



LICUADORAS
DE MANO



Recetas    
SMARTCHEF
Cocinando con el alma

PEABODY



Chef Maximiliano Rossi

Maximiliano Rossi nació en Brasil en 1979. Estudió en el Instituto Argentino de Gastronomía (IAG).

Vivió 8 años en Europa perfeccionándose en las más prestigiosas cocinas de España y Francia, entre ellas ABaC (2 estrellas Michelin) y Jordi Parramon (1 estrella Michelin).

A su regreso al país, aplicó todo lo aprendido en el Restaurante Unik, que logró entrar en los 50 mejores restaurantes de América Latina.

Actualmente, además de dirigir su empresa de comida, se desempeña como asesor gastronómico de Peabody y nos deleita realizando creaciones exclusivas para que todo el que se anime pueda incursionar en el mundo de la cocina.

Descubrí todas las recetas en:

peabody.com.ar/recetas

ÍNDICE

SALSAS Y DIPS

Pesto de albahaca	pág. 4
Mojo de tomate quemado	pág. 5
Paté de castañas de cajú	pág. 6
Guacamole	pág. 7
Hummus de garbanzos	pág. 8
Aderezo César vegano	pág. 9

SOPAS Y PURÉS

Sopa de papa, puerro y garbanzo	pág. 10
Crema de espinacas, shitakes y chile	pág. 11
Crema de calabaza, naranja y curry	pág. 12
Puré de coliflor ahumado	pág. 13
Puré de batatas, manteca noisette y caramelo	pág. 14

OTROS

Relleno de acelga y ricota de cabra	pág. 15
Hamburguesas de mijo	pág. 16
Pancakes de banana y chía	pág. 17
Albóndigas al pomodoro	pág. 18
Mousse de frambuesa	pág. 19

REFERENCIAS

ACCESORIOS



TIEMPO DE
PREPARACIÓN



NIVEL DE
DIFICULTAD



CANTIDAD
DE PORCIONES



LICUADOR



BATIDOR
DE ALAMBRE



PICADOR





PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

PESTO DE ALBAHACA

Ingredientes

50 gr. nueces.

50 gr. de queso duro tipo parmesano.

1 atado de albahaca fresca.

1/3 taza de aceite de oliva.

1 cda. jugo de limón.

C/n sal y pimienta. ✓

Procedimiento

En el vaso colocar todos los ingredientes menos la albahaca y triturar con la licuadora de mano hasta lograr una textura lisa.

Deshojar y lavar la albahaca. Colocar junto con la mezcla y triturar hasta conseguir un color verde vivo.

Servir con pastas, quesos, condimentar sandwiches y ensaladas.

TIP: EL EXCESO DE LICUADO GENERA CALOR QUE DEGRADA EL COLOR DE LA PREPARACIÓN.





PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

MOJO DE TOMATE QUEMADO

Ingredientes:

- 4 tomates medianos.
- ½ diente de ajo.
- ½ chile sin semillas.
- 20 gr. de almendras con piel.
- ¼ cdta. de sal.
- Piel y jugo de una lima.
- Piel y jugo de una naranja.
- 15 gr. de cilantro.
- C/n sal.

TIP: ES UNA SALSA IDEAL PARA ACOMPAÑAR PESCADOS CRUDOS CORTADOS FINAMENTE O MARISCOS FRÍOS.

Elaboración:

Quemar los tomates enteros en la hornalla hasta que la piel este carbonizada.

En el vaso de la licuadora de mano juntar todos los ingredientes y licuar apenas un poco ya que debe ser una salsa con textura.





PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO



PATÉ DE CASTAÑAS DE CAJÚ

Ingredientes

400 gr. de castañas de cajú sin tostar activadas (remojaadas por 4 horas en agua filtrada o mineral).

1/2 cdta. de semillas de comino tostadas.

Jugo de 1 limón.

4 cdas. de aceite de oliva.

C/n sal marina.

C/n ají molido.

Procedimiento

Enjuagar las castañas de cajú. Ponerlas en el vaso picador con el resto de los ingredientes y licuar hasta obtener la textura deseada.

TIPS: ES IDEAL PARA SERVIR COMO PATÉ EN UNA PICADA. ES APTO PARA VEGANOS Y CELÍACOS!



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

GUACAMOLE

Ingredientes

3 paltas a punto.

1/2 cebolla roja.

1 tomate mediano.

1 jalapeño (a gusto).

Jugo de 1 lima o limón sutil.

1 puñado de cilantro fresco.

C/n sal.



