

MANUAL DE INSTRUCCIONES Y RECETARIO

CABEZAL DE HORNO CON ARO MULTIMEDIDAS







MANUAL DE INSTRUCCIONES



FOTO TAPA COMPLETA

- Coloque los alimentos que desee hornear en la cubeta de la olla.
- Coloque el aro metálico sobre la cubeta de su olla programable y seguidamente coloque la tapa multi-función.



FOTO MANDO DE TEMPERATURA

- Enchúfela y seleccione la temperatura que desee



FOTO MANDO TIEMPO

- Seleccione el tiempo de cocción.
- Para que la tapa entre en funcionamiento debe bajar el asa que actúa como un interruptor.
- Al finalizar el tiempo de cocción, la tapa se desconectará automáticamente.

Cuando retira la tapa, colóquela en una superficie resistente al calor.



FOTO INTERRUPTOR ABIERTO



FOTO INTERRUPTOR CERRADO

La olla programable dispone de un servicio de atención al cliente donde Ud. puede gestionar la activación de su garantía, donde puede recibir ayuda para cocinar o programar su robot y donde encontrará constantes actualizaciones de recetas. Para contactar con nosotros puede hacerlo en www.cocinasprogramablesgm.com en donde además podrá ser miembro de la comunidad olla programable donde podrá tener acceso al intercambio de recetas, trucos y consejos para el uso de su robot.

Además a través del servicio de atención al cliente podrá gestionar las reclamaciones oportunas al servicio técnico en el caso que fuera necesario.

S.A.T y Servicio Técnico

S.A.T. Olla programable modelo D (detalles técnicos):

Este producto tiene una garantía de 2 años desde la fecha de compra, siempre y cuando se conserve y envíe la factura de compra, el producto esté en perfecto estado físico y se de un uso adecuado tal y como se indica en este manual de instrucciones. Además a través del servicio de atención al cliente podrá gestionar las reclamaciones oportunas al servicio técnico en el caso que fuera necesario.

La garantía no cubrirá:

- Si el producto ha sido usado fuera de su capacidad o utilidad, maltratado, golpeado, expuesto a la humedad, molada por algún líquido o sustancia corrosiva, así como por cualquiera otra falla atribuible al consumidor.
- Si el producto ha sido desarmado, modificado o reparado por personas no autorizadas por el SAT oficial de Cocinas Programables Gm.
- Si la incidencia es originada por el desgaste normal de las piezas debido al uso.

El servicio de garantía cubre todos los defectos de fabricación de su olla programable GM modelo D durante 2 años en base a la legislación vigente, excepto las piezas consumibles como cubetas interiores, aros de silicona. en caso de mal uso por parte del usuario el servicio de garantía no se hará responsable de la reparación. Si en alguna ocasión detecta una incidencia con el producto, debe contactar con el Servicio de Asistencia Técnica oficial de Cocinas Programables GM y hacer llegar la factura de compra del producto vía e-mail:

sat@cocinasprogramablesgm.es

CARNES

ALITAS DE POLLO CON MANZANA AL VINO BLANCO

Ideal para: Primer plato. Personas: 4

Tiempo: 30 minutos

Ingredientes

100 gr de almendras crudas
1 k de alitas de pollo
1 manzana reineta
1/2 vaso de vino blanco
50 queso gorgonzola

Elaboración

Ponemos las alitas en adobo de vino blanco con sal una media hora. Luego las salamos y echamos en la cubeta junto con la manzana reineta picada en trozos y medio vaso medidor de vino blanco. Programamos: Olla en menú horno 10 minutos 140° C. Tapa a 250o C durante 20 minutos. Vamos revolviéndolas para que queden bien dorados por todos los lados. Cuando acaben añadimos el queso gorgonzola y ponemos la tapa de nuevo a 250° C durante 15 minutos.

CONEJO A LAS HIERBAS

Ideal para: Primer plato. Personas: 4

Tiempo: 50 minutos

Ingredientes

1 conejo en trozos
1 cucharada de romero picado
1 cucharada de tomillo picado
1 cucharada de comino picado
1 cucharada de pimentón
1 vaso de vino blanco o de agua
Laurel
Sal y Pimienta
Aceite

Elaboración

Introducir todos los ingredientes en Juntamos todas las hierbas y el pimentón con un chorrito de aceite y untamos el conejo con ello. Añadimos la sal y la pimienta. Lo ponemos en la cubeta junto con el vino o el agua y programamos: La olla en menú horno 15 minutos. La tapa a 200° C durante 35 minutos. Revolver un par de veces para que se dore bien.

CONEJO A LA CATALANA

Ideal para: Primer plato. Personas: 4

Tiempo: 40 minutos

Ingredientes

1 kg de guisantes congelados
1 conejo en trozos
1 puñado de piñones
1 puñado de uvas pasas
1 vaso medidor de vino blanco
1 diente de ajo
El hígado del conejo
Sal y Pimienta
Aceite

Elaboración

Introducir en la cocina programable todos los in-Salpimentamos el conejo y lo ponemos en la cubeta untado en aceite en menú horno durante 20 minutos y la Tapa a 250° C durante 20 minutos. Mientras tanto hacemos una picada con el ajo y el hígado. Añadimos los piñones, las uvas pasas y el vino blanco. Dejamos macerar hasta que finalice el tiempo de la tapa. Añadimos esta picada al conejo y programamos la tapa a 250° C durante 15 minutos más.

