

Kit vapor

— ROBOT MULTIFUNCIÓN —



Manual de instrucciones | **Recetario**

TOPCOOK®

INDICE

Precauciones de seguridad	3
Descripción y partes	3
Instrucciones de uso	4
Limpieza y mantenimiento	5
Posibles problemas y Servicio Técnico	5

Kit vapor

— ROBOT MULTIFUNCIÓN —

TOPCOOK®

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

Por su seguridad, lea detenidamente las instrucciones de este manual. No utilice el producto para funciones distintas a las que se explican en este manual. Consérvelo para futuras consultas.

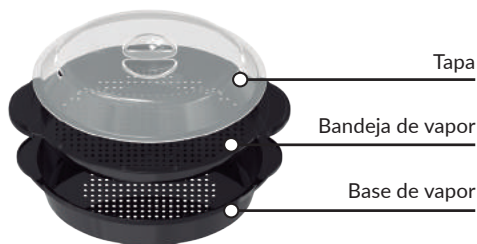
- Este Kit de vapor únicamente puede ser utilizado con el **Robot Multifunción Thermo Professional Topcook®**, de otro modo podría sufrir daños irreparables.
- Antes de utilizar el Kit de vapor, lávelo con agua y detergente suave.
- No utilice productos abrasivos para su limpieza.
- No utilice el accesorio vapor si tiene alguna parte dañada.
- No lo exponga al sol ni a elementos climáticos.
- No utilice el accesorio vapor sobre o cerca de focos de calor como hornos, hornillos o placas vitrocerámicas, de lo contrario podría ser dañado.
- Cuando termine de cocinar con el Kit de vapor, no toque el cuerpo o la base de la jarra, ni la base del robot, ya que estará caliente y podría quemarse.
- Cuando abra la tapa, tenga cuidado de no quemarse con el vapor. No toque la tapa durante el proceso de calentamiento o cocción.
- Mantenga el robot fuera del alcance de los niños.
- Asegúrese de dejar espacio suficiente en la parte superior cuando lo utilice (armarios, elementos suspendidos, etc.).
- Este aparato no está destinado a que lo utilicen personas que tengan reducidas sus facultades físicas, sensoriales o mentales, o que carezcan de la experiencia o conocimientos necesarios (incluyendo niños), salvo que para su seguridad, una persona responsable supervise y dé instrucciones relativas al uso.

DESCRIPCIÓN Y PARTES

Este KIT de VAPOR está diseñado para cocinar con el Robot Thermo Professional Topcook®. Es útil para cocinar distintos tipos de alimentos de forma sana, como verduras, patatas, carnes, pescados, etc. Además le permite cocinar al mismo tiempo en dos niveles distintos alimentos. Perfecto para ahorrar tiempo y energía.

El accesorio de vapor se compone de 3 piezas:

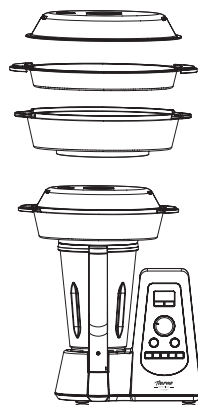
- **Base de vapor:** diseñada para cocinar verduras o alimentos blandos.
- **Bandeja de vapor:** perfecta para cocinar todo tipo de alimentos, especialmente carnes y pescados.
- **Tapa:** elemento imprescindible para cerrar el kit y conseguir una cocción al vapor perfecta y sin escapes.



INSTRUCCIONES DE USO

Para utilizar el Kit de vapor, debe tener instalado correctamente el Robot Thermo Professional Topcook®, tal y como se indica en sus instrucciones. Después coloque el accesorio de vapor tal y como se indica a continuación:

1. Instale el robot Thermo Professional, añada el agua a la jarra y coloque la tapa (sin el vaso medidor).
2. Coloque la base de vapor sobre la tapa del robot, debe quedar centrada en la tapa y dentro de las guías.
3. Coloque la bandeja de vapor sobre la base, superponiendo las asas laterales a las de la base, fíjese que quedan en la posición correcta.
4. En último lugar, ponga la tapa. Este elemento es necesario para la cocción al vapor, siempre debe cocinar con la tapa puesta para que el vapor no se salga.



