



409 Cal./ración

INGREDIENTES

- 100 gr. de cebolla.
- 3 Dientes de ajo.
- 60 gr. de zanahoria.
- 40 gr. de aceite de oliva.
- 3 Cucharadas de tomate frito.
- 1 Cucharadita de pimentón.
- 40 gr. de sobrasada.
- 120 gr. de patatas (cortadas a tacos).
- 600 gr. de agua.
- Sal / Pimienta (al gusto).
- 300 gr. de hojas de acelgas (limpias de tallos y cortadas).
- 400 gr. de alubias blancas cocidas (de bote).

ALUBIAS BLANCAS CON ACELGAS

- Introducimos en la jarra de nuestra Mastermix la cebolla, los ajos y la zanahoria pelada y troceada. Trituramos **5 segundos – Velocidad 6**. Bajamos los restos de alimentos adheridos a las paredes hacia las cuchillas.
- Añadimos el aceite, sofreímos en **6 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 1**. Un minuto antes de finalizar el programa, sin parar la máquina, y por el bocal de la tapadera, agregamos el pimentón, la sobrasada y el tomate frito.
- Colocamos el protector de cuchillas y ajustamos las aspas giratorias.
- Incorporamos las patatas y rehogamos **2 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 1**.
- Agregamos el agua. Salpimentamos y programamos **18 minutos a 100 °C de temperatura – Velocidad 1**. Una vez que alcance temperatura, sin parar la máquina y a través del bocal de la tapadera, vamos echando las hojas de acelga poco a poco.
- Para finalizar, incorporamos las alubias (enjuagadas y escurridas). Mezclamos **3 minutos a 100 °C de temperatura – Velocidad 1**.





620 Cal./ración

INGREDIENTES

- 80 gr. de azúcar + 40 gr. de cobertura.
- 1 Cucharada de anís en grano.
- 200 gr. de leche.
- 60 gr. de mantequilla (a temperatura ambiente).
- 1 Huevo.
- 30 gr. de levadura fresca.
- 1 Cucharadita de agua de azahar.
- 350 gr. de harina.
- ½ Cucharada de sal.
- 10 gr. de aceite de oliva (para pincelar).
- 100 gr. de piñones.

COCA DE PIÑONES AL AROMA DE AZAHAR

- Echamos el azúcar en la cubeta de nuestra Mastermix. Pulverizamos en 6 segundos – Velocidad 9.
- Añadimos el anís y trituramos junto con el azúcar en 30 segundos – Velocidad 9.
- Agregamos la leche, la mantequilla, el huevo (ligeramente batido), la levadura (desmenuzada con las manos) y la cucharadita de azahar. Mezclamos todo en 2 minutos a 40 °C de temperatura – Velocidad 3.
- Incorporamos la harina y la pizca de sal. Mezclamos en 6 segundos – Velocidad 6.
- A continuación seleccionamos 2 minutos en función AMASAR. Precalentamos el horno a 200 °C de temperatura.
- Dejamos reposar la masa durante 30 minutos en la jarra de la Mastermix. Finalizado el tiempo de reposo, y antes de usarla, volvemos a seleccionar 1 minuto en función AMASAR.
- Forramos la bandeja del horno con papel sulfurizado (papel de horno). Vertemos la masa pincelándola con el aceite de oliva. Espolvoreamos con el azúcar y distribuimos los piñones por toda la superficie de la coca.
- Introducimos la coca en el horno precalentado a 200 °C de temperatura. Horneamos durante 20 minutos.
- Dejamos enfriar y servimos.



6/8 porciones
18 minutos

580 Cal./ración

INGREDIENTES

- 10 gr. de levadura fresca.
- 120 gr. de agua.
- 60 gr. de aceite de oliva.
- 250 gr. de harina.
- ½ Cucharadita de sal.
- 1 Cucharada de azúcar.
- 50 gr. de aceite de oliva (para pincelar)
- Azúcar (al gusto) para espolvorear.
- 20 gr. de anís (licor).

COCA DE VIDRE

- Desmenuzamos la levadura con las manos introduciéndola en la jarra de nuestra **Mastermix** y echamos el agua. Calentamos en **30 segundos a 40 °C de temperatura – Velocidad 2.**
- Añadimos el aceite, la harina, la sal y el azúcar. Seleccionamos **2 minutos en función AMASAR.**
- Echamos la masa en un bol, tapamos con un paño de cocina y dejamos reposar 30 minutos en un lugar templado y libre de corriente.
- Finalizado el tiempo, habrá doblado su volumen.
- Con un poco de harina, enharinamos una superficie plana de trabajo. Partimos en dos trozos iguales.
- Precaentamos el horno a 200 °C de temperatura.
- Estiramos la masa con ayuda de un rodillo, dejándola bien fina, damos forma de rectángulo con los extremos ovalados. Repetimos la misma operación con el otro trozo.
- Forramos con papel sulfurizado la bandeja del horno.
- Colocamos sobre el papel sulfurizado la masa, pincelamos con el aceite y espolvoreamos con abundante azúcar.
- Introducimos en el horno de 10 a 15 minutos. Debe quedar crujiente y dorada, vigilando que no se queme.
- Finalizado el horneado y todavía caliente, pincelamos toda la superficie con el anís. Dejamos enfriar y servimos.





