



**Manual de
instrucciones
y recetas**



MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES SOLO PARA USO DOMÉSTICO

Lea completamente las instrucciones antes de usar la Magic Bullet. Al usar aparatos eléctricos, deben seguirse precauciones básicas de seguridad, incluyendo:

General

- Las cuchillas están afiladas. Manipúlelas con cuidado.
- Utilice siempre la Magic Bullet sobre una superficie limpia, plana, firme y seca, nunca sobre tela o papel ya que estos pueden bloquear las aberturas de ventilación y causar recalentamiento.
- No sumerja el cable, el enchufe ni la base en agua u otros líquidos.
- Debe supervisar de cerca a los niños cuando estos usen cualquier aparato.
- No use la Magic Bullet bajo la lluvia ni en ambientes húmedos.
- No la utilice en exteriores si queda expuesta a las inclemencias del tiempo.
- No le dé a este aparato un uso diferente a aquel para el cual fue diseñado.
- El uso de accesorios o partes no recomendadas ni distribuidas por el fabricante puede causar incendios, descargas eléctricas

o lesiones y anular cualquier garantía aplicable.

- Compruebe que el conjunto de la cuchilla no esté deteriorado y que se encuentre bien unido a la cuchilla antes de cada uso.
- Evite el contacto con las partes en movimiento.
- Mantenga manos y utensilios alejados de la cuchilla mientras pica o mezcla alimentos para reducir el riesgo de lesiones personales graves o daños en el aparato. Puede utilizar una espátula, pero solamente cuando las cuchillas estén completamente paradas.
- **NUNCA DEJE LA CUCHILLA EN FUNCIONAMIENTO POR MÁS DE UN MINUTO YA QUE ESTO PUEDE CAUSAR DAÑOS PERMANENTES EN EL MOTOR.** Si el motor deja de funcionar, desconecte la base y déjela enfriar por algunas horas antes de intentar usarla otra vez. La Magic Bullet tiene un interruptor térmico interno que apaga la unidad cuando esta se recalienta. Al dejar que el interruptor término se enfríe, la base debería volver a funcionar.
- **NUNCA DEJE LA MAGIC BULLET SIN VIGILANCIA MIENTRAS SE ENCUENTRA EN USO.**
- Nunca utilice la Magic Bullet sin comida o líquido en el vaso.
- Para reducir el riesgo de lesiones, nunca coloque la cuchilla en la base sin acoplar el vaso.
- Asegúrese de que la cuchilla esté enroscada firmemente en el vaso antes de usar el aparato.
- Ensamble completamente la cuchilla y el vaso antes de colocarlos en la base. Nunca inserte ni guarde la cuchilla en la base a menos que esta esté unida al vaso.
- **NUNCA MEZCLE INGREDIENTES LÍQUIDOS CON GAS (O CARBONATADOS).** La presión acumulada de los gases que se liberan puede hacer que el contenedor reviente y cause lesiones.

- **NUNCA MEZCLE INGREDIENTES CALIENTES.** Deje que los ingredientes se enfríen antes de mezclarlos. El calor y el movimiento pueden aumentar la presión dentro del recipiente y hacer que este expulse contenidos calientes, lo cual puede resultar en lesiones.
- No llene el vaso con ingredientes por encima del indicador MAX. Se necesita algo de espacio de sobra en la parte superior para mezclar de manera eficiente mediante la acción ciclónica, la cual crea presión interna. El exceso de ingredientes puede resultar en fugas durante el uso.
- Este aparato no está destinado para ser usado por personas (incluidos niños) cuyas capacidades físicas, sensoriales o mentales estén reducidas, o carezcan de experiencia o conocimiento, salvo si han tenido supervisión o instrucciones relativas al uso del aparato por una persona responsable de su seguridad.
- Los niños deberían ser supervisados para asegurar que no jueguen con el aparato.

