Magefesa®

50 Recetas

EASY Express

CONOCE TU OLLA

EASY Express

1 INICIO/PAUSA

2 SELECTOR DE FUNCION
Selección de programa de cocinado: arroz, verduras...

3 AJUSTE
Temporizador para personalizar los tiempos de cocción de cada programa.

4 INICIO RETARDADO
Programación del inicio de cocinado con retardo de hasta 8 horas.

5 PROGRAMAS
Programación sencilla e intuitiva con 5 programas de cocinado: Arroz, verduras y pescados, sofreir, legumbres y carnes.

6 PANEL LUMINOSO
Indicador luminoso de cuenta atrás y aumento progresivo de la presión.

7 INDICADOR DE INICIO RETARDADO
Indicador luminoso de inicio retardado activado.

INDICE

CALDOS Y SOPAS

Caldo de verduras 7
Caldo de pescado 9
Caldo de pescado y marisco 11
Caldo de ave 13
Caldo de carne 15
Sopa Juliana de verduras 17
Sopa de rape con arroz y wasabi 19
Sopa del puebluco 21
Sopa donostiarra de pescado 23
Sopa de tomate con mejillones 25

CREMAS Y PURES

Crema de calabaza con yogurt 27
Puré de merluza con espinacas 29
Crema de cebolla y puerro con confit de pato 31
Puré de garbanzos. (Hummus) 33
Crema de pescado y marisco 35

ARROZ Y PATATAS

Arroz con almejas 37
Arroz negro 39
Risotto de pato, calabaza y zanahoria 41
Arroz con conejo, pollo y hortalizas 43
Ensaladilla rusa exprés 45
Patatas en salsa verde con barbadas de bacalao y almejas 47
Patatas a la riojana 49
Marmita de bonito 51

VERDURAS Y LEGUMBRES

Alcachofas con almejas en salsa verde 53
Coles de Bruselas gratinadas 55
Lentejas estofadas 57
Alubias pintas estofadas 59
Fabada asturiana 61
Cocido madrileño 63
Cocido montañés 65

PESCADOS Y MARISCOS

Corvina al vapor, brócoli y salsa de yogurt, apio, manzana verde y cilantro 67
Bacalao con tomate, setas variadas y pimientos de Isla 69
Pulpo aromatizado con algas y Merkén 71
Mejillones al vapor aromatizados con hortalizas 73

CARNES

Rabo de toro estofado a la cordobesa 75
Carrilleras de ternera braseadas 77
Cochinita pibil 79
Perdices estofadas 81
Goulash de cordero pascual 83
Ternera estofada con patatas y guisantes 85
Pollo campurriano 87
Pollo estofado con hongos al Pedro Ximénez 89

POSTRES

Peras al vino tinto con chocolate fundido 91
Flan de queso y café 93
Arroz con leche 95
Compota de manzana 97

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
16 Minutos

CALDO DE VERDURAS

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 2 l. de agua
- 2 cebollas en cuartos
- 1 nabo blanco en cuartos
- 2 zanahorias peladas y troceadas
- 2 puerros limpios y troceados
- 1 rama de apio, opcional
- 2 dientes de ajo o 4 tallos de ajo tierno
- 2 c/s de aceite de oliva virgen extra

ELABORACIÓN

Disponemos todos los ingredientes sólidos en el interior de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa y vertemos el agua.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la opción "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 16 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, colamos el caldo y ya lo tenemos listo para usar.

Opcionalmente podemos incorporar otras verduras dependiendo también del uso final que queremos dar a este caldo.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
16 Minutos

CALDO DE PESCADO

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 2 l. de agua
- 500 gr. de restos de pescado (espinas, pieles, cabezas)
- 1 cebolla en cuartos
- 1 puerro limpio y troceado
- 2 zanahorias peladas y troceadas
- 2 dientes de Ajo
- 4 ramas de perejil
- 2 c/s de aceite de oliva virgen extra

ELABORACIÓN

Lavamos el pescado bajo un chorro de agua fría para retirar la sangre, las agallas, los ojos y otros restos que puedan enturbiar y amargar el caldo.
Disponemos todos los ingredientes sólidos en el interior de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa y vertemos el agua.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la opción "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 16 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión".

Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, colamos el caldo y ya lo tenemos listo para usar.

Este caldo de pescado o fumet se suele utilizar en elaboraciones como salsas, sopas, arroces o guisos en los que el pescado y los mariscos tienen un papel principal.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
26 Minutos

CALDO DE MARISCO

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 2 l. de agua
- 400 gr. de pescado de roca limpio
- 100 gr. de gamba arrocera
- 100 gr. de cangrejos
- 1 cebolla en cuartos
- 1 puerro troceado
- 2 zanahorias peladas y troceadas
- 1 tomate maduro rallado
- aceite de oliva suave virgen extra
- 50 ml. de Brandy de Jerez

ELABORACIÓN

Lavamos el pescado bajo un chorro de agua fría para retirar la sangre, las agallas, los ojos y otros restos que puedan enturbiar y amargar el caldo.

Añadimos aceite de oliva virgen extra en nuestra olla eléctrica y pulsamos y la opción "Sofreír". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Incorporamos la cebolla, el puerro y la zanahoria, dejamos sofreír durante uno 4 o 5 minutos removiendo de vez en cuando.
Incorporamos los cangrejos y las gambas, machacamos ligeramente con una cuchara de madera y mojamos con el brandy de Jerez. Añadimos el tomate rallado y el pescado.

Finalizado el tiempo de sofrito pulsamos el botón SELECTOR DE FUNCIÓN *y la opción "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 18 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión. Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, colamos el caldo y ya lo tenemos listo para usar.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
26 Minutos

CALDO DE AVE

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 2 l. de agua
- 400 gr. de carcasas, alas, cuellos y huesos de ave (pollo, gallina...)
- 1 cebolla troceada
- 1 puerro limpio y troceado
- 2 zanahorias peladas y troceadas
- 1 ó 2 tallos de apio (opcional)

ELABORACIÓN

Lavamos los recortes de ave bajo un chorro de agua fría para retirar los restos de sangre y el exceso de grasa.
Disponemos todos los ingredientes sólidos en el interior de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa y vertemos el agua.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Carnes".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 26 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, colamos el caldo y ya lo tenemos listo para usar.

Este caldo de ave se suele utilizar en elaboraciones como salsas, sopas y cremas, arroces o guisos y estofados en los que el ingrediente principal sea algún tipo de ave, carne blanca o incluso verduras.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
40 Minutos

CALDO DE CARNE

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 2 l. de agua
- 200 gr. de huesos de ternera o vaca
- 300 gr. de carne (morcillo)
- 1 cebolla troceada
- 2 zanahorias peladas y troceadas
- 1 puerro limpio y troceado
- 1 rama de apio (opcional)
- 80 gr. de garbanzos

ELABORACIÓN

Lavamos los recortes de carne y huesos bajo un chorro de agua fría para retirar los restos de sangre y el exceso de grasa.
Disponemos todos los ingredientes sólidos en el interior de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa y vertemos el agua.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la opción "Carnes".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 40 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, colamos el caldo y ya lo tenemos listo para usar.

El mejor consejo para obtener caldos limpios y transparentes es evitar el borboteo excesivo del agua en ebullición, por lo que utilizar nuestras ollas a presión Magefesa son la mejor opción ya que los líquidos bajo presión no borbotean.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
8 Minutos

SOPA JULIANA

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 1.5 l. de caldo de verduras
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 puerro
- 1 tallo de apio
- ¼ de repollo (100 gr.)
- 50 gr. de guisantes

Opcional:

- 50 gr. de jamón ibérico o serrano
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta blanca

ELABORACIÓN

Picamos todas las verduras y hortalizas en juliana fina, reservamos por separado.
Vertemos el caldo de verduras en nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, agregamos el aceite de oliva y el jamón picado en cubitos finos.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando comience el hervor del líquido, vamos añadiendo poco a poco el resto de ingredientes comenzando por los de textura más dura.