COSTILLAS DE CERDO AL PEDRO XIMENEZ

Ideal para: Primer plato. Personas 4

Tiempo: 20 minutos

Ingredientes

1 k de costillas de cerdo en trozos
2 dientes de ajo
1 vaso medidor de Pedro Ximenez
Sal y Pimienta

Elaboración

Salpimentamos las costillas y las adobamos con los dientes de ajo machacados. Les dejamos una media hora. Las colocamos en la cubeta y las cubrimos con el Pedro Ximenez. Programamos: Olla menú horno durante 15 minutos. Tapa a 250o C durante 30 minutos. Si se secan podemos ir echando agua, según necesitemos.



LOMO AL LIMÓN

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 30 minutos

Ingredientes

1 k de lomo de cerdo
2 limones
2 cabezas de ajos
Tomillo
Aceite
Sal y Pimienta

Elaboración

Salpimentamos el lomo, lo rociamos con un poco de aceite, exprimimos los limones y ponemos los dientes de ajo sin pelar, junto con el tomillo. Programamos:
Olla en menú horno 20 minutos a 140° C.
Tapa a 250° C durante 30 minutos.

POLLO A LA MENTA CON QUESO RICOTA

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 20 minutos

Ingredientes

6 muslos de pollo
1 ramillete de menta o hierbabuena
1 puñado de piñones
Aceite
150 g de queso ricota

Elaboración

Hacemos un pesto con la menta el aceite y los piñones. Para ello lo picamos todo en la batidora y le echamos aceite hasta que nos quede una pasta.
Lo mezclamos con el queso ricota.
Practicamos un corte a los muslos del pollo y lo s rellenamos con la pasta.
Los colocamos en la cubeta engrasada y programamos:
Olla menú horno 10 minutos.
Tapa a 250° C durante 20 minutos.

LOMOS DE CONEJO CON ACEITUNAS NEGRAS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Tiempo: 30 minutos

Ingredientes

2 lomos de conejo
20 g de almendras
1 lata de aceitunas negras
1 cebolla
1 diente de ajo
1 vaso medidor de vino blanco
1 hoja de laurel
Sal y pimienta
Aceite

Elaboración

Picamos las almendras y las aceitunas junto con el diente de ajo y la cebolla y lo sofreímos con un poco de aceite.
Salpimentamos los lomos de conejo y los colocamos en la cubeta .
Echamos el vino. Programamos:
Menú horno durante 15 minutos. Tapa a 250° C durante 30 minutos.
Si vemos que se seca demasiado, podemos ir añadiendo agua. Hasta que el conejo quede dorado y tierno y tengamos un poco de salsa.

POLLO ASADO AL LIMÓN

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Tiempo: 20 minutos

Ingredientes

4 zancas de pollo
8 chalotas
2 vasos medidores de vino blanco
3 cucharadas de perejil picado
1 limón
Manteca de cerdo
Aceite
Sal

Elaboración

Quitamos la piel a las zancas y las partimos en trozos. Las lavamos bien y las secamos. Derretimos la manteca de cerdo en menú horno y ponemos las chalotas y la cáscara del limón rallada. Damos unas vueltas y añadimos los trozos de pollo. Sofreímos un par de minutos para que se unten bien con la manteca de cerdo.
Añadimos el zumo del limón y los vasos de vino blanco.
Programamos:
Olla en menú horno 10 minutos.
Tapa a 250o C durante 35 minutos.
Durante la cocción vamos revolviendo para que se dore bien por todos los lados. Este pollo se sirve caliente.

POLLO ASADO

Ideal para: Segundo Plato. Personas:4

Ingredientes

4 muslos de pollo
2 dientes de ajo
1 cebolla
2 ramas de perejil
1 vaso medidor de coñac

Tiempo: 30 minutos

Elaboración

Machacamos el ajo y lo ponemos con el vino blanco y el perejil picado, donde meteremos los muslos a macerar al menos 1/2 hora.
Picamos la cebolla y la sofreímos. Seguidamente añadimos los muslos de pollo con el caldo de la maceración.
Programamos:
Olla en menú horno durante 20 minutos.
Tapa a 250° C durante 30 minutos.

POLLO CRUJIENTE

Ideal para: Segundo Plato. Personas:4

Ingredientes

4 pechugas de pollo
3 panecillos tostados
100 g de almendras
4 cucharadas de perejil picado.
100 g de queso curado tipo parmesano
Sal y Pimienta
Aceite

Tiempo: 40 minutos

Elaboración

Ponemos un poco de aceite en la cubeta en menú horno y doramos las pechugas para sellarlas.
Mientras tanto picamos en la batidora el perejil, el pan tostado las almendras y el queso. Le echamos unas cucharadas de aceite para que quede una pasta.
Salpimentamos las pechugas de pollo sin necesidad de sacarlas de la cubeta y les ponemos por encima una buena costra de la pasta que hicimos.
Programamos:
Olla menú horno durante 10 minutos.
Tapa a 250° C durante 30/35 minutos.