- **DESPUÉS DE MEZCLAR LOS INGREDIENTES, RETIRE EL MONTAJE DE LA CUCHILLA, DEJE REPOSAR EL VASO Y SUS CONTENIDOS DE MODO QUE SE LIBERE LA PRESIÓN CREADA DURANTE EL PROCESO.**
- **NUNCA DEJE REPOSAR UNA MEZCLA DENTRO DEL VASO CON LA CUCHILLA SIN ANTES LIBERAR LA PRESIÓN.**
- **NO DEJE REPOSAR POR LARGOS PERÍODOS LOS CONTENIDOS MEZCLADOS EN UN CONTENEDOR SELLADO. LOS AZÚCARES DE LAS FRUTAS Y VEGETALES PUEDEN FERMENTARSE, LO CUAL CAUSA UN AUMENTO DE PRESIÓN Y EXPANDE**

EL CONTENEDOR, Y PUEDE RESULTAR EN REVENTONES O SALPICADURAS CON EL MOVIMIENTO. AFLOJE LA TAPA Y ABRA EL VASO POR UNOS INSTANTES PARA LIBERAR LA PRESIÓN QUE SE HAYA CREADO.

- **LIBERE LA PRESIÓN AFLOJANDO CUIDADOSAMENTE LA TAPA PARA ABRIR EL VASO POR UNOS INSTANTES.**

Seguridad eléctrica

- No estirar, girar o dañar el cable eléctrico.
- Nunca deje el cable colgando del borde de una mesa o mostrador.
- Nunca permita que el cable entre en contacto con superficies calientes, por ejemplo, la placa de cocina.
- Con frecuencia, inspeccione el cable y enchufe, asegurando que no haya daños. Nunca use este aparato electrodoméstico con el cable o enchufe dañado. Si el aparato no funciona adecuadamente, o si el aparato se cae o se ha dañado en cualquier forma, **NO LO UTILICE**. Comuníquese con nuestro Departamento de Asistencia técnica para su reparación, SAT autorizado PRESAT S.A. (Tel.: 93 247 85 70) o visite www.nutribullet.es
- **NO INTENTE JAMÁS MODIFICAR LA TOMA DE CORRIENTE SUMINISTRADA CON EL APARATO.**

- **NO UTILICE ESTE PRODUCTO CON NINGÚN TIPO DE ADAPTADOR NI CONVERTIDOR DE VOLTAJE. ESTA UNIDAD FUE CREADA SEGÚN LOS ESTÁNDARES DE CALIDAD Y TIPOS DE CONECTORES DE EUROPA.**
- **EL USO DE ADAPTADORES Y CONVERTIDORES SE CONSIDERA MODIFICACIÓN NO AUTORIZADA DEL PRODUCTO Y, COMO TAL, ANULA LA GARANTÍA. EL USO DE ESTE PRODUCTO EN UBICACIONES CON ESPECIFICACIONES ELÉCTRICAS DIFERENTES PUEDE RESULTAR EN DAÑO AL PRODUCTO.**
- **DESCONECTE LA MAGIC BULLET CUANDO NO LA ESTÉ USANDO. ASEGÚRESE DE QUE LA MÁQUINA ESTÉ DESCONECTADA ANTES DEL ENSAMBLAJE, DESENSAMBLAJE, ADICIÓN DE PARTES Y LIMPIEZA.**

Medidas de seguridad Para microondas

El Magic Bullet no está pensado para uso en microondas. No obstante, puede calentar sus elaboraciones en microondas siguiendo las siguientes normas de uso.

¡La Magic Bullet no contiene BPA! Todas las recetas que requieren cocción en los vasos de la Magic Bullet fueron actualizadas para reflejar este cambio. Dado que cada microondas es diferente, recomendamos calentar los alimentos por máximo dos minutos, revisar la temperatura, y seguir calentando solo si los contenidos del vaso no están suficientemente calientes.

