

*Batidos
&
refrescos*

13

The Mastermix®



❧ Batido de chocolate ❧

Elaboración

- Ponemos el cacao junto con los cubitos de hielo y el azúcar en la jarra de nuestra *Mastermix*. Programamos **30 segundos - Velocidad 8**.
- Mientras en un bol, mezclamos los lácteos (leche evaporada - leche entera).
- A través del bocal, incorporamos los lácteos y batimos **15 segundos - Velocidad 5**.
- Vertemos en una jarra y servimos en copas adornadas con unas virutas de chocolate y unas hojitas de menta.

Ingredientes

50 gr. de cacao puro en polvo (sin azúcar)
200 gr. de cubitos de hielo
60 gr. de azúcar
250 gr. de leche evaporada
100 gr. de leche entera

Para adornar:

20 gr. de chocolate (en virutas)
Hojas de menta



PARA **3** Ó **4** PERSONAS

99 cal.
por cada 100 gr.

1

MINUTO

Mastermix[®]

Batido de plátano con lácteos

Elaboración

- Pelamos y troceamos los plátanos (que tienen que estar bien maduros, pero no pasados) y los introducimos en la jarra de nuestra *Mastermix*.
- Incorporamos el azúcar, el yogur, la leche y rociamos con el zumo de limón. Batimos en **30 segundos - Velocidad 6**. Echamos en copas y servimos acompañado de unas cerezas.

Nota: Si queremos un batido más frío, después de batirlo durante **30 segundos - Velocidad 6**, añadiremos dos cubitos de hielo y programaremos **10 segundos - Velocidad 9**. Servimos inmediatamente.

Ingredientes

500 gr. de plátanos (maduros)
50 gr. de azúcar moreno
150 gr. de yogur griego
150 gr. de leche
Zumo de ½ limón (aprox. 10 gr.)

Para decorar:

100 gr. de cerezas

INGREDIENTES PARA **2** PERSONAS

102 cal.
por cada 100 gr.

1

MINUTO

Mastermix[®]



❧ Batido tropical ❧

Elaboración

- Ponemos la leche en la jarra de nuestra *Mastermix*, agregamos el yogur, el azúcar, la piña partida en varios trozos, el coco y los dátiles.
- Programamos durante **1 minuto - Velocidad 8**.
- Finalizado el batido, introducimos en una jarra y dejamos enfriar, metido en el frigorífico de 1 a 2 horas.
- Servimos en copas adornado con dátiles picados y piña troceada.

Ingredientes

300 gr. de leche entera
1 Yogur griego azucarado (125 gr.)
20 gr. de azúcar de caña moreno (2 cucharadas)
140 gr. de piña en su jugo (peso escurrido) + 1 Rodaja para adornar
20 gr. de coco rallado
2 ó 3 dátiles en rama (deshuesado) + 1 ó 2 para adornar



INGREDIENTES PARA **4** PORCIONES

61 cal.
por cada 100 gr.

1

MINUTO

Mastermix®

❧ Cóctel de melón ❧

Elaboración

- Pelamos, quitamos las pipas y cortamos el melón a trozos introduciéndolo en la jarra de nuestra *Mastermix*. Con el resto de melón (si nos sobra), hacemos bolas para luego adornar el cóctel.
- Agregamos el zumo de naranja, el licor y el azúcar. Programamos **9 segundos - Velocidad 8**.
- Incorporamos el hielo y trituramos **6 segundos - Velocidad 9**.

Para adornar:

- Vertemos sobre copas de cóctel y adornamos con la carne del melón, unas tiritas de naranja, una pizca de canela y unas hojas de hierbabuena.
- Servir inmediatamente.

Ingredientes

800 gr. de carne de melón (ya limpio)

200 gr. de zumo de naranja (filtrado)

100 gr. de licor de naranja

50 gr. de azúcar

50 gr. de cubitos de hielo

Para adornar:

Unas bolas de melón

Unas tiras finas de cáscara de naranja

Una pizca de canela en polvo

Unas hojas de hierbabuena

PARA **3** Ó **4** PERSONAS

102 cal.
por cada 100 gr.

