**Clase de Cocina Básica**

**COOKIES DE CHOCOLATE Y NUEZ**

|  |
| --- |
| **Cookies: MAQ 1** |
| 1 | Precalentar el horno a 200°C. Forrar con papel manteca o lámina de silicona una bandeja para horno. |
| 2 | Poner en el vaso 200 g de manteca a temperatura ambiente, en trozos + 2 huevos + 100 g de azúcar negro + 100 g de azúcar blanca. |
| 3 | Mezclar **15 seg/vel 4**. |
| 4 | Añadir 400 g de harina 0000 + 1 pizca de sal + 1 cucharadita de bicarbonato + 100 g de nueces partidas en trozos gruesos + 100 g de chips de chocolate.  |
| 5 | Introducir la espátula por la abertura y moverla de lado a lado mientras amasa **30 seg/función amasar**. (Queda una masa un poco granulada que hay que terminarla de unir un poco con la mano) |
| 6 | Con la ayuda de una cucharita, tomar porciones pequeñas y hacer bolitas. Colocarlas en la fuente preparada y aplastarlas dándoles forma de galletitas. |
| 7 | Hornear por tandas durante aprox. 15 minutos (200°C) cada tanda.  |
| **Dar thermotip espátula** |
| **Dar thermotip cubilete** |

Thermotips: **uso de ESPÁTULAS**

Explicar la importancia del uso exclusivo de la espátula de la Thermomix o espátulas de silicona para el mantenimiento de las cuchillas. Nunca el uso de metal dentro del vaso.

Thermotips: **uso CUBILETE**

* Se usa el cubilete para pesar pequeñas cantidades cuando el vaso está lleno.
* Equivalencias en líquidos del cubilete de la Thermomix.
	+ 1 cubilete (hasta el borde): 100 mililitros
	+ 1/2 cubilete (hasta la muesca central): 50 mililitros
* Explicar cómo voltear la tapa sin ensuciar a mesada, gracias al uso del cubilete.

**PURÉ DE PAPAS**

|  |
| --- |
| **Puré: MAQ 2** |
| 1 | **Colocar la mariposa** en las cuchillas. |
| 2 | Poner en el vaso 1000 g de papas cortadas en cubos de 1 cm + 1 cdta de sal + 300 g de leche. |
| 3 | Sin poner el cubilete programar **40 min/95ºC/giro inverso/vel 1**. |
| **Dar thermotip balanza** |
| **Dar thermotip mariposa** |

Thermotip: **BALANZA**

Explicar dónde encontrar el ícono de la balanza.

Para prolongar el buen mantenimiento de la balanza, evitar golpes en la máquina (ejemplo al meter la espátula en el vaso, al sacar no golpear para escurrir). Levantar la máquina para desplazarla.

Thermotip: **MARIPOSA**

* Explicar cómo colocar la mariposa correctamente y como comprobar que esté bien colocada.
* Su uso no puede superar la velocidad 4.
* Hay que recomendar que el vaso antes de hacer merengue debe estar limpio y seco.
* Se puede usar para los purés.

**POSTRE DE DULCE DE LECHE**

|  |
| --- |
| **Postre: MAQ 3 (Receta manual, se puede hacer en la máquina que no tiene Cookidoo)** |
| 1 | Poner en el vaso 20 g de manteca + 80 g de galletitas tipo Chocolinas. |
| 2 | Triturar **10 seg/vel 7**. |
| 3  | Retirar y colocar en la base de 6 vasitos individuales (de yogur Dahi) haciendo una leve presión con la parte de abajo de la espátula. Reservar. |
| 4 | Añadir al vaso 300 g de queso crema tipo Finlandia + 200 g de dulce de leche colonial + 30 g de azúcar. |
| 5  | Mezclar **1 min/vel 4**. |
| 6 | Colocar la preparación en los vasitos reservados, cubrirlos con con papel aluminio y luego con film transparente y acomodarlos en el recipiente Varoma. Tapar y reservar. |