Procedimiento

Colocar la cebolla, el tomate sin semillas y el jalapeño en el picador y triturar un poco en velocidad 3. Agregar las paltas peladas, el jugo de la lima y el cilantro. Moler en pequeños ciclos tratando que el guacamole no quede muy triturado ya que debe tener textura. Condimentar con sal.

TIP: SI SE PREPARA CON ANTERIORIDAD AGREGAR ACEITE DE OLIVA PARA DETENER UN POCO LA OXIDACIÓN.



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO



HUMMUS DE GARBANZOS

Ingredientes

750 gr. de garbanzos cocidos.

50 ml. de agua.

75 ml. de aceite de oliva
más una cda. para decorar.

75 gr. de pasta de sésamo (tahini).

2 pinch de semillas de comino.

2 pinch de sal marina.

Jugo de 1 limón.

C/n pimentón dulce.

Procedimiento

Juntar todos los ingredientes en un bowl. Separar en 2 tandas y triturar en partes hasta lograr una textura cremosa. Condimentar y servir rociado con aceite de oliva y pimentón.



Cocinando con el alma



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

PEABODY

SALSAS Y DIPS



ADEREZO CÉSAR VEGANO

Ingredientes:

- 1 taza de castañas de cajú crudas activadas.
- 1 taza de agua.
- 1 cda. y 1/2 de alcaparras.
- 1 cda. y 1/2 de mostaza tipo dijón.
- 2 cdas. de levadura de cerveza en copos.
- Jugo de 1 limón.
- 1/4 taza de aceite de oliva.
- C/n sal y pimienta.

Procedimiento:

Para activar las castañas, cubrir con agua filtrada y remojar por mínimo 2 horas. Enjuagar y descartar el agua. Licuar con la taza de agua y el resto de los ingredientes menos el aceite. El mismo se debe agregar en forma de hilo fino al final para emulsionar la mezcla con la licuadora de mano en funcionamiento.



TIP: USAR PARA CONDIMENTAR ENSALADAS Y VEGETALES AL VAPOR.



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

SOPA DE PAPA, PUERRO Y GARBANZO

Ingredientes

5 puerros.

2 papas medianas.

2 dientes de ajo.

1 lata de garbanzos.

C/n queso azul.

C/n perejil.

C/n aceite de oliva.

C/n agua o caldo.

Procedimiento

En una olla mediana, sofreír el ajo laminado y el puerro cortado (solo la parte blanca) a fuego moderado con un poco de sal. Pasados unos 6 minutos agregar las papas peladas y cortadas en pequeños cubos. Sofreír por unos minutos. Agregar el garbanzo con su líquido de cocción y cubrir la preparación con caldo o agua. Llevar a hervor suave y cocinar hasta que las papas estén totalmente tiernas.

Retirar una parte de la mezcla y procesarla con la licuadora de mano hasta obtener una crema lisa. Mezclarla con la otra parte de la sopa y si fuera necesario agregar mas líquido para obtener una textura de sopa.

Servir caliente con aceite de oliva, perejil fresco y unos trozos de queso azul.





PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

CREMA DE ESPINACAS, SHITAKE Y CHILE

Ingredientes:

600 gr. de espinaca limpia.

½ diente de ajo.

80 gr. de cebolla.

¼ de chile fresco con semillas.

120 gr. de hongos shitake hidratado
(o cualquier otro tipo de champignone).

1 pizca de sal.

1 pizca de nuez moscada.

200 ml. de caldo de pollo caliente.



Procedimiento:

Cocinar la cebolla, el ajo y el chile en el aceite de oliva hasta que se transparente.

Agregar la espinaca y los hongos cortados en láminas gruesas.

Cocinar por 5 minutos. Condimentar.

Agregar el caldo de pollo y procesar hasta lograr una textura lisa.

Servir y decorar.



SOPAS Y PURE

TIP: PARA LOGRAR UN COLOR VERDE INTENSO LA
ESPINACA DEBE TENER UNA COCCIÓN CORTA.

PEABODY



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO



CREMA DE CALABAZA, NARANJA Y CURRY

Ingredientes:

700 gr. de calabaza sin semillas y sin piel cortada en cubos.

100 gr. de cebolla en juliana.

2 cdas. de aceite de oliva.

Jugo de 1 naranja (100 ml.).

½ cda. de curry ahumado.

1 cda. de sal.

100 ml. de leche de coco o crema de leche.

Procedimiento:

Cocinar a fuego suave la cebolla en el aceite de oliva hasta que se transparente. Agregar la calabaza y el jugo de naranja. Subir la temperatura y cocinar hasta que la calabaza se deshaga. Condimentar la mezcla con sal y el curry ahumado. Bajar la temperatura, agregar la leche de coco o la crema y procesar a alta velocidad con la licuadora de mano hasta lograr una textura lisa (3 minutos con intervalos de descanso de 30 segundos cada 1 minuto).