Consejos para la cocción de alimentos al vapor:

- Puede cocinar en dos niveles al mismo tiempo, repartiendo los alimentos entre la base y la bandeja.
- Si los alimentos necesitan más espacio, puede cocinar sobre la base de vapor con la tapa, sin poner la bandeja.
- Para una cocción uniforme, es recomendable cocinar con 100°C. Si lo desea, también puede seleccionar 120°C.
- Antes de comenzar la cocción, vigile que no hay huecos que pueden provocar escapes de vapor y que los agujeros de la base de vapor no están completamente obstruidos, es decir, que dejan pasar el vapor hacia la bandeja.
- Durante la cocción evite abrir la tapa, se perderá el vapor acumulado y podría afectar a los tiempos de cocción.
- A la hora de cocinar, tenga en cuenta que la bandeja de vapor coge más fuerza durante la cocción, de manera que los alimentos más duros deben cocinarse en ésta y los más blandos en la base de vapor.

Modo de funcionamiento

- Cuando tiene el accesorio de vapor montado al completo y ha introducido todos los ingredientes que quiere cocer, fije el tiempo, la temperatura de cocción al vapor (100°) y sin velocidad y la cocción comenzará automáticamente conforme a estas instrucciones.
- Cuando haya terminado la cocción, abra con cuidado la tapa del vapor. Tenga la precaución de colocar primero la tapa un poco ladeada para que se expulse el vapor y que el agua se vaya enfriando y fluya hacia dentro. Con cuidado retire la tapa y colóquelo encima de una mesa boca abajo.

- Retire la bandeja de vapor con los alimentos y deje que se escurra el agua restante sobre la tapa durante unos segundos.
- Por último retire la base de vapor y vacíe el agua de la jarra restante.

AVISO IMPORTANTE CUANDO UTILICE EL ACCESORIO VAPOR

- No deje en su interior otros accesorios tales como el vaso medidor.
- No deje que los niños se acerquen a la máquina y adviértales de que es peligroso hacerlo.
- Cuando termine de cocinar tenga en cuenta que el vapor está reciente y los alimentos muy calientes, podría quemarse. Vaya retirando con cuidado cada parte del Kit Vapor, deje que primero se expulse ligeramente el calor y el vapor y luego retire completamente dicho accesorio.
- Al retirar los accesorios tenga cuidado que no haya líquido en la base de los recipientes. Podría quemarse.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Antes de utilizar el Kit Vapor por primera vez es preciso limpiarlo cuidadosamente, incluyendo todos los accesorios que estén en contacto con los alimentos.

Puede lavar cada accesorio con un estropajo suave y detergente. No utilice productos abrasivos que puedan dañar el accesorio.

Si no va a utilizar el Kit durante un periodo largo de tiempo, séquelo bien antes y guárdelo en un lugar seco y evite las temperaturas extremas.

POSIBLES PROBLEMAS Y SERVICIO TÉCNICO

- *Sale el vapor por los laterales o por la tapa:* revise que todas las partes del accesorio están instaladas y selladas correctamente, tanto en la tapa del robot como entre las partes del accesorio (base, bandeja y tapa).

GARANTÍA:

Este producto tiene una garantía de 2 años, siempre y cuando se presente la factura, el producto esté en perfecto estado físico y se de un uso adecuado tal y como se indica en las instrucciones y recetario. La garantía cubre los defectos de fabricación en base a la legislación vigente. No cubrirá:

- Ha sido usado fuera de su capacidad o utilidad, maltratado, golpeado, expuesto a la humedad, tratado con algún líquido o sustancia corrosiva, así como por cualquier otra falla atribuible al consumidor.
- Si la incidencia es originada por el desgaste normal de las piezas debido al uso.

En caso de avería o incidencias con el dispositivo contacte con su distribuidor o con el Servicio de Asistencia Técnica oficial:

Fax: 965 286 221 • **e-mail:** sat@calmahogar.com

Entra en

www.topcook.es

• Y DESCUBRE •

≡ más recetas ≡

TOP COOK®

RECETARIO KIT VAPOR PARA ROBOT MULTIFUNCIÓN

GUÍA RÁPIDA: tiempos de cocción	8
--	----------

ENTRANTES

Almejas a la marinera	10
Mejillones al vapor	11
Champiñones rellenos	11
Bolitas variadas con salsa de champiñones	12

GUARNICIONES

Huevos cocidos	14
Huevos escalfados o huevos <i>poché</i>	14
Patatas al vapor	15
Ensalada de pimientos	15
Espinacas al vapor	16
Brócoli al vapor	16
Espárragos al vapor	17
Ensaladilla de verduras	17

PLATOS PRINCIPALES

Pudin de brócoli	18
Calabacines rellenos	19
Rollos de col	20
Sopa de garbanzos con espinacas	21
Merluza en papillote	22
Bacalao aromatizado	22
Dorada a la sal	23
Libritos de pollo, york y queso	23
Pollo con verduras	24
Rollo de carne	25
Solomillo con especias al vapor	26