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"

Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, colamos el caldo y ya lo tenemos listo para usar.
Rectificamos de sal y pimienta al gusto antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
18 Minutos

SOPA DE RAPE, ARROZ Y WASABI

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 400 gr. de rape limpio y en rodajas
- 100 gr. de arroz, variedad Carnaroli
- 2 cebolletas en brunoise
- 100 ml. de salsa de tomate
- 30 gr. de almendras tostadas
- 2 huevos cocidos
- 1,5 l. de caldo de pescado y marisco
- aceite de oliva suave
- Wasabi al gusto
- Perejil
- Sal

ELABORACIÓN

Disponemos un fondo de aceite de oliva virgen extra en nuestra olla a presión eléctrica.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *y seleccionamos la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite esté caliente, marcamos las rodajas de rape, ya salpimentadas, hasta que queden doradas. Retiramos. En el mismo aceite de dorar el pescado, pochamos las cebolletas. Añadimos el arroz, las almendras laminadas y rehogamos todo un par de minutos más. Finalizado el tiempo de sofrito, incorporamos la salsa de tomate y vertemos el caldo de pescado caliente. Salpimentamos al gusto.

Terminado el tiempo de la función "sofrito", pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *en el modo "Verduras y pescados"*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión con el "método de liberación natural de la presión" . Una vez que desciende el sensor de presión, nos permite abrir la olla. Rectificamos de sal y pimienta y añadimos el pescado.
Servimos la sopa aromatizada con el wasabi, y espolvoreada con perejil muy picado.

COCINANDO CON EASY Express

4 Raciones | Verduras | 14 Minutos

SOPA DEL PUEBLUCO

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 2 muslos de pollo
- 2 huevos
- 150 gr. de repollo en juliana
- 100 gr. de judías verdes en juliana
- 2 zanahorias en juliana
- 2 dientes de ajo, laminados
- 1 c/s de pimentón dulce
- 1,5 l. de caldo de ave
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta blanca

ELABORACIÓN

Elaboramos un caldo de ave similar como el visto anteriormente, solo que le añadimos un par de muslos de pollo completos.

Disponemos un fondo de aceite de oliva en nuestra olla y pulsamos la tecla seleccionamos la función "Sofreir".

SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Cuando el aceite tome calor, doramos ligeramente el ajo y a continuación rehogamos las verduras. Terminado el tiempo de la función "sofrito", añadimos el pimentón y mojamos con el caldo de ave.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados".

SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión".
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, rectificamos de sal y pimienta si fuese necesario y añadimos los muslos de pollo desmigados, los huevos y batimos suavemente en círculos para que los huevos queden cuajados en forma de hilos.
Servimos bien caliente en cuencos o tazas de barro.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
18 Minutos

SOPA DE PESCADO DONOSTIARRA

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 450 gr. de rape en cubos
- 12 almejas
- 8 mejillones.
- 12 colas de langostino peladas
- ¼ de pan sopako en lascas
- 1 cebolla en brunoise
- 1 puerro en brunoise
- 2 zanahorias en brunoise
- 2 dientes de ajo en brunoise
- 200 ml. de salsa de tomate
- 1,5 l. de caldo de pescado y marisco
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta blanca recién molida
- Pimentón dulce
- Brandy de Jerez

ELABORACIÓN

Ponemos las almejas a remojo en agua con sal, limpiamos las conchas de mejillón y retiramos las barbas.

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Cuando el aceite tome calor, doramos el rape y las colas de langostino. Retiramos. Incorporamos la cebolla, la zanahoria, el puerro y el ajo, rehogamos durante unos minutos, podemos dejar que se dore ligeramente. Añadimos el pan sopaco, el pimentón y una copa de brandy de Jerez, esperamos unos segundos a que se evapore el alcohol. Incorporamos la salsa de tomate, mojamos con el caldo de pescado y marisco caliente y salpimentamos al gusto.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, agregamos las almejas y los mejillones.
Dejamos dar un pequeño hervor e incorporamos el pescado y las colas.

COCINANDO CON EASY Express

4 Raciones | Verduras | 18 Minutos

SOPA DE TOMATE Y MEJILLONES

CALDOS Y SOPAS

INGREDIENTES

- 800 gr. de tomates maduros
- 16 mejillones limpios
- 1 cebolla en brunoise
- 1 puerro en brunoise
- 1 tallo de apio en brunoise
- 2 dientes de ajo en brunoise
- 100 ml. de nata líquida 18 % M.G.
- 30 ml. vino blanco
- 1 rama de perejil
- Sal
- Pimienta blanca recién molida
- Aceite de oliva virgen extra
- Albahaca fresca al gusto
- Caldo de verduras
- 1 c/c de azúcar
- Picatostes de pan frito

ELABORACIÓN

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite tome calor incorporamos la cebolla y el ajo. Dejamos pochar . Añadimos el puerro y el apio, salpimentamos y continuamos pochando hasta que este tierno. Añadimos los tomates troceados, la cucharada de azúcar y rehogamos unos minutos más. Mojamos con el caldo de cocción de los mejillones y vertemos el caldo de verduras hasta cubrir los tomates. Aromatizamos con la albahaca.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, trituramos la sopa con la ayuda de una batidora Magefesa hasta que obtengamos una textura fina y uniforme. Añadimos la nata, y rectificamos de sal y pimienta. Servimos la sopa acompañada de los mejillones, los costrones de pan y un poco de apio cortado en cubitos finos.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
16 Minutos

CREMA DE CALABAZA

CREMAS Y PURES

INGREDIENTES

- 600 gr. de calabaza pelada, troceada
- 2 patatas peladas y troceadas
- Caldo de verduras
- 250 ml. de nata líquida 18 % M.G.
- 250 gr. de yogur griego
- 50 ml. de aceite de oliva virgen extra
- 50 gr. de mantequilla
- Eneldo fresco
- 60 gr. de jamón ibérico en cubitos
- Sal y pimienta blanca

ELABORACIÓN

Añadimos mantequilla en nuestra olla y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando la mantequilla comience a fundirse incorporamos las patatas y la calabaza, rehogamos unos minutos removiendo ocasionalmente.
Añadimos el caldo de verduras, no es necesario cubrir por completo, salpimentamos al gusto.
Terminado el tiempo del sofrito, cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos la textura de las patatas y la calabaza, si es correcta, trituramos hasta conseguir una crema fina y homogénea.
Agregamos el yogurt, el eneldo, la nata y mezclamos. Servimos con eneldo y jamón picado.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
12 Minutos

PURE DE MERLUZA Y ESPINACAS

INGREDIENTES

- 400 gr. de merluza
- 200 gr. de espinacas frescas
- 2 patatas peladas y troceadas
- 3 dientes de ajo
- caldo de pescado
- 15 gr. de alga wakame deshidratada, (opcional)
- aceite de oliva virgen extra
- sal
- pimienta blanca

ELABORACIÓN

Hidratamos el alga wakame en un cuenco con agua fría.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite tome calor, incorporamos el ajo laminado y dejamos dorar levemente.
Incorporamos las patatas y las espinacas, rehogamos un par de minutos y mojamos con el caldo de pescado.
Agregamos el alga escurrida, el pescado troceado sin espinas ni pieles y salpimentamos al gusto.
Terminado el tiempo del sofrito.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, trituramos el conjunto con la ayuda de una batidora o una licuadora Magefesa.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
12 Minutos

CREMA DE CEBOLLA Y CONFIT

CREMAS Y PURES

INGREDIENTES

- 4 confit de pato
- 6 cebollas troceadas
- 3 puerros troceados
- 1 patata pelada y troceada
- 1 l. de caldo de ave
- 20 ml. de brandy de Jerez
- 125 ml. de nata líquida 18% M.G.
- 80 gr. de mantequilla
- aceite de oliva suave
- flores comestibles
- brotes de ensalada variada, rúcula, canónigos...
- sal y pimienta blanca
- sal en escamas

ELABORACIÓN

Añadimos mantequilla y aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Agregamos la cebolla junto con el puerro y una pizca de sal. Pochamos durante unos minutos hasta que comience a quedar transparente. Incorporamos la patata y flambeamos con el brandy de Jerez.
Una vez se evapore el alcohol, cubrimos con el caldo de ave y salpimentamos al gusto.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, trituramos con la ayuda de una batidora de vaso Magefesa, añadimos la nata líquida y dejamos reducir unos minutos.
Con la ayuda de un molde, disponemos la carne del confit de pato desmigada, vertemos la crema de cebolla y puerro alrededor y terminamos decorando con los brotes de ensalada, las flores y las escamas de sal.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Legumbres
40 Minutos

PURE DE GARBANZO HUMMUS

INGREDIENTES

- 300 gr. de garbanzos
- 1,5 l. de caldo de ave
- 2 dientes de ajo
- 8 c/s de aceite de oliva virgen extra
- semillas de sésamo
- 1 limón
- 11 cebolletas frescas picadas
- cebollino picado
- yogur o leche a gusto
- sal, pimentón y pimienta blanca
- comino en polvo

ELABORACIÓN

Lavamos los garbanzos y los ponemos a remojo cubiertos con agua caliente y sal durante al menos 12 h.