POLLO CON CRUJIENTE DE PASTA BRISA

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Ingredientes

2 pechugas de pollo
1 lámina de pasta brisa
200 g de queso curado
1 cucharada de cilantro o perejil
2 dientes de ajo
Sal
Aceite

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Cortamos la masa brisa en tiras finas y pequeñas y las ponemos en la cubeta untada de aceite. Menú horno y con la tapa a 250o C hasta que se doren. Tarda unos 5 minutos.
Mientras tanto cortamos las pechugas también en tiras finas y cortas.
Sacamos la pasta brisa una vez que esté dorada y doramos entonces el pollo junto con el cilantro y los dientes de ajo bien picados, de la misma forma que la pasta.
Una vez dorado, lo juntamos con la pasta brisa y echamos el queso rallado. Programamos: Menú horno 5 minutos y la tapa a 250o C durante 5 minutos. Servimos caliente.

POLLO RELLENO DE MANZANAS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Ingredientes

1 pollo entero
2 ajos
4 manzanas reineta
1 rama de canela
1 limón
1/2 vaso medidor de sidra Sal
Aceite

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Salamos el pollo por dentro y por fuera, lo untamos de aceite y lo rellenamos con las manzanas troceadas y un trozo del palo de canela.
Lo ponemos en la cubeta, rociamos con el zumo de limón y añadimos 1/2 vaso medidor de sidra.
Programamos:
Olla en menú horno 20 minutos a 160° C.
Tapa 20 minutos a 250° C.
Comprobar que el pollo queda dorado y servir caliente.

SOLOMILLOS DE CERDO ASADOS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 10 minutos

Ingredientes

2 solomillos de cerdo
Aceite
Sal Maldon

Elaboración

Cortamos los solomillos a la mitad y los abrimos a lo largo. Pincelamos con aceite y colocamos en la cubeta. Programamos: Menú horno 10 minutos. Tapa a 250° C durante 10 minutos. Servimos y añadimos entonces la sal Maldon

SOLOMILLO DE CERDO ENVUELTO

Ideal para: Aperitivo. Personas: 4

Ingredientes

1 solomillo de cerdo
10 tomates secos
100 g de queso curado
2 dientes de ajo
1 cucharada de mantequilla
3 hojas de pasta filo
Aceite
Sal y Pimienta

Tiempo: 25 minutos

Elaboración

Salpimentamos el solomillo. Ponemos la mantequilla en la cubeta y programamos menú horno durante 15 minutos. Cuando esté caliente doramos el solomillo en ella para sellarlo y reservamos.
Picamos con la batidora el queso, los tomates y los ajos y añadimos aceite hasta que quede una crema. Untamos el solomillo con esta crema y lo envolvemos con las 3 hojas de pasta filo.
Lo colocamos en la cubeta, dejando el cierre hacia abajo.
Con un pincel pintamos la pasta con aceite y programamos:
Dejamos que finalice el menú horno.
Tapa a 250° C durante 20/25 minutos.

PESCADOS

BACALAO CON CEBOLLA AL ROMERO

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 15 minutos

Ingredientes

4 lomos de bacalao
1 cebolla
4 dientes de ajo
1 lata de espárragos
1 rama de romero
1/2 vaso medidor de vino blanco
Aceite
Sal

Elaboración

Ponemos un poco de aceite en la cubeta y programamos menú horno 10 minutos. Picamos la cebolla y los ajos muy menudo y sofreímos. Cuando esté al gusto, añadimos los lomos de bacalao, la ramita de romero, los espárragos y el vino. Dejamos el menú horno como está y programamos la tapa a 200° C durante 5 minutos.

LUBINA ASADA

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 10 minutos

Ingredientes

2 lubinas de ración
1 limón
2 dientes de ajo Aceite
Sal

Elaboración

Picamos el ajo y untamos las lubinas saladas con él. Las ponemos en la cubeta con un poco de aceite y ponemos por encima la piel rallada del limón. Programamos: Olla menú horno durante 5 minutos. Tapa a 250° C durante 5 minutos. Servimos caliente.

LANGOSTINOS AL HORNO

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Ingredientes

12 langostinos del nº 1
1 cucharada de cilantro picado o perejil
Sal gorda
Aceite
1/2 vaso medidor de coñac

Tiempo: 10 minutos

Elaboración

Ponemos los langostinos en la cubeta, les echamos la sal gorda, el cilantro, un chorrito de aceite y el coñac.
Programamos:
Olla menú horno 5 minutos.
Tapa a 250° C durante 5 minutos.

MERLUZA RELLENA

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Ingredientes

1 merluza de 1 k
200 g de gambas pelada
1 pimiento rojo asado
1 lata de guisantes
1/1 vaso medidor de vino blanco
1 rama de perejil
Aceite
Sal
1 hoja de laurel
1 cebolla

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Picamos la cebolla y la ponemos a sofreír junto con el laurel en menú horno. Mientras tanto abrimos la merluza por la mitad a lo largo y le quitamos la espina central. Salamos y rellenamos con las gambas y el pimiento cortado en tiras. Atamos la merluza para que no se abra y colocamos en la cubeta. Añadimos el vino blanco y la lata de guisante y programamos: Olla en menú horno durante 5 minutos. Tapa a 250° C durante 10 minutos.



