaseado de huevo

INSTRUCCIONES

1. En una mezcladora, mezcla la harina, la levadura, el azúcar, la sal, la leche y los 3 huevos. Amasa a velocidad baja hasta que se forme una masa lisa. Sube la velocidad a media y amasa durante 8-10 minutos.
2. Poco a poco, ve añadiendo la mantequilla ablandada en dados a velocidad media, trocito a trocito, hasta incorporar toda la mantequilla. Esto te llevará unos 5 minutos. Raspa los laterales del recipiente para que toda la mantequilla quede bien incorporada. La masa resultante debería ser muy blanda.
3. Cubre el recipiente y déjalo una noche en el frigorífico o durante 8-10 horas hasta que la masa esté firme.
4. Divide la masa en 7 trozos iguales. Forma una bola con cada uno. La masa es pegajosa y puede que necesites algo de harina para formar las bolas.
5. Unta la cesta Cook & Crisp con mantequilla, para que no se pegue. Corta papel para hornear en forma de círculo para cubrir la base de la cesta Cook & Crisp. Coloca los 6 bollitos hasta cubrir toda la cesta Cook & Crisp y uno en el medio. Añade 250 ml de agua a la olla. Mete la cesta en la olla. Cierra la tapa. Mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER.
6. Selecciona PROVE, ajusta la temperatura a 35 °C y el tiempo a 1 hora y 40 minutos. Presiona el botón START/STOP para que empiece el levado. Pasada 1 hora y 40 minutos, comprueba que la masa haya doblado su tamaño. Con ayuda de un pincel, cubre la capa superior del brioche con huevo batido. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
7. Selecciona STEAM BREAD, ajusta la temperatura a 160 °C y el tiempo a 12 minutos. Selecciona START/STOP para empezar a cocinar (se formará vapor durante 15 minutos aproximadamente antes de cambiar a STEAM BREAD).
8. Cuando haya terminado, la parte superior del brioche debería estar crujiente y dorada. Con cuidado, retira la cesta Cook & Crisp de la olla. Deja el brioche enfriar durante unos 30 minutos antes de cortarlo en rodajas.

PAN BLANCO

V 8-10

PREPARACIÓN: 15 MINUTOS MÁS 1 HORA Y 50 MINUTOS DE FERMENTACIÓN
TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN: 35 MINUTOS* | **CANTIDAD:** 1 PAN*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

500 g de harina de fuerza, más 2 cucharadas adicionales

7 g de levadura instantánea

300 ml de agua tibia

1 cucharadita de sal

2½ cucharadas de aceite de oliva

250 ml de agua

Mantequilla para engrasar el molde

INSTRUCCIONES

1. En un recipiente grande, mezcla la harina, la levadura, 300 ml de agua tibia, sal y aceite de oliva. Amasa hasta que se forme una masa lisa. Si fuera necesario, puedes añadir más harina, media cucharada cada vez. Forma una bola con la masa.
2. Corta papel para hornear en forma de círculo para cubrir la base de la cesta Cook & Crisp. Coloca la masa en la cesta Cook & Crisp. Mete la cesta en la olla. Cierra la tapa. Mueve el botón deslizable a la posición AIR FRY/COOKER. Selecciona PROVE, ajusta la temperatura a 35 °C y el tiempo a 60 minutos. Presiona el botón START/STOP para empezar el primer levado. Cuando haya terminado de levar, retira la cesta Cook & Crisp.
3. Añade 250 ml de agua a la olla. Desinfla la masa presionando ligeramente con los dedos y vuelve a formar una bola. Pasa la masa de nuevo a la cesta Cook & Crisp y mete la cesta en la olla. Cierra la tapa.
4. Selecciona PROVE, ajusta la temperatura a 35 °C y el tiempo a 50 minutos. Presiona el botón START/STOP para que empiece el segundo levado. Pasados 50 minutos, comprueba que la masa haya doblado su tamaño. Cuando esté lista, cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
5. Selecciona STEAM BREAD, ajusta la temperatura a 180 °C y el tiempo a 20 minutos. Selecciona START/STOP para empezar a cocinar (se formará vapor durante 15 minutos aproximadamente antes de cambiar a STEAM BREAD).
6. Cuando haya terminado, la parte superior del pan debería estar crujiente y dorada. Con cuidado, retira la cesta Cook & Crisp de la olla. Deja el pan enfriar durante unos 30 minutos antes de cortarlo en rodajas.

TARTA DE ZANAHORIA

V 8

PREPARACIÓN: 15 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 1 HORA Y 5 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