- **NUNCA CALIENTE LOS ALIMENTOS POR MÁS DE DOS MINUTOS DE MANERA CONTINUA. CALIENTE POR DOS MINUTOS, DEJE REPOSAR POR DOS MINUTOS, RETIRE DEL MICROONDAS, ABRA EL CONTENEDOR Y MEZCLE CUIDADOSAMENTE. A CONTINUACIÓN, CALIENTE POR DOS MINUTOS NUEVAMENTE.**
- **NO CALIENTE EN EL MICROONDAS CONTENEDORES SELLADOS YA QUE SUS CONTENIDOS PUEDEN EXPANDIRSE CON EL CALOR Y EXPLOTAR, LO CUAL PUEDE RESULTAR EN LESIONES O DAÑOS MATERIALES. NO UTILICE UNA TAPA SÓLIDA EN EL MICROONDAS, UTILICE ÚNICAMENTE TAPAS CON VENTILACIÓN.**
- **ADVERTENCIA: NO CALIENTE EN EL MICROONDAS VASOS QUE TENGAN LA CUCHILLA ACOPLADA. EL METAL DE LA CUCHILLA PODRÍA DESPEDIR CHISPAS O LLAMAS, LO CUAL PUEDE RESULTAR EN LESIONES O DAÑOS MATERIALES.**

- Después de utilizar el microondas, use siempre manoplas resistentes al calor para manipular los vasos de la Magic Bullet. Deje que los ingredientes reposen por un instante y luego abra cuidadosamente la tapa sin apuntar el contenedor hacia su cuerpo ya que el vapor y la humedad expulsados pueden causar quemaduras.
- Siga las instrucciones y recomendaciones del manual de su microondas, particularmente las relacionadas con los tiempos de calentamiento. Nunca caliente los alimentos por más de dos minutos de manera continua.
- No caliente agua u otros líquidos por demasiado tiempo en el microondas, y no sobrepase dos minutos consecutivos.
- Calentamiento excesivo de agua: Los líquidos como el agua, café, té o sopas pueden

calentarse más allá de su punto de ebullición sin tener la apariencia de estar hirviendo. No siempre hay un burbujeo visible cuando el contenedor se retira del microondas. Esto puede resultar en líquidos muy calientes que hierven repentinamente al mover el contenedor o introducir una cuchara u otro utensilio (como la cuchilla de la Magic Bullet) en el líquido. Para reducir el riesgo de lesiones:

- No caliente excesivamente el líquido.
- Mezcle el líquido tanto antes como a mitad del calentamiento para evitar explosiones.
- Después del calentamiento, deje reposar el contenedor dentro del microondas por un instante antes de retirarlo.
- Sea muy cuidadoso al introducir cucharas u otros utensilios en el contenedor.
- No caliente compotas ni fórmula en los vasos de la Magic Bullet.
- No descongele bebidas congeladas en los vasos de la Magic Bullet (especialmente bebidas con gas o carbonatadas). Aunque el contenedor esté abierto, puede crearse presión. Esto puede hacer que el contenedor reviente y cause lesiones.
- Los alimentos calientes y el vapor pueden causar quemaduras. Tenga cuidado al retirar los vasos de la Magic Bullet del microondas cuando estos contengan alimentos o líquidos calientes.
- Para prevenir lesiones, utilice siempre guantes protectores para horno y no apunte el vapor hacia sus manos ni rostro.

Instrucciones de limpieza

- **NO LAVE LA CUCHILLA EN EL LAVAVAJILLAS. MANIPULE LAS CUCHILLAS CON CUIDADO YA QUE ESTÁN AFILADAS. SOLO LAVE A MANO CON AGUA TIBIA JABONOSA. EN CASO DE SER NECESARIO, UTILICE UN CEPILLO DE PLATOS PARA RETIRAR LOS RESTOS DE COMIDA. PARA DESINFECTAR, ENJUAGUE LA CUCHILLA CON UNA SOLUCIÓN AL 10 %DE VINAGRE O JUGO DE LIMÓN Y AGUA.**
- **LOS VASOS DE LA MAGIC BULLET PUEDEN LAVARSE EN LA BANDEJA SUPERIOR DEL LAVAVAJILLAS USANDO EL CICLO NORMAL (NO EL DE DESINFECCIÓN). LOS VASOS DE LA MAGIC BULLET Y LA CUCHILLA CRUZADA NO DEBEN DESINFECTARSE EN AGUA HIRVIENDO POR NINGUNA RAZÓN YA QUE ESTO DEFORMARÁ EL PLÁSTICO.**
- **AL LAVAR LA CUCHILLA, NO INTENTE RETIRAR EL CONJUNTO. SIMPLEMENTE LÁVELA CON AGUA TIBIA JABONOSA. SI INTENTA RETIRAR EL CONJUNTO, PODRÍA DAÑAR EL ENSAMBLAJE DE LA CUCHILLA DE MANERA PERMANENTE Y CAUSAR FUGAS.**
- **RECOMENDAMOS REEMPLAZAR LA CUCHILLA EN CUANDO ADVIER-TA ALGÚN DETERIODO PARA OBTENER UN DESEMPEÑO ÓPTIMO.**