1

MINUTO

Mastermix®



❧ Cremoso de frambuesa ❧ con mascarpone

Elaboración

- Ponemos el queso mascarpone en la jarra de nuestra *Mastermix* y junto con el azúcar, batimos **1 minuto - Velocidad 3**.
- Bajamos los restos de alimentos adheridos a las paredes de la jarra hacia las cuchillas, con la ayuda de la espátula.
- Agregamos las frambuesas y trituramos en **1 minuto - Velocidad 3**.
- Para finalizar, y por el bocal de la tapadera, incorporamos la leche y mezclamos en **30 segundos - Velocidad 6**.

Para decorar:

- Servimos en copas de cóctel de *Dry Martini* y decoramos con frambuesas.

Ingredientes

250 gr. de mascarpone

60 gr. de azúcar

50 gr. de frambuesas (para triturar)

200 gr. de leche

Para decorar:

25 gr. de frambuesas (para decorar)



INGREDIENTES PARA **2** PERSONAS

162 cal.
por cada 100 gr.

2

MINUTOS

Mastermix[®]

🌀 Horchata de chufa 🌀

Elaboración

- Lavamos las chufas enjuagándolas bien bajo el grifo de agua fría.
- Escurrimos y echamos las chufas en un recipiente cubriéndolas de agua. Serán puestas en remojo de 8 a 10 horas para conseguir su rehidratación. Renovaremos el agua cada 3 ó 4 horas.
- Pasado el tiempo de remojo, y ya rehidratada la chufa, enjuagamos, escurrimos y echamos en la jarra de nuestra *Mastermix*.
- Agregamos el azúcar, la piel del limón y la canela. Trituramos **20 segundos - Velocidad progresiva 5 - 7 - 9**.
- Bajamos los restos de los ingredientes adheridos a la pared de la jarra con la ayuda de la espátula y volvemos a programar **10 segundos - Velocidad 9**.
- Agregamos 300 gr. de agua (de la que tenemos prevista) y programamos **25 segundos - Velocidad progresiva 5 - 7 - 9**.
- Echamos el resto del agua (1.000 gr.) y mezclamos durante **25 segundos - Velocidad 4**.
- A continuación, tamizamos y filtramos el líquido utilizando un colador de tela.
- Metemos en el frigorífico por espacio de unas horas y servimos bien fría.

Nota: Para realizar esta receta, tenemos que tener la chufa previamente hidratada y puesta en remojo de 8 a 10 horas antes de su elaboración.

Ingredientes para 1,5 litros

250 gr. de chufa (deshidratada)

180 gr. de azúcar

Una tira de piel de limón (solo la parte amarilla)

Una pizca de palo de canela

1.300 gr. de agua (muy fría)

72 cal.
por cada 100 gr.

1

MINUTO

Mastermix®



Leche de avena

Elaboración

- Introducimos los copos de avena en la jarra de nuestra *Mastermix* (que tiene que estar bien seca).
- Agregamos la canela junto con la sal. Trituramos durante **15 segundos - Velocidad 9**. Retiramos y reservamos.
- Sin lavar la jarra, echamos el agua y calentamos en **8 minutos a 70°C de temperatura - Velocidad 1**.
- Incorporamos los copos de avena que teníamos reservados, mezclándolo todo en **2 minutos - Velocidad 4 (sin temperatura)**.
- Finalizada la función, dejamos reposar en el interior de la jarra de 8 a 10 minutos.
- Sobre un colador, colocamos una gasa fina y filtramos la leche de avena.
- Envasamos en un recipiente de cristal e introducimos en el frigorífico.