Vertemos el caldo de ave en nuestra olla y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 40 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Cuando comience el hervor del caldo, incorporamos los garbanzos y los dientes de ajo.
Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, retiramos los garbanzos, escurrimos y trituramos con la ayuda de una batidora de vaso Magefesa.
Agregamos el comino, las semillas de sésamo, el zumo de limón y el aceite de oliva virgen extra.

Continuamos triturando a máxima potencia y rectificamos el espesor si fuese necesario, añadiendo el caldo de cocción de los garbanzos hasta alcanzar el punto deseado.
Agregamos el yogur o la leche y rectificamos de sal y pimienta.
Servimos el Hummus espolvoreado con la cebolleta y el cebollino bien picados, las semillas de sésamo y el pimentón espolvoreados, y terminamos aliñando con un pequeño hilo de aceite de oliva.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
20 Minutos

CREMA DE PESCADO Y MARISCO

CREMAS Y PURES

INGREDIENTES

- 500 gr. de marisco y pescado variado
- 1 cebolla troceada
- 2 puerros troceados
- 2 zanahorias troceadas
- 1 diente de ajo
- 250 ml. de nata líquida
- caldo de pescado y marisco
- 100 ml. de salsa de tomate
- aceite de oliva virgen extra
- sal marina gruesa
- pimienta blanca
- 80 ml. de brandy de Jerez

ELABORACIÓN

Limpiamos el marisco y pescado, troceamos en dados regulares.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

Cuando el aceite tome calor, doramos el pescado y los mariscos seleccionados. Retiramos. Añadimos las verduras y pochamos hasta que la cebolla comience a quedar transparente. Después de unos minutos, flambeamos con el brandy y cuando se evapore el alcohol añadimos la salsa de tomate.
Mojamos con el caldo de pescado y marisco hasta cubrir, salpimentamos al gusto. Terminado el tiempo del sofrito.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, trituramos, pasamos por un colador fino, agregamos la nata y dejamos reducir unos minutos.
Servimos junto con el pescado y marisco espolvoreando con perejil finamente picado.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
6 Minutos

ARROZ CON ALMEJAS

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 300 gr. de arroz
- 675 ml. de caldo de pescado
- 300 gr. de almejas
- 2 dientes de ajo
- perejil
- aceite de oliva suave
- sal
- 50 ml. de vino blanco

ELABORACIÓN

Preparamos un majado de ajo y perejil con la ayuda de una picadora Magefesa.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir".

Pulsando la tecla

seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla

Sofreímos el majado de ajos y perejil partiendo con el aceite en frío para evitar que tome demasiado color.
Añadimos el arroz y rehogamos unos segundos hasta que los granos comienzan a quedar transparentes. Mojamos con el vino blanco y a continuación con el caldo de pescado caliente.
Terminado el tiempo del sofrito, incorporamos las almejas.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Arroz". Y pulsamos la tecla "INICIO".

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación rápida de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, dejamos reposar 5 minutos tapando la olla con un paño de cocina limpio antes de servir.

COCINANDO CON EASY Express

4 Raciones | Arroz | 8 Minutos

ARROZ NEGRO

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 150 gr. de sepia o jibia
- 300 gr. de arroz
- 650 ml. de caldo de pescado
- 1 cebolla en brunoise
- 1 pimiento verde en brunoise
- 2 dientes de ajo
- 100 gr. de salsa de tomate
- aceite de oliva suave
- sal
- pimienta blanca

ELABORACIÓN

Comenzamos limpiando cuidadosamente la jibia o sepia, reservamos la tinta en un vaso cubierta con un poco de aceite.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir".

Pulsando la tecla

seleccionamos 8 minutos y pulsamos la tecla

Cuando el aceite tome calor, añadimos la cebolla, el pimiento y el ajo y sofreímos. Incorporamos el calamar troceado, rehogamos un par de minutos y agregamos la salsa de tomate. Añadimos el arroz y rehogamos unos segundos hasta que los granos comienzan a quedar transparentes. Terminado el tiempo del sofrito, vertemos el caldo de pescado caliente y disolvemos la tinta con la ayuda de un colador para evitar la telilla.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Arroz". Y pulsamos "INICIO".

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación rápida de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, dejamos reposar unos 5 minutos tapando la olla con un paño de cocina limpio antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
22 Minutos

RISOTTO DE PATO Y CALABAZA

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 300 gr. de arroz Carnaroli o Arborio
- 2 magret de pato
- 150 gr. de calabaza en brunoise
- 100 gr .de zanahoria en brunoise
- 1 cebolla en brunoise
- 75 ml. de vino blanco seco
- 675 ml. de caldo de verduras
- 50 gr. de mantequilla
- queso parmesano rallado
- sal
- pimienta negra
- azafrán

ELABORACIÓN

Salpimentamos los magret de pato y hacemos unos cortes en forma de rombos por la parte grasa de la piel.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, marcamos las pechugas, dejamos dorar unos 4 ó 5 minutos y damos vuelta, dejamos dorar unos 3 minutos más. Retiramos y reservamos.
En la misma grasa del magret, sofreímos la cebolla hasta que quede transparente. Incorporamos la calabaza y las zanahorias. Pochamos unos minutos.
Añadimos el arroz, rehogamos hasta que quede transparente, mojamos con el vino blanco y dejamos reducir para que evapore el alcohol. Vertemos el caldo de verdura caliente, salpimentamos al gusto y aromatizamos con unas hebras de azafrán.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Arroz". Y pulsamos la tecla "INICIO" SELECTOR DE FUNCIÓN

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación rápida de la presión" . Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, añadimos el resto de la mantequilla cortada en dados y el queso parmesano rallado, removemos lentamente hasta que se fundan e incorporen.
Servimos en platos hondos con el risotto como base y los magret fileteados encima.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
12 Minutos

ARROZ CON CONEJO

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 300 gr. de arroz
- 2 muslos de pollo deshuesados
- 1 lomo de conejo deshuesado
- ½ pimiento verde en juliana
- ½ pimiento rojo en juliana
- 100 gr. de judías verdes en juliana
- 8 espárragos verdes en juliana
- aceite de oliva suave
- sal
- azafrán
- pimentón dulce
- 675 ml. caldo de ave

ELABORACIÓN

Troceamos la carne en dados de unos 2 cm. de lado. Salpimentamos al gusto.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, doramos las carnes y volteamos frecuentemente para obtener un dorado uniforme. Retiramos y reservamos.
En el mismo aceite de dorar las carnes, incorporamos el pimiento rojo y verde junto con los ajos, rehogamos a fuego medio removiendo frecuentemente. Añadimos las judías verdes y rehogamos unos minutos más. Retiramos y reservamos.
Incorporamos el tomate rallado a la olla y sofreímos. Una vez que el sofrito está preparado, reincorporamos las carnes y las hortalizas que teníamos reservadas.
Incorporamos el arroz, y rehogamos rápidamente el conjunto hasta que veamos que los granos de arroz quedan transparentes.
Espolvoreamos el pimentón, removemos rápidamente y mojamos con el caldo caliente. Aromatizamos con el azafrán y repartimos los espárragos trigueros.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Arroz". Y pulsamos la tecla "INICIO" SELECTOR DE FUNCIÓN

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación rápida". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, tapamos la olla con un paño de cocina limpio y dejamos reposar unos 5 minutos antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
6 Minutos

ENSALADILLA RUSA

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 400 gr. de patatas medianas
- 100 gr. de zanahorias
- 150 gr. de judías verdes
- 3 huevos cocidos
- 80 gr. de aceitunas verdes
- 125 gr. de bonito en aceite de oliva
- 60 gr. de pimiento rojo asado en conserva
- 25 gr. de guisantes finos en conserva
- 300 ml. de mahonesa, aprox.
- sal

ELABORACIÓN

Lavamos las patatas, zanahorias y judías bajo un chorro de agua fría.
Una vez bien lavado, colocamos las hortalizas en el fondo de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, cubrimos con unos 500 ml. de agua y sazonamos al gusto.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión".
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, extraemos los ingredientes del agua y dejamos atemperar hasta que se puedan manipular.

Mientras, vamos troceando el resto de ingredientes, las aceitunas, los pimientos, el bonito, los espárragos, etc. en cubitos pequeños, reservamos en un recipiente amplio.
Añadimos la patata, la zanahoria, las judías y los huevos cocidos, todo picado del mismo tamaño que los ingredientes anteriores.
Mezclamos con la mahonesa suavemente para que no se formé una masa espesa y desagradable. Dejamos reposar en la cámara frigorífica durante unas horas antes de servir.