Por lo general, la base no se ensucia mucho. Sin embargo, si no aprieta firmemente la cuchilla en el vaso, podría haber fugas de líquidos hasta la base y los botones de activación. Este es el proceso de limpieza:

Paso 1: ¡Es muy importante DESCONECTAR la base antes de limpiarla!

Paso 2: Asegúrese de que la cuchilla no esté unida a la base.

Paso 3: Use un paño húmedo para limpiar la base por dentro y por fuera.

- **NUNCA SUMERJA LA BASE EN AGUA NI LA LAVE EN EL LAVAVAJILLAS.**

- No ponga las manos ni utensilios cerca de la cuchilla en movimiento y no use las manos ni utensilios para presionar los botones de activación mientras la base esté conectada.
- De manera periódica, los accionadores de la base donde se insertan las pestañas del vaso pueden ensuciarse y ponerse pegajosos. Para limpiar los accionadores, asegúrese de que la base esté desconectada. A continuación, utilice un paño humedecido con agua tibia jabonosa para retirar cuidadosamente los restos de comida del área. Para acumulaciones excesivas de suciedad, utilice una solución al 10 % de vinagre y agua para limpiar el área a profundidad.



magic
BULLET®







Índice

17

INTRO

18 Iconos

20

USO DE LA MAGIC BULLET®

20 Almacenaje de
sobrante en los vasos
de Magic Bullet®

22

DESAYUNO

24 Mini muffins de plátano
y nuez
25 Huevos revueltos

26

SMOOTHIES

28 Smoothie de fresas
y plátano
29 Smoothie de mango
y coco

30

SOPAS Y SANDWICHES

32 Sopa de espárragos
33 Gazpacho
35 Sammie de ensalada
de atún

36

DIPS PARA FIESTAS Y APERITIVOS

38 Guacamole Express
39 Hummus Aleluya

40

CÓCTELES HELADOS

42 Margarita con hielo
43 Piña Colada

44

PLATOS PARA LA CENA

45 Presto ¡Es pesto!
46 Hamburguesa
vegetariana

48

POSTRES

50 Sorbete de frutas
51 Helado de plátano



Intro

LISTO PARA SER EL GANADOR EN LA COCINA?

Deje que Magic Bullet sea su cómplice. Rápido, versátil y de fácil uso, este es el único electrodoméstico que le permite hacer una interminable variedad de creaciones deliciosas para cualquier ocasión.

Prepare diferentes texturas de salsas para sus fiestas, refrescantes smoothies y cócteles, en segundos.

Otra ventaja? Su tamaño compacto. La Magic Bullet necesita menos espacio que algunas batidoras o procesadores de alimentos, pero sus cuchillas pueden hacer el mismo trabajo. Su manejable diseño hace que preparar recetas sea un disfrute y que se pueda limpiar en un chasquido de dedos. Es la manera más sencilla de crear un mundo de placeres. Pica, bate y mezcla sabrosos ingredientes con tu asistente personal de cocina.

Iconos

Magic Bullet es una gran herramienta para aquellos a quienes les gusta saber qué tiene su comida exactamente. Para adaptarnos a comensales conscientes, hemos creado una serie de iconos que identifican recetas que aparecen en el libro que sean veganas, vegetarianas, aptas para los niños y/o sin gluten. El ícono se encuentra a continuación.

Las recetas de este libro de cocina proporcionan comidas sabrosas, refrigerios y pequeños placeres para que empiece su viaje con la Magic Bullet. Léase el libro palabra por palabra, agregue u omita ingredientes de estas recetas o invente creaciones totalmente originales para satisfacer sus gustos personales. ¡Lo que sea que decida, la Magic Bullet estará a su lado para ayudarlo en todas sus aventuras culinarias!



