



	Tiempo total	kcal/ración	Pág.	
ENTRANTE, PRIMER PLATO O PLATO ÚNICO				
	Aperitivo de queso de cabra, uvas y pistachos	45 min	143	19
	Brevas rellenas con queso	15 min	272,8	22
	Choux de queso	50 min	234	26
	Cocas de maíz	30 min	182,5	11
	Compota de cebolla roja	1 h	790	73
	Fideos con pollo y langostinos	20 min	671	36
	Gratén de batatas con beicon	1h, 30 min	521,9	14
	Judías verdes para mañana	12 h	423,7	35
	Pasta de colores con uvas y torta del Casar	25 min	655,2	21
	Pisto manchego	1 h, 10 min	432,5	59
	Queso cremoso	2 min	208,2	18
	Sopa de almejas de Nueva Inglaterra	1 h	427	52
	Sushi mar y tierra	30 min	378	32
	Tarta de <i>choclo</i> (maíz)	50 min	398	10
	Tabulé de quinoa	20 min	323,2	65
	Tomates secos en aceite	7 días	380	73
Verduras al vapor con vinagreta templada y crujiente de beicon	35 min	538,1	15	

	Tiempo total	kcal/ración	Pág.	
SEGUNDO PLATO				
	Bacalao en salsa verde	30 min	368	39
	Bocaditos de conejo con guisantes	1 h, 15 min	518,3	16
	Bolitos de pollo en salsa de mostaza	3 h	542,2	43
	Codornices con uvas	45 min	299,8	20
	Fiambre de conejo trufado	1 h	482,1	17
	Filetes de trucha con salsa de lechuga	30 min	517,4	12
	Milhoja de repollo	1 h, 10 min	636,4	9
	Perrukis calientes	1 h, 30 min	348,3	68
	Puntas de filete de ternera al vino tinto de Navarra	50 min	648	40
	Rollos de repollo en salsa	1 h	548,7	8
	Truchas en escabeche	24 h	683	13

	Tiempo total	kcal/ración	Pág.	
POSTRE Y MERIENDA				
	Bizcocho cremoso de manzana y vainilla	4 h	852,8	62
	Bizcocho de calabacín	1 h	434	29
	Bombones de higos secos	30 min	121,5	23
	Helado de <i>mascarpone</i> con salsa de chocolate	12 h	494	48
	Higos frescos en almíbar	40 días	921	73
	Mousse con cuajada	4 h	473,8	71
	Refresco de sandía	1 min	76,1	44
	Sorbete de piña y coco	8 h	232	47

Thermomix

MAGAZINE

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

THERMOMIX ESPAÑA

Dirección: Ignacio Fernández-Simal

Desarrollo de recetas: Cristina Vela,
Miriam Aguirre, Beatriz Rodríguez
vedesarrolloderecetas@vorwerk.es

Producción editorial: María S. Loureiro
maria.loureiro@vorwerk.es

Colaboración entre marcas:

Valentine Delbauffe
valentine.delbauffe@vorwerk.es

Producto Thermomix / Sistema de
Venta Vorwerk: call.center@vorwerk.es
www.thermomix.es - 902 33 33 50

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,
José Maldonado, Luis Alberto Martínez

Nutrición: Ramón de Cangas

Fotografías: Alejandro Braña, Fotolia,
iStock photos

Fotografías Escuela de Cocina:

Estudio Barri, 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

Vorwerk España garantiza las recetas publicadas en la presente publicación, no responsabilizándose de aquellas publicadas en otras revistas 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: vedesarrolloderecetas@vorwerk.es.

Prohibida 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.