COCINANDO CON EASY Express

4 Raciones | Verduras | 16 Minutos

PATATAS EN SALSA VERDE

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 750 gr. de patatas
- 12 barbadas de bacalao (Cocochas)
- 16 almejas
- 2 dientes de ajo, laminados
- 2 dientes de ajo, finamente picados
- 1 cebolla en brunoise
- aceite de oliva virgen extra
- caldo de pescado
- 1 pimienta cayena
- sal
- perejil

ELABORACIÓN

Pelamos las patatas y las cortamos en rodajas de 1 cm. de grosor, estilo panaderas.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite comience a tomar calor, incorporamos la cebolla junto con los dos dientes de ajo picados y dejamos pochar durante unos 8 minutos o hasta que quede transparente. Añadimos las patatas y rehogamos el conjunto durante un par minutos más. Cubrimos las patatas con el caldo.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Mientras, en una sartén calentamos un fondo de aceite de oliva, en el que doramos los dos dientes de ajo laminados junto con la pimienta cayena al gusto. Retiramos y reservamos.
En el mismo aceite, hacemos las cocochas de bacalao a fuego medio e incorporamos las almejas. Dejamos cocinar hasta que comiencen a abrirse.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, mezclamos las patatas con las cocochas y con las almejas, espolvoreamos con los ajos dorados y con el perejil fresco picado.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
18 Minutos

PATATAS A LA RIOJANA

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 8 patatas medianas
- 250 gr. de chorizo fresco
- 1 cebolla en brunoise
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 1 pimiento rojo en brunoise
- aceite de oliva suave
- 1 c/c de pimentón
- 2 c/c de carne de pimiento choricero
- caldo de ave o carne
- sal
- pimienta negra
- 1 hoja de laurel

ELABORACIÓN

Pelamos y chascamos las patatas, triscar o chascar es comenzar cortando con el cuchillo y terminar rompiendo para que la patata suelte la fécula y ayude a espesar el caldo.
Cortamos el chorizo en rodajas gruesas.

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, añadimos la cebolla, el ajo y el pimiento. Sofreimos.
Incorporamos el chorizo troceado, la hoja de laurel y la carne de pimientos choriceros.
Continuamos con el sofrito durante un par de minutos más.
Finalmente agregamos las patatas y espolvoreamos con el pimentón. Cubrimos con el caldo.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural".
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, rectificamos de sal y pimienta. Dejamos reposar unos 20 minutos antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
18 Minutos

MARMITA DE BONITO

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 600 gr de patatas
- 400 gr de bonito, (limpio)
- 2 cebollas rojas en brunoise
- 2 dientes de ajo picados
- 1 hoja de laurel
- 3 pimientos verdes en brunoise
- pulpa de 2 pimientos choriceros
- 1 c/c de pimentón dulce
- ½ c/c de pimentón picante
- aceite de oliva suave
- sal y pimienta blanca recién molida
- caldo de pescado

ELABORACIÓN

Pelamos las patatas y las triscamos o chascamos, que consiste en terminar el corte girando el cuchillo para que rompa la patata, esto facilitará que suelte la fécula y conseguiremos un caldo más espeso al cocer las patatas. Troceamos el bonito en dados y salpimentamos.

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Cuando el aceite comience a tomar calor, pochamos la cebolla junto con los pimientos y los ajos durante unos minutos, hasta que la cebolla quede transparente y ligeramente dorada. Añadimos las patatas triscadas y la carne de pimiento choricero, rehogamos unos minutos más y espolvoreamos con el pimentón dulce y picante. Aromatizamos con el laurel y salpimentamos al gusto. Removemos bien y cubrimos con el caldo de pescado.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Mientras cuecen las patatas, calentamos un fondo de aceite de oliva en una sartén y cuando tome calor salteamos el bonito para que se dore el exterior y el interior quede crudo y jugoso. Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, incorporamos los tacos de bonito y dejamos reposar unos 20 minutos antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
30 Minutos

ALCACHOFAS CON ALMEJAS EN SALSA VERDE

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 8 alcachofas enteras y limpias
- 400 gr. de almejas
- 1 cebolla en brunoise
- 3 dientes de ajo en brunoise
- aceite de oliva suave
- harina
- vino blanco seco
- perejil
- caldo de pescado
- sal y pimienta blanca

ELABORACIÓN

Ponemos las almejas a remojo en agua fría con sal durante unos 20 minutos. Disponemos las alcachofas en nuestra olla Easy express, cubrimos con agua y sazonamos ligeramente.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la opción "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10-12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural".
Una vez que desciende el sensor de presión y abrimos la olla, extraemos las alcachofas y las dejamos atemperar. Retiramos el agua de cocción reservando una parte.
Una vez que podamos manipular las alcachofas, retiramos las hojas exteriores más duras, pelamos los tallos y cortamos los corazones en cuartos. Reservamos.

Una vez limpia la cubeta, añadimos aceite y pulsamos SELECTOR DE FUNCIÓN *y la opción "Sofreír".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 20 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, incorporamos la cebolla junto con el ajo y dejamos sofreír.
Incorporamos un par de cucharadas de harina, rehogamos y regamos con el vino blanco.
Esperamos a que se evapore el alcohol y mojamos con el caldo de pescado caliente y un poco de caldo de cocción de las alcachofas removiendo para que no forme grumos.
Dejamos cocer durante unos 10 minutos antes de introducir las almejas y las alcachofas en la salsa. Una vez abiertas las almejas, espolvoreamos con perejil y servimos.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
26 Minutos

COLES DE BRUSELAS GRATINADAS

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 800 gr. de coles de Bruselas
- 8 lonchas de panceta o bacon
- Queso manchego rallado
- 50 gr. de mantequilla
- 30 gr. de harina
- caldo de verduras, (ver receta)
- sal
- pimienta blanca
- nuez moscada

ELABORACIÓN

Limpiamos las coles retirando las primeras capas que estén sucias o amarillentas. Disponemos las coles de Bruselas en nuestra olla Easy express, cubrimos con agua y sazonamos.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la opción "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6-8 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, escurrimos las coles y reservamos. Una vez limpia y seca la cubeta, disponemos la mantequilla.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 20 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando la mantequilla comience a fundirse, doramos en ella la panceta cortada en dados, añadimos la harina, removemos e incorporamos el caldo de verduras caliente. Salpimentamos al gusto y aromatizamos con nuez moscada molida.
Dejamos cocer hasta que la velouté pierda el sabor de harina cruda. Añadiremos más o menos caldo en función del espesor deseado.
Disponemos las coles en una fuente resistente al horno, napamos con la salsa velouté y espolvoreamos con el queso manchego rallado.
Gratinamos en el horno y servimos.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Legumbres
12 Minutos

LENTEJAS ESTOFADAS

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 400 gr. de lentejas pardinas
- 100 gr. de chorizo cortado
- 75 gr. de panceta cortada
- 1 cebolla pequeña
- 1 zanahoria
- 1 pimiento verde
- ½ pimiento rojo
- 2 dientes de ajo
- aceite de oliva suave
- pimentón dulce
- sal

ELABORACIÓN

Dejamos las lentejas a remojo durante al menos 8 horas. En el momento de cocinarlas, las escurrimos bien del agua de remojo.
Disponemos las lentejas en nuestra olla Easy express, añadimos el chorizo y la panceta.
Continuamos incorporando la cebolla, la zanahoria y los pimientos, si disponemos de una malla de cocción, los troceamos y los introducimos en ella, si no, las dejamos enteras.
Cubrimos con agua o caldo hasta que sobrepase unos dos o tres dedos y sazonamos.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento, la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Mientras, con la ayuda de una sartén antiadherente Magefesa, preparamos un refrito dorando los ajos en un par de cucharadas de aceite de oliva suave. Una vez dorados y fuera del fuego, espolvoreamos con el pimentón al gusto.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, retiramos la cebolla, la zanahoria y el pimiento.
Introducimos en el vaso de una batidora Magefesa, añadimos un poco del caldo de cocción de las lentejas y trituramos hasta que obtengamos una crema fina y homogénea.
Reincorporamos a la olla, vertemos el refrito de ajo y pimentón sobre las lentejas y aromatizamos con el perejil finamente picado.
Servimos bien caliente.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Legumbres
26 Minutos

ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 400 gr. de alubias pintas
- 200 gr. de chorizo
- 100 gr. de tocino ibérico
- 100 gr. de panceta ibérica adobada
- 1 morcilla de arroz
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde pequeño
- 1 pimiento rojo pequeño
- 2 dientes de ajo
- 1 c/c de pimentón
- sal
- 30 ml. de aceite de oliva virgen extra

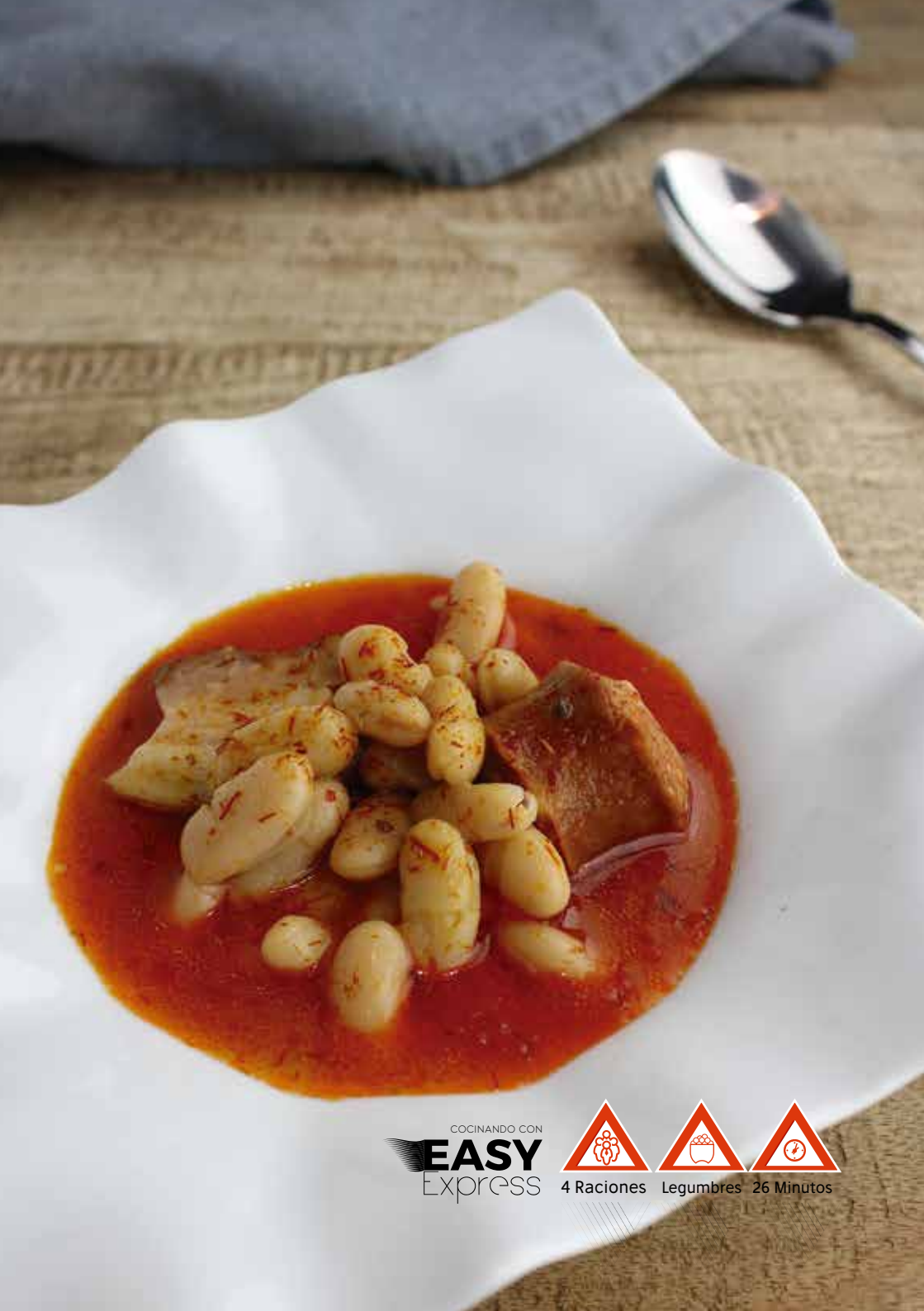
ELABORACIÓN

Lavamos las alubias en abundante agua fría, escurrimos y volvemos a poner a remojo con agua fría durante al menos 12 horas. Es importante cubrir bien de agua para que no se queden secas cuando la alubia absorba el agua.
Disponemos las alubias en el fondo de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, añadimos el chorizo, el tocino y la panceta.
Continuamos incorporando la cebolla y los pimientos, si disponemos de una malla de cocción, los troceamos en dados gruesos y los introducimos en la malla, si no, dejamos las hortalizas enteras.
Cubrimos todo con agua fría en cantidad suficiente para que sobrepase unos dos o tres dedos. Sazonamos al gusto.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la opción "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 26 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Mientras, con la ayuda de una sartén antiadherente Magefesa, preparamos un refrito dorando los ajos en un par de cucharadas de aceite de oliva suave. Una vez dorados y fuera del fuego, espolvoreamos con el pimentón al gusto.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, retiramos la cebolla y los pimientos.
Introducimos en el vaso de una batidora Magefesa, añadimos un poco del caldo de cocción y trituramos hasta que obtengamos una crema fina y homogénea. Reincorporamos a la olla. Agregamos la morcilla de arroz y dejamos cocer unos 5 minutos más sin cerrar la olla. Añadimos el refrito colado a las alubias y rectificamos de sal.


COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Legumbres
26 Minutos

FABADA ASTURIANA

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 400 gr. de fabes, alubia blanca grande
- 200 gr. de panceta
- 200 gr. de tocino
- 250 gr. de chorizo
- 2 morcillas de año
- 300 gr. de lacón
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- azafrán al gusto
- aceite de oliva
- sal

ELABORACIÓN

Ponemos a remojo las fabes la noche anterior o con unas 12 horas de antelación. Troceamos los ingredientes cárnicos del compango, menos la morcilla y el chorizo.
Disponemos las fabes escurridas en el fondo de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, añadimos las carnes, los embutidos, la cebolla y el ajo.
Incorporamos un chorrito de aceite de oliva virgen extra y las hebras de azafrán.
Cubrimos todo con agua fría en cantidad suficiente para que sobrepase unos dos dedos.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 26 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

En ese momento, la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, rectificamos el sazonamiento si fuese necesario y dejamos dar un pequeño hervor para conjuntar los sabores.
Opcionalmente podemos retirar la cebolla y los ajos, trituramos con la ayuda de una batidora o licuadora Magefesa, hasta obtener un puré fino y homogéneo y reincorporamos al guiso.
Dejamos reposar la fabada al menos 20 minutos antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Legumbres
45 Minutos

COCIDO MADRILEÑO

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 300 gr. de garbanzos
- 1 hueso de rodilla
- 1 hueso de caña
- 1 hueso de jamón
- 150 gr. de chorizo de cocido
- 200 gr. de carne de coja, (morcillo)
- ¼ de gallina o pollo
- 100 gr. de panceta
- 1 morcilla de arroz
- 1 morcilla de año
- 2 patatas medianas
- 2 zanahorias
- 1 tallo de apio
- ½ repollo pequeño
- fideos
- sal
- 2 l. de agua o caldo de ave

ELABORACIÓN

Ponemos los garbanzos a remojo durante ocho horas en agua caliente con sal. Disponemos los huesos con la carne, la gallina, el chorizo y la panceta en la olla. Cubrimos con agua.

Pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 35 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando comience la ebullición, retiramos la espuma y añadimos los garbanzos en una malla. Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión, abrimos la olla, incorporamos las patatas, las zanahorias, el repollo y el apio.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Abrimos la olla y agregamos la morcilla de arroz y dejamos cocer con la olla destapada unos 5 minutos más. Colamos el caldo y elaboramos la sopa añadiendo los fideos.