Dejar reposar la mezcla para bajar la temperatura.



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

PURÉ DE COLIFLOR AHUMADO

Ingredientes

- 450 gr. coliflor.
- 400 ml. leche.
- 600 ml. agua.
- 60 gr. manteca.
- 3 gotas humo líquido.
- C/n sal.



Procedimiento

Mezclar el agua con la leche en una olla y agregar el coliflor cortado grande. Procurar que quede cubierto por el líquido. Agregar sal. Llevar a hervor suave y cocinar hasta que esté bien tierno. Colar y dejar escurrir unos minutos. Con la licuadora de mano triturar en caliente hasta lograr una textura lisa. Al mismo tiempo agregar la manteca cortada fría y el humo líquido. Debe resultar un puré muy suave con textura sedosa.

TIP: ES IDEAL PARA ACOMPAÑAR PESCADOS.



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

TIP: Es ideal para acompañar cortes de cerdo horneados.

PURÉ DE BATATA, MANTECA NOISETTE Y CARAMELO

Ingredientes

- 600 gr. batata.
- 120 gr. manteca.
- 4 cda. azúcar rubia.
- 4 cda. crema de leche.
- C/n de laurel y romero.

Procedimiento

Pelar y cortar las batatas en cubos pequeños. Llevar a hervor en agua con laurel, romero y sal. Cocinar hasta que esté muy tierno, colar y retirar la hierbas.

En una olla pequeña colocar la manteca y llevarla a fuego suave hasta que esté tostada, con un color cobrizo y aroma a avellanas. Retirar del recipiente y pasar a otro frío. Colar los sedimentos tostados. Esta operación puede tomar unos 7/10 minutos. Una vez alcanzado el punto avellana puede quemarse muy rápido.

En otra olla pequeña hacer un caramelo a seco con el azúcar rubia. Una vez alcanzado el punto agregar 1 cda. de agua y mezclar hasta lograr un caramelo "líquido".

Licuar las batatas con el caramelo, la manteca avellana y la crema. Corregir el punto de sal. Debe quedar un puré muy liso y consistente.



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIO

PEABODY



OTROS

RELLENO DE ACELGA Y RICOTA DE CABRA

Relleno

1 atado de acelga.

300 gr. de ricota de cabra (u otra de preferencia).

80 gr. de queso tipo reggianito.

4 fetas de jamón cocido.

C/n de sal pimienta, nuez moscada y aceite de oliva.

Procedimiento

Hervir la acelga sin tallos unos minutos en abundante agua salada. Una vez cocida escurrir, enfriar con agua y apretar bien para que quede seca (esto es muy importante). Picar y mezclar con la ricota y el queso rallado. Condimentar con sal, pimienta, nuez moscada y aceite de oliva. Reservar en frío.

TIP: USAR PARA RELLENAR RAVIOLES, CANELONES O LASAGNAS.



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIOS

Ingredientes

- 2 tazas de mijo lavado.
- 5 tazas de agua.
- 1 zanahoria rallada.
- 1 cda. de alga wakame molida.
- 2 chiles jalapeños.
- 3 cdas. de aceite de oliva.
- Jugo de 1 lima.
- C/n sal marina.

Procedimiento

Una vez lavado el mijo tostar por unos minutos para potenciar el sabor. Hervir a fuego mínimo con las 5 tazas de agua hasta que el líquido se haya consumido (20 minutos aprox.). Llevar a la licuadora de mano con el resto de los ingredientes y licuar en pequeños golpes hasta aglutinar la preparación. Retirar y en tibio dar forma con las manos. Dejar enfriar en heladera. Dorar suavemente en una sartén con aceite para lograr la capa externa crocante al momento de consumir.

TIP: ES IDEAL PARA SERVIR COMO DIP CON VARIEDAD DE VEGETALES Y PANES.