**TERNERA STROGANOFF**

|  |
| --- |
| **Ternera Stroganoff: MAQ 1** |
| 1 | Poner en el vaso 20 g de aceite de oliva + 300 g de lomo de ternera en tiras de 1x1x4 cm + 1 pellizco de pimienta negra molida. |
| 2 | Iniciar **Alta Temperatura (7 minutos, hay que explicar que este paso se hace dos veces)**. |
| 3 | Retirar a un bol y sazonar con ½ cucharadita de sal. |
| 4 | Escurrir los jugos de la carne a un bol pequeño y reservar por separado. |

Thermotips: **ALTA TEMPERATURA**

**Modo cerrado:** La temperatura llega a 160°C.Se puedenutilizar las recetas básicas de Alta temperatura como base para desarrollar tus propias recetas, por ejemplo, cebollas doradas como guarnición de un cerdo desmenuzado con una cocción lenta o cebollas caramelizadas para acompañar una hamburguesa o un puré de papas. Mencionar la colección Básicos para dorar.

**SOPA CREMOSA VERSÁTIL**

|  |
| --- |
| **Sopa cremosa versátil: MAQ 3** |
| 1 | Poner en el vaso 25 g de aceite de oliva + 200 g de hortalizas para el sofrito en trozos de 2 cm (cebolla, puerro, ajo, chalota). |
| 2 | Iniciar **Alta Temperatura (5 minutos)**. |

**TERNERA STROGANOFF**

|  |
| --- |
| **Continuar Ternera Stroganoff: MAQ 1** |
| 1 | Poner en el vaso 20 g del jugo de carne (reservar el resto). |
| 2 | Añadir 100 g de cebolla + 1 diente de ajo. |
| 3 | Trocear **3 seg/vel 5**. |
| 4 | Con la espátula, bajar los ingredientes hacia el fondo del vaso. |
| 5 | Sofreír **5 min/120°C/vel 1**. |

**SOPA CREMOSA VERSÁTIL**

|  |
| --- |
| **Continuar Sopa cremosa versátil: MAQ 3** |
| 1 | Poner en el vaso 700 - 800 g de verduras variadas (p.ej. zucchini, zanahoria, calabaza, batatas, apio) en trozos si fuera necesario. |
| 2 | Trocear **5 seg/vel 4**. |
| 3 | Incorporar 750 – 800 g de agua + 1 cdta de concentrado de caldo de verduras + 1 cdta de sal. |
| 4 | Colocar el Varoma en su posición con los vasitos. |
| 5 | Programar **30 min/Varoma/vel 2**. |
| **Dar thermotip Varoma** |

Thermotip: **VAROMA**

Para su uso óptimo:

* Tapar agujeros lo mínimo posible, dejar el máximo posible de ranuras libres. Explicar que se puede colocar la mariposa en la base para no tapar los agujeros.
* Tapa bien cerrada, sino no se generará vapor.
* Se pueden comprobar en cualquier momento su estado de cocción, no importa abrir la tapa del Varoma.
* Si se abre, abrir a tapa en sentido contrario a la cara para evitar quemaduras.
* Explicar que cocinar al vapor es más saludable, que las verduras no pierden sus nutrientes.

Explicar los beneficios de preparar el concentrado de verduras casero.

Diferencia entre poner el cestillo y la bandeja rejilla.

**TERNERA STROGANOFF**

|  |
| --- |
| **Continuar Ternera Stroganoff: MAQ 3** |
| 1 | Poner en el vaso 250 g de champiñones en cuartos. |
| 2 | Rehogar **4 min/120°C/giro inverso/vel cuchara**. |
| 3 | Colocar un bol pequeño sobre la tapa del vaso y pesar 30 g de agua. |
| 4 | Añadir 10 g de maicena + ½ cdta de concentrado de caldo de carne y mezclar bien con la espátula hasta que se disuelva. |
| 5 | Incorporar al vaso la mezcla + el jugo de carne reservado + 1 cdta de mostaza Dijón + 200 g de crema. |
| 6 | Programar **5 min/90°C/giro inverso/vel cuchara**. |

**PURÉ DE PAPAS**

|  |
| --- |
| **Continuar con el Puré: MAQ 2** |
| 1 | Añadir 30 g de manteca + 1 pizca de nuez moscada. |
| 2 | Triturar **30 seg/vel 3**. |

**Tips del puré**

Los tiempos de cocción y triturado se pueden ajustar en función de la papa que use y de la textura deseada.

