

Carne
&
Pescados
06

The Mastermix[®]



Alitas de pollo a la diablo

Elaboración

- Introducimos los ajos pelados y troceados en la jarra de nuestra *Mastermix*, agregamos el aceite y programamos **5 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 4**.
- Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*.
- Echamos el pollo junto con la cayena, el pimentón, el vino, el tomate frito, el agua, la pastilla de caldo y la sal. Programamos **22 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Para finalizar y favorecer la evaporación programamos **3 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 1 (sin cubilete)**.
- Extraemos la jarra del cuerpo principal de la máquina, dejamos reposar unos minutos y servimos.

Ingredientes

8 Dientes de ajo (pelados y troceados)
50 gr. de aceite de oliva
700 gr. de alitas
(limpias y cortadas en dos partes)
1 Cayena
½ Cucharadita de pimentón dulce

100 gr. de vino blanco
150 gr. de tomate frito
200 gr. de agua
1 Pastilla de caldo (concentrado de ave)
Una pizca de sal



INGREDIENTES PARA  PERSONAS

380 cal.
por ración

35
MINUTOS

Mastermix®

Atún con tomate en guarnición

Elaboración

Para el atún:

- Limpiamos y troceamos el atún, sazonomos, salpimentamos con el orégano y la sal, y lo introducimos en el cestillo (previamente engrasado con un poco de aceite). Reservamos.

Para la guarnición:

- Echamos el aceite (45 gr.) junto con la cebolla, y sofreímos en **5 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 4**.
- Agregamos el tomate a la jarra de nuestra *Mastermix* (sin piel y cortado a tacos). En un mortero, majamos un diente de ajo con el comino e incorporamos al tomate, añadimos el agua, el vino, las aceitunas verdes y las alcaparras (opcional). Rectificamos en sal.
- Colocamos el cestillo con el atún en el interior de la jarra y programamos **16 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Extraemos el cestillo con la ayuda de mueca de la espátula destinada a este uso.
- Ponemos el atún sobre una fuente plana y vertemos por encima la salsa de tomate.
- Servir inmediatamente.

Ingredientes

Para el atún:

- 900 gr. de atún fresco
(cortado a dados aprox. 3 x 3 cm.)
- Una pizca de sal
- 1 Cucharada de orégano seco (en hojas)
- Utensilio (cestillo)
- Un poco de aceite para engrasar

Para la guarnición:

- 45 gr. de aceite de oliva

- 80 gr. de cebolla fresca
(cortada y troceada)

- 500 gr. de tomate natural
(sin piel y troceado)

- 1 Diente de ajo + Una pizca
de comino en grano

- 25 gr. de agua

- 25 gr. de vino blanco

- 10 ó 12 aceitunas verdes (sin hueso)

- Alcaparras (opcional)

INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

206 cal.
por ración

21

MINUTOS

The Mastermix®



Brandada de bacalao

Elaboración

- Ponemos el bacalao a desalar en agua fría de 6 a 8 horas, cambiándole el agua con regularidad.
- Escorrimos el bacalao, secándolo con un paño de cocina o papel absorbente.
- Introducimos el bacalao en la jarra de nuestra *Mastermix* picándolo en **13 segundos - Velocidad 8**. Retiramos y reservamos.
- Sin limpiar la jarra, quitando bien todos los restos de ingredientes que hayan quedado adheridos a ella y echamos el aceite junto con los ajos. Sofreímos durante **7 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 5**.
- Incorporamos el bacalao y programamos **1 minuto a 90°C de temperatura - Velocidad 4**.
- Agregamos la nata y mezclamos **20 segundos - Velocidad 6**.
- Añadimos la pizca de sal, la pimienta y los copos de puré de patatas, ligando todos los ingredientes en **15 segundos - Velocidad 5**.
- Emplatamos y espolvoreamos con perejil.

Ingredientes

300 gr. de migas de bacalao (desalado)
100 gr. de aceite de oliva (virgen extra)
2 Dientes de ajo (pelados y troceados)
50 gr. de leche o nata (para cocinar)

Una pizca de pimienta blanca
Una pizca de sal
½ Cubilete de copos de puré de patatas
Perejil seco (para espolvorear)



INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

210 cal.
por ración

22
MINUTOS

The Mastermix®

Calamares en salsa verde

Elaboración

- Ponemos el perejil en la jarra de nuestra *Mastermix* y picamos en **6 segundos - Velocidad 7**. Retiramos la mitad del perejil en un bol y reservamos.
- Bajamos el resto del perejil que ha quedado en la jarra hacia las cuchillas con la ayuda de la espátula.
- Echamos el aceite junto con los ajos pelados y cortados en varios trozos. Picamos en **6 segundos - Velocidad 7**.
- Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*. Incorporamos los calamares, el vino, el agua y la pastilla de caldo. Programamos **15 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Sustituimos el cubilete por el cestillo, colocándolo sobre la tapa para facilitar la evaporación.
- Antes de que finalice el programa, sin parar la máquina, y por el bocal de la tapadera, echamos la cayena, el zumo de limón y rectificamos en sal.
- Extraemos la jarra del cuerpo principal de la máquina, dejamos reposar unos minutos.
- Servimos sobre una fuente y espolvoreamos con el perejil fresco que teníamos reservado.