**APTO PARA
NIÑOS:**

Recetas que gustan a la mayoría de niños.



VEGETARIANA:

Recetas sin carne. Pueden contener lácteos, huevos o miel.



SIN GLUTEN:

Recetas sin ingredientes que contengan gluten como trigo, harina de trigo, cebada o centeno.



VEGANA:

Recetas sin carne, lácteos, huevos u otro producto animal.

Uso de la Magic Bullet®

Usar la Magic Bullet es tan fácil como contar 1,2,3:



1

Coloque los ingredientes en el vaso.



2

Enrosque la cuchilla hasta que ésta y el vaso estén bien selladas.



3

Alinee las pestañas del vaso con las de la base eléctrica. Presione el vaso hacia abajo contra la base para poner en marcha la máquina.

ASÍ FUNCIONA: La Magic Bullet® mezcla los alimentos mientras mantiene presionado el vaso contra la base eléctrica. Para detenerla, simplemente deje de presionar el vaso.

Almacenaje de sobrante en vasos de la Magic Bullet®

La Magic Bullet incluye tapas sellantes que mantienen frescos los alimentos en sus vasos y 20 jarras para poder usar o consumir en otro momento, sin tener que ensuciar otros recipientes.



MODO DE "BLOQUEO":

Para activar el funcionamiento automático, presione el vaso y gírelo suavemente en el sentido de las agujas del reloj hasta que las pestañas se bloqueen bajo el borde de la base. En el modo de bloqueo, el motor funciona de manera continua. Para apagarlo, gire el vaso en sentido opuesto y suéltelo.

PRECAUCIÓN:

Antes de usar la cuchilla, asegúrese de que el conjunto no esté dañado y que se encuentre bien instalado en la cuchilla. No ponga las manos ni utensilios cerca de la cuchilla en movimiento, y no use las manos ni utensilios para presionar los botones de activación mientras la base esté conectada.

SI LA CUCHILLA DEJA DE FUNCIONAR EN MODO DE BLOQUEO, DESCONECTE DE INMEDIATO LA MAGIC BULLET®.

Los ingredientes duros como las zanahorias o el apio pueden atascarse en la cuchilla e impedir que esta gire. Si esto sucede, DESCONECTE LA MAGIC BULLET® DE INMEDIATO. Retire el ensamblaje del vaso y la cuchilla de la base, y sacuda con fuerza los ingredientes para liberarlos. Si la cuchilla sigue atascada, desenróscuela del vaso y haga girar las cuchillas metálicas cuidadosamente (están afiladas) para liberarlas. Vuelva a enroscar la cuchilla al vaso, conecte la Magic Bullet® y vuelva a intentarlo. Debería girar con normalidad.

NUNCA DEJE LA MAGIC BULLET EN FUNCIONAMIENTO POR MÁS DE UN MINUTO A LA VEZ YA QUE ESTO PUEDE CAUSAR DAÑOS PERMANENTES EN EL MOTOR.

Si el motor deja de funcionar, desconecte la base y déjala enfriar por unas horas antes de intentar usarla otra vez. La Magic Bullet® tiene un interruptor térmico interno que apaga la unidad cuando esta se recalienta. Al dejar que el interruptor térmico se enfríe, la base debería volver a funcionar.

Desayuno





TODOS HEMOS ESCUCHADO que el desayuno es la comida más importante del día, pero también tiene mucho potencial para dañar su salud, especialmente si desayuna de forma rápida ¡Afortunadamente, la Magic Bullet hace que sea rápido y fácil hacer desayunos deliciosos y energéticos para que no tenga que saltarse el desayuno o comer algo industrial la próxima vez que no tenga tiempo!

Mini muffins de plátano y nuez

Vuélvase loco por las nueces (o los plátanos, ¡usted elije!) con estos pequeños tentempiés deliciosos. ¡Cómalos solos o acompañados de yogurt para obtener un desayuno completo y satisfactorio!