Comprobar que las papas están muy tiernas antes de triturarlas. Si todavía les falta cocción, programar 5 minutos adicionales.

Si prefiere un puré más grueso, con trozos de papas visibles, triturar solo 15-20 seg/ vel 3 en el paso 2.

Si prefiere un puré menos denso, añadir hasta 100 g más de leche en el paso 2.

Puré de papas estilo italiano, preparar el puré utilizando solo ½ cucharadita de sal en el paso 1 y agregar 30 g de queso parmesano rallado en el paso 2.

**SOPA CREMOSA VERSÁTIL**

|  |
| --- |
| **Continuar Sopa cremosa versátil: MAQ 1** |
| 1 | Retirar el Varoma.  |
| 2 | Colocar el cubilete en la tapa.  |
| 3 | Iniciar **Triturar/1 min 30 seg**. |
| 4 | Retirar los postres del Varoma. Entibiar a temperatura ambiente. Reservar en la heladera un mínimo de tres horas antes de servir. (Como la clase se va a filmar y no van a probarlos no hace falta enfriarlos). |
| 5 | Servir adornado con dulce de leche y un poco de ralladura de chocolate negro. |

**TERNERA STROGANOFF**

|  |
| --- |
| **Continuar Ternera Stroganoff: MAQ 3** |
| 1 | Agregar la carne dorada reservada y mezclar suavemente con la espátula. (Al probar la receta después de colocar la carne lo cociné **5 min/90°C/giro inverso/vel cuchara** y queda mejor, se puede decir o hacer este paso volviendo al anterior). |
| 2 | Servir inmediatamente espolvoreado con perejil. |

Thermotips: **DESENGRASADO para hacer merengue**

Con el vaso limpio, cubrir las cuchillas con agua + vinagre 🡪 **10 seg/vel 7**

Añadir la mariposa 🡪 **10 seg/vel 4**. Secar bien el vaso y la mariposa.

Thermotip: **LIMPIEZA**

* No es necesario desarmar el vaso de la Thermomix en cada uso para su limpieza.
* En caso de ser desarmado importancia del armado correcto del vaso antes de colocarlo en la máquina.

Autolimpieza:

* Suciedad normal: Un cuarto de la capacidad de la máquina en agua (justo por encima de las cuchillas), una gotita de detergente, **velocidad progresiva 7-10**
* Suciedad alta, base pegada, mate o con exceso de cal: Agua hasta cubrir las cuchillas, una cucharadita de bicarbonato, un chorro de vinagre blanco y una gotita de detergente. Programar **10 min/60°C/vel 4**.

**PRELAVADO TM6**

Distintos ingredientes, resultados óptimos.

Seleccionar el nivel de limpieza necesario para eliminar la suciedad y obtener los mejores resultados. Solo hay que elegir una de las cuatro opciones de prelavado disponibles: Amasar, General, Grasa y caramelo y Sofritos. Este modo disuelve hasta los ingredientes más difíciles, como el caramelo solidificado.

Consejo:

• Colocar siempre el cubilete en la tapa.

AVISO IMPORTANTE para la selección intensivo del modo Lavar: La selección Intensivo usa la temperatura mayor para el modo Lavar, a 105ºC. Es por esto que debe usarse ÚNICAMENTE vinagre blanco (NO DETERGENTE) para evitar el exceso de espuma.

Mencionar durante la clase los productos que ofrecemos libros, cubrecuchillas, tabla deslizante para apoyar la máquina, bolso de transporte.

Mencionar plan de referidos.