



ENKHO
Chef



RICETTARIO

ENKHO *Chef*

robot da cucina con cottura

Enkho Chef, cucina per te dall'antipasto al dolce.

È il perfetto alleato in cucina, per preparare tutti i giorni piatti sani e gustosi in modo facile e veloce. Non ti dovrai più preoccupare di sporcare tanti piatti, in un'unica ciotola lui può fare tutto, questo perché è un robot multifunzione: rosola, cuoce al vapore, impasta, frulla, mescola, emulsiona e trita. Scegli la ricetta, prepara gli ingredienti, segui i passaggi indicati e al resto pensa lui.

Tra gli accessori in dotazione trovate la lama tritatutto in acciaio inossidabile, la pala mescolatrice per amalgamare al meglio gli ingredienti senza guastarli, il cestello e l'annesso vassoio per la cottura a vapore,

la frusta a farfalla per montare panna e albumi, un misurino con funzione tappo e una spatola. Inoltre Enkho Chef è dotato di un comodo bilancino integrato che pesa fino a 5 kg.

In questo ricettario ti proponiamo una serie di ricette già collaudate, ricette base e più elaborate, ma tu puoi dilettarti nel testarne di nuove e perché no, inviarcele e condividerle con noi.

Le ricette di Enkho Chef non sono tutte qui, per consultare il ricettario completo che viene aggiornato costantemente visita il sito:

www.eurospinit/enkhochef/





CESTELLO VAPORE

Per cucinare a vapore piatti sani e leggeri. Utilizzare il cestello a vapore con almeno 0,5 l di acqua nella caraffa.

CARAFFA IN ACCIAIO INOSSIDABILE

Capacità massima 2 l.



BILANCIA INTEGRATA

Pesa fino a 5 kg con funzione tara.

DISPLAY LCD

Per visualizzare la temperatura, velocità, tempo e peso degli alimenti.

MISURINO

*cucina per te
dall'antipasto al dolce!*

Accessori



LAMA TRITATUTTO IN ACCIAIO INOSSIDABILE

Ideale per impastare, tritare, frullare, grattugiare il formaggio.



PALA MESCOLATRICE

Per mescolare gli ingredienti senza rovinarli. Ideale per risotti, verdure, ragù.



CESTELLO DI COTTURA

Posizionato all'interno della caraffa permette di cuocere gli alimenti.



Il cestello può essere usato per filtrare succhi di frutta o di verdure. È inoltre adatto alla preparazione di riso e altri cibi in piccole dosi. Può essere usato nella caraffa per cuocere a vapore.



FRUSTA A FARFALLA

Ideale per montare la panna o gli albumi.



ENKHO
Chef

Impostazioni e comandi

Temperatura

30°C / 40°C / 50°C / 60°C /
70°C / 80°C / 90°C / 100°C /
110°C / 120°C

Indicatore timer

Tasto Turbo

per aumentare la velocità.
Premere per passare subito alla
velocità 10, e togliere il dito dal
pulsante per arrestare
la funzione Turbo.

Tasto pesatura

Indicatore temperatura

Indicatore velocità



Velocità

0 / SL (Slow) / 1 / 2 / 3 /
4 / 5 / 6 / 7 / 8 / 9 / 10

Nota: sul display appare una
schermata vuota in modalità
standby oppure l'apparecchio smette
di funzionare dopo 5 minuti, portare
la velocità sull'impostazione 0.
L'apparecchio è pronto per essere
utilizzato di nuovo.

Peso / Timer

Peso: l'unità di misura
sono i grammi. Il peso
massimo è 5 kg.

Timer: (campo operativo del
timer: da 1 secondo a 99 minuti)

1-60 secondi:
agendo sui tasti "-" e "+", il tempo
aumenta di 1 secondo.

1-10 minuti:
agendo sui tasti "-" e "+", il tempo
aumenta di 30 secondi.

Sopra i 10 minuti:
agendo sui tasti "-" e "+", il tempo
aumenta di 1 minuto.

Consigli utili

VERDURE	Quantità MIN/MAX	Velocità	Tempo
Aglio	1 testa	8	5 secondi
Carota a pezzi di circa 3 cm	Da 50 a 300 g	Da 5 a 7	10 secondi
Cipolla a pezzi	Da 50 a 300 g	Da 4 a 7	10 secondi
Sedano a pezzi*	Da 50 a 300 g	Da 4 a 7	10 secondi

* Consiglio!

È consigliabile riunire sul fondo della
caraffa i pezzi di verdura rimasti sulle
pareti, aiutandosi con la spatola in
dotazione.

ERBE AROMATICHE	Quantità MIN/MAX	Velocità	Tempo
Prezzemolo*	Da 20 g a 100 g	6	5 secondi
Rosmarino	Da 20 g a 100 g	6	5 secondi
Salvia	Da 20 g a 100 g	6	5 secondi
Alloro	Da 20 g a 100 g	6	5 secondi

* Consiglio!

Inserire le erbe aromatiche nella caraffa
attraverso il foro del coperchio con le lame
in movimento in quantità non inferiori ai
20 g. Per tritare un quantitativo minore di
aromi è consigliabile tritarle insieme ad
altri ingredienti, quali aglio o cipolla.

CARNE	Quantità MIN/MAX	Velocità	Tempo
Bovino adulto*	Da 200 g a 400 g	Da 7 a 8	10/15 secondi
Vitello	Da 200 g a 400 g	Da 7 a 8	10/15 secondi
Maiale	Da 200 g a 400 g	Da 7 a 8	10/15 secondi
Pollo	Da 200 g a 400 g	Da 7 a 8	10/15 secondi
Mix di carni	Da 200 g a 400 g	Da 7 a 8	10/15 secondi
Prosciutto cotto, prosciutto crudo, mortadella, salumi vari	Da 70 a 400 g	5	10/15 secondi

* Consiglio!

Tagliare la carne, possibilmente magra
senza nervature ne pelle, a bocconcini di
circa 2-3 cm. Inserire la carne attraverso
il foro del coperchio con le lame in
movimento in quantità non inferiore ai
100 g per volta.

FORMAGGI	Quantità MIN/MAX	Velocità	Tempo
Parmigiano reggiano stagionatura 6-12 mesi*	Da 100 g a 300 g	Da 5 a 8 graduatamente alternando pulsioni con il pulsante Turbo	10/15 secondi
Parmigiano reggiano stagionatura 12-24 mesi	Da 100 g a 250 g	Da 5 a 8 graduatamente alternando pulsioni con il pulsante Turbo	15/25 secondi
Mozzarella / fiordilatte**	Da 80 a 300 g	5	5 secondi

* Consiglio!

Tagliare il parmigiano a pezzetti di circa
2-3 cm. Inserire il formaggio attraverso
il foro del coperchio con le lame in movimento
in quantità non inferiore ai 100 g per volta.

** Consiglio!

Per grattugiare i formaggi morbidi quali mozzarella,
provola ecc, è consigliabile tagliare il formaggio
a cubetti e raffreddarlo per circa 20 minuti nel
congelatore prima di tritarlo nel robot. In questo
modo il formaggio non si attaccherà alle lame.

Consigli utili

ALTRI INGREDIENTI	Quantità MIN/MAX	Velocità	Tempo
Pane raffermo (finemente)*	Da 50 a 300 g	Da 4 a 6 alternando pulsioni con il Turbo	15/20 secondi
Pane raffermo (grossolanamente)	Da 50 a 300 g	4	10 secondi
Caffè in chicchi	Da 100 a 250 g	9	1 minuto
Cereali o legumi secchi (riso, mais, tapioca, avena, lenticchie, ceci, fagioli)	Da 50 a 200 g	Da 8 a 10	2 minuti
Cioccolato fine	Da 50 a 200 g	Da 6 a 8	10 secondi
Cioccolato grosso	Da 50 a 200 g	7	5 secondi
Frutta secca: granella	Da 50 a 200 g	5	5 secondi
Frutta secca: farina	Da 50 a 200 g	Da 4 a 10 graduatamente	20 secondi
Ghiaccio a cubetti**	Da 100 a 400 g	Da 6 a 8	10/15 secondi
Zucchero semolato o di canna	Da 50 a 300 g	Da 8 a 10 + Turbo	10/20 secondi
Trito per gratin (1 panino raffermo, 1 spicchio di aglio, erbe aromatiche a piacere)	Da 50 a 300 g	4 - Turbo gradatamente	15/20 secondi

*Consiglio!