895 Cal./ración

INGREDIENTES*

Para la masa:

- 80 gr. de aceite de girasol.
- ½ Cáscara de limón (solo la parte amarilla).
- ½ Cucharada de anís en grano.
- 40 gr. de almendras molidas (harina de almendras).
- 250 gr. de harina de trigo.
- 80 gr. de vino blanco.
- 1 Cucharada de licor de anís.
- 1 Cucharada de ajonjolí.
- 15 gr. de levadura prensada.
- 2 Cucharadas de cabello de ángel (sidra).
- Una pizca de sal.

Para el relleno:

- ½ Cáscara de limón.
- 100 gr. de almendras.
- 2 Huevos.
- 70 gr. de azúcar.
- 100 gr. de cabello de ángel (sidra).
- ½ Cucharadita de canela molida

* Ingredientes para 2 hornazos de 6/8 porciones cada uno.

HORNAZOS DE HUELVA

Elaboración de la masa

- En una sartén echamos el aceite, calentamos junto con la cáscara de limón y el anís en grano. Una vez frita la cáscara de limón, filtramos el aceite dejándolo enfriar. Reservamos.
- Ponemos las almendras en la jarra de nuestra Mastermix. Picamos en **8 segundos – Velocidad 7**. Reservamos.
- Sin lavar la jarra, incorporamos la harina, el vino, el aceite frito que teníamos reservado, el chorro de anís, el ajonjolí, la levadura, la sidra, la sal y la almendra molida. Mezclamos **15 segundos – Velocidad 3**. A continuación, seleccionamos **1 minuto en función AMASAR**.
- Colocamos la masa en un bol tapada con un paño de cocina y dejamos reposar de 30 a 40 minutos.

Elaboración del relleno

- Picamos las almendras junto con la cáscara de limón **9 segundos – Velocidad 7**. Vertemos en un bol y reservamos.
- Sin lavar la jarra, introducimos los huevos batiéndolos durante **15 segundos – Velocidad 3**.
- Agregamos el azúcar, las almendras picadas, la sidra y la canela. Mezclamos en **18 segundos – Velocidad 4**.
- Vertemos la mezcla del relleno en un recipiente. Reservamos.
- Precalentamos el horno a 250 °C de temperatura.
- Trabajamos un poco la masa con las manos, forramos con papel sulfurizado la bandeja del horno y extendemos la masa dándole forma redondeada. Levantamos un poco los bordes, para que al echar el relleno, no se salga.
- Rellenamos con ayuda de un cazo toda la superficie de la masa, extendiéndola por todos lados para que nos quede uniforme.
- Bajamos a 200 °C de temperatura y horneamos de 12 a 15 minutos.





471 Cal./ración

INGREDIENTES

- 2 Dientes de ajo.
- ½ Cucharada de comino (en grano).
- 70 gr. de zanahoria.
- 60 gr. de cebolla.
- 150 gr. de tomate (rojo y maduro).
- 40 gr. de aceite de oliva.
- ½ Cucharada de pimentón.
- 180 gr. de alcachofas (limpias y cortadas a cuartos).
- 750 gr. de agua.
- 1 Pastilla de caldo.
- 1 Pizca de sal.
- 200 gr. de lentejas (pardinas).
- 160 gr. de guisantes (congelados).

LENTEJAS DE LA HUERTA

- Las lentejas tienen que estar previamente en remojo 3 horas.
- Echamos los ajos a trozos junto con el comino y picamos en **7 segundos – Velocidad 7**. Bajamos los restos de alimentos hacia las cuchillas con la ayuda de la espátula.
- Incorporamos a trozos la zanahoria, la cebolla y el tomate. Programamos **8 segundos – Velocidad 6**.
- Agregamos el aceite y el pimentón. Sofreímos durante **10 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 1**. Colocamos el protector de cuchillas y ajustamos las aspas giratorias.
- Echamos las alcachofas y rehogamos **3 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 1**.
- Para finalizar, añadimos el agua, la pastilla de caldo, la sal, las lentejas bien escurridas y los guisantes. Cocinamos en **25 minutos a 100 °C de temperatura – Velocidad 1**.





695 Cal./ración

INGREDIENTES

- 4 Huevos XL.
- 160 gr. de azúcar.
- 150 gr. de mantequilla.
- 50 gr. de galletas (con sabor canela).
- 340 gr. de harina.
- 1 Sobre de levadura.
- 1 Pizca de sal.
- 100 gr. en rebujo de pasas, fruta deshidratada, pipas, almendras, nueces...
- Mantequilla (para engrasar).
- Harina (para enharinar el molde).
- Brillo de cobertura para tartas (ver receta en "Recetas base").
- Utensilio (molde tipo "cake").