PLATOS PRINCIPALES

Flan de huevo	27
Peras con corazón de chocolate	27

Alimento	Cantidad (g.)	Minutos	Observaciones
VERDURAS			
Acelgas (hojas)	300	20/25	Tallos en juliana
Alcachofas	300	25/30	Mitades
Apio (troncos)	300	15/18	Juliana
Berenjenas	500	30/40	Rodajas
Brécol	400	12/15	Ramilletes
Calabacines	500	25	Rodajas
Cebollas tiernas	500	15/20	Trozos
Champiñones	500	15/20	Enteros
Col repollo	400	25/30	Hojas
Coles de Bruselas	400	20/22	Enteras
Coliflor	400	20/25	Ramilletes
Endibias	300	10/15	Trozos
Espárragos	300	20/35	Enteros (25-35 min.) Puntas (20-25 min.)
Espinacas	300	12/15	Frescas
Guisantes	300	18/20	Congelados
Guisantes en vaina	500	30/35	Frescos
Habas	500	15/20	Desgranadas
Hinojo	500	30/35	Cuartos
Judías blancas tiernas	500	30/35	Desgranada
Judías verdes	500	25/30	Enteras
Patatas	500	25/30	Cortadas
Pimientos	500	15	Tiras
Puerros	500	25/30	Rodajas
Rábano	500	15/20	Pelados
Tomates	500	15/20	Para pelar 4 minutos
Zanahorias	500	25/30	Juliana

Alimento	Cantidad (g.)	Minutos	Observaciones
FRUTAS			
Albaricoques	300	13/15	Mitades
Ciruelas	300	12/15	Mitades
Frutos rojos	300	12/15	Enteros
Manzanas	400	15/20	Cuartos
Melocotones	400	15/18	Mitades
Peras	500	20/25	Mitades
Plátanos	300	15/20	Trozos
PLATOS PRINCIPALES			
Albóndigas	300	25/30	Tamaño nuez
Cuscús	250	10/12	Pre-cocido
Dorada	500	30/35	Entera
Langostinos	600	25	Con cáscara
Mejillones	600	15	Limpios
Merluza	500	20/25	Fileteada
Pollo	600	25/30	Pechugas enteras
Pollo	800	40/45	Cuartos
Salmón	600	20/25	Rodajas
Emperador	600	20/25	Rodajas



Los tiempos mostrados en esta tabla y en el recetario son aproximados, el resultado de las recetas puede variar en función de la calidad, el tamaño y del tipo de los alimentos. Si una vez terminada la receta el resultado no es el deseado, pruebe a ajustar el tiempo, la temperatura o la velocidad para acabarla a su gusto.

ALMEJAS A LA MARINERA

INGREDIENTES

- 500 g. Almejas
- 100 g. Cebolla
- 1-2 Dientes de ajo
- 1 Cucharadita pan rallado
- 1 Pellizco pimentón
- 50 ml. Vino blanco
- 250 ml. Fumet de pescado o agua con una cucharadita de sal
- 2 Cucharadas de perejil picado (sólo las hojas)
- 50 ml. Aceite de oliva virgen extra
- 1 l. Agua
- 1 Cucharadita de sal



ELABORACIÓN

1. Ponga en la jarra, la cebolla y el ajo. Programe 15 segundos/Vel 5. Con una espátula baje los restos de verduras de la tapa y del interior de la jarra hacia las cuchillas.
2. Añada el aceite y sofría programando 10 minutos/100°/Vel 1.
3. Incorpore el pan rallado, el pimentón y el perejil. Agregue el vino y el fumet y programe 10 minutos/100°/Vel 1. Retire la salsa de la jarra y reserve (mantenga la salsa caliente).
4. Aclare las almejas con agua templada y colóquelas en la base de vapor.
5. Vierta el agua en el interior de la jarra, coloque el accesorio de vapor en su posición con las almejas en su interior y programe 14 minutos/100°.
6. Ponga las almejas en una fuente honda, bañe con la salsa reservada y sirva.

MEJILLONES AL VAPOR

INGREDIENTES

- 1 kg. Mejillones
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Limpie los mejillones y póngalos en la bandeja de vapor. Reserve.
2. Vierta en la jarra el agua y coloque el accesorio de vapor en su sitio. Programe 20 minutos/100°.
3. Compruebe que se han abierto todos los mejillones y si no es así, programe 5 minutos/100°.
4. Saque a una fuente con cuidado de no quemarse y sirva.