Tagliare il pane secco a pezzetti di circa 3 cm. Inserire il pane attraverso il foro del coperchio con le lame in movimento in quantità non inferiore ai 50 g per volta.

**Consiglio!

È consigliabile togliere il ghiaccio dal congelatore qualche minuto prima di tritarlo, in modo che si ammorbidisca leggermente evitando così eventuali danni alle lame.

Consigli utili

Cottura a vapore

- Inserite nella caraffa tanta acqua quanto basta ad arrivare alla prima tacca incisa all'interno.
- Disporre nel cestello di cottura le verdure precedentemente mondate.
- Chiudete il coperchio con il misurino inserito.
- Cuocete a 120°C, velocità Slow/1 per il tempo indicato nella ricetta.
- A termine cottura rimuovere con attenzione il misurino in modo che il vapore che si è creato all'interno della caraffa possa fuoriuscire.
- Aprite il coperchio e prelevate il cestello di cottura con l'aiuto della spatola in dotazione.

Con lo stesso metodo potete **cuocere contemporaneamente sia alimenti all'interno del cestello di cottura che nel cestello a vapore**. È molto importante controllare che il livello di acqua presente nella caraffa, in questo caso, non sia inferiore ad 1 litro.

Per ottenere una **cottura più uniforme**, tagliare gli ortaggi in pezzi tutti di uguale dimensione.

Distribuite in modo uniforme l'alimento da cuocere all'interno del cestello vapore, piano o fondo, evitando se possibile la sovrapposizione degli alimenti.

Quando cucinerete **al vapore della carne o del pesce** è consigliabile foderare il cestello vapore, piano o fondo, con un foglio di carta da forno precedentemente bagnata e ben strizzata in modo che l'alimento non si attacchi al fondo o in alternativa ungere il cestello vapore con dell'olio extravergine di oliva.

Per ottenere una **cottura finale più croccante o più morbida** degli alimenti è possibile diminuire o aumentare i tempi di cottura a seconda dei gusti personali.

Potete **aromatizzare l'acqua di cottura a vapore** inserendo, a seconda degli alimenti da cuocere (frutta, verdura, carne o pesce), bacche di ginepro o pepe, foglie di alloro, aghi di rosmarino, cannella, chiodi di garofano, anice stellato, scorza di limone o di arancia.

Indice ricette

Ricette base

Besciamella	p.14
Pane integrale	p.16
Ragù di carne	p.18
Dado vegetale	p.20
Impasto per pizza	p.22
Zucchero a velo	p.24

Primi piatti

Farfalle con crema di peperoni	p.28
Zuppa di cipolle	p.30
Gnocchi di patate	p.32
Pasta risottata tonno e pomodoro	p.34
Risotto zucchine e gamberetti	p.36
Risotto ai funghi	p.38
Vellutata di zucchine	p.40

Secondi piatti

Gateau di patate	p.44
Orata al vapore con pomodorini e capperi	p.46
Seppie con i piselli	p.48
Frittata al vapore con prosciutto e formaggio	p.50
Spezzatino di vitello	p.52

Contorni

Purè di patate	p.56
Caponata leggera	p.58
Tris di verdure al vapore	p.60

Dolci

Crema di nocciole e cioccolato	p.64
Torta di mele	p.66
Sorbetto alle fragole	p.68
Crema pasticceria	p.70
Pasta frolla classica	p.72
Marmellata di arance	p.74
Pancake	p.76
Panna montata	p.78
Spumone al caffè	p.80

In ogni ricetta sono indicati i seguenti simboli:



Grado di difficoltà di una ricetta: basso, medio o alto.



Tempo totale per realizzare la ricetta.



Numero di persone o peso/quantità del risultato finale della ricetta.



Costo medio di una ricetta: basso, medio o alto.

Ricette base



Ricette base

Besciamella



facile



500 ml



8 min



basso

Ingredienti

500 ml di latte intero
50 g di farina 00
50 g di burro morbido

Accessori

lama tritatutto + misurino

Preparazione

Versate nella caraffa tutti gli ingredienti e lavorate per **7 minuti a 90°C a velocità 2**. Infine omogenizzate la salsa per **3 minuti a 90°C a velocità 4**.

La besciamella è pronta per essere utilizzata. Potete conservarla in frigorifero per un massimo di 2 giorni chiusa all'interno di un contenitore ermetico.

La besciamella è una salsa base della cucina italiana e si presta a infinite preparazioni tradizionali come le classiche lasagne alla bolognese. Ma è ottima anche per sfornati di pasta, per rendere cremoso delle verdure gratinate come finocchi e zucca ad esempio ma è eccezionale anche per farcire le crepe. Una variante molto gustosa è quella ai funghi e per realizzarla basterà seguire queste

Sale q.b.
Noce moscata q.b.

indicazioni: preparare un soffritto inserendo nella caraffa l'olio e l'aglio e, con la pala mescolatrice montata, cuocete per 5 minuti a 100°C velocità Slow. Aggiungete poi i funghi puliti e tagliati a fettine e fate cuocere per 10 minuti a 100°C velocità Slow. A questo punto potrete togliere i funghi e tenerli da parte. Nella caraffa anche sporco eliminate la pala mescolatrice e versate il latte, la farina e il burro e cuocete tutti gli ingredienti a 90°C per 7 minuti velocità 2 come in quella classica. Aprite il coperchio e aggiungete infine i funghi preparate e amalgamate a 90°C per 2 minuti velocità 4. Infine omogenizzate per 2 secondi a velocità Turbo perché se il contenuto della caraffa è caldo la funzione non è attiva. Per realizzare una besciamella senza glutine potete sostituire la farina con l'amido.



Ricette base

Pane integrale



facile



4 persone



3 ore circa



basso

Ingredienti

500 g di farina integrale
100 g di farina o o Manitoba
350 g di acqua
12 g di lievito di birra fresco

Accessori

lama tritatutto + misurino

Preparazione

Inserite nella caraffa l'acqua, lo zucchero, il lievito fresco sbriciolato e lavorate per **2 minuti a 37°C a velocità 1**. Aggiungete la farina integrale, la farina e il sale. Impastate per **3 minuti a velocità 5**. Fate lievitare l'impasto per due ore o fino al raddoppio del suo volume direttamente nella caraffa chiuso con il coperchio o in una ciotola capiente e coperta con pellicola per alimenti o un canovaccio. Una volta raddoppiato di volume trasferitelo su una teglia rivestita di carta da forno e dategli la forma che più preferite. Potete ricavare una grande pagnotta o due filoncini. Una volta decisa la forma lasciate lievitare il pane per altri 15/20 minuti. Nel frattempo scaldare il forno a 250°C in modalità ventilato e infornate il pane.

3 cucchiaini di olio extravergine di oliva
2 cucchiaini di sale
½ cucchiaino di zucchero

Fate cuocere per 10 minuti poi abbassate la temperatura a 190°C e proseguite la cottura per altri 30 minuti. Lasciate raffreddare completamente prima di tagliarlo.

Potete arricchire il vostro pane integrale con semi di lino, di sesamo, di zucca o di girasole. Potete inserirli sia nell'impasto, nel momento in cui aggiungete le farine, ma anche spargerli sulla superficie. Per un gusto più sapido potete inoltre aggiungere all'impasto anche delle olive denocciolate e tritate grossolanamente. Se non avete a disposizione il lievito di birra fresco potete utilizzare 7/10 g di quello secco in busta. Una volta pronto il pane si conserva per circa 2 giorni in un sacchetto di carta. In alternativa potete anche congelarlo.