PLUM CAKE

- Echamos en la jarra los huevos junto con el azúcar batiéndolos durante 3 minutos a 40 °C de temperatura – Velocidad 5.
- Incorporamos la mantequilla derretida en el microondas y las galletas. Mezclamos durante 10 segundos – Velocidad 5 (sin temperatura).
- Agregamos la harina junto con la levadura y la pizca de sal. Programamos 12 segundos – Velocidad 6.
- Para finalizar, reservamos un poco de rebujo para decorar. El resto lo añadimos a la masa y lo mezclamos con la ayuda de la espátula.
- Precalentamos el horno a 180 °C de temperatura.
- Engrasamos el molde, enharinamos y retiramos la harina sobrante.
- Vertemos la masa y horneamos de 20 a 25 minutos (el tiempo de horneado irá en función del tamaño del molde).
- Finalizada la cocción, dejamos templar sobre una rejilla, desmoldamos, y preparamos el brillo de cobertura (según receta).
- Con una brocha de silicona, vamos pincelando la superficie del molde. Vertemos sobre la cobertura el rebujo de frutos secos que habíamos reservado. Dejamos enfriar y servimos.





465 Cal./ración

INGREDIENTES

- 150 gr. de cebolla.
- 3 Dientes de ajo.
- 90 gr. de aceite de oliva.
- 1 Cucharadita de pimentón.
- 400 gr. de garbanzos (cocidos de bote).
- 650 gr. de agua.
- 200 gr. de espinacas (solo hojas).
- 1 Hoja de laurel.
- Sal.
- 280 gr. de bacalao (desalado y desmigado).

POTAJE DE VIGILIA

- Limpiamos y cortamos las espinacas a trozos (solo hojas).
- Pelamos y troceamos la cebolla junto con el ajo, introduciéndolo en la jarra de nuestra **Mastermix**. Agregamos el aceite y programamos **7 segundos – Velocidad 4**.
- A continuación sofreímos en **7 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 1**.
- Añadimos el pimentón, 3 cucharadas de garbanzos cocidos y 3 cucharadas de agua. Programamos **20 segundos – Velocidad 5 (sin temperatura)**.
- Colocamos el protector de cuchillas y ajustamos las aspas giratorias.
- Agregamos el agua y cocemos en **12 minutos a 100 °C de temperatura – Velocidad 1**. Cuando observemos que el agua empieza a hervir, sin levantar la tapa y por el bocal de la tapadera, vamos incorporando poco a poco las hojas de espinacas.
- Añadimos los garbanzos, el bacalao, la sal y la hoja de laurel. Cocinamos en **10 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 1**.





820 Cal./ración

INGREDIENTES

- ½ Litro de leche.
- 90 gr. de azúcar.
- 1 Rama de canela.
- Piel de 1 limón (solo la parte amarilla).
- 8 ó 9 rebanadas de pan (de 1 ó 2 días).
- 3 Huevos.

Para cocinar (utensilio vaporera, jarra pequeña)

- Film transparente (para envoltorio).
- Mantequilla (para engrasar).
- 1 Litro de agua.

Para hornear

- 150 gr. de azúcar.
- 1 Pizca de canela en polvo.

TORRIJAS

- Cortamos las rebanadas de pan (2 ó 3 cm. de grosor aprox.).
- Colocamos el protector de cuchillas y ajustamos las aspas giratorias.
- Echamos en la jarra de nuestra **Mastermix** la leche, el azúcar, la canela y la piel de limón. Programamos **14 minutos a 90 °C de temperatura – Velocidad 2.**
- Finalizada la cocción, vertemos en un bol retirando la piel de limón y la canela. Reservamos.
- Sin lavar la jarra, cascamos los huevos. Batimos en **14 segundos – Velocidad 5.** Vertemos en otro bol.
- Cortamos el film transparente en cuadrados (del suficiente tamaño como para envolver las torrijas). Engrasamos con la mantequilla una de sus caras. Reservamos.
- Colocamos el agua en la jarra y ajustamos los utensilios vaporera. Programamos **28 minutos a 120 °C de temperatura.**
- Mientras, vamos esponjando las rebanadas de pan, primero en leche dejándolas empapar y luego en huevo.
- Vamos colocando las rebanadas sobre film transparente envolviéndolas con mucho cuidado. Se van introduciendo en la fuente vaporera.
- Precalentamos el horno a 250 °C de temperatura. Mezclamos el azúcar y la canela.
- Finalizado el programa, sacamos las torrijas de la fuente vaporera desenvolviéndolas del film con mucho cuidado.
- Rebozamos con el azúcar y la canela colocándolas en la bandeja del horno con papel sulfurizado. Horneamos de 4 a 5 minutos.