RUBIEL CON VERDURAS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 15 minutos

Ingredientes

2 rubieles
1 cebolla grande
2 dientes de ajo
2 tomates maduros 1 limón
1 hoja de laurel Aceite
Sal

Elaboración

Salamos el pescado. Y le echamos el zumo del limón. Picamos la cebolla en gajos y el ajo en láminas y lo ponemos a pochar con un poco de aceite y la hoja de laurel en menú horno. Cuando esté la cebolla blanda, añadimos los tomates pelados y sin semillas, cortados en cuadraditos.

Añadimos los rubieles y programamos:

Olla en menú horno 5 minutos.

Tapa a 250° C durante 5 minutos.

SALMÓN AL LIMÓN

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Tiempo: 10 minutos

Ingredientes

4 rodajas de salmón
1 limón
2 ramas de perejil
Sal

Elaboración

Salamos el salmón y lo colocamos en la cubeta. Ponemos por encima la ralladura del limón y echamos el zumo.

Programamos:

Olla menú horno durante 3 minutos.

Tapa a 250° C durante 5 minutos.

Servimos con el perejil picado, espolvoreado por encima.

VERDURAS

BRÓCOLI CON QUESO AZUL

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 2 Tiempo: 15 minutos

Ingredientes

1 brócoli
200 g de queso azul
Aceite
Sal

Elaboración

Lavamos bien el brócoli y sin escurirlo lo ponemos en la cubeta con un chorrito de aceite y sal. Programamos.: Olla en menú horno durante 5 minutos. Tapa a 250° C durante 10 minutos. Pasado este tiempo echar el queso y dejar 5 minutos más.

CALABACINES RELLENOS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Tiempo: 10 minutos

Ingredientes

2 calabacines grandes
300 g de carne picada
1/2 pimiento rojo
1/2 pimiento verde
1 cebolla pequeña
1 bote de tomate natural triturado
Aceite
Sal
Queso rallado

Elaboración

Mezclamos la carne picada con los pimientos y la cebolla picados muy menudos. Y lo mezclamos con la salsa de tomate.
Cortamos en trozos grandes el calabacín y los vaciamos para que queden como un vasito.
Rellenamos con la mezcla.
Ponemos los trozos de pie en la cubeta y echamos lo que nos haya sobrado de la mezcla de carne. Programamos:
Olla menú horno a 100° C durante 15 minutos.
Tapa a 250° C durante 10 minutos.
Servimos en caliente.

ENSALADA TEMPLADA DE PIMIENTOS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4 Tiempo: 20 minutos

Ingredientes

1 pimiento rojo
1 pimiento verde
1 limón
Comino
Romero
Eneldo
Aceite
Sal

Elaboración

Ponemos los pimientos con un chorrito de aceite en la cubeta y programamos: Olla menú horno 10 minutos. Tapa a 250° C durante 15/20 minutos. Sacar los pimientos, pelarlos y cortarlos en tiras.
Coloca en una fuente y aliñar con una mezcla de aceite, el zumo de 1 limón, y las especias.

ROLLITOS DE VERDURAS

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Tiempo: 20 minutos

Ingredientes

4 láminas de pasta filo
200 g de gambas
1 brócoli
1 pimiento rojo
1 hinojo Aceite Sal

Elaboración

Cortamos el pimiento en tiras, el brócoli en ramitos muy pequeños y el hinojo también en tiras finas. Echamos un chorrito de aceite en la cubeta, programamos menú horno durante 20 minutos y ponemos las verduras a saltear con un poco de sal. Cuando empiecen a ponerse tiernas echamos las colas de las gambas peladas y troceadas. Salteamos un par de minutos. Extendemos las láminas de pasta filo y vamos rellenándolas con la mezcla y las envolvemos. Cuando estén todas, las pintamos con aceite de oliva y las colocamos en la cubeta. Programamos:
Olla en menú horno durante 10 minutos.
Tapa a 250 C durante 20 minutos.





VARIOS

ARROZ CON COSTRA

Ideal para: Primer Plato. Personas: 4 Tiempo: 40 minutos

Ingredientes

3 salchichas rojas
3 salchichas blancas
1 morcilla
1 chorizo
1/2 pechuga de pollo
250 g de magro de cerdo
100 g de garbanzos cocidos
1 tomate
2 dientes de ajo
1 pizca de nuez moscada
Azafrán molido
2 vasos medidores de arroz
2 1/2 vasos medidores de agua
4 huevos
Sal
Aceite

Elaboración

Sofreímos las salchichas, el pollo cortado en trozos y el magro de cerdo. Cuando esté listo añadimos los dientes de ajo machacados y el tomate rallado. Añadimos el arroz y continuamos sofriéndolo. Echamos el chorizo y la morcilla en trozos y revolvemos un poco. Ponemos el agua, la sal y el azafrán junto con la nuez moscada y los garbanzos. Programamos:
Olla menú horno durante 4 minutos.
Tapa: 250° C durante 20 minutos.
Cuando esté añadimos los huevos batidos y ponemos la tapa a 250° C durante 5 minutos, hasta que el huevo quede dorado.