300 g de harina de trigo

15 g de levadura en polvo

1 cucharadita de canela

½ cucharadita de nuez moscada

¼ cucharadita de cardamomo

250 g de azúcar

125 ml de aceite de girasol

3 huevos

250 g de zanahorias, ralladas finamente

50 g de pistachos tostados, picados

50 g de nueces, picadas

Ralladura de 1 naranja

PARA LA COBERTURA

300 g de crema de queso, a temperatura ambiente

50 g de mantequilla en pomada

100 g de azúcar glas

ADICIONAL

Espray de cocina o aceite para engrasar el molde

Nueces en mitades para decorar

INSTRUCCIONES

1. Vierte 700 ml de agua tibia en la olla. Con el espray o el aceite, engrasa el fondo del molde multiusos y espolvorea un poco de harina. Cubre la base con papel de horno.
2. En un recipiente, mezcla la harina, la levadura en polvo y las especias. Mezcla bien y reserva.
3. En un recipiente grande, añade el azúcar, el aceite y los huevos, y bátelo todo. A continuación, añade la mezcla de harina poco a poco hasta que se integre. Incorpora las zanahorias, las nueces y la ralladura de naranja hasta que se mezcle bien. Vierte la masa en el molde que dejaste preparado.
4. Coloca el molde en la rejilla reversible en la posición inferior y, a continuación, coloca la rejilla en la olla. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
5. Selecciona STEAM BAKE, ajusta la temperatura a 160 °C y el tiempo a 45 minutos. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 20 minutos antes de cambiar a STEAM BAKE).
6. Cuando termine, comprueba que la tarta esté hecha pinchándola con un palillo en el medio. Si sale limpio, retira la rejilla de la olla y déjala enfriar al menos 1 hora. Si el palillo no sale limpio, continúa la cocción hasta que salga limpio.
7. Mientras se enfría la tarta, en un recipiente grande, añade la crema de queso, la mantequilla y el azúcar, y bátelo bien hasta que adquiera una consistencia cremosa y suave.
8. Cuando la tarta esté fría, córtala en horizontal, como un sándwich, y rellénala con un tercio de la cobertura. Extiende el resto como cobertura en la parte superior y decora la tarta con nueces o zanahoria rallada.

TARTA DE QUESO VASCA

V 8-10

PREPARACIÓN: 10 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 50 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

Mantequilla para engrasar el molde

600 g de crema de queso, a temperatura ambiente

175 g de azúcar

3 huevos grandes, a temperatura ambiente

300 ml de nata para montar, a temperatura ambiente

1 cucharada de harina, tamizada

400 ml de agua

INSTRUCCIONES

1. Con un poco de mantequilla en pomada, engrasa el molde multiusos. Cubre la base con un trozo de papel de horno, de modo que sobresalga unos centímetros del borde. Presiona el papel en el molde.
2. En un recipiente grande o en una mezcladora, bate el queso con el azúcar hasta que quede una mezcla homogénea. Añade los huevos uno a uno sin dejar de batir, asegurándote de que se incorporan bien. A continuación, incorpora la nata y la harina.
3. Vierte la mezcla en el molde que has preparado previamente.
4. Añade agua a la olla de cocción. Coloca el nivel superior de la rejilla reversible en la olla dada la vuelta para que quede más alta. Coloca la tarta encima, cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM. Selecciona STEAM BAKE, programa 30 minutos y la temperatura a 150 °C. Pulsa START/STOP para comenzar (se formará vapor durante los primeros 20 minutos antes de cambiar a STEAM BAKE).
5. La textura seguirá siendo bastante blanda tras hornearla y el sensor debería marcar unos 65 °C.
6. Deja que se enfríe en el molde (puede que se hunda un poco). Métela en el frigorífico antes de servirla.

CONSEJO:
Corta la tarta de queso con un cuchillo humedecido para que los trozos queden más limpios.

TARTA DE QUESO DE VAINILLA (V) CON SALSA DE FRUTOS ROJOS

8-10

PREPARACIÓN: 35 MINUTOS | **TIEMPO TOTAL DE COCCIÓN:** 55 MINUTOS*
* Incluido el tiempo de formación de vapor

INGREDIENTES

BASE DE GALLETA

80 g de galletas digestive picadas

65 g de mantequilla sin sal, fundida

2 cucharadas de azúcar granulado

⅛ cucharadita de sal

Ralladura de 1 naranja

RELLENO

900 g de crema de queso, a temperatura ambiente

175 g de azúcar granulado

100 g de crema agria

2 cucharaditas de extracto de vainilla

3 huevos

SALSA DE FRUTOS ROJOS

145 ml de agua

450 g de mezcla de frutos rojos congelados

45 g de azúcar granulado

ADICIONAL

Frutos rojos frescos y hojas de menta para decorar (opcional)

INSTRUCCIONES

1. En un recipiente grande, añade los ingredientes para preparar la base y mézclalos hasta que queden bien integrados. Pasa la mezcla al molde multiusos y presiónala para crear una capa uniforme en la base del molde.
2. En un recipiente grande, añade la crema de queso, la crema agria, el azúcar y bátelo todo hasta que tenga una consistencia homogénea. Añade los huevos y la vainilla, y sigue batiendo hasta integrarlo todo bien. Si usas una mezcladora o una batidora de mano, usa la velocidad media para que los huevos no se recalienten. Vierte la mezcla sobre la base de galleta.
3. Añade los ingredientes de la salsa de frutos rojos en la olla y remuévelos para que se integren.
4. Coloca el molde en la rejilla reversible en la posición inferior y, a continuación, coloca la rejilla en la olla. Cierra la tapa y mueve el botón deslizable a la posición COMBI-STEAM.
5. Selecciona STEAM BAKE, ajusta la temperatura a 120 °C y el tiempo a 35 minutos. Selecciona START/STOP para empezar a cocinar (se formará vapor durante 20 minutos aproximadamente antes de cambiar a STEAM BAKE).
6. Cuando haya terminado la cocción, la tarta de queso estará blanda en el centro. Retira la rejilla y el molde y deja enfriar durante 30 minutos. Mete la tarta de queso en el frigorífico durante unas 2 horas antes de servirla para que adquiera una textura firme.
7. Saca la tarta de queso del frigorífico, córtala con un cuchillo humedecido y sírvela con la salsa de frutos rojos.

NOTAS

NOTAS

NOTAS

FOODI y NINJA son marcas registradas de SharkNinja Operating LLC

OL750EU_IG_MP_285x210mm_220330_ES_Mv1