Ricette base

Ragù di carne



facile



4 persone



50 min



basso

Ingredienti

500 g di carne trita mista di manzo e maiale
700 g di passata di pomodoro
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
1 gambo di sedano
1 carota
1 cipolla

1 bicchiere di vino bianco secco
4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
Sale q.b.
Pepe q.b.
100 g di guanciale (facoltativo)

Accessori

lama tritatutto + misurino + spatola + pala mescolatrice

Preparazione

Mondate le verdure, tagliatele a pezzi grossolani poi inseritele nella caraffa e tritate a **velocità 7 per 5 secondi**. Raccogliete con la spatola il trito e tritate nuovamente per altri **5 secondi a velocità 7**. Aggiungete l'olio e la pancetta tritata, se piace, e fate rosolare per **3 minuti a 100°C velocità 1**. Aggiungere la pala mescolatrice prima di unire la carne macinata. Unite la carne macinata e cuocete per **5 minuti a 100°C velocità Slow**. Togliete il tappo del misurino e coprite con il vino bianco, facendolo sfumare dal foro prolungando la cottura per altri **5 minuti a 100°C velocità Slow**. Versate ora la passata di pomodoro, il concentrato, il sale, il pepe e fate cuocere **100°C per 20 minuti velocità Slow**.

Raccogliete con la spatola il ragù rimasto sul bordo della caraffa e proseguite la cottura per altri **10 minuti a 100°C velocità Slow**. Il ragù è pronto.

Per un risultato più cremoso potete aggiungere, dopo circa 20 minuti di cottura, 1 bicchiere di latte. Potete inoltre sostituire il vino bianco con del vino rosso. Potete scegliere il tipo di carne che preferite, solo manzo, manzo e vitello, manzo e maiale, vitello e maiale. Mentre per un tocco ancora più goloso potete aggiungere al trito di macinata anche un pezzetto di salsiccia o pasta di salame.



Ricette base

Dado vegetale



facile



3 vasetti
da 200 ml



25 min



basso

Ingredienti

600 g di verdure da brodo miste (sedano, carota, cipolla, zucchine, pomodori)

300 g di sale grosso

30 ml di vino bianco secco

2 foglie di basilico

1 foglia di alloro

1 mazzetto di prezzemolo

1 cucchiaio di olio extravergine di oliva

Accessori

lama tritatutto + misurino + spatola

Preparazione

Lavate le verdure, spuntatele e tagliatele a pezzi piuttosto grossolani. Inserirle nella caraffa insieme all'alloro, al basilico e al prezzemolo e tritate il tutto a **velocità Turbo per 5 secondi**. Raccogliete con la spatola le verdure dal bordo della caraffa e azionate di nuovo la funzione **Turbo per altri 5 secondi**. Aggiungete il sale grosso, l'olio, il vino bianco e fate cuocere a **120°C per 20 minuti a velocità 1** tenendo il misurino inclinato. Trascorso questo tempo omogenizzate tutto per **20 secondi a velocità 4**. Quando il boccale è caldo la funzione Turbo è disattivata. Versate il dado vegetale in vasetti sterilizzati e conservate in frigorifero per un massimo di 3 mesi.

Potete aggiungere a piacere anche dei funghi porcini o prataioli, zucca, porri, cavolfiore, coste o fagiolini a seconda della stagione e dei gusti. La quantità da utilizzare per un brodo vegetale classico e leggero è di circa 1 cucchiaino ogni litro d'acqua, ma la dose va regolata in base ai propri gusti. Se pensate di non utilizzare il brodo vegetale così frequentemente potete versarlo negli stampini del ghiaccio e congelarlo per 6 mesi in questo modo otterrete delle porzioni singole ben dosate.



Ricette base

Impasto per pizza



facile



2 persone



2 ore e 5 min



medio

Ingredienti

250 g di farina 00

250 g di farina Manitoba

250 ml di acqua tiepida

10 g di lievito di birra fresco o 8 di quello secco

1 cucchiaio di olio extravergine di oliva

½ cucchiaino di sale fino

Accessori

lama tritatutto

Preparazione

Inserite nella caraffa l'acqua, il lievito sbriciolato e l'olio. Impostate **35°C, 10 secondi, velocità 5**. Aprite il coperchio e aggiungete la farina 00, la farina Manitoba, il sale e impastate per **50 secondi a velocità 6**.

Proseguite impastando ad impulsi per **15 secondi a velocità 6 per 3 volte consecutive**.

Prelevate l'impasto che risulterà compatto ed elastico, trasferitelo in una ciotola capiente, coperta da pellicola per alimenti e fate lievitare l'impasto per circa 2/3 ore o fino al raddoppio del suo volume iniziale. Una volta lievitata stendete la pasta per la pizza direttamente su una teglia da forno spennellata di olio e conditela a piacere. Fate cuocere in forno caldo a 230°C per circa 12 minuti.

Potete realizzare anche una pasta per la pizza con farine alternative come integrale, di farro, di segale ecc. sostituendo il peso della farina 00 con quella che preferite.

Per una versione senza glutine potete invece sostituire entrambe le farine con una farina per pane senza glutine.



Ricette base

Zucchero a velo



facile



1 vasetto
da 250 g



2 min



basso

Ingredienti

250 g di zucchero semolato

Accessori

lama tritatutto + misurino

Preparazione

Nella caraffa perfettamente asciutta versate lo zucchero. Polverizzare per **10 secondi a velocità Turbo**. Conservate in un barattolo in un luogo asciutto.

Potete aromatizzare lo zucchero a velo con della scorza di limone non trattata, basterà polverizzare lo zucchero per 5 secondi in più.

Mentre per uno zucchero a velo colorato potete aggiungere una goccia di colorante alimentare e qualche goccia dell'aroma preferito, una volta polverizzato stendetelo su della carta da forno e lasciatelo asciugare per qualche minuto prima di conservarlo in un barattolo in modo da eliminare tutta l'umidità. Potete sostituire lo zucchero semolato con dello zucchero di canna.



Primi piatti



Primi piatti

Farfalle con crema di peperoni



facile



4 persone



40 min



basso

Ingredienti

350 g di pasta tipo farfalle

100 g di formaggio spalmabile o mascarpone

6 foglie di basilico o prezzemolo

1 peperone rosso

1 peperone giallo

1 scalogno o aglio

4 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Sale e pepe q.b.

Accessori

lama tritatutto + spatola + misurino + cestello di cottura

Preparazione

Nella caraffa tritate lo scalogno per **5 secondi** **velocità 5**, poi raccogliete il trito sul fondo della ciotola con la spatola e azionate la funzione **Turbo** per altri **3 secondi**. Aggiungete l'olio e fate soffriggere a **100°C** per **4 minuti** **a velocità 1**. Lavate, asciugate e tagliate i peperoni a pezzi grossolani eliminando i semi e tutti i filamenti bianchi. Inserirli nella caraffa insieme ad una presa di sale, al basilico e frullate per **30 secondi** **a velocità 4**.

Togliete il misurino dal coperchio, appoggiatelo sopra il cestello di cottura in modo da evitare la fuoriuscita di schizzi e fate cuocere per **20 minuti** **a 100°C** **a velocità 1**. Nel frattempo portate ad ebollizione abbondante acqua salata e fate cuocere la pasta seguendo i tempi

indicati sulla confezione. Quando la salsa di peperoni sarà giunta a fine cottura raccogliete con la spatola il sugo rimasto sulle pareti della caraffa, aggiungete il formaggio spalmabile, il pepe e amalgamate per **2 minuti** **a 100°C** **a velocità 1**.

Questa salsa si presta ad essere servita sia sulla pasta ma anche come condimento all'interno di una torta salata. Inoltre è perfetta anche da spalmare su delle fettine di pane abbrustolite o come farcitura a dei vol-au-vent. Potete aggiungere un peperoncino piccante a piacere, mentre per un risultato più cremoso e meno denso potete sostituire il formaggio spalmabile con della panna fresca.