BROCHETAS DE TOMATITOS CHERRY Y QUESO

Ideal para: Primer Plato. Personas: 4 Tiempo: 40 minutos

Ingredientes

16 tomatitos cherry
12 gambas
6 anchoas
50 g de queso grana padano o similar
Perejil
Aceite

Elaboración

Pelamos las gambas. Lavamos los tomatitos. Cortamos el queso en cuadraditos. Cortamos las anchoas. Ensartamos en las brochetas los ingredientes intercalándolos. Colocamos en la cubeta y vertemos un chorrito de aceite. Programamos: Olla menú horno 5 minutos a 150o C.
Tapa, 15 minutos a 250o C.
Servimos caliente espolvoreados con el perejil.



CASTAÑAS ASADAS

Ideal para: Postres

Ingredientes

1 k de castañas

Tiempo: 30 minutos

Elaboración

Practicamos un corte en las castañas y las ponemos en la cubeta. Programamos:

Olla menú horno 10 minutos a 60° C.

Tapa a 250° C durante 40 minutos.

SAQUITOS DE FETA

Ideal para: Primer Plato. Personas: 4

Ingredientes

4 hojas de pasta filo

150 g de queso feta

2 chalotas

1 diente de ajo

1 huevo

2 cucharadas de perejil picado

1 cucharadita de canela

Sal

Pimienta

Aceite

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Desmenuzamos el queso y le ponemos las chalotas en tiras, el perejil picado junto con el diente de ajo, la canela, la pimienta y el huevo batido. Lo mezclamos todo muy bien.

Ponemos las 4 hojas de pasta filo en un montón y lo cortamos en 6 partes.

En cada cuadradito ponemos un montón del relleno y cerramos por los extremos. Pintamos con aceite y colocamos en la cubeta. Programamos: Olla menú horno 10 minutos.

Tapa a 250° C durante 10 minutos.

PATATAS ASADAS

Ideal para: Primer Plato Personas: 4

Ingredientes

4 patatas grandes

Pimenton

Aceite

Sal

Tiempo: 30 minutos

Elaboración

Lavamos bien las patatas y las cortamos por la mitad a lo largo. Les hacemos unos cortes y echamos sal y el pimentón.

Colocamos las mitades en la cubeta y ponemos un chorro de aceite. Programamos:

Olla menú horno durante 10 minutos.

Tapa a 250 °C durante 15/20 minutos.

TOSTAS DE MANZANA, NUECES Y GORGONZOLA

Ideal para: Primer Plato. Personas: 4

Ingredientes

4 rebanadas de pan

1 manzana

1 puñado de nueces

50 g de queso gorgonzola o similar

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Pelamos y picamos en cuadraditos la manzana. Picamos las nueces.

Ponemos en cada tostada de pan unos trozos de manzana mezclados con nueces picadas y ponemos por encima unos trocitos de queso gorgonzola.

Colocamos en la cubeta y programamos:

Olla menú horno a 150° C durante 5 minutos.

Tapa a 250° C durante 5 minutos.

NOTA: Pueden usarse panecillos tostados, en este caso se programa solamente la tapa.

BROCHETAS MAR Y MONTAÑA

Ideal para: Segundo Plato. Personas:4

Ingredientes

1 pechuga de pollo
8 langostinos
2 rodajas de piña
Sésamo negro
Aceite
Sal

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Machacamos el ajo y lo ponemos con el
Cortamos en trozos pequeños el pollo.
Pelamos los langostinos dejándoles la
cabeza. Cortamos la piña en trocitos.
Vamos pinchando en las brochetas un
trozo de cada cosa alternándolos y colo-
camos las brochetas en la cube- ta. Aña-
dimos un chorritos de aceite por encima
y programamos:
Olla durante 5 minutos a 150° C.
Tapa durante 15 minutos a 250° C.
Servimos con el sésamos espolvoreado
por encima.

CANELONES RELLENOS DE ESPINACAS

Ideal para: Segundo Plato. Personas:4

Ingredientes

12 canelones
300 g de espinacas congeladas
200 g de queso gorgonzola
1 puñado de nueces
Nuez moscada
Albahaca
Sal
Pimienta
Mozzarella
1 lata de tomate frito

Tiempo: 40 minutos

Elaboración

Descongelamos las espinacas en la olla menú horno durante 5 minutos sin añadir nada de líquido.
Una vez descongeladas las mezclamos con el queso, la albahaca, las nueces picadas, la sal, pimienta y nuez moscada al gusto. Con esta mezcla rellenamos los canelones.
Echamos en la cubeta el tomate y añadimos otro tanto de agua.
Colocamos los canelones dentro y les ponemos por encima la mozzarella.
Programamos:
Olla menú horno durante 10 minutos.
Tapa a 250° C durante 35 minutos.
Si vemos que se va secando podemos ir añadiendo agua.
Servir calientes.