COCINANDO CON
EASY
EXPRESS
4 Raciones
Legumbres
38 Minutos

COCIDO MONTAÑES

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 400 gr. de alubias blancas
- 1 berza tierna
- 1 morcillas de arroz
- 200 gr. de tocino ibérico
- 200 gr. de panceta ibérica
- 1 morcillas de año o morcilla asturiana
- 300 gr. de chorizo
- 350 gr. de costilla de cerdo adobada
- aceite de oliva virgen extra
- sal

ELABORACIÓN

Ponemos las alubias a remojo la noche anterior o con 8 horas de antelación. Lavamos y picamos la berza muy fina, desechando los tallos. Troceamos el chorizo, la costilla, la panceta y el tocino. Disponemos la berza en nuestra olla, cubrimos de agua y sazonamos.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la opción "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural".
Cuando desciende el sensor de presión y abrimos la olla, escurrimos la berza y reservamos.
Aclaramos bien la cubeta en la que hicimos la berza y disponemos en ella las alubias, la morcilla de año, el tocino, la panceta, el chorizo, la costilla y un chorrito de aceite de oliva.
Cubrimos con agua fría.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 26 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural".
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, agregamos la berza cocida, la morcilla de arroz y dejamos cocer unos 10 minutos más con la olla destapada.
Rectificamos de sal, troceamos los ingredientes enteros y servimos en caliente.

COCINANDO CON EASY Express

4 Raciones Legumbres 45 Minutos

COCIDO VEGANO

VERDURAS Y LEGUMBRES

INGREDIENTES

- 350 gr. de garbanzos Pedrosillanos
- 1 cebolla troceada
- 1 pimiento rojo troceado
- 2 patatas medianas en dados
- 2 zanahorias en dados
- 1 rama de apio troceada
- 2 puerros troceados
- 175 gr. de calabaza en dados
- ¼ de repollo en juliana
- 2 dientes de ajo, laminados
- pimentón dulce
- aceite de oliva virgen extra
- sal
- 1,2 l. de caldo de verduras

ELABORACIÓN

Ponemos los garbanzos a remojo la noche anterior o al menos durante ocho horas en agua caliente con sal. Vertemos el caldo de verduras en la cubeta de nuestra olla a presión Magefesa.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *y seleccionamos la función "Legumbres".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 35 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando comience el hervor, incorporamos los garbanzos y sazonamos ligeramente. Cerramos la olla con la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor, abrimos la olla, agregamos el resto de verduras, excepto el ajo. Aderezamos con un poco de aceite de oliva virgen extra

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *y seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Mientras, calentamos aceite de oliva en una sartén, cuando tome calor, doramos levemente los ajos fileteados, retiramos del fuego e incorporamos el pimentón.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión, abrimos la olla y añadimos el refrito. Dejamos reposar unos 20 minutos antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
3 Minutos

CORVINA AL VAPOR

PESCADOS Y MARISCOS

INGREDIENTES

- 800 gr. de lomos de corvina,
- 250 gr. de brócoli, en ramilletes
- 2 cebolletas en brunoise
- 8 espárragos verdes
- 1 zanahoria en brunoise
- 1 calabacín pequeño en brunoise
- aceite de oliva virgen extra
- sal marina gruesa
- pimienta blanca recién molida

Para la salsa:

- 2 yogures griegos
- 1 lima
- 1 tallo de apio
- ½ manzana verde
- cilantro
- sal
- pimienta blanca recién molida

ELABORACIÓN

Vertemos 500 ml. de agua en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, colocamos el soporte y el cestillo en su interior.
Pincelamos con aceite de oliva y sobre éste, acomodamos la corvina previamente salpimentada junto con las verduras y hortalizas igualmente salpimentadas al gusto.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la opción "Verduras y pescados".

SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 3 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

En ese momento, la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación rápida".
Para elaborar la salsa, picamos el tallo de apio y la manzana verde en cubitos lo más pequeños posibles, añadimos el cilantro e incorporamos al yogurt. Mezclamos y aderezamos con el zumo de lima, la sal y la pimienta blanca al gusto.
Servimos la corvina sobre una base de salsa de yogurt y acompañada con las verduras al vapor.
Rematamos con un hilo de aceite de oliva virgen extra.

COCINANDO CON
EASY Express

4 Raciones | Pescados | 3 Minutos

MEJILLONES AL VAPOR

PESCADOS Y MARISCOS

INGREDIENTES

- 1 kg. de mejillones
- 1 cebolla en juliana
- 1 tallo de apio en juliana
- 1 zanahoria en juliana
- 1 ramita de perejil
- 50 ml. de vino blanco
- 250 ml. de agua

ELABORACIÓN

Vertemos 250 ml de agua en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, añadimos las hortalizas, la ramita de perejil y el vino blanco.
Colocamos el soporte y el cestillo en el interior de la olla y añadimos los mejillones.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 3 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

En ese momento, la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación rápida". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, extraemos los mejillones y servimos rápidamente.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
16 Minutos

BACALAO A LA MONTAÑESA

PESCADOS Y MARISCOS

INGREDIENTES

- 800 gr. de lomos de bacalao desalado
- 1 pimiento rojo de Isla en juliana
- 1 pimiento verde de Isla en juliana
- 2 cebollas rojas en juliana
- 3 dientes de ajo, laminados
- 1 pimienta cayena
- 400 gr. de setas variadas troceadas
- 600 ml. de salsa de tomate
- 150 ml. de caldo de pescado
- vino blanco
- aceite de oliva suave
- sal y pimienta negra recién molida

ELABORACIÓN

Desalamos el bacalao sumergido en agua fría durante 48 horas, cambiando el agua cada 8 h.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite comience a tomar calor, añadimos los ajos y doramos levemente. Retiramos y reservamos sobre un papel absorbente de cocina. Agregamos la cebolla y los pimientos, salpimentamos y dejamos pochar.
Terminado el tiempo, incorporamos la salsa de tomate y el caldo de pescado.
Colocamos el soporte y el cestillo en el interior de la olla, pincelamos con aceite de oliva y sobre éste acomodamos los lomos de bacalao. Regamos con el vino blanco.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Verduras y pescados". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 4 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación rápida". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, extraemos el cestillo y servimos los lomos de bacalao sobre la salsa de pimientos y setas espolvoreando los chips de ajo.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Pescados
6 Minutos

PULPO CON ALGAS Y MERKÉN

PESCADOS Y MARISCOS

INGREDIENTES

- 1 pulpo de 1,5 kg. aprox.
- 10 gr. de algas deshidratadas
- merkén
- sal en escamas
- aceite de oliva virgen
- patatas cocidas

ELABORACIÓN

Vertemos unos 300 ml. de agua en nuestra olla a presión eléctrica Magefesa. Incorporamos el pulpo al que previamente hemos lavado bien bajo un chorro de agua fría y añadimos las algas, directamente sin necesidad de hidratarlas con anterioridad.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 16 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, extraemos el pulpo y dejamos reposar unos minutos hasta que lo podamos manipular.
Una vez que el pulpo esté atemperado, cortamos y aliñamos con aceite de oliva, sal en escamas y merkén al gusto.
Acompañamos con patatas cocidas.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
8 Minutos

RABO DE TORO A LA CORDOBESA

CARNES

INGREDIENTES

- 1,5 kg. de rabo de toro
- 2 cebollas medianas en brunoise
- 2 pimiento rojo en brunoise
- 1 pimiento verde en brunoise
- 2 zanahoria en brunoise
- 2 tomates maduros rallados
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 2 c/c de pimentón dulce
- 3 c/c de carne de pimientos choriceros
- aceite de oliva virgen extra
- 500 ml. de vino oloroso de Jerez
- caldo de carne
- tomillo y laurel
- sal y pimienta negra recién molida

ELABORACIÓN

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 16 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Cuando el aceite comience a tomar calor, doramos las porciones de carne que previamente habremos salpimentado al gusto. Retiramos y reservamos.
En el mismo aceite de dorar la carne, pochamos las verduras y hortalizas hasta que la cebolla comience a tomar color.
Agregamos el tomate rallado, la carne de pimiento choricero, el laurel, el tomillo y el pimentón.
Reincorporamos el rabo que teníamos reservado y mojamos con el vino, dejamos evaporar el alcohol unos segundos y cubrimos con caldo de carne.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Carnes". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 45 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

En ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural".
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de cocción de la carne, si está correcto, rectificamos de sal y pimienta.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
22 Minutos

CARRILLERAS DE TERNERA BRASEADAS

CARNES

INGREDIENTES

- 1,5 kg. carrilleras de ternera
- 1 cebolla en brunoise
- 2 zanahorias en brunoise
- 1 puerro en brunoise
- 1 pimiento rojo en brunoise
- 1 pimiento verde en brunoise
- 3 dientes de ajo
- 150 ml. vino oloroso de Jerez
- tomillo, albahaca, pimienta negra
- sal
- caldo de carne
- aceite de oliva