Primi piatti

Zuppa di cipolle



facile



4 persone



40 min



basso

Ingredienti

500 g di cipolle bianche o dorate

600 ml di brodo vegetale o di carne

80 g di formaggio emmental o groviera

50 g di burro

35 g di farina

8/10 fette di pane

Sale e pepe q.b.

Accessori

pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Sbucciate le cipolle, poi tagliatele a fettine sottili. Coprite le lame con la pala mescolatrice e fate sciogliere nella caraffa il burro per **3 minuti a 100°C a velocità Slow**. Aggiungete le cipolle e fatele rosolare per **10 minuti a 100°C** con il misurino inserito. Unite anche la farina e proseguite la cottura per **2 minuti**. Coprite con il brodo vegetale, o di carne, bollente e fate cuocere per **20 minuti a 100°C velocità Slow**.

Mentre la zuppa è in cottura fate tostare sotto il grill del forno le fette di pane, in modo che risultino ben dorate e croccanti.

Nel frattempo grattugiare, con una grattugia a fori larghi, il formaggio. Versate la zuppa di

cipolle in ciotoline o cocotte individuali adatti al passaggio in forno, disponete un paio di fette di pane tostato, cospargete la superficie con il formaggio groviera o emmental grattugiato e fate gratinare sotto il grill del forno a 200°C per circa 5 minuti o fino a quando il formaggio si sarà sciolto.

Servite la zuppa di cipolle caldissima.

È una zuppa calda e corroborante, perfetta per la stagione fredda. Si presta ad essere arricchita da patate, ceci, fagioli e pezzi di pane vecchio per renderla cremosa.

Potete realizzarla anche con cipollotti freschi o cipolle rosse a seconda dei gusti personali.



Primi piatti

Gnocchi di patate



facile



4 persone



30 min



basso

Ingredienti

600 g di patate
300 g di farina 00
½ cucchiaino di sale fino

Accessori

lama tritatutto + misurino + cestello di cottura

Preparazione

Pelate le patate, tagliatele a cubetti di circa 1 cm e mettetele nel cestello di cottura. Versate nella caraffa circa 700 ml di acqua e inserite il cestello di cottura. Fate cuocere per **25 minuti a 120°C velocità 1** con il misurino inserito. Trascorso il tempo togliete il cestello e scolate le patate. Eliminate l'acqua dalla caraffa e versate le patate. Frullatele per **20 secondi a velocità 4**. Aggiungete 250 g di farina e impastate per **20 secondi a velocità 2**. Se l'impasto risultasse troppo morbido potete aggiungere altra farina. Stendete l'impasto ottenuto su una spianatoia infarinata e ricavate dei cordoncini larghi circa 1 cm e mezzo. Ricavate i gnocchi prelevando circa 2 cm di impasto e facendoli scivolare su un rigagnocchi o sui rebbi di una forchetta. Potete consumare subito gli gnocchi cuocendoli in abbondante acqua salata e, man mano che verranno a galla, scolateli con una schiumarola. In alternativa potete disporli su un vassoio

infarinato e riporli nel congelatore per circa 1 ora, poi potete chiuderli in un sacchetto e congelarli per un massimo di 3 mesi. Al bisogno basterà calarli in acqua bollente e consumarli con un condimento a piacere.

Per la versione degli gnocchi agli spinaci senza patate basterà far cuocere nel cestello di cottura 250 g di spinaci surgelati e cuocerli al vapore per 20 minuti a velocità 1. Scolateli, strizzateli per bene, inseriteli nella caraffa e tritateli per 10 secondi a velocità 7. Aggiungete 150 g di farina e amalgamate il tutto per 30 secondi a velocità 3. Se il composto dovesse risultare troppo morbido potete aggiungere altra farina e amalgamate di nuovo fino ad ottenere la consistenza desiderata. Trasferite l'impasto ottenuto su una spianatoia e procedete allo stesso modo degli gnocchi di patate.



Primi piatti

Pasta risottata al tonno e pomodoro



facile



4 persone



20 min



basso

Ingredienti

500 ml di acqua calda

400 g di passata di pomodoro

280 g di pasta

160 g di tonno sgocciolato

1 cipolla

3 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Sale q.b.

Prezzemolo fresco q.b.

Accessori

lama tritatutto + spatola + pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Inserite nella caraffa la cipolla e tritatela per **10 secondi a velocità 7**. Raccogliete il trito sul fondo della caraffa con la spatola, aggiungete l'olio e fate rosolare per **3 minuti a 100°C, velocità 1**. Inserite la pala mescolatrice, aggiungete il tonno sgocciolato e qualche fogliolina di prezzemolo. Lasciate insaporire per **1 minuto, 100°C velocità 1**. Aggiungete anche la passata di pomodoro, l'acqua calda, il sale e impostate **5 minuti, 100°C velocità Slow**. Aprite il coperchio, aggiungete la pasta e un pizzico di sale grosso poi richiudete. Fate cuocere per il tempo indicato sulla

confezione della pasta, per questo formato ci vorranno circa **9 minuti, 100°C, velocità Slow**. Quando mancano 3 minuti al termine della cottura togliete il tappo misurino in modo che il vapore evapori. Servite calda.

Al posto della passata di pomodoro potete utilizzare dei pomodorini freschi tagliati a metà o in alternativa due cucchiaini di concentrato di pomodoro. Potete sostituire il tonno con dello sgombrò e aggiungere una manciata di capperi e qualche oliva.



Primi piatti

Risotto zucchine e gamberetti



facile



4 persone



35 min



basso

Ingredienti

750 ml di brodo vegetale

300 g di riso Carnaroli

250 g di zucchine

250 g di gamberetti in salamoia o congelati

40 ml di vino bianco secco

½ cipolla bianca

3 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Sale e pepe q.b.

Prezzemolo fresco q.b.

Accessori

lama tritatutto + spatola + pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Mondate le zucchine e riducetele a dadini. Sbucciate la cipolla, poi tagliatela a metà e inseritela nella caraffa. Raccogliete sul fondo il trito ottenuto con l'aiuto della spatola. Tritatela per **5 secondi a velocità 5**. Aggiungete l'olio extravergine di oliva e lasciate rosolare per **5 minuti a 100°C velocità 1**. Aprite il coperchio, coprite le lame con la pala mescolatrice. Inserite le zucchine e fatele cuocere a **100°C per 5 minuti velocità Slow**. Inserite anche il riso e fatelo tostare per **4 minuti a 110°C velocità Slow**, poi sfumate con il vino bianco versandolo dal foro sotto il misurino e lasciate evaporare l'alcol per **5 minuti, 100°C, velocità 1**. Dal foro versate il brodo vegetale bollente e proseguite la cottura per circa **7 minuti**. A questo punto aggiungete all'interno anche i gamberetti e portate a termine

la cottura per altri 8 minuti circa. Servite il risotto caldo con del prezzemolo fresco e una grattugiata di pepe appena macinato.

Realizzare il risotto con il robot è davvero semplice e veloce e la riuscita è assicurata. Per calcolare la quantità adatta di liquido da inserire nella caraffa bisogna semplicemente raddoppiare il peso del riso più 100 ml di brodo. Tutto dipende molto anche dal tipo di riso utilizzato, il Carnaroli ad esempio assorbe più acqua rispetto ad un Parboiled che richiede al massimo solo il doppio del suo peso. Potete sostituire i gamberetti con gamberi o surimi, ma anche del salmone affumicato. In questo caso il consiglio è quello di aggiungerlo solo qualche istante prima di terminare la cottura.



Primi piatti

Risotto ai funghi



facile



4 persone



30 min



basso

Ingredienti

700 ml di acqua

350 g di riso Carnaroli

300 g di funghi freschi a scelta (o surgelati)

50 ml di vino bianco secco

40 g di parmigiano

1 noce di burro

1 cucchiaino di dado vegetale

(vedi ricetta) o granulare

1 scalogno

3 cucchiai di olio

Sale q.b.

