




| | Tiempo total | kcal/ración | Pág. |
|--|--|-------------|--------------------|
| ENTRANTE, PRIMER PLATO O PLATO ÚNICO Y SALSAS | | | |
|  | Alioli | 10 min | 2.761,9 (370 g) 47 |
| | Arroz caldoso con mejillones | 50 min | 483,4 30 |
| | Cazuela de espárragos | 1 h | 273,9 17 |
| | Champiñones rellenos | 40 min | 280 28 |
| | Espaguetis al pesto con aroma de cítricos | 30 min | 476,4 24 |
| | Flanes de espárragos | 45 min | 293,2 16 |
|  | Fougasse provenzal | 14 h 40 min | 325,4 85 |
| | Fusilli con calabacín, coco y curry | 20 min | 566,5 65 |
| | Gazpacho de cereza, queso fresco y anchoa | 1 h 30 min | 218 54 |
| | Guiso de judías pintas con arroz | 40 min | 300,7 20 |
| | Huevos duros en salsa verde | 40 min | 454,6 38 |
| | Huevos <i>pochés</i> con salsa de tomate y trufa | 45 min | 307,8 33 |
|  | Hummus de lentejas | 5 min | 1.390,3 (550 g) 66 |
| | Lasaña de calabacín y pimientos con paté de berenjenas | 50 min | 285,4 68 |
| | Macarrones con lomo adobado y pimientos | 45 min | 717,6 22 |
| | Pan rápido a la plancha | 25 min | 168,7 26 |
| | Patatas con chipirones | 35 min | 339,8 21 |
| | Potaje de zanahorias y judías con jamón | 45 min | 276,3 27 |
|  | Risotto con salchichas frescas y nueces | 25 min | 451 58 |
| | Salsa Cumberland | 35 min | 861,5 (300 g) 10 |
| | Sopa de espárragos trigueros y almejas | 45 min | 352,5 14 |
| | Tatin <i>parmentier</i> | 1 h 40 min | 472 40 |
| | Terrinas de salmón y champiñones | 6 h 20 min | 316,2 74 |

| SEGUNDO PLATO | | | |
|---|---|--------|----------|
|  | Caldero cartagenero | 1 h | 662,1 89 |
| | Lomos de caballa en escabeche | 2 días | 506,6 37 |
| | Merluza en salsa de puerros | 35 min | 258,3 36 |
| | Pechuga de pavo al jengibre con espinacas y brócoli | 40 min | 293,9 69 |
| | Pechuga de pollo a la naranja | 20 min | 214,8 32 |
| | Solomillo relleno de compota | 1 h | 397,8 34 |

| POSTRES, MERIENDAS Y BEBIDAS | | | |
|---|---|------------|--------------------|
|  | Batido valenciano | 1 min | 441,5 42 |
| | Bizcocho de cacahuets | 1 h | 350,3 43 |
| | Cheesecake marmolado | 4 h 30 min | 751,1 76 |
| | Crumble de grosellas y mascarpone | 10 min | 368,8 11 |
| | Destornillador <i>frapé</i> | 5 min | 197,1 50 |
| | Galletas con huella (<i>thumbprint cookies</i>) | 30 min | 114,5 (unidad) 75 |
|  | Fondue de chocolate | 15 min | 2.143,7 (500 g) 73 |
| | Magdalenas de grosellas y almendras | 35 min | 80,1 (unidad) 8 |
| | Mini bizcoflan en Varoma | 2 h 40 min | 984,8 (unidad) 70 |
| | Mousse de fresas | 4 h 30 min | 583,7 44 |
| | Tarta nevada | 3 h 35 min | 335,9 78 |
| | Tartaletas de frutas | 1 h | 171,1 (unidad) 61 |

Edita: Nobel Audiovisual, S. L.
C/ Ventura Rodríguez, 4, 1º B 33004
OVIEDO-ASTURIAS
Tel.: 985 277 483 - Fax: 985 277 485

THERMOMIX® MAGAZINE

Dirección: Ana de la Calle

Producción editorial: Tania Benito

Maquetación: Consuelo Álvarez

Márketing: Nuria Cosío

suscripciones@thermomixmagazine.com
info@thermomixmagazine.com

Publicidad: Agustín Fernández-Tresguerres
agustin@edicionesnobel.com
Eva Rodríguez - eva@edicionesnobel.com

Recetas: Rubén Mosteiro, Ricardo Galán

Nutrición: Ramón de Cangas

Fotografías: Alejandro Braña, Fotolia,
Getty Images

Fotografías Escuela de Cocina:
Estudio Barrí, cedidas por Vorwerk España

Impresión: Grupo Gráfico 2005, S. L.

Distribución: Compañía de Distribución
Integral Logista, S. A.

ISSN: 1888-980-8

Depósito legal: 2.916/2008

Atención a presentadoras: 900 83 00 01

Atención a suscriptoras: 902 83 00 41

THERMOMIX® ESPAÑA

Dirección: Ignacio Fernández-Simal

Dirección de márketing: Cécile Marié

Coordinadora editorial:

Beatriz Rodríguez
Beatriz.RodriguezDiez@vorwerk.es

Desarrollo de recetas:

Cristina Vela, Miriam Aguirre
vedesarrollodirectas@vorwerk.es

Colaboración entre marcas:

Jaime Porta
Jaime.Porta@vorwerk.es

Producto Thermomix / Sistema de Venta

Vorwerk: call.center@vorwerk.es
www.thermomix.es - 902 33 33 50

Vorwerk España garantiza las recetas publicadas en la presente revista, no responsabilizándose de aquellas aparecidas en otras publicaciones del mercado. El sello de Garantía de Calidad Vorwerk avala que todas las recetas han sido testadas por el equipo de testadoras de Thermomix® España, siguiendo los criterios de calidad de la marca. En cualquier caso, ante cualquier duda que pudiera surgir respecto al uso de la máquina, les rogamos consulten a su presentador/a o se pongan en contacto con el Departamento de Desarrollo de Recetas: vedesarrollodirectas@vorwerk.es.

Prohíbida la reproducción total o parcial de esta publicación, incluso citando la procedencia.

Advertencia nutricional

En las recetas aptas para diabéticos el consumo debe ser moderado y ajustarse a las raciones de hidratos de carbono de absorción lenta prescritas por su dietista-nutricionista y/o endocrino.

En las recetas aptas para intolerancias, debe asegurarse de que los alimentos procesados no contienen trazas del ingrediente que provoca la intolerancia.