CHAMPIÑONES RELLENOS

INGREDIENTES

- 500 g. Champiñones limpios (corte los "rabitos" y reserve algunos)
- 50 g. Jamón serrano picado
- 50 g. Parmesano picado
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Introduzca 1 litro de agua en la jarra y caliente 5 minutos/100°.
2. Mezcle el jamón, los rabitos troceados y el queso. Mientras se calienta el agua, rellene los champiñones con la mezcla.
3. Coloque los champiñones rellenos repartidos en la bandeja de vapor, de manera que queden amplios. Programe 20 minutos/100°.
4. Compruebe que los champiñones están bien hechos, y sino es así programe 5 minutos/100°.



NOTA: dependiendo del tamaño de los champiñones podrá hacerlos en una tanda o varias.

BOLITAS VARIADAS CON SALSA DE CHAMPIÑONES

INGREDIENTES

Masa base

1 Cebolla, cortada en cuartos
½ Manojó de perejil, sólo las hojas
25 g. Mantequilla
200 ml. Leche
250 g. Pan seco, en trozos
2 Huevos
½ Cucharadita de sal
1 Pizca de pimienta
1 Pizca de nuez moscada

Albóndigas variadas

50 g. Champiñones frescos
80 g. Queso parmesano
100 g. Espinacas
600 ml. Agua

Salsa de champiñones

1 Cucharada de harina
1 Pastilla de caldo de verduras
40 g. Mantequilla
250 g. Champiñones frescos, laminados
200 g. Nata
Pimienta
Sal

ELABORACIÓN

Masa básica

1. Vierta la cebolla y el perejil en la jarra y trocee 10 segundos/Vel 3. Baje los ingredientes hacia las cuchillas.
2. Añada la mantequilla y saltee durante 3 minutos/100°/Vel 1.
3. Añada el resto de los ingredientes para la masa, mezcle durante 30 segundos/Vel 5. Vierta en un cuenco.
4. Divida la masa en tres partes (de unos 200 g. cada una) y continúe como se describe a continuación.

Bolitas de champiñones

1. Vierta en la jarra un tercio de la pasta junto con los champiñones. Mezcle 3 segundos/Vel 4. Reserve.

Bolitas de queso

1. Introduzca el queso en la jarra, procure que esté bien seca, y rállelo durante 5 segundos/Vel 6.
2. Añada un tercio de la pasta y mezcle durante 5 segundos/Vel 4. Reserve

Bolitas de espinacas

1. Escorra toda el agua que pueda de las espinacas, póngalas en la jarra y píquelas 25 segundos/Vel 3.
2. Añada el tercio de la pasta y mezcle durante 5 segundos/Vel 4.



Cocinar las bolitas

1. Humedézcase las manos y forme pequeñas bolitas de cada tipo de relleno diferente (de unos 5 cm. de diámetro)
2. Coloque las bolitas repartidas en la bandeja de vapor, previamente engrasada. Si necesario, podrá cocinarlas en varias tandas.
3. Vierta agua en la jarra, coloque los accesorios de vapor en su posición y programe 30 minutos/100°. Reserve el agua de la jarra.

Salsa de champiñones

1. Añada a la jarra: la harina, el agua reservada, la pastilla de caldo de verduras y la mantequilla. Programe 4 minutos/100°/Vel 3.
2. Añada los champiñones y la nata, salpimiente a su gusto, y programe 3 minutos/90°/Vel 1.

Sirva las bolas bañadas en salsa de champiñones, ¡frío o caliente!

HUEVOS COCIDOS

INGREDIENTES

- ½ l. Agua
- 4 Huevos

ELABORACIÓN

1. Vierta el agua en la jarra.
2. Coloque los huevos en la base o bandeja de vapor y colóquelo en la jarra.
3. Programe el tiempo según el resultado que necesite de los huevos a 100°.



Tiempos de cocción según dureza deseada:

- 13 minutos para huevos muy cremosos (yema líquida y clara viscosa)
- 14 minutos para huevos cremosos (yema líquida y clara firme)
- 15 minutos para huevos blandos (yema blanda)
- 16 minutos para huevos duros bastante firmes
- 17 minutos para huevos duros muy firmes

HUEVOS ESCALFADOS O POCHÉ

INGREDIENTES

- Aceite de oliva
- 4 Huevos
- 1 Pellizco de pimienta
- 1 Cucharadita de sal
- 500 ml. Agua

ELABORACIÓN

1. Corte un cuadrado de film transparente, píncelelo con aceite y colóquelo dentro del vaso medidor. Casque el huevo en el vaso medidor, salpimiente y cierre el film transparente con una tirita de film o con una banda elástica, formando un saquito. Haga la misma operación con los otros 3 huevos y colóquelos en la bandeja de vapor.
2. Ponga el agua en la jarra, sitúe el accesorio de vapor en su posición y programe 13 minutos/100°.