Ingredientes para 1 litro

60 gr. de copos de avena

1 Palito de canela

½ Cucharada de sal (gorda)

1.000 gr. de agua (1 litro)



33 cal.
por cada 100 gr.

9
MINUTOS

Mastermix[®]

❧ Zumo de dátiles ❧

Elaboración

- Ponemos los dátiles en la jarra de nuestra *Mastermix* junto con las nueces, el azúcar, el limón y la canela. Trituramos durante **1 minuto - Velocidad progresiva 5 - 7 - 9**.
- Bajamos los restos de ingredientes adheridos a las paredes de la jarra con la ayuda de la espátula y volvemos a programar **1 minuto - Velocidad 9**.
- Agregamos el zumo de naranja, la esencia de vainilla y el agua. Mezclamos **3 minutos - Velocidad 6**.
- Finalizada la función, filtramos el líquido resultante e introducimos en el frigorífico. Dejamos enfriar de 1 a 2 horas.
- Servimos en copas decoctelacompañado de brochetas de dátiles y hojas de menta.

Ingredientes

200 gr. de dátiles en rama (deshidratados y deshuesados)

20 gr. de nueces (troceadas)

100 gr. de azúcar de caña moreno

½ Limón (pelado y sin pipas)

Un trozo de canela en rama

200 gr. de zumo de naranja (filtrado)

Unas gotas de esencia de vainilla

500 gr. de agua

INGREDIENTES PARA **4** PERSONAS

106 cal.
por cada 100 gr.

5
MINUTOS

Mastermix®



🌿 Zumo depurativo 🌿 de tomate, apio y zanahoria

Elaboración

- Lavamos bien las zanahorias y los tomates, ya que serán incorporados con su piel. Desenhebramos el apio y reservamos.
- Con la jarra bien limpia y seca, echamos el azúcar y pulverizamos en **9 segundos - Velocidad progresiva 5 -7 -9**.
- Troceamos las zanahorias, el apio y el tomate, agregándolo a la jarra de nuestra *Mastermix*.
- Trituramos en **20 segundos - Velocidad progresiva 5 -7 -9**.
- Añadimos la mitad de agua (350 gr.) y batimos en **2 minutos - Velocidad 8**.
- Para finalizar, añadimos la sal y una pizca de tabasco (opcional) y el resto del agua. Mezclamos en **1 minuto - Velocidad 7**.
- Filtramos con un colador de malla y servimos. Podemos añadirle un cubilete de hielo y una rama tierna de apio.

Ingredientes para 1 litro

50 gr. de azúcar
150 gr. de zanahorias (peladas y troceadas)
150 gr. de apio (limpio de hebras y troceado)
300 gr. de tomates (enjuagados y troceados)
700 gr. de agua
Una pizca de sal
Una pizca de tabasco (opcional)



17 cal.
por cada 100 gr.

2

MINUTOS

Mastermix®

~ Zumo refrescante ~ de sandía y menta

Elaboración

- Introducimos la pulpa de la sandía troceada (bien limpia de pepitas) en la jarra de nuestra *Mastermix* (reservamos unas cuantas porciones hechas bolitas para adornar).
- Agregamos el zumo de naranja y el zumo de limón exprimido y filtrado, el azúcar y la hierbabuena. Batimos **1 minuto - Velocidad progresiva 5 - 7 - 9**.
- Finalizado el programa, introducimos en el frigorífico de 2 a 3 horas antes de ser consumido.
- Servir en copas adornadas con carne de sandía y hojas de menta.

Ingredientes

500 gr. de carne de sandía (limpia de piel y pepitas)

180 gr. de zumo de naranja (filtrada)

60 gr. de zumo de limón (filtrado)

75 gr. de azúcar de caña moreno

2 Hojas de hierbabuena

Para decorar:

Bolitas de carne de sandía

Hojas de hierbabuena

INGREDIENTES PARA  PERSONAS

29 cal.
por cada 100 gr.

1

MINUTO

Mastermix®