CARAMELOS DE MORCILLA

Ideal para: Segundo Plato. Personas: 4

Ingredientes

Salen 12 caramelos
1 morcilla de matachana
3 hojas de pasta filo
1/2 vaso medidor de vino tinto
2 cucharaditas de azúcar

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Cortamos la pasta filo en 12 partes.
Abrimos la morcilla y con una cucharilla vamos tomando porciones y poniéndolas en cada trozo de pasta. La enrollamos como si fuera un caramelo y las ponemos en la cubeta. Programamos:
Olla menú horno durante 5 minutos.
Tapa a 250° C durante 5 minutos.
Sacamos a una fuente.
Ponemos en la cubeta el vino con el azúcar y dejamos con la tapa abierta unos 5 minutos hasta tener un almíbar que echaremos por encima de los caramelos.



EMPANADAS Y PANES

EMPANADA DE BACALAO

Ideal para: Plato Entrante. Personas:4

Ingredientes

250 g de bacalao desmigado
1 puñado de uvas pasas
1 puñado de piñones
1 cebolla grande
1 naranja
2 laminas de pasta de empanada
1 huevo
Aceite

Tiempo: 60 minutos

Elaboración

Ponemos el bacalao en agua fría para desalarlo y lo dejamos al menos 24 horas, cambiándole el agua un par de veces. Picamos la cebolla en gajos y la sofreímos en menú horno. Cuando se dora añadimos las uvas pasas y los piñones y dejamos dorar un par de minutos. Seguidamente añadimos el zumo de la naranja y dejamos que se evapore del todo. Entonces añadimos el bacalao bien escurrido y revolvemos un par de minutos. Reservamos En la cubeta colocamos una lámina de masa para empanadas pegando el borde a la cubeta. Echamos el relleno y tapamos con la otra lámina. Cerramos los bordes, pinchamos con un tenedor por varios sitios y pintamos con huevo batido.
Programamos:
Olla menú horno durante 20 minutos.
Tapa a 200° C durante 35 minutos.

EMPANADA DE CALAMARES

Ideal para: Plato entrante. Personas: 4

Ingredientes

1 k de calamares
1 cebolla grande
1 diente de ajo
1 hoja de laurel
1/4 de vaso medidor de vino blanco
1 masa para empanadas
Sal
Aceite

Tiempo: 50 minutos

Elaboración

Limpiamos los calamares y los cortamos en tiras pequeñas. Los sofreímos con un chorrito de aceite en menú horno. Cuando estén tomando color añadimos la cebolla y el ajo picados y doramos. Cuando lo tengamos al gusto añadimos el vino blanco y salamos y dejamos hasta que se consuma todo el líquido. Ponemos la lámina de pasta para empanadas en la cubeta de forma que nos quede la mitad la podamos doblar por encima. Echamos los calamares y cubrimos con la masa. La sellamos por los bordes y la pinchamos. Programamos: Olla en menú horno durante 20 minutos.
Tapa a 250° C durante 35 minutos.



EL “SANGÜICHON”

Ideal para: Primer Plato

Ingredientes

8 rebanadas de pan de avena
250 g de jamón de york
200 g de queso grana padano o similar
6 huevos
Pimienta

Tiempo: 30 minutos

Elaboración

Batimos los huevos con la pimienta y reservamos.
Engrasamos la cubeta y la cubrimos con una capa de pan, lo empapamos con 1/3 del huevo batido y ponemos el jamón y el queso.
Tapamos con el pan restante y echamos lo que nos queda del huevo batido. Programamos:
Olla en menú horno durante 5 minutos.
Tapa a 250° C durante 20 o 25 minutos, según lo crujiente que nos guste.

PAN SENCILLO

Ideal para: Acompañar

Ingredientes

2 vasos medidores de harina de fuerza
12 g de levadura
1/2 vaso medidor de agua
Sal

Tiempo: 50 minutos

Elaboración

Amasamos todos los ingredientes y dejamos que suba la masa en un sitio templado hasta que doble el volumen. Amasamos otra vez para sacarle todo el aire y colocamos la masa en la cubeta hasta que vuelva a subir. Entonces programamos:
Olla menú horno 150° C durante 20 minutos.
Tapa, 250° C durante 35 minutos.

EMPANADA GALLEGA

Ideal para: Entrante. Personas: 10

Ingredientes

MASA:

200 g de harina
1 huevo
1/4 de vaso medidor de vino blanco
1/4 de vaso medidor de aceite
1/4 de vaso medidor de agua
25 g de mantequilla
12 g de levadura fresca
Sal
1 huevo para pintar

RELLENO:

2 latas de bonito
1 bote de tomate natural triturado
1/2 pimiento rojo
1/2 pimiento verde
1 diente de ajo
1 cebolla pequeña

Tiempo: 40 minutos

Elaboración

Mezclamos los ingredientes de la masa y los amasamos hasta que quede una masa fina y se despegue de las manos. Dejamos reposar un poco. Mientras tanto sofreímos los pimientos, el ajo y la cebolla, en menú plancha a 150 °C. Cuando esté listo echamos el tomate triturado y dejamos que de un hervor lo mezclamos con el bonito. Partimos dos trozos de masa. Estiramos un trozo y le damos forma redonda. Lo ponemos en la cubeta de forma que nos quede borde y vertemos el relleno. Con la otra parte de la masa, la extendemos también y la colocamos encima del relleno. Sellamos los bordes, pintamos con huevo y programamos: Olla en menú horno a 150 °C durante 15 minutos. Tapa a 200° C durante 20 minutos.