Si desea cocinar los huevos junto con otra receta, puede colocarlos en cualquier nivel.

PATATAS AL VAPOR

INGREDIENTES

750 ml. Agua
500 g. Patatas limpias y troceadas
1 Cucharadita de sal

ELABORACIÓN

1. Ponga el agua en la jarra.
2. Coloque las patatas, con la sal en la bandeja de vapor, sitúe el accesorio en su sitio y programe 25 minutos/100°.



Sírvalas solas o acompañadas con alguna salsa como salsa brava, alioli, aceites aromatizados, etc. Consulte recetas de aceites y salsas en el Recetario del robot multifunción Topcook®.

ENSALADA DE PIMIENTOS

INGREDIENTES

500 ml. Agua	100 ml. Aceite de oliva
1 Pellizco de sal	
3 Pimientos variados (rojo, verde, amarillo)	1 Cucharadita de comino
35 ml. Vinagre	½ Cucharadita sal

ELABORACIÓN

1. Ponga el agua y la sal en la jarra y programe 5 minutos/100°.
2. Mientras, limpie los pimientos y córtelos en cuartos longitudinales. Repártalos entre la base y la bandeja y espere a que finalice el tiempo.
3. Coloque el accesorio en su posición y programe 30 minutos/100°.
4. Pele los trozos de pimiento y córtelos longitudinalmente en tiras finas con un cuchillo y reserve en una ensaladera.
5. Retire el agua de la jarra y vierta el aceite, el vinagre, el comino y la sal. Mezcle programando 30 segundos/Vel 6. Vierta el aliño por encima de los pimientos y deje macerar un tiempo antes de servir.



ESPINACAS AL VAPOR

INGREDIENTES

300 g. Hojas de espinacas frescas

1 l. Agua

1 Cucharada de sal

ELABORACIÓN

1. Ponga el agua y la sal en la jarra.
2. Introduzca las espinacas, previamente lavadas, en la base de vapor, coloque la tapa (sin la bandeja de vapor) y colóquelo en su posición. Programe 25 minutos/100°.



BRÓCOLI AL VAPOR

INGREDIENTES

400 g. Brócoli fresco

500 ml. Agua

½ Cucharadita de sal

ELABORACIÓN

1. Vierta el agua y la sal dentro de la jara.
2. Coloque el brócoli dentro de la base o la bandeja de vapor, y póngalo en la posición correcta junto con el resto de partes del accesorio.
3. Programe 30 minutos/100°.



Puede cocinar en la base de vapor con la tapa, sin necesidad de poner la bandeja de vapor.

ESPÁRRAGOS AL VAPOR

INGREDIENTES

- 1 Manojó de espárragos trigueros
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Coloque los espárragos la bandeja de vapor, aunque puede cocinarlo en cualquiera de los dos niveles.
2. Vierta el agua en la jarra y coloque el accesorio de vapor en su posición. Programe 30 minutos/100°.



ENSALADILLA DE VERDURAS

INGREDIENTES

- 750 g. Ensaladilla congelada
- 3 Huevos
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Aclare la ensaladilla bajo el grifo para quitar la escarcha y separar la verdura. Limpie los huevos antes de cocinar.
2. Coloque en la base de vapor la ensaladilla de verduras y los huevos en la bandeja de vapor.
3. Vierta el agua en la jarra y coloque el accesorio de vapor en su posición. Programe 20 minutos/100°.
4. Pele los huevos y añádalos a la ensaladilla, aliñe con sal y aceite.



Añada una lata de atún y mayonesa para hacer ensaladilla rusa. Puede consultar la receta de la mayonesa en el recetario del robot Thermo Professional Topcook®

PUDIN DE BRÓCOLI

INGREDIENTES

400 g. Brócoli fresco
1 l. Agua
4 Huevos
150 ml. Nata para montar
1 Pellizco de pimienta
1 Pizca de nuez moscada
Sal



ELABORACIÓN

1. Vierta 500 ml. de agua y media cucharadita de sal dentro de la jarra, coloque el brócoli dentro de la base de vapor y póngalo en su posición. Programe 30 minutos/100°.
2. Reserve el agua de la jarra y añada el brócoli, junto con los huevos y la nata. Sazone con una cucharadita de sal, la pimienta y la nuez moscada y mezcle durante 1 minuto/Vel 5.
3. Reparta la mezcla en 6-8 moldes de aluminio pequeños engrasados con mantequilla y colóquelos repartidos dentro del accesorio de vapor.
4. Enjuague la jarra, añada el agua restante, y los accesorios en su posición y programe 20 minutos/100°.
5. Desmolde y sirva.