Prezzemolo q.b.

Accessori

lama tritatutto + spatola + pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Pulite i funghi eliminando la parte terrosa e pulendoli delicatamente con uno straccetto. Disponete nella caraffa il parmigiano intero e tritatelo per **10 secondi funzione Turbo**. Conservatelo in una ciotola a parte. Nella caraffa non lavata aggiungete lo scalogno e tritatelo per **5 secondi velocità 7**. Raccogliete sul fondo il trito ottenuto con l'aiuto della spatola. Versate l'olio e fate insaporire per **3 minuti a 120°C a velocità 3**. Aggiungete i funghi e fateli cuocere per **2 minuti a 100°C velocità Slow**. Inserite la pala mescolatrice, versate il riso e fatelo insaporire per **3 minuti a 120°C velocità Slow**. Eliminate il misurino dal coperchio e sfumate il con il vino bianco per **1 minuto a 100°C velocità Slow**. Versate l'acqua, il dado vegetale e con la spatola mescolate smuovendo il riso che si sarà depositato sul fondo della caraffa. Proseguite la cottura per **14 minuti a 100°C velocità Slow** togliendo il misurino e

coprendo il foro con il cestello di cottura. A fine cottura assaggiate per capire se la cottura è stata completata o si ha la necessità di allungare di 1 o 2 minuti i tempi di cottura. Mantecate con la noce di burro e il parmigiano a **100°C per 30 secondi velocità Slow**. Servite il risotto con una spolverata di prezzemolo fresco tritato.

Se preferite potete utilizzare anche i funghi porcini secchi in questo caso ne serviranno circa 20 g e andranno ammollati per almeno 15 minuti in acqua fredda. Per un risotto ancora più goloso e saporito potete aggiungere 120 g di salsiccia. Basterà aggiungerla subito dopo aver rosolato la cipolla ma prima di inserire i funghi. Se invece siete amanti del pomodoro questo risotto si presta moltissimo a questa variante, potete infatti aggiungere due cucchiai di concentrato nel momento in cui inserirete l'acqua o il brodo vegetale.



Primi piatti

Vellutata di zucchini



facile



4 persone



35 min



basso

Ingredienti

600 ml di acqua o brodo vegetale

500 g di zucchini

250 g di patate

10 foglie di basilico

Accessori

lama tritatutto + spatola + misurino

Preparazione

Pulite lo scalogno poi inseritelo nella caraffa e tritatelo per **5 secondi velocità Turbo**. Riunite sul fondo della caraffa con la spatola il trito di scalogno, aggiungete l'olio e fatelo rosolare per **1,5 minuti a 100°C velocità 2**. Aggiungete ora le zucchini a pezzi grossolani, le patate a dadini, il basilico, il sale e il pepe e fate cuocere a **100°C per 30 minuti a velocità 1**. A fine cottura lasciate intiepidire leggermente fino a quando la temperatura all'interno della caraffa non raggiunge i 45°C prima di omogenizzare per **30 secondi a velocità 9**.

1 scalogno

3 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Sale e pepe q.b

Nel frattempo tostate i crostini di pane in forno caldo o in una padella antiaderente leggermente unta di olio.

Servite la vellutata in piatti individuali insieme ad un giro di olio a crudo (o panna se piace) e ai crostini di pane croccanti.

Per un contrasto di sapori davvero sorprendente potete aggiungere della pancetta croccante o delle fettine di speck. Mentre per un tocco raffinato è possibile aggiungere in ogni piatto qualche gambero saltato in padella.



Secondi



Secondi piatti

Gateau di patate



facile



4 persone



60 min



basso

Ingredienti

600 g di patate

200 g di prosciutto cotto

125 ml di latte intero

120 g di provola o pasta filata

80 g di parmigiano

50 g di burro

3 uova

Pangrattato q.b.

Sale e pepe q.b.

Accessori

lama tritatutto + frusta a farfalla + misurino

Preparazione

Riducete il parmigiano a pezzetti, inseriteli nella caraffa e grattugiatelo per **10 secondi velocità Turbo**. Poi trasferitelo in una ciotola e tenetelo da parte. Inserite la frusta a farfalla posizionandola sulle lame. Pelate le patate, riducetele a rondelle o dadini di circa 2 cm e mettetele nella caraffa insieme al latte e un pizzico di sale. Fate cuocere a **90°C per 25 minuti velocità Slow**. Unite il burro, il parmigiano, il pepe e amalgamate gli ingredienti per **20 secondi a velocità 3**. Avrete ottenuto ora un purè soffice e cremoso. Azionate di nuovo il robot a **velocità 3** e, togliendo il misurino, inserite nel foro un uovo alla volta, poi proseguite ad amalgamare per altri 20 secondi circa. Imburrate una pirofila da forno e cospargete la base con del pangrattato. Disponete uno strato con metà del composto,

ricopritelo con la provola e il prosciutto cotto poi terminate con il composto rimanente. Livellate la superficie con una spatola e cospargete ancora con del pangrattato e una noce di burro. Fate cuocere per circa 30 minuti in forno caldo a 200°C. Prima di servirlo lasciatelo intiepidire. Il giorno dopo risulterà ancora più compatto e gustoso.

Potete farcire il gateau di patate con formaggi e salumi a piacere: scamorza affumicata, speck, salame, dadini di prosciutto, mortadella.

Per un tocco profumato potete aggiungere erbe aromatiche a piacere. Se invece desiderate un gateau più leggero potete sostituire il latte intero con quello scremato o con dell'acqua.



Secondi piatti

Orata al vapore con pomodorini e capperi



facile



4 persone



45 min



medio

Ingredienti

600 g di patate
1 orata pulita da 600 g circa o 2 da 300 g l'una
500 ml di acqua
200 g di pomodorini
12 olive nere
1 cucchiaino di fiori di capero o capperi dissalati

Accessori

lama tritatutto + spatola + cestello vapore

Preparazione

Inserite nella caraffa l'aglio e il prezzemolo e tritatelo per **5 secondi a velocità 7**. Prelevate il trito e distribuitelo nella pancia dell'orata insieme a delle fettine di limone. Versate nella caraffa l'acqua. Appoggiate sul cestello per la cottura a vapore un foglio di carta da forno bagnato e strizzato. Adagiateci sopra l'orata, insieme ai pomodorini tagliati a metà, le olive e i capperi. Condite il tutto con un cucchiaino di olio extravergine di oliva e richiudete la carta da forno su sé stessa in modo da formare

½ spicchio d'aglio
½ limone
2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
Sale e pepe nero q.b.
Prezzemolo q.b.

un cartoccio. Infine chiudete il vassoio con il coperchio. Accendete il robot impostando una temperatura di **120°C per 40 minuti a velocità 1**. Servite il pesce condito con il fondo di cottura che si sarà formato all'interno del cartoccio.

Potete aggiungere anche le classiche patate, in questo caso andranno tagliate a tocchetti regolari e stese all'interno del secondo vassoio oppure cotte direttamente nel cestello.



Secondi piatti

Seppie e piselli



facile



4 persone



35 min



medio

Ingredienti

600 g di seppie fresche o surgelate

300 g di piselli surgelati

200 ml di passata di pomodoro o pomodorini

50 ml di vino bianco secco

1 spicchio di aglio

½ cipolla bianca

2 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Prezzemolo fresco q.b.

Sale e pepe q.b.

Accessori

lama tritatutto + spatola + pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Inserite nella caraffa l'aglio, la cipolla, il prezzemolo e tritatelo per **5 secondi a velocità 7**. Raccogliete sul fondo il trito ottenuto con l'aiuto della spatola. Aggiungete i 2 cucchiaini di olio e fate rosolare per **4 minuti a 100°C, velocità 1**. Inserite la pala mescolatrice, aggiungete le seppie lavate e asciugate per bene e fatele insaporire per **5 minuti a 110°C, velocità Slow**.