ELABORACIÓN

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Cuando el aceite comience caliente marcamos las carrilleras, previamente salpimentadas, de manera que nos queden uniformemente doradas. Retiramos y reservamos.
En el mismo aceite, doramos un poco los ajos e incorporamos el resto de las verduras. Finalizado el tiempo de pochado, reincorporamos la carne, regamos con el oloroso de jerez y dejamos reducir el alcohol unos segundos. Aromatizamos con las hierbas y salpimentamos. Cubrimos el guiso con caldo de carne.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Carnes". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 40 minutos y pulsamos la tecla* INICIO/PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de la carne y dejaremos atemperar para poder cortarlas.
Probamos el sazonamiento de la salsa y servimos las carrilleras fileteadas y napadas con la salsa.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
25 Minutos

COCHINITA PIBIL

CARNES

INGREDIENTES

- 400 gr. de carne de cerdo, falda
- 200 gr. de carne de cerdo, cabeza de lomo
- 200 gr. de carne de cerdo, careta
- 60 gr. pasta de achote
- 2 naranjas
- 1 lima verde
- 2 cebollas rojas
- 2 dientes de ajo
- orégano
- comino
- sal
- pimienta negra
- 4 - 5 pimientas gordas asadas (Pimenta dioica)
- 3 chiles piquín, (semejante a la cayena)
- caldo de ave

ELABORACIÓN

Con la ayuda de una licuadora Magefesa, trituramos una cebolla junto con los ajos, las hierbas aromáticas, las especias, el achiote y el zumo de las naranjas y de la lima.
Ponemos las carnes de cerdo a macerar con el licuado obtenido, en la cámara frigorífica durante unas ocho horas. Removemos la carne cada dos horas aproximadamente.
Transcurrido el tiempo de maceración, disponemos la carne en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, cubrimos con el licuado, los chiles piquín y un poco de caldo de ave para cubrir la carne.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Carnes".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 25 minutos y pulsamos la tecla* INICIO / PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, retiramos la carne que dejaremos atemperar hasta que la podamos manipular y deshilachar.
Calentamos la salsa en una tartera de acero inoxidable Magefesa, incorporamos la carne deshilachada y dejamos dar un hervor.

Servimos la cochinita pibil en tacos, acompañados de cebolla morada fileteada, condimentada con sal, jugo de limón y pimenta negra. Opcionalmente agregamos chile habanero o jalapeño laminado.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
46 Minutos

PERDICES ESTOFADAS

CARNES

INGREDIENTES

- 4 perdices rojas, salpimentadas
- 200 gr. panceta fresca
- 2 cebollas en brunoise
- 2 zanahorias en brunoise
- 3 dientes de ajo finamente picados
- aceite de oliva virgen extra
- caldo de ave
- 200 ml. vino de Jerez
- perejil
- tomillo
- romero
- sal
- pimienta negra
- laurel

ELABORACIÓN

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "Sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 16 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite comience a tomar calor, marcamos las perdices volteando de vez en cuando para que queden uniformemente doradas. Retiramos y reservamos.
En el mismo aceite, salteamos la panceta troceada en bastones durante 3 o 4 minutos, añadimos el ajo y después de unos segundos, incorporamos la cebolla y la zanahoria. Pochamos.
Reincorporamos las perdices a la olla, regamos con el vino de Jerez y dejamos que se evapore el alcohol durante unos segundos.
Aromatizamos con las hierbas aromatizas y la hoja de laurel, cubrimos con caldo de ave.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Carnes". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 30 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión, abrimos la olla, comprobamos el punto de cocción de las perdices y las servimos trinchadas en cuartos.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
40 Minutos

GOULASH DE CORDERO

CARNES

INGREDIENTES

- 1.2 kg de pierna de cordero
- 2 cebollas en brunoise
- 1 pimiento rojo en brunoise
- 1 zanahoria en brunoise
- 2 tomates concasse
- 3 dientes de ajo picados
- aceite de oliva suave
- 200 ml de vino tinto (variedad Syrah)
- 2 c/c de pimentón dulce
- orégano
- sal gruesa
- mezcla de pimientas molidas
- caldo de verduras o carne

ELABORACIÓN

Salpimentamos el cordero, lo deshuesamos y cortamos en dados.

Añadimos un chorrito de aceite de oliva y pulsamos la tecla seleccionando la función "sofreir". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 16 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, marcamos el cordero hasta que quede uniformemente dorado. Retiramos y reservamos.
En el mismo aceite, doramos ligeramente los ajos e incorporamos la cebolla, el pimiento y la zanahoria. Sofreímos durante 6-8 minutos. Reincorporamos la carne a la olla, agregamos el tomate y el pimentón al gusto, salteamos sin dejar que el pimentón se queme.
Mojamos con el vino tinto y dejamos reducir unos segundos para evaporar el alcohol.
Cubrimos con el caldo, rectificamos el sazonamiento y aromatizamos con el orégano.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Carnes". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 24 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de cocción y rectificamos el sazonamiento si fuese necesario.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Verduras
42 Minutos

TERNERA ESTOFADA

ARROZ Y PATATAS

INGREDIENTES

- 600 gr. de brazuelo de ternera en cubos
- 400 gr. de patatas chascadas en cubos
- 1 cebolla en brunoise
- 1 pimiento verde en brunoise
- 2 zanahorias en brunoise
- 3 dientes de ajo, finamente picados
- 150 gr. de guisantes
- aceite de oliva suave
- sal
- pimienta negra
- pimentón dulce
- 2 clavos de olor
- 1 hoja de laurel
- caldo de carne

ELABORACIÓN

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 14 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, marcamos la carne. Retiramos y reservamos. En el mismo aceite, doramos los ajos e incorporamos la cebolla, el pimiento y la zanahoria. Sofreímos durante 6-8 minutos o hasta que la cebolla comience a tomar color. Reincorporamos la carne, salpimentamos y aromatizamos con clavo, pimentón y laurel. Cubrimos con caldo el caldo de carne.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 22 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación rápida". Cuando descienda el sensor de presión, abrimos la olla y añadimos las patatas y los guisantes.

Cerramos la olla y repetimos el proceso anterior pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Verduras y pescados". Y en "AJUSTE" 6 minutos.*

Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Esperamos la bajada del sensor de presión y abrimos la olla, comprobamos el punto de cocción y si es correcto, rectificamos de sal y pimienta.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
38 Minutos

POLLO CAMPURRIANO

CARNES

INGREDIENTES

- 2 kg. de pollo de corral
- 200 gr. tocino ibérico entreverado en bastones
- 3 cebolletas medianas en juliana
- 2 pimientos verdes en juliana
- 3 dientes de ajo
- aceite de oliva virgen extra
- 100 ml. vino blanco
- caldo de ave
- sal
- tomillo
- laurel
- pimienta negra

ELABORACIÓN

Limpiamos y troceamos el pollo retirando el espinazo y las partes con exceso de grasa. Salpimentamos al gusto y aromatizamos con el tomillo fresco y los ajos machacados.

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 14 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite comience a tomar calor, doramos el pollo junto con los ajos y el tocino. Una vez que tenemos el pollo perfectamente marcado, lo retiramos y en el mismo aceite, sofreímos la cebolla y el pimiento verde. Reincorporamos el pollo, los ajos y el tocino a la olla. Regamos con el vino blanco y aromatizamos con la hoja de laurel. Dejamos cocer unos segundos para evaporar el alcohol. Cubrimos el pollo con el caldo de ave.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionamos la función "Carnes".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 24 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de cocción y rectificamos el sazonamiento.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
38 Minutos

POLLO ESTOFADO CON HONGOS

CARNES

INGREDIENTES

- 4 cuartos traseros de pollo
- 2 cebollas en brunoise
- 2 zanahorias en brunoise
- 2 dientes de ajo, finamente picados
- 1 pimiento verde en juliana
- 1 pimiento rojo en juliana
- 250 gr. de hongos laminados
- 300 ml. de vino Pedro Ximénez
- aceite de oliva suave
- caldo de ave
- sal y pimienta negra
- 4 hojas de albahaca fresca
- harina

ELABORACIÓN

Cortamos los cuartos de pollo de manera que obtengamos cuatro muslos y cuatro contra muslos, salpimentamos al gusto y enharinamos las piezas.

Añadimos un fondo de aceite de oliva y pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 14 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el aceite caliente, doramos las piezas de pollo. Retiramos y reservamos.
En ese mismo aceite, doramos ligeramente los ajos e incorporamos la cebolla, los pimientos y la zanahoria. Sofreímos durante 6-8 minutos o hasta que la cebolla comience a tomar color. Reincorporamos el pollo y rehogamos en conjunto unos minutos más.
Mojamos con el vino, dejamos evaporar el alcohol y cubrimos con el caldo de ave.