CALABACINES RELLENOS

INGREDIENTES

2 Calabacines pequeños
100 g. Zanahoria
100 g. Cebolla
80 g. Champiñones
1 Pimiento verde pequeño
100 g. Tomate triturado
200 g. Carne picada
2 Dientes de ajo
Bechamel (libro recetas básicas)
Queso rallado para gratinar
1 Hoja de laurel
1 Cucharadita de orégano
50 ml. Aceite
Pimienta y sal



ELABORACIÓN

1. Lave los calabacines y pártalos por la mitad a lo largo. Con una cuchara vacíe la pulpa, dejando como medio centímetro de ésta pegada a la piel para que no se rompan al rellenarlos. Colóquelos boca abajo en la base y en la bandeja de vapor, repartidos entre los dos.
2. Vierta el agua en la jarra, coloque en su posición los accesorios y programe 25 minutos/100°. Finalizado el tiempo retire y reserve sobre una bandeja de horno, con un poquito de sal.
3. Retire el agua de la jarra y añada la pulpa del calabacín, la cebolla, los ajos y el pimiento. Pique 4 segundos/Vel 3.
4. Baje los restos de las paredes y añada el tomate y el aceite programe 8 minutos/100°/Vel 1.
5. Incorpore la carne picada y los condimentos, mezcle unos segundos con una espátula. Programe 20 minutos/100°/Vel 1.
6. Saque la mezcla de la jarra y rellene los calabacines con la carne. Reserve.
7. Precaliente el horno a 180°.
8. Sin lavar la jarra, haga la bechamel siguiendo la receta del libro del robot Thermo Professional Topcook® y cubra con ella los calabacines. Espolvoree con queso rallado y hornee unos 10 minutos. Gratínelos hasta que queden dorados.

Para terminarlo sin horno, colóquelos en el accesorio de vapor y programe 20 minutos/100°.

ROLLOS DE COL

INGREDIENTES

Col rellena

200 g. Arroz bomba
8 Hojas de col
100 g. Cebolla, cortada
en cuartos
500 g. Champiñones
30 g. Mantequilla
1 Cucharadita de sal
1 Pizca de pimienta
1.5 l. Agua

Salsa de boletus

100 g. Queso azul
20 g. Harina
1 Cucharada de nata
100 g. Boletus
Sal



ELABORACIÓN

1. Vierta 800 ml. de agua en la jarra. Coloque las hojas de col dentro de la base de vapor y colóquelo en su posición. Programe 15 minutos/100°. Retire el accesorio de vapor y pase las hojas de col por el grifo con agua fría, reserve el agua.
2. Vierta 700 ml. de agua en la jarra con un poco de sal. Programe 5 minutos/120° (sin velocidad).
3. Cuando el agua está hirviendo, añada el arroz, mezcle con una espátula y programe 18 minutos/100°. Reserve el arroz.
4. Retire el agua de la jarra, introduzca las cebollas y los champiñones y trocee 10 segundos/Vel 2.
5. Añada la mantequilla y programe 3 minutos/100°/Vel 1.
6. Añada la mezcla de verduras al arroz reservado, salpimiente y mezcle bien los ingredientes con una espátula.
7. Reparta la mezcla en las 8 hojas de col, enrolle las hojas en forma de paquete y colóquelas con los extremos sobrepuestos hacia abajo dentro de la base y la bandeja de vapor.
8. Añada el agua reservada a la jarra, coloque el accesorio en su posición y programe 30 minutos/100°. Reserve el caldo de la jarra para la salsa.
9. Mantenga el agua en la jarra, si es necesario añada agua hasta que llegue al ½ litro.
10. Introduzca los boletus, el queso, la harina y la nata. Programe 8 minutos/100°/Vel 2. A continuación, triture 10 segundos/Vel 5.

Sirva la col rellena acompañada de la salsa de boletus.