Togliete il tappo misurino e sfumate con il vino bianco per **3 minuti**. Aggiungete la passata di pomodoro e cuocete, proseguite la cottura per **13 minuti a 100°C, velocità Slow**.

Trascorso questo tempo aggiungete anche i piselli surgelati. Portate a termine la cottura per altri **10 minuti a 100°C, velocità Slow**. Servite in piatti individuali.

Al posto della passata di pomodoro potete utilizzare dei pomodorini freschi tagliati a metà o in alternativa due cucchiaini di concentrato di pomodoro. Per un tocco più saporito e piccante potete aggiungere al soffritto iniziale del peperoncino o della paprika. Una gustosa variante è quella di sostituire le seppie con dei polpi e i piselli con i ceci.



Secondi piatti

Frittata al vapore con prosciutto e formaggio



facile



4 persone



40 min



medio

Ingredienti

500 ml di acqua
100 g di prosciutto cotto a cubetti
100 g di provola a cubetti
6 uova

Accessori

lama tritatutto + spatola + cestello a vapore

Preparazione

Rompete nella caraffa le uova, aggiungete il parmigiano, il sale, il pepe, le erbe aromatiche e azionate per **30 secondi a velocità 5**. Aggiungete il prosciutto cotto a dadini, la provola e mescolate con la spatola. Coprite con un foglio di carta da forno, bagnato e strizzato, il fondo del cestello a vapore e versateci sopra il composto della caraffa. Versate 500 ml di acqua nella caraffa, posizionate il vassoio coperto sopra la caraffa e impostate una temperatura di **110°C per 40 minuti velocità Slow**. Servitela calda o tiepida.

2 cucchiaini di parmigiano grattugiato
Sale e pepe q.b.
Prezzemolo e timo freschi o erbe aromatiche a piacere q.b.

Potete realizzare questa frittata con svariati ingredienti: salmone affumicato, erbe aromatiche, spinaci tritati, asparagi, zucchine ma anche con della ricotta o aggiungendo poca panna da cucina. Inoltre per un risultato ancora più leggero potete utilizzare i soli albumi, in questo caso saranno necessarie 10 uova o in alternativa potete utilizzare l'albume liquido pronto.



Secondi piatti

Spezzatino di vitello



media



4 persone



50 min



medio

Ingredienti

500 g di bocconcini di vitello
300 g di patate
250 g di passata di pomodoro
70 ml di acqua
1 costa di sedano
1 carota

1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
1 bicchiere di vino bianco
 $\frac{1}{2}$ cipolla
4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
Farina q.b.
Sale e pepe q.b.

Accessori

lama tritacutto + spatola + pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Mondate le verdure, poi tagliatele a pezzi grossolani e inseritele nella caraffa infine tritatele per **10 secondi velocità Turbo**. Raccogliete sul fondo della caraffa il trito ottenuto aiutandovi con la spatola. Togliete il misurino, inserite l'olio e fare rosolare **a 100°C per 3 minuti a velocità 1**. Nel frattempo inserite la carne in un sacchetto per alimenti insieme alla farina, poi agitatelo con decisione per qualche istante fino a quando ogni bocconcino verrà completamente ricoperto. Inserite la pala mescolatrice, riposizionate il misurino e unite la carne al soffritto. Fatela insaporire per **10 minuti a 120°C velocità Slow**. Dal foro sul coperchio inserite il vino bianco e, senza misurino, lasciatelo sfumare per **5 minuti a 120° velocità Slow**. Aggiungete ora la passata di pomodoro, il concentrato, l'acqua, il sale, il pepe e fate cuocere per **15 minuti a 100°C velocità 1**.

Nel frattempo pelate e tagliate le patate a dadini di circa 2 cm e, una volta terminato il tempo di cottura, aggiungetele allo spezzatino. Fate cuocere il tutto ancora per **15 minuti a 100°C velocità Slow**. In questa ultima fase è consigliabile seguire la cottura e, se fosse necessario, potete aggiungere un poco di acqua nel caso in cui lo spezzatino risultasse troppo asciutto. Servitelo caldo.

Potete utilizzare anche del vino rosso se vi piace, se volete dare un tocco in più al classico spezzatino potete aggiungere del peperoncino piccante in polvere o fresco. Per un piatto ancora più completo potete aggiungere insieme alle patate anche dei piselli, freschi o surgelati. Potete preparare questo piatto con largo anticipo e conservarlo in frigorifero per un massimo di 3 giorni. È invece possibile congelare lo spezzatino avanzato per un massimo di 3 mesi.



Contorni



Contorni

Purè di patate



facile



4 persone



35 min



basso

Ingredienti

800 g di patate

400 ml di latte intero

40 g di burro

40 g di parmigiano grattugiato

Sale q.b.

Noce moscata q.b.

Accessori

frusta a farfalla + misurino

Preparazione

Pelate le patate e riducetele a dadini di circa 2 cm. Disponetele nella caraffa in cui avrete inserito la frusta a farfalla posizionandola sulle lame. Aggiungete il latte, il sale e fate cuocere a **90°C per 30 minuti velocità 1** con il misurino inserito.

Unite il burro, il parmigiano, la noce moscata e amalgamate per **40 secondi velocità 3**. Servite.

Per ottenere una cottura uniforme è consigliabile tagliare i dadini di patate della stessa dimensione o utilizzare una mandolina.

Per una versione vegana del purè, potete sostituire latte, burro e parmigiano con 300 ml di acqua e unire a fine cottura 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva.



Contorni

Caponata leggera



facile



4/6 persone



15 min



basso

Ingredienti

500 g di melanzane

150 g di passata di pomodoro

80 g di olive nere

20 g di uvetta

20 g di pinoli

20 g di capperi dissalati o sott'aceto

3 gambi di sedano

2 cucchiaini di zucchero semolato

1 cipolla bianca

3 cucchiaini di aceto di vino bianco

6 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Sale q.b.

Accessori

lama tritatutto + spatola + pala mescolatrice + misurino

Preparazione

Eliminate le foglie esterne e spuntate la cipolla poi dividetela in quattro parti, inseritela nella caraffa e tritatela per **5 secondi a velocità Turbo**. Riunite sul fondo della caraffa con l'aiuto della spatola il trito ottenuto, aggiungete 4 cucchiaini di olio e fatelo rosolare per **5 minuti a 100°C velocità 1**. Spuntate le melanzane e riducetele a dadini di circa 1 cm per lato. Inserite la pala mescolatrice, aggiungete le melanzane e fatele cuocere per **5 minuti a 100°C a velocità Slow**. Aggiungete il sedano ridotto a tocchetti e proseguite la cottura per **5 minuti a 100°C a velocità Slow**. Unite ora la passata di pomodoro, il sale, il basilico e continuate la cottura per **10 minuti a 100°C sempre a velocità Slow**. Trascorso il tempo indicato aprite il coperchio e aggiungete le olive, i capperi, i

pinoli, l'uvetta, lo zucchero, l'aceto e infine i due cucchiaini di olio rimasti. Fate cuocere per **10 minuti a 100°C velocità Slow** senza il misurino inserito. Lasciate raffreddare prima di consumare, poi regolate eventualmente di sale e pepe.

La caponata è ottima servita come contorno ma può diventare un goloso e sfizioso piatto unico se servita su crostini di pane croccanti. Per un tocco più deciso potete aggiungere anche un peperone o un peperoncino piccante. Mentre potete sostituire le foglie di basilico con del prezzemolo o della menta fresca. Esiste anche una variante molto golosa e tipica della cucina siciliana dove si aggiunge alla caponata classica anche del pesce spada fresco ridotto a dadini.