Ingredientes

10 gr. de perejil (solo hojas)
60 gr. de aceite de oliva
3 ó 4 dientes de ajo (pelados y troceados)
700 gr. de calamares
(limpios y cortados en anillas)

100 gr. de vino blanco
150 gr. de agua
Una pastilla de caldo concentrado
1 Cayena (opcional)
10 gr. de zumo de limón (aprox. ½ limón)
Una pizca de sal

INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

101 cal.
por ración

20

MINUTOS

Mastermix®



~ Cazón en amarillo ~

Elaboración

- Ponemos el aceite en la jarra de nuestra *Mastermix*, agregamos la cebolla, los dientes de ajo, el comino y el tomate. Sofreímos **5 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 4**.
- Bajamos los ingredientes adheridos a la jarra con la ayuda de la espátula.
- Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*. Añadimos las patatas junto con el vino y rehogamos **3 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Incorporamos el agua, los guisantes, salpimentamos y añadimos el colorante alimenticio. Programamos **20 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Para finalizar, agregamos el cazón, rectificamos en sal (si fuera necesario) y programamos **4 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.

Nota: Se recomienda que los taquitos de cazón sean de la parte más estrecha de la cola (de esta manera, serán más pequeñas las rodajas y más fáciles de guisar).

Ingredientes

50 gr. de aceite de oliva
150 gr. de cebolla (cortada en varios trozos)
3 Dientes de ajo (pelados y troceados)
½ Cucharadita de comino (en grano)
2 Cucharadas de tomate frito
350 gr. de patatas (cortadas a gajos)

40 gr. de vino blanco
650 gr. de agua
150 gr. de guisantes (frescos o congelados)
Sal / Pimienta (al gusto)
Colorante alimenticio
400 gr. de cazón (cortado a rodajas)



INGREDIENTES PARA  PERSONAS

209 cal.
por ración

32
MINUTOS

Mastermix®

~ Cordero en salsa de tomate ~ con champiñones

Elaboración

- Limpiamos la carne de huesos, pieles y grasas, cortándola a taquitos. Reservamos.
- Pelamos y cortamos en varios trozos el pimiento, la cebolla y el ajo, introduciéndolos en la jarra de nuestra *Mastermix*. Picamos en **9 segundos - Velocidad 6**.
- Bajamos los restos de ingredientes adheridos a las paredes de la jarra con la ayuda de la espátula.
- Incorporamos el aceite y rehogamos **8 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Colocamos el *protector de cuchillas* y las *aspas giratorias*.
- Agregamos el vino, la carne y los champiñones. Salpimentamos, sofriendo todo en **10 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Incorporamos el tomate y programamos **40 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Quitamos el cubilete y sustituimos por el cestillo, para que evapore mejor.
- Finalizada la función, extraemos la jarra del cuerpo principal de la máquina, dejamos reposar unos minutos, vertemos sobre una fuente y servimos.

Ingredientes

600 gr. de cordero
(deshuesado y cortado a tacos)
45 gr. de pimiento verde
85 gr. de cebolla (pelada y troceada)
1 Diente de ajo (pelado y troceado)

80 gr. de aceite de oliva
100 gr. de vino blanco (1 cubilete)
200 gr. de agua
100 gr. de champiñones laminados
500 gr. de tomate natural triturado (de lata)
Sal / Pimienta negra (al gusto)

INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

303 cal.
por ración

58
MINUTOS

Mastermix®



Higadillos de pollo en salsa

Elaboración

- Ponemos los ajos, la cebolla y el tomate en la jarra de nuestra *Mastermix*. Troceamos en **6 segundos - Velocidad 5**. Bajamos todos los ingredientes adheridos a la pared de la jarra con la ayuda de la espátula.
- Añadimos el aceite y sofreímos **6 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 1**. Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*.
- Incorporamos el vino, el laurel, el pimentón, la sal, el agua, los higadillos y la pastilla de caldo. Programamos **14 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Finalizado el programa, vertemos los higadillos junto con la salsa en una fuente y servimos.

Nota: Los higadillos se limpiaran sin trocearlos, introduciéndolos enteros para cocinar este plato.