SOPA DE GARBANZOS CON ESPINACAS

INGREDIENTES

300 g. Hojas de espinacas frescas
120 g. Garbanzos secos
1 l. Agua
1 Cucharada de sal
200 g Cebolla
50 ml. Aceite
200 g. Zanahoria
80 g. Puerro
80 g. Nabo
Pimienta



ELABORACIÓN

1. Ponga el agua en la jarra, las espinacas en la bandeja de vapor y colóquelo en su posición. Programe 25 minutos/100°.
2. Retire y reserve las espinacas y el agua.
3. Introduzca los garbanzos en la jarra. Tritúrelos 1 minuto/Vel progresiva 4-6. Compruebe que han quedado completamente molidos, sino es así muévelos y programe 30 segundos/Vel 6.
4. Incorpore el agua reservada del vapor, la sal, las cebollas, el aceite, las zanahorias, el ajo y los nabos. Programe 25 minutos/100°/Vel 1.
5. Triture 2 min/Vel progresiva 4-6
6. Coloque las espinacas en una sopera, vierta la sopa por encima y salpimíéntela a su gusto.
7. Mezcle la sopa con las espinacas y sirva caliente.

MERLUZA EN PAPILLOTE

INGREDIENTES

- 4 Filetes o rodajas de merluza
- Hiervas provenzales (u otra especie al gusto)
- Un chorrito de aceite, pimienta y sal
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Coloque un filete de merluza sobre un trozo de papel de aluminio y échele las especias y un chorrito de aceite, envuelva bien. Repita con los otros 3 filetes y colóquelos en la bandeja de vapor.
2. Vierta el agua en la jarra y coloque el accesorio en su posición. Programe 25 minutos/100°.



BACALAO AROMATIZADO

INGREDIENTES

- 2-3 Lomos de bacalao (desalado)
- 1 Pimiento verde pequeño
- 6 Dientes de ajo
- 1 Guindilla
- 1-2 Hoja de laurel
- 150 ml. Aceite de oliva virgen extra
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Ponga en la jarra, el aceite, el ajo, el laurel y la guindilla. Programe 10 minutos/100°/Vel 1.
2. Mientras tanto, coloque los lomos de bacalao bien escurridos y con la piel hacia abajo en la bandeja de vapor. Corte el pimiento en tiras y colóquelo sobre el bacalao.
3. Retire el aceite aromatizado de la jarra y reserve.
4. Vierta el agua en la jarra y coloque el accesorio de vapor en su posición. Programe 40 minutos/100°.
5. Coloque los lomos de bacalao escurridos en una fuente y bañe con el aceite reservado.



DORADA A LA SAL

INGREDIENTES

- 1 Dorada (unos 400 g.)
- 2 kg. Sal gorda
- 750 ml. Agua

ELABORACIÓN

1. Ponga el agua en la jarra, coloque la tapa y programe 8 minutos/100°.
2. Mientras tanto, cubra el fondo de la bandeja de vapor con sal gorda. Lave y seque muy bien con papel de cocina la dorada, colóquela entera encima de la sal. A continuación, cúbrala con otro tanto de sal, tapándola totalmente y presionándola con las manos para que la sal se quede compacta.
3. Ponga la bandeja de vapor en su posición y programe 30 minutos/100°/Vel 2.
4. Cuando termine el tiempo, espere unos minutos a que baje la temperatura antes de abrirlo. Invierta la tapadera del vapor, poniendo la base encima y llevándolo así a la mesa.
5. Rompa la sal y con mucho cuidado saque la dorada, retire el resto de sal, quite la piel y saque los cuatro filetes de la dorada.



Rocielos con un chorrito de aceite de oliva extra virgen y unas gotas de limón.

LIBRITOS DE POLLO, YORK Y QUESO

INGREDIENTES

- 8 Filetes finos de pollo
- 4 Lonchas de jamón York
- 4 Lonchas de queso
- 1 l. Agua

ELABORACIÓN

1. Sobre papel film monte los libritos, para ello, coloque un filete de pollo, encima una loncha de jamón york, otra de queso y cubra con otro filete de pollo. Envuélvalo con el papel film y reserve. Repita la operación con el resto de ingredientes.
2. Ponga el agua en la jarra y coloque los libritos repartidos entre la base y la bandeja de vapor. Programe 20 minutos/100°.



POLLO CON VERDURAS

INGREDIENTES

500 g. Pollo (contramuslos deshuesados, sin piel y cortados a dados)

2 Zanahorias

1 Calabacín

Aceite de oliva

500 ml. Agua

2 Patatas medianas cortadas a trozos.

Sal y pimienta

Hierbas provenzales (o hierbas al gusto, como curry, orégano...)