Contorni

Tris di verdure al vapore



facile



4 persone



30 min



basso

Ingredienti

500 g di broccolo

500 g di cavolfiore

500 ml di acqua

4 carote

Accessori

cestello vapore

Preparazione

Mondate le verdure e riducete a cimette il broccolo e il cavolfiore, mentre tagliate a rondelle le carote precedentemente sbucciate. Versate nella caraffa 500 ml di acqua. Coprite con il coperchio e posizionate il cestello vapore rivestito di carta da forno bagnata e ben strizzata. Disponete le verdure sul vassoio ben allineate in modo che non si sovrappongano troppo e coprite con il coperchio. Azionate il robot impostando una temperatura di **120°C per 30 minuti a velocità 1**.

Una volta terminata la cottura trasferite le verdure in un piatto e conditele a piacimento con olio, sale e pepe o con una salsa di yogurt greco.

Potete cuocere in questo modo anche le zucchine, i fagiolini, gli asparagi ridotti a tocchetti e le patate.

Questo tris di verdure è ottimo servito come contorno semplice ma si presta benissimo anche ad essere arricchito con una besciamella e fatto gratinare in forno per pochi minuti.



Dolci



Dolci

Crema di nocciole e cioccolato



facile



500 g



12 min



basso

Ingredienti

200 g di cioccolato fondente

150 g di nocciole tostate

150 g di latte intero

100 g di cioccolato bianco

90 g di zucchero

20 g di latte condensato

2 cucchiai di olio di semi di arachidi
o girasole

Accessori

lama tritatutto + spatola + misurino

Preparazione

Versate nella caraffa lo zucchero e polverizzatelo per **10 secondi velocità Turbo**. Inserite le nocciole insieme allo zucchero e tritatele per **20 secondi a velocità 6**. Spatolate per riporre sul fondo le nocciole che si saranno depositate sulle pareti della caraffa poi tritate di nuovo il tutto per **2 minuti a velocità 5**. Spezzettate il cioccolato fondente e il cioccolato bianco in modo grossolano e metteteli nella caraffa. Tritate per **40 secondi a velocità 8**. Spatolate di nuovo e versate il latte, il latte condensato e l'olio. Chiudete il coperchio e fate cuocere per **7 minuti a 50° velocità 4**. Spatolate nuovamente, lasciate intiepidire per qualche minuto e omogenizzate la crema per **30 secondi a velocità 8**. La crema di nocciole e cioccolato è pronta. Potete utilizzarla da spalmare sul pane, per farcire crostate o decorare biscotti.

Conservatela in frigorifero in un vasetto di vetro sterilizzato per circa 2 settimane al massimo. Potete realizzare questa crema anche con mandorle e pistacchi non salati o anche un mix di entrambi. Se non amate il cioccolato bianco potete sostituirlo con quello al latte o utilizzare solo cioccolato fondente in questo caso sarà consigliabile aumentare di 30 g circa la quantità di zucchero. Per una nota più caratteristica potete aggiungere la punta di un cucchiaino di peperoncino in polvere oppure un pizzico di fior di sale, per un contrasto dolce salato davvero strepitoso. Se invece volete ottenere una crema di nocciole 100% vegana potete sostituire il latte con 130 g di latte di riso o altro latte vegetale a piacere.



Dolci

Torta di mele



facile



22 cm ø



40 min



basso

Ingredienti

200 g di farina 00

150 g di zucchero semolato

100 g di burro morbido

100 ml di latte

4 mele renette

3 uova

Accessori

lama tritatutto + misurino + spatola

Preparazione

Sbucciate le mele, eliminate il torsolo, riducetele a fettine sottili utilizzando un coltello o una mandolina e disponetele man mano in una ciotola in cui avrete spremuto il succo di limone. Preriscaldate il forno a 180°C. Nel frattempo setacciate la farina con il lievito e la cannella poi imburrate in farinate uno stampo apribile. Versate nella caraffa le uova, 130 g di zucchero e la scorza del limone grattugiata. Amalgamate per **5 minuti, velocità 2**. Aprite il coperchio e versate il latte, il burro morbido a pezzetti, la farina setacciata e lavorate per **1 minuto a velocità 7**. Aggiungete metà delle mele preparate e mescolate con la spatola. Versate l'impasto ottenuto nella teglia imburata e decorate con le fettine di mela rimaste, disponendole a raggiera.

la scorza e il succo di **1** limone

½ cucchiaino di cannella

½ bustina di lievito per dolci

1 pizzico di sale

Zucchero a velo per guarnire

Cospargete la superficie del dolce con i 20 g di zucchero avanzato. Fate cuocere a 80°C in forno statico per circa 35 minuti, facendo sempre la prova stecchino prima di sfornare la torta. Lasciatela completamente raffreddare prima di spolverizzarla con dello zucchero a velo.

È ottima anche servita tiepida accompagnata da una pallina di gelato al fiordilatte o della crema inglese. Per i più golosi è possibile aggiungere delle gocce di cioccolato al latte o fondente all'interno dell'impasto o sulla superficie, ma anche noci, crema di nocciole o ricotta. Mentre per una versione light potete sostituire il burro con circa 80 ml di olio di semi di girasole o in alternativa con un vasetto di yogurt alla vaniglia.



Dolci

Sorbetto alle fragole



facile



4/6 persone



1 min



basso

Ingredienti

500 g di fragole congelate

150 g di zucchero

il succo di ½ limone

Accessori

lama tritatutto + misurino + spatola

Preparazione

Togliete le fragole dal congelatore 5 minuti prima di utilizzarle in modo che si ammorbidiscano un poco e facilitare così il lavoro alle lame. Inserite nella caraffa lo zucchero e polverizzatelo per 10 secondi a **velocità Turbo**. Raccogliete sul fondo della caraffa lo zucchero ottenuto aiutandovi con la spatola. Aprite il coperchio e versate all'interno il succo del limone insieme alle fragole. Impostate **40 secondi velocità 6**. Il sorbetto è pronto per essere servito.

Potete sostituire le fragole con dell'ananas, delle pesche, del melone o qualche fetta di anguria. In questo ultimo caso sarà però necessario diminuire la quantità di zucchero utilizzandone al massimo 100 g in quanto è un frutto particolarmente dolce.



Dolci

Crema pasticciera



facile



1 l di crema



15 min



basso

Ingredienti

1 l di latte intero

170 g zucchero

50 g di farina 00

50 g di amido di mais

4 tuorli

1 limone non trattato (scorza)

estratto o bacca di vaniglia (facoltativo)

Accessori

lama tritatutto + misurino

Preparazione

Disponete nella caraffa lo zucchero e la scorza grattugiata del limone, poi polverizzate per **15 secondi a velocità 8**. Aggiungete nella caraffa anche il latte, i tuorli, la farina, l'amido e i semi della vaniglia. Cuocere **14 minuti, 90° velocità 4**. Terminata la cottura la crema risulterà densa e uniforme. Versatela in una terrina e fatela raffreddare per circa 30 minuti a temperatura ambiente coprendola con della pellicola a contatto. Poi riponetela in frigorifero per almeno 20 minuti prima di utilizzarla. Per una quantità minore potete dimezzare le dosi e il tempo di cottura.

Potete realizzare anche una crema pasticciera al cioccolato aggiungendo a metà cottura 100 g di cioccolato tritato. Mentre per una versione al caffè potete aggiungere 100 g di caffè, espresso o della moka, insieme al latte. Per una versione senza glutine basterà eliminare la farina e utilizzare 100 g di amido di mais. Mentre per una versione vegana potete utilizzare 1 litro di latte vegetale, 110 g di amido di mais e un pizzico di curcuma per creare il colore giallo tipico della crema pasticciera seguendo lo stesso procedimento indicato sopra.