Ingredientes

4 Dientes de ajo (pelados y troceados)
90 gr. de cebolla (pelada y troceada)
100 gr. de tomate pelado (rojo y maduro)
80 gr. de aceite de oliva
100 gr. de vino blanco
1 Hoja de laurel

1 Cucharadita de pimentón dulce
Una cucharadita de sal
200 gr. de agua
600 gr. de higadillos de pollo
(limpio de pieles y grasas)
1 Pastilla de caldo de ave



INGREDIENTES PARA  PERSONAS

286 cal.
por ración

26
MINUTOS

Mastermix®

Magro con tomate

Elaboración

- Limpiamos la carne de pieles y grasas, cortándola a tacos regulares.
- Pelamos los dientes de ajo introduciéndolos en la jarra de nuestra Mastermix e incorporamos el comino y la pimienta. Picamos en **7 segundos - Velocidad 6**.
- Bajamos los restos de ingredientes adheridos a la pared de la jarra con la ayuda de la espátula.
- Agregamos el aceite y sofreímos en **6 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 1**. Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*.
- Incorporamos la carne (cortada a tacos regulares, no demasiado grandes), el agua, la pastilla de caldo y el vino. Programamos **15 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Añadimos los tomates y seguimos con el refrito durante **40 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Sustituimos el cubilete por el cestillo. De esta manera, evaporará mejor e irá reduciendo la salsa.
- Antes de finalizar, cuando falten 10 minutos, agregamos los pimientos cortados a tiras y una pizca de sal.
- Extraemos la jarra del cuerpo principal de la máquina, dejamos reposar unos minutos y servimos.

Ingredientes

600 gr. de magro (cortado a tacos)
3 Dientes de ajo (pelados y troceados)
Una pizca de comino en grano
7 Granos de pimienta negra
60 gr. de aceite de oliva
200 gr. de agua
1 Pastilla de caldo de ave o carne

100 gr. de vino blanco
500 gr. de tomate natural triturado
(de lata)
Una pizca de sal
100 gr. de pimiento rojo de asar
(cortado a tiras)

INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

201 cal.
por ración

61
MINUTOS

Mastermix®



Pollo al ajillo

Elaboración

- Limpiamos el pollo de pieles y grasas. Salpimentamos.
- En una sartén, con un poco de aceite, doramos el pollo por ambas caras. Retiramos y reservamos.
- Ponemos en la jarra de nuestra *Mastermix* la cebolla cortada en varios trozos junto con los dientes de ajo, las hojas de perejil y el aceite. Picamos en **1 minuto - Velocidad 4**.
- Bajamos los restos de ingredientes adheridos a la pared de la jarra con la ayuda de la espátula
- A continuación sofreímos **5 minutos a 90°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*.
- Incorporamos el pollo, el vino, salpimentamos y añadimos la hoja de laurel. Programamos **22 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- A mitad del cocinado, sustituimos el cubilete por el cestillo, para que evapore mejor.
- Finalizada la función, vertemos sobre una fuente y servimos.

Ingredientes

800 gr. de pollo
(con hueso, cortado a medallones)
2 Cucharadas de aceite de oliva
80 gr. de cebolla (peladas y troceadas)
7 Dientes de ajo (pelados y troceados)

1 Ramita de perejil (solo hojas)
100 gr. de aceite de oliva
100 gr. de vino blanco
150 gr. de agua
Sal / Pimienta (al gusto)
1 Hoja de laurel



INGREDIENTES PARA  4 PERSONAS

199 cal.
por ración

28
MINUTOS

Mastermix®

Pollo campurriano

Elaboración

- Limpiamos y secamos el pollo. Salpimentamos y reservamos.
- Pelamos la cebolla, los ajos y la zanahoria introduciéndolas en la jarra de nuestra *Mastermix*. Picamos durante **8 segundos - Velocidad 6**.
- Bajamos los restos de ingredientes adheridos a las paredes de la jarra con la ayuda de la espátula.
- Echamos el aceite. Rehogamos en **5 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**. Colocamos el *protector de cuchillas* y ajustamos las *aspas giratorias*.
- Incorporamos el pollo salpimentado, la guindilla, el vino blanco y el agua. Programamos **7 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Para finalizar agregamos el tomate (puede ser de lata troceado), el pimiento y rectificamos en sal.
- Programamos **35 minutos a 100°C de temperatura - Velocidad 1**. A mitad del cocinado, sustituiremos el cubilete por el cestillo (de esta forma, evaporará mejor).
- Una vez finalizada la función, extraemos la jarra del cuerpo principal de la máquina y dejamos reposar unos minutos. Vertemos sobre una fuente y servimos.

Ingredientes

800 gr. de pollo (cortado a medallones)

100 gr. de cebolla (pelada y troceada)

2 Dientes de ajo (pelados y troceados)

100 gr. de zanahorias

(peladas y cortadas en rodajas)

100 gr. de aceite de oliva

Sal / Pimienta (al gusto)

1 Guindilla

100 gr. de vino blanco

150 gr. de agua

500 gr. de tomate natural (cortado a taquitos)

100 gr. de pimiento rojo de asar
(cortado a bastoncitos)

INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

206 cal.
por ración

50
MINUTOS

Mastermix®