Cerramos la olla, colocamos la válvula en posición de trabajo y pulsando la tecla seleccionamos la función "Carnes". SELECTOR DE FUNCIÓN

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 22 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Mientras, en una sartén, salteamos las setas hasta que queden doradas por fuera.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de cocción del pollo, rectificamos de sal y pimienta, agregamos los hongos, las hojas de albahaca picadas. Dejamos reposar unos 20 minutos antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
12 Minutos

PERAS AL VINO TINTO

CARNES

INGREDIENTES

- 8 peras de textura firme, variedad conferencia
- 600 ml. de vino tinto
- 200 gr. de azúcar moreno
- 1 naranja
- 1 limón
- 1 rama de canela
- 6 hojas de menta
- 200 gr. cobertura de chocolate (64%)

ELABORACIÓN

Vertemos el vino en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, incorporamos la rama de canela, el azúcar, las hojas de menta y las cortezas de naranja y de limón.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Arroz".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 12 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Pelamos las peras conservando el tallo e incorporamos a la olla cuando el vino esté en ebullición.
Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Mientras, fundimos la cobertura de chocolate al baño María o en el microondas y mantenemos caliente.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural". Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de cocción, si es correcto dejamos atemperar las peras sumergidas en el vino de cocción.
Servimos las peras sobre el almíbar de vino y napadas con el chocolate fundido caliente.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
10 Minutos

FLAN DE QUESO Y CAFE

POSTRES

INGREDIENTES

- 500 ml. de leche entera
- 500 gr. de queso mascarpone
- 6 huevos medianos
- 8 gr. de café soluble
- 160 gr. de azúcar

Para el caramelo:

- 75 gr. de azúcar
- Agua

ELABORACIÓN

Comenzamos preparando un caramelo para bañar el molde del flan, para ello ponemos los 75 gr de azúcar en una sartén antiadherente Magefesa junto con un poco de agua.
Calentamos a fuego medio alto hasta que obtengamos un caramelo dorado oscuro. Vertemos sobre el molde hermético y caramelizamos.
Con la ayuda de una batidora Magefesa, mezclamos la leche, el café, los huevos, el azúcar y el queso mascarpone.
Vertemos la mezcla en la flanera y cerramos con su tapa hermética. Introducimos la flanera en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, añadimos agua hasta cubrir unas ¾ partes de la flanera.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Arroz".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, retiramos la flanera y dejamos atemperar unos minutos antes de guardar en el frigorífico para que termine de cuajar y poder desmoldar el flan.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
14 Minutos

ARROZ CON LECHE

CARNES

INGREDIENTES

- 180 gr. de arroz de grano redondo
- 150 gr. de azúcar
- 30 gr. de miel
- 900 ml. de leche entera
- 100 ml. de nata líquida 18% M.G.
- 1 rama de canela
- Corteza de medio limón

ELABORACIÓN

Vertemos la leche en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, añadimos la nata, la canela y la corteza de limón.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Sofreir".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 4 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Finalizado el tiempo dado para aromatizar la leche, añadimos el arroz en forma de lluvia y removemos unos segundos para evitar que se formen grumos.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Arroz".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 10 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, incorporamos el azúcar y la miel, removemos con unas varillas hasta que queden bien disueltas.
Repartimos el arroz con leche en recipientes individuales y dejamos atemperar.
Opcionalmente podemos servir el arroz con leche espolvoreado con canela en polvo.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
6 Minutos

COMPOTA DE MANZANA

POSTRES

INGREDIENTES

- 8 manzanas, variedad reineta o similar
- 200 gr. de azúcar
- 100 gr. de azúcar moreno
- 250 ml. de agua
- 1 rama de canela
- ½ limón en zumo

ELABORACIÓN

Pelamos las manzanas, retiramos el corazón y troceamos de forma irregular.
Vertemos el agua en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, añadimos el azúcar y la canela.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Arroz".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el agua comience la ebullición, incorporamos la fruta y el zumo de medio limón
Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, comprobamos el punto de cocción y dejamos atemperar antes de servir.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
30 Minutos

TARTA DE QUESO Y MIEL

POSTRES

INGREDIENTES

Ingredientes para la base:

- 100 gr. de galletas, tipo Oreo, María...
- 50 gr. de mantequilla atemperada
- 25 gr. de azúcar (opcional)

Ingredientes para el relleno:

- 250 gr. de queso cremoso
- 100 ml. de leche o nata líquida 18% M.G.
- 2 huevos grandes
- 20 gr. de harina
- 125 gr. de azúcar
- 2 c/s miel de azahar
- ralladura de naranja

ELABORACIÓN

Elaboración para un molde desmontable de 18 cm. Ø
Con la ayuda de una picadora Magefesa, trituramos las galletas junto con la mantequilla atemperada hasta obtener una masa homogénea.
Forramos el fondo del molde con la masa de galletas, presionamos bien para formar la base de la tarta. Reservamos en el frigorífico.
Para el relleno de la tarta:
Mezclamos todos los ingredientes con la ayuda de una batidora Magefesa y vertemos la mezcla en el molde.
Para evitar que el vapor humedezca la crema, cubrimos el molde con papel de aluminio y lo aseguramos con una goma elástica.

Vertemos dos tazas de agua en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, incorporamos el soporte del cestillo y sobre éste disponemos el molde bien centrado.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Arroz".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 30 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, liberamos la presión utilizando el "método de liberación natural".
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, dejamos atemperar el molde en el interior de la olla.
Una vez atemperado, retiramos y dejamos reposar en el frigorífico durante al menos 4 horas antes de desmoldar.
Servimos la tarta acompañada de alguna mermelada, un coulis de frutos rojos, chocolate rallado, etc.

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Arroz
6 Minutos

COMPOTA DE NAVIDAD

POSTRES

INGREDIENTES

- 4 manzanas, variedad reineta o similar
- 4 peras, variedad conferencia
- 9 ciruelas pasas
- 100 gr. de uvas pasas
- 1 rama de canela
- 1 corteza de naranja
- 250 gr. de azúcar moreno
- 1 l. de vino tinto
- agua
- almendra tostada laminada
- helado de vainilla

ELABORACIÓN

Ponemos las pasas y ciruelas a remojo en el vino tinto atemperado durante unos 20 minutos Mientras, pelamos y troceamos en cuartos las manzanas y las peras.
Vertemos el vino en la cubeta de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, incorporamos el azúcar y la canela.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Arroz".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 6 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cuando el vino comience la ebullición, incorporamos las frutas
Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, es aconsejable dejar atemperar las frutas cubiertas por el almíbar para potenciar el color y los aromas.

Servimos la compota acompañada de helado de vainilla y unas almendras laminadas y tostadas

COCINANDO CON
EASY
Express
4 Raciones
Carnes
40 Minutos

DULCE DE LECHE

POSTRES

INGREDIENTES

- 1 lata leche condensada, 370 gr aprox.
- Agua

ELABORACIÓN

Si la etiqueta de la lata es de papel, la retiramos para evitar que al cocer se deshaga y pueda obstruir las válvulas de nuestra olla.
Disponemos el soporte y el cestillo de cocción al vapor en el interior de nuestra olla a presión eléctrica Magefesa, introducimos la lata y vertemos agua hasta que cubra unas ¾ partes de la lata, siempre que no sobrepasemos el nivel máximo de nuestra olla.

Pulsamos la tecla SELECTOR DE FUNCIÓN *seleccionando la función "Carnes".*

Pulsando la tecla AJUSTE *seleccionamos 40 minutos y pulsamos la tecla* INICIO PAUSA

Cerramos la olla asegurándonos de que la válvula esté en la posición de trabajo, en ese momento la olla comenzará el proceso de cocción bajo presión.
Finalizado el tiempo de cocción, dejamos que se libere la presión utilizando el "método de liberación natural de la presión"
Una vez que desciende el sensor de presión y nos permite abrir la olla, retiramos la lata de leche condensada, con precaución de no quemarnos, y dejamos enfriar totalmente antes de abrir.

¡Atención! Es muy importante no abrir la lata de leche condensada hasta que esté completamente fría, en caliente la lata puede contener presión y producirnos quemaduras.

El tiempo de cocción depende mucho de la marca elegida y de la textura deseada, a más cocción, más denso será el dulce de leche.
Si no disponemos de cestillo, podemos poner un paño fino en el fondo de la olla para evitar que durante la cocción se golpeen entre sí.

NOTAS

Magefesa®

WWW.MAGEFESA.COM