POSTRES

BIZCOCHO DE MANZANA

Ideal para: Postre

Ingredientes

1 yogur
2 medidas del yogur de azúcar
3 medidas del yogur de harina
1 sobre de levadura
3 huevos
3 manzanas reineta
1 cucharadita de canela

Tiempo: 50 minutos

Elaboración

Batimos los huevos junto con el azúcar, el yogur, el aceite, el harina y la levadura con la canela. Pelamos las manzanas y les quitamos el corazón.
Rallamos una de las manzanas y la mezclamos con la masa.
Engrasamos la cubeta y vertemos la mezcla.
Encima colocamos las dos manzanas restantes, partidas a la mitad y cortadas en láminas muy finas. Programamos:
Menú horno durante 20 minutos a 140° C.
Tapa a 150 °C durante 35 minutos.

BIZCOCHO DE ZANAHORIA

Ideal para: Postre

Ingredientes

250 g de zanahorias
200 g de harina.
1 sobre de levadura
125 g de mantequilla
4 huevos
200 g de azúcar
50 g de coco rallado

Tiempo: 50 minutos

Elaboración

Batimos el azúcar con la mantequilla, luego añadimos las yemas de huevo, la harina y la levadura.
Echamos la zanahoria rallada en crudo y finalmente lo mezclamos todo con el coco y las clara a punto de nieve. Reservamos un poco de coco para decorar.
Engrasamos la cubeta y echamos la masa. Programamos:
Olla menú horno durante 20 minutos.
Tapa 170° C durante 30 minutos.
Comprobar con un palillo que esté bien cocido y desmoldar.

BIZCOCHO DE NATA

Ideal para: Postre

Ingredientes

2 huevos
200 ml de nata
3 vasos medidores de harina
1 sobre de Royal
1 1/2 vaso medidor de azúcar
Raspadura de 2 mandarinas

Tiempo: 30 minutos

Elaboración

Batimos las yemas de huevo con el azúcar hasta que quede una masa blanquecina. Añadimos la nata y la ralladura de las mandarinas.
Seguidamente echamos el harina junto con la levadura y mezclamos.
Añadimos las claras a punto de nieve.
Engrasamos la cubeta, vertemos la masa y programamos: Olla en menú horno durante 10 minutos a 140° C.
Tapa a 160° C durante 25/ 30 minutos.

BOCADITOS DE CHOCOLATE

Ideal para: Postre

Ingredientes

1 lámina de hojaldre
150 g de chocolate fondant

Tiempo: 15 minutos

Elaboración

Cortamos el hojaldre en 12 tiras de aproximadamente 5 x 8 cm y ponemos un trozo de chocolate en cada uno. Lo enrollamos y ponemos en la cubeta y programamos:
Olla menú horno durante 10 minutos.
Tapa a 250° C durante 15 minutos.



DELICIA DE CHOCOLATE CON MELOCOTÓN

Ideal para: Postres

Ingredientes

125 g de harina
125 g de chocolate fondant
125 g de mantequilla
3 huevos

Para acompañar:

Melocotones en almíbar
Nata montada

Tiempo: 40 minutos

Elaboración

Mezclamos los huevos con el harina, la mantequilla y el chocolate derretido. Engrasamos la cubeta y vertemos la mezcla.

Programamos:

Olla en menú horno 15 minutos a 140° C.

Tapa a 180° C durante 40 minutos.

Desmoldamos y adornamos con la nata montada y los melocotones cortados en trozos.

PAN DE FRUTAS

Ideal para: Postres

Ingredientes

250 g de harina
1/2 cucharadita de sal
1 cucharada soperas de mantequilla
2 cucharadas soperas de azúcar moreno
12 orejones
100 g de uvas pasas
50 g de avellanas
50 g de nueces
6 cucharadas de zumo de naranja

Tiempo: 50 minutos

Elaboración

Mezclamos todos los ingredientes y amasamos. Ponemos la masa en la cubeta y programamos: Olla en menú horno durante 15 minutos a 140° C. Tapa a 150° C durante 35 minutos.

MANZANAS ASADAS

Ideal para: Postres

Ingredientes

4 manzanas
1 puñado de nueces
1 puñado de uvas pasas
4 estrellas de anís
Azúcar
Mantequilla
1/2 vaso medidor de agua

Tiempo: 25 minutos

Elaboración

Lavamos las manzanas y les quitamos el corazón. Las rellenamos con nueces picadas y con uvas pasas, poro encima de cada manzana ponemos una cucharadita pequeña de azúcar, una bolita de mantequilla y una estrella de anís.

Echamos el agua a la cubeta y colocamos las manzanas. Programamos:

Olla menú horno a 150° C durante 10 minutos.

Tapa a 250° C durante 15 minutos.

Pueden servirse frías o calientes.