Dolci

Pasta frolla classica



facile



500 g



15 min



basso

Ingredienti

300 g di farina 00

150 g di burro

150 g di zucchero

1 uovo intero + **1** tuorlo

1 limone non trattato

Accessori

lama tritatutto + misurino + spatola

Preparazione

Lavate il limone, asciugatelo e ricavatene la scorza con un pelapatate, facendo attenzione a non prelevare eventuali parti bianche che risulterebbero poi amarognole. Versate nella caraffa la scorza e lo zucchero poi frullate per **15 secondi a velocità 7**. Tagliate il burro, unitelo allo zucchero e frullate per **25 secondi a velocità 5**. Aggiungete ora l'uovo intero e il tuorlo e lavorate di nuovo per **25 secondi a velocità 5**. Unite la farina setacciata e lavorate per **15 secondi a velocità 5**. Con l'aiuto della spatola togliete l'impasto dalla caraffa, stendetelo su una spianatoia infarina e dategli la forma di una palla. Avvolgetela nella carta stagnola e lasciatela riposare in frigorifero per almeno 30 minuti prima di utilizzarla.

La pasta frolla è la base ideale per la preparazione di crostate, biscotti e pasticceria

mignon. Può essere conservata nel congelatore per circa 3 mesi, al bisogno basterà scongelarla lentamente nel frigorifero e utilizzarla quando risulterà morbida. Una variante molto golosa è la pasta frolla al cacao. Per realizzarla seguite il procedimento indicato per la pasta frolla classica ma aggiungete 30 g di cacao insieme alla farina. Mentre per una versione salata potete procedere in questo modo: mettete nella caraffa 50 g di parmigiano a pezzi e tritatelo per 10 secondi a velocità Turbo. Aggiungete poi 400 g di farina 00 e un cucchiaino di sale fino e lavorate per 5 secondi a velocità 4. Unite 2 uova intere, 180 g di burro freddo a pezzetti e impastate per 20 secondi a velocità 5. Avvolgete il panetto ottenuto nella pellicola e lasciatelo riposare in frigorifero per almeno 30 minuti prima di utilizzarlo. È ottimo per crostate salate e piccoli stuzzichini da buffet.



Dolci

Marmellata di arance



facile



4 vasetti
da 250 g



60 min



basso

Ingredienti

1 kg di arance

500 g di zucchero

Accessori

lama tritatutto + misurino + spatola

Preparazione

Eliminate la buccia e la scorza dalle arance, poi con un coltellino affilato pelatele al vivo, cercando di eliminare ogni traccia di filamenti bianchi e semi. Pesate la polpa ottenuta che dovrebbe essere di circa 700 g.

Nella caraffa versate le arance a fettine e lo zucchero e cuocete per **30 minuti a 100°C a velocità Slow**. Trascorso questo tempo raccogliete con la spatola la marmellata che sarà rimasta sui bordi e fate addensare per altri **15 minuti a 100°C a velocità 1**.

La marmellata è pronta per essere versata in vasetti di vetro precedentemente sterilizzati. Si conserva al buio e in un luogo asciutto per 1 anno. Una volta aperto il barattolo conservatelo in frigorifero e consumatelo nel giro di 1 settimana.

Potete sterilizzare i vasetti inserendo mezzo cm di acqua all'interno e inserendoli poi nel forno caldo a 100°C per 10 minuti e lasciandoli poi raffreddare chiusi all'interno del forno. Oppure potete utilizzare il metodo classico che prevede di avvolgerli in canovacci e farli bollire in una pentola colma di acqua per circa 20 minuti e lasciandoli poi raffreddare all'interno della pentola stessa.

Una variante di questa marmellata di arance è senza dubbio quella di agrumi misti. Per realizzarla occorre seguire lo stesso procedimento riportato sopra ma invece di utilizzare le sole arance è possibile mescolare fra loro mandarini, pompelmi, limoni, lime.



Dolci

Pancake



facile



4/6 persone



15 min



basso

Ingredienti

300 ml di latte intero
250 g di farina 00
50 g di burro
50 g di zucchero

Accessori

lama tritatutto + misurino

Preparazione

Versate nella caraffa il latte, 30 g di burro, la farina, lo zucchero, il lievito e il bicarbonato. Lavorate per **30 secondi a velocità 3** con il misurino inserito. Imburrate una piccola padellina e con un mestolo di piccole dimensioni versate l'impasto. Fate cuocere per circa 1 minuto per lato poi, con l'aiuto di una spatola, girate i pancake e proseguite la cottura anche dal lato opposto. Man mano che i pancake saranno pronti impilateli uno sopra l'altro su un piatto. Serviteli con il classico sciroppo d'acero oppure del cioccolato e frutta fresca a piacere. Una volta pronti i pancake si conservano in frigorifero per due giorni al massimo.

2 uova intere
½ bustina di lievito per dolci
½ cucchiaino di bicarbonato

È possibile aggiungere all'impasto dei pancake anche frutta a pezzi come fragole o frutti di bosco ma anche pezzetti di cioccolato o realizzarli anche con una parte di farina di mandorle, nocciole o cocco.

Per una versione salata potete sostituire lo zucchero con un generoso pizzico di sale. Potrete così farcirli con formaggio spalmabile e salmone affumicato ad esempio, ma anche con verdure grigliate oppure con i classici salumi. Mentre per una versione ancora più gustosa potete aggiungere già nell'impasto salato pezzetti di formaggio o fettine di speck o pancetta tritati.



Dolci

Panna montata



facile



4 persone



20 min



basso

Ingredienti

500 g di panna fresca

Accessori

frusta a farfalla + spatola + cestello di cottura

Preparazione

Inserite la frusta a farfalla sulle lame e riponete la caraffa in frigorifero per almeno 20 minuti. Versate la panna liquida fredda da frigorifero, eliminate il misurino dal coperchio e coprite il foro con il cestello di cottura.

Avviate il robot a **velocità 4 per circa 1 minuto o 2 al massimo**. Controllate la consistenza della panna dal foro e se necessario spatolate per raccogliere la panna sul fondo della caraffa.

Se volete una panna zuccherata aggiungete 4 cucchiaini di zucchero a velo dal foro del coperchio dopo che la panna è stata montata per circa 30 secondi. Per ottenere una panna montata al cacao aggiungete 20 g di cacao amaro (se utilizzate quello già zuccherato potete omettere lo zucchero a velo) e 30 g di zucchero a velo dopo che la panna ha iniziato a montare da circa 30 secondi. Allo stesso modo potete realizzare anche della panna montata colorata, basterà aggiungere alla panna fredda una goccia di colorante alimentare e procedere come indicato nella ricetta base.



Dolci

Spumone al caffè



facile



4/6 persone



8 min



basso

Ingredienti

150 g di zucchero

150 g di acqua fredda

10 g di caffè solubile

Cacao amaro in polvere per decorare

Accessori

lama tritatutto + frusta a farfalla + cestello di cottura + spatola.

Preparazione

Nella caraffa mettete l'acqua freddissima, il caffè solubile e lo zucchero poi mescolate per **40 secondi a velocità 3**. Togliete il tappo misurino e appoggiate al suo posto il cestello per la cottura a vapore in modo da evitare eventuali schizzi. Inserite la frusta a farfalla e montate per **3 minuti a velocità 4**, poi aprite il coperchio e con la spatola pulite i bordi dalla crema, richiudete il coperchio e montate nuovamente per altri **4 minuti a velocità 3**. Controllate che la consistenza dello spumone sia densa e cremosa, in caso contrario,

procedete per altri 3 minuti ancora. Servite subito decorando ogni bicchierino con una spolverata di cacao amaro.

Questo dessert è ottimo in ogni stagione e in ogni occasione. Per renderlo ancora più denso e cremoso potete sostituire l'acqua fredda con 100 g di latte 250 g di cubetti di ghiaccio. Basterà tritare il tutto, senza frusta a farfalla, per 5 minuti a velocità 5. Una variante golosa è quella di aggiungere un cucchiaino di crema di nocciole insieme al latte.



Ci sono tante altre ricette da provare!

Visita il sito www.eurospin.it/enkhochef



 ENKHO
Chef

Per tutto quanto non specificato nel ricettario, fare riferimento al libretto di istruzioni.
Le fotografie riportate nel ricettario sono esemplificative delle ricette proposte.

 ENKHO
Chef