ELABORACIÓN

1. Eche el agua en la jarra.
2. Ponga las patatas y el pollo en la bandeja de vapor y sazone con sal, pimienta, pimentón y las especias, junto con un chorrito de aceite y mezcle bien, para que todos los trozos de pollo se sazone.
3. Trocee el calabacín y la zanahoria, en tiras con un pelador de manera longitudinal y colóquelo en la base de vapor. Coloque el accesorio de vapor en su posición y programe 30 minutos/100°.
4. Cuando acabe el tiempo programado retire con cuidado y abra la tapa (siempre abrir hacia el lado opuesto a la cara para evitar quemaduras). Saque el pollo y las verduras y colóquelo en una bandeja, si lo desea puede echar un poco de aceite y sal a las verduras.

ROLLO DE CARNE RELLENO

INGREDIENTES

- 500 g. aprox. Pechuga de pollo (filetes finos)
- 100 g. Jamón serrano
- 100 g. Jamón York
- 140 g. Beicon en lonchas finas
- 100 g. Queso de barra
- 50 g. Ciruelas pasas
- 1 Pellizco de sal
- 1 Pellizco de pimienta



ELABORACIÓN

1. Coloque todas las pechugas salpimentadas sobre papel film transparente, formando una base.
2. Cubra las pechugas con una capa de jamón serrano, otra de jamón York, y, por último, una de queso. Enróllelas como un brazo de gitano y justo antes de cerrarlas, añada las ciruelas pasas.
3. Coloque las lonchas de beicon en el extremo a modo de extensión para que al enrollarse cubra todo el rollo. Enrolle las pechugas hasta que queden bien envueltas con las lonchas de beicon.
4. Envuelva el rollo en film transparente, bien apretado, y colóquelos dentro de la bandeja de vapor. Programe 40 minutos/100°.

Puede acompañarlo con Salsa de queso, del recetario del robot Thermo Professional Topcook®

SOLOMILLO CON ESPECIAS AL VAPOR

INGREDIENTES

2 Solomillos pequeños o uno grande partido en dos

1 Cucharadita de soja o extracto de buey

Hierbas provenzales, romero, u otras especias (al gusto)

Aceite

1 l. Agua

Pimentón dulce

Pimienta

Sal



ELABORACIÓN

1. Ponga en la jarra el agua y el accesorio de vapor y caliente 7 minutos/100°.
2. Mientras se calienta el agua, introduzca en papel film, bolsa de horno o papel de aluminio, los solomillos sazonados con salsa de soja, sal, pimienta, pimentón y especias, con un poquito de aceite. Cierre bien los solomillos y colóquelos en la bandeja de vapor y tápelo.
3. Finalizado este tiempo, coloque el accesorio de vapor en su posición y programe 30 minutos/100°.
4. Saque los solomillos con cuidado de no quemarse y sirva cortados en rodajas.

Ideal para acompañar con un aceite aromatizado, podrá encontrar diferentes recetas en el libro del robot Thermo Professional Topcook®.

FLAN DE HUEVO

INGREDIENTES

500 ml. Leche entera	100 g. Caramelo líquido (para el molde)
4 Huevos	
130 g. Azúcar	700 ml. Agua

ELABORACIÓN

1. Ponga en la jarra la leche, los huevos y el azúcar. Mezcle 20 segundos/Vel 5.
2. Caramelice el molde (puede usar flaneras) y vierta la mezcla anterior en él, cierre con la tapa del molde o cubra con papel de aluminio. Ponga en la base de vapor y coloque encima papel de cocina para que absorba el agua del vapor.
3. Vierta el agua en la jarra y sitúe el accesorio, sin la bandeja de vapor, en su posición. Programe 40 minutos/100°. Compruebe que ha quedado cuajado, sino añada 5 minutos más al vapor.
4. Deje enfriar durante 1 hora y luego introdúzcalo otra hora más, como mínimo, en el frigorífico.



PERAS CON CORAZÓN DE CHOCOLATE

INGREDIENTES

- 2 Peras maduras, peladas
- 4 Trozos de chocolate negro
- ½ l. Agua

ELABORACIÓN

1. Corte las peras por la mitad, quíteles el corazón con las semillas y colóquelas en la bandeja de vapor.
2. Ponga un trozo de chocolate en cada una de las mitades.
3. Vierta el agua en la jarra y coloque el accesorio de vapor en su posición. Programe 20 minutos/100°.
4. Deje enfriar antes de servir.



Kit vapor

— ROBOT MULTIFUNCIÓN —

TOP COOK®