PERAS RELLENAS

Ideal para: Postres

Ingredientes

1 lamina de pasta brisa
4 peras
4 onzas de chocolate fondant
Un puñado de avellanas
Ralladura de 1 limón

Tiempo: 30 minutos

Elaboración

Pelamos las peras y las vaciamos las pepitas.

Rellenamos con las avellanas y el chocolate picado en trozos pequeños y ponemos un poco de ralladura de limón.

Envolvemos cada pera con un trozo de masa, haciendo una especie de saco y las colocamos en la cubeta. Programamos:

Olla menú horno durante 10 minutos a 160° C.

Tapa a 250° C durante 20 minutos.

PLUM CAKE

Ideal para: Postres

Ingredientes

125 g de azúcar
125 g de mantequilla
200 g de harina
1 sobre de levadura
1/2 vaso medidor de ron
4 huevos
Un puñado de frutas del bosque

Tiempo: 60 minutos

Elaboración

Mezclamos el azúcar con la mantequilla, añadimos los huevos uno a uno. La harina junto con la levadura, echamos el medio vaso de ron y las frutas del bosque. Engrasamos la cubeta y vertemos la masa. Programamos:
Olla menú horno durante 20 minutos.
Tapa a 180° C durante 45 minutos.

TARTA TATÍN DE PIÑA

Ideal para: Postres

Ingredientes

1 rollo de masa de hojaldre
1 lata de piña en su jugo
1 limón
Azúcar moreno

Tiempo: 40 minutos

Elaboración

Cubrimos el fondo de la cubeta con el azúcar moreno y añadimos zumo de limón para que el azúcar no se quede duro. Ponemos la piña cortado en trocitos y bien escurrida. Cubrimos todo con la masa de hojaldre y metemos por los bordes hacia abajo, para tratar de recoger la piña. Pinchamos con un tenedor para hacer agujeritos. Programamos:
Olla en menú horno a 150° C durante 10 minutos. Tapa a 250° C durante 30 minutos.
Desmoldar y servir frío.

TARTA DE PLÁTANO

Ideal para: Postres

Ingredientes

5 huevos
125 g de azúcar moreno
300 g de harina
1 sobre de levadura
4 plátanos
50 g de nueces
50 g de uvas pasas
1 cucharadita de canela molida

Tiempo: 20 minutos

Elaboración

Batimos el azúcar junto con los huevos. Añadimos el harina y los frutos secos junto con la canela. Aplastamos los plátanos con un tenedor para que quede grueso y lo mezclamos con el resto de la pasta. Engrasamos la cubeta y vertemos la mezcla. Programamos:
Olla menú horno durante 15 minutos a 140° C. Tapa a 185° C durante 50 minutos. Comprobamos con un palillo que esté bien hecha y sacamos.



ÍNDICE

CARNES

ALITAS DE POLLO CON MANZANA AL VINO BLANCO	6
CONEJO A LA CATALANA	6
CONEJO A LAS HIERBAS	6
COSTILLAS DE CERDO AL PEDRO XIMENEZ	6
LOMO AL LIMÓN	8
LOMO DE CONEJO CON ACEITUNAS NEGRAS	8
POLLO A LA MENTA CON QUESO RICOTA	8
POLLO ASADO AL LIMÓN	8
POLLO ASADO	9
POLLO CON CRUJIENTE DE PASTA BRISA	9
POLLO CRUJIENTE	9
POLLO RELLENO DE MANZANAS	9
SOLOMILLOS DE CERDO ASADOS	10
SOLOMILLO DE CERDO ENVUELTO	10

PESCADOS

BACALAO CON CEBOLLA AL ROMERO	12
LANGOSTINOS AL HORNO	12
LUBINA ASADA	12
MERLUZA RELLENA	12
RUBIEL CON VERDURAS	14
SALMÓN AL LIMÓN	14

VERDURAS

BRÓCOLI CON QUESO AZUL	16
CALABACINES RELLENOS	16
ENSALADA TEMPLADA DE PIMIENTOS	16
ROLLITOS DE VERDURAS	16

VARIOS

ARROZ CON COSTRA	20
BROCHETAS DE TOMATITOS CHERRY Y QUESO	20
CASTAÑAS ASADAS	22
PATATAS ASADAS	22
SAQUITOS DE FETA	22
TOSTAS DE MANZANA, NUECES Y GORGONZOLA	22
BROCHETAS MAR Y MONTAÑA	23
CARAMELOS DE MORCILLA	23
CANELONES RELLENOS DE ESPINACAS	23

EMPAÑADAS Y PANES

EMPANADA DE BACALAO	26
EMPANADA DE CALAMARES	26
EL SANGÜICHON	28
PAN SENCILLOS	28
EMPANADA GALLEGA	29

POSTRES

BIZCOCHO DE MANZANA	32
BIZCOCHO DE NATA	32
BIZCOCHO DE ZANAHORIA	32
BOCADITOS DE CHOCOLATE	32
DELICIA DE CHOCOLATE CON MELOCOTÓN	34
MANZANAS ASADAS	34
PAN DE FRUTAS	34
PERAS RELLENAS	34
PLUM CAKE	35
TARTA DE PLÁTANO	35
TARTA TATÍN DE PIÑA	35

OLLAS



OLLAS

