

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 y marketing:

Nuria Cosío  
suscripciones@thermomixmagazine.com  
info@thermomixmagazine.com

### Maquetación:

Consuelo Álvarez

### Publicidad:

Deliverly Media

Sara Dóniz

Jefe de publicidad

sdoniz@deliverlymedia.es

c/ Bolívar 17, portal C, 3ªA

28045 Madrid

www.deliverlymedia.es

### Recetas:

Rubén Mosteiro, Ricardo Galán

### Nutrición:

Ramón de Cangas

### Fotografías:

Alejandro Braña, Fotolia, Getty Images

### Fotografías Escuela de Cocina:

Estudio Barri, cedidas por Vorwerk España

### Impresión:

Grupo Gráfico 2005, S. L.

### Distribución:

Logista Publicaciones, S. L.

Tel.: 91 665 71 58

ISSN: 1888-980-8

Depósito legal: NA-2.916/2008

Atención a presentadoras: 900 83 00 01

Atención a suscriptores: 902 83 00 41

## THERMOMIX® ESPAÑA

Dirección: Ignacio Fernández-Simal

Dirección de marketing: Cécile Marié

### Coordinadora editorial:

Beatriz Rodríguez

Beatriz.RodriguezDiez@vorwerk.es

### Desarrollo de recetas:

Cristina Vela, Miriam Aguirre

vedesarrolloderecetas@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 publica-

das en la presente revista, no responsabilizan-

dose de aquellas aparecidas en otras publica-

ciones 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: ve-

desarrolloderecetas@vorwerk.es.

Prohibida la reproducción total o parcial de

esta publicación, incluso citando la proce-

dencia.

## Advertencia nutricional

En las recetas aptas para diabéticos el con-

sumo 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 pro-



voca la intolerancia.

	Tiempo total	kcal/ración	Pág.	
<b>ENTRANTE, PRIMER PLATO O PLATO ÚNICO Y SALSAS</b>				
	<i>Aelplermagronen</i> con manzana	1 h 20 min	921,9	76
	Arroz con pimiento rojo y champiñones con sardinas al vapor	40 min	313,6	17
	Bolitas de patata y queso	40 min	523,9	67
	Coliflor templada con vinagreta de maíz, pimiento y encurtidos	30 min	249,7	26
	Ensalada templada de pasta con trucha ahumada y alcaparras	25 min	442,3	37
	Gambas Orly (en gabardina)	1 h 20 min	52,8 (unidad)	40
	Gazpacho de manzana verde	5 min	210,3	8
	Lasaña de pollo y espinacas	1 h	490,6	74
	Pastel de queso <i>soufflé</i>	45 min	439,4	60
	Patatas con judías verdes y bonito	50 min	226,3	28
	Patatas sorpresa con morcilla	40 min	411,9	34
	Paté de sardinas y pimientos	5 min	106,7	16
	<i>Parmentier</i> de salchichas	40 min	497,6	32
	<i>Quiche</i> de puerros y beicon	1 h 30 min	285,1	38
	Rollitos de alcachofa y parmesano	50 min	111,6 (unidad)	68

## SEGUNDO PLATO

	Cogollos de Tudela con carne	40 min	393,2	24
	Conejo con salsa de almendras y patatas al vapor	1 h	488,9	89
	Dados de salmón al vapor con salsa de aguacate	15 min	318,4	36
	Lenguado al vapor con verduritas	30 min	364,9	73
	Pechugas en escabeche	24 h	256,6	21
	Pez espada con judías verdes y aceitunas	40 min	198,6	72
	Pollo con almendras	20 min	354,2	33
	Sardinas a la sal	40 min	400,3	14
	Sepia en salsa al pimentón con cuscús	20 min	304	20

## POSTRES, MERIENDAS Y BEBIDAS

	Agua de Sevilla	12 h	213,4	52
	<i>Bagels</i>	1 h 30 min	61 (unidad)	62
	Batido de mango, naranja y piña	3 min	159,5	22
	Borrachitos sorpresa	45 min	171,4 (unidad)	70
	<i>Brownies</i> de chocolate blanco y pistachos	30 min	331,4	80
	Copa ácida de manzana y dulce de leche	2 h 20 min	295,4	11
	Dulce de leche con nata	1 h 15 min	2.069,1 (600 g)	41
	Empanadicos de calabaza	2 h	202 (unidad)	78
	Empanadicos de manzana	2 h	185,6 (unidad)	78
	Manzanas en almíbar de moscatel	25 min	227,2	10
	Muesli	25 min	2.460,8 (600 g)	30
	Pastel de queso y castaña de Viladrau	4 h	696,1	85
	Postre blanco	6 h 40 min	402,4	56
	<i>Petit de fresas</i>	2 h 5 min	198,6	31
	Pionono de chocolate	30 min	389,8 (unidad)	48
	Sándwich de nata	8 h	260 (unidad)	44
	Tarta de melocotón	1 h 15 min	520	42