HAMBURGUESAS DE MIJO



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIOS

Ingredientes

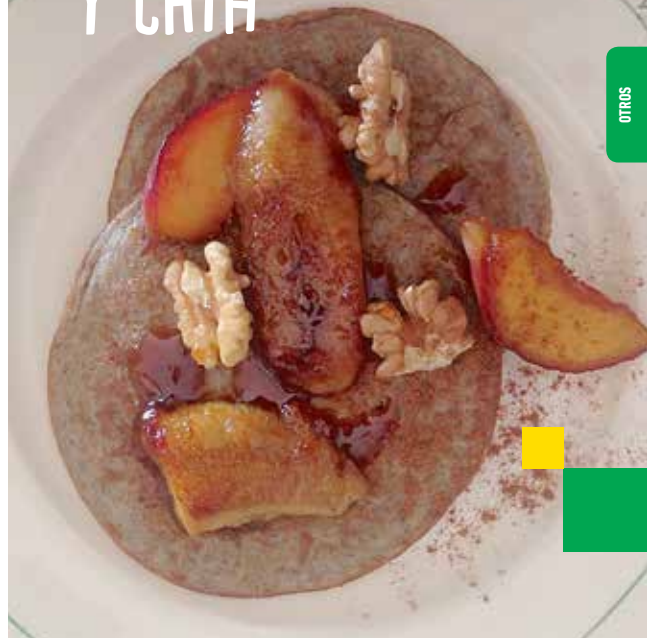
- 1 taza de agua mineral o filtrada.
- 2 cdas. de semillas de chía.
- 3/4 taza de harina 0000.
- 1/2 cdita. de polvo de hornear.
- 1 pinch de sal.
- 1 banana madura.
- 2 gotas de extracto de vainilla.
- 1 huevo.
- 1/2 taza de leche.
- 2 cdas. de azúcar mascabo.
- 1 cda. de aceite de coco.

Procedimiento

Remojar las semillas de chía en el agua por unas horas hasta lograr el mucílago (textura gomosa). Colocar junto con el resto de los ingredientes en el vaso de la licuadora de mano y licuar hasta lograr una textura homogénea.

Reposar por 30 minutos y cocinar los pancakes en una sartén antiadherente con aceite de coco o manteca.

PANCAKES DE BANANA Y CHÍA



OTROS

TIP: SEVIR CON FRUTAS SALTEADAS CON MIEL Y ACOMPAÑAR CON NUECES PARA UN DESAYUNO COMPLETO.

PEABODY



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIOS

Ingredientes ✓

500 gr. roast beef limpio.

300 gr. cebolla.

3 dientes de ajo.

1 puñado de perejil fresco.

2 rebanadas de pan lactal sin corteza.

1 huevo.

c/n leche.

c/n sal, comino, ajo molido, pimentón dulce y albahaca fresca.

800 ml. salsa de tomate.

Procedimiento

En una olla pequeña sofreír suavemente la cebolla picada y el ajo hasta que estén suaves y dulces. Retirar y enfriar.

Cortar la carne en cubos grandes. Colocarla en tandas en el picador y triturar con perejil y pan remojado.

En un bowl juntar la carne con el resto de los ingredientes, hacer las albóndigas y pasarlas por harina. Dorarlas en una sartén con abundante aceite. Una vez doradas, colocarlas en la salsa de tomate y terminar allí la cocción. Al final agregar albahaca fresca y rallar queso encima.

TIP: IDEAL PARA ACOMPAÑAR CON POLENTA CREMOSA O PASTAS.



ALBÓNDIGAS A LA POMODORO



PREPARACIÓN



DIFICULTAD



PORCIÓN



ACCESORIOS

Ingredientes

250 gr. frambuesas congeladas.

150 ml. crema de leche.

50 gr. de claras (2 unidades).

100 gr. azúcar.

35 ml. agua.

5 gr. gelatina sin sabor.



Procedimiento

Licuar las frambuesas y pasarlas por un colador para retirar las semillas. Reservar unos 150 gr. de puré de frambuesas. Cocinar el agua con el azúcar hasta que alcance una temperatura de 120°. Al mismo tiempo montar con el batidor eléctrico las claras a punto nieve. Una vez esponjadas verter el almibar a 120° en forma de hilo. Seguir batiendo 1 minuto hasta obtener un merengue italiano.

Luego, en el vaso batir la crema a medio punto. Hidratar los 5 gr. de gelatina sin sabor en 25 ml. de agua y disolver en microondas unos segundos. Una vez disuelta agregar al puré de frambuesas, mezclar el merengue y por último la crema. Colocar en copas y dejar enfriar por al menos 3 horas antes de consumir.

MOUSSE DE FRAMBUESA

TIP: REEMPLAZAR EL PURÉ DE FRAMBUESAS POR CUALQUIER PURÉ DE FRUTAS. UNA MOUSSE CLÁSICA LLEVA PARTES IGUALES DE PURÉ, CREMA Y MERENGUE.

PEABODY
SMARTCHEF
Cocinando con el alma



Seguinos en facebook.com/peabodyhogar

www.peabody.com.ar