1 plátano maduro, cortado en pedazos

¼ taza de mantequilla de almendras

1 huevo

½ cda de extracto de vainilla

1 cda de sirope de arce

¼ cda de levadura

¼ taza de harina de avena

¼ taza de nueces picadas

Ración: 18 mini muffins

Porción individual: 2 mini muffins

1 Precalentar el horno a 200°C. Cubra el molde de mini muffins con aceite de coco en spray.

2 En el Vaso Alto, combine plátano, mantequilla de almendra, huevo, vainilla, y sirope de arce. Ajuste en la Cuchilla y mezcle hasta que todo se combine bien, pero evite mezclar demasiado para que sus muffins no salgan muy duros.

3 Incorpore la harina, la levadura y las nueces.

4 Vierta la masa hasta que llene ¾ de cada recipiente.

5 Hornee 8-10 minutos.





Huevos revueltos de seis segundos

Bata sus huevos en la Magic Bullet antes de cocinarlos para hacerlos extra ligeros y esponjosos.

3 huevos sal y pimienta al gusto
eneldo o perejil frescos (opcional)

½ Cda de mantequilla o aceite de
oliva

1 Agregue todos los ingredientes al Vaso ajuste en la Cuchilla y mezcle en la Base del Motor por seis segundos hasta que esté bien batido.

2 Caliente mantequilla o aceite en un sartén en la cocina a fuego medio.

3 Agregue la mezcla de huevo, reduzca el fuego a bajo y cocine, moviendo suavemente de vez en cuando para crear una textura esponjosa hasta que los huevos estén hechos.



Smoothies







Smoothie de fresas y plátano

Esta bebida de frutas deliciosamente satisfactoria es perfecta a cualquier hora del día.

½ taza de frutas frescas o congeladas

1 Plátano

1 taza de hielo

½ taza de zumo de naranja

1 Agregue todos los ingredientes al Vaso y ajuste en la Cuchilla. Mezcle hasta que esté suave.



CONSEJO: Para reducir el azúcar, reemplace el zumo de naranja con leche de almendra sin azúcar, agua, agua de coco o té verde frío.



Smoothie de mango y coco

¡Saboree el paraíso con este smoothie de frutas tropicales!

½ taza de mango

1 plátano

1 taza de hielo

½ taza de agua de coco

1 Agregue todos los ingredientes al Vaso y ajuste en la Cuchilla. Mezcle hasta que esté suave.



CONSEJO: Para obtener un estímulo nutricional adicional, agregue ½ taza de espinaca baby; ¡ni la notarás!

Sopas y Sándwiches





SOPAS Y SÁNDWICHES SALUDABLES Y SUSTANCIOSOS, son la meta de los almuerzos. La Magic Bullet no le decepcionará en esta área; estas deliciosas comidas son tan satisfactorias como fáciles de hacer. ¡Prepárelas la próxima vez que su estómago necesite energía por la tarde!

Sopa de espárragos casi instantánea

Esta sopa condimentada delicadamente es deliciosa por sí sola, pero también es un excelente acompañamiento para una comida de primavera.

1 taza de cabezas de espárragos cocidos (de 7 a 10 espárragos)

1 diente de ajo

½ taza de caldo de verduras

1/3 taza de crema (véase los consejos para sustituciones)

Ración: 1 tazón
(aproximadamente 2 tazas)

1 Agregue los espárragos, ajo, crema y caldo de vegetales al Vaso.

2 Ajuste a la Cuchilla y mezcle hasta que esté suave.

3 Remueva la cuchilla y caliente en el microondas la sopa en el Vaso por 2 minutos.

***Los ingredientes estarán calientes. Tenga cuidado al sacar la sopa..**

CONSEJOS: Aproveche sus espárragos al máximo. No use un cuchillo para cortar los bordes, quiebre cada borde con su mano, sacará exactamente lo que quiere usar. Para que no tenga lácteos, sustituya la crema con la leche de su elección, como de almendra, anacardo, soja orgánica o coco. Agregue proteína usando yogurt griego orgánico en lugar de la crema.





Gazpacho

Esta sopa fría española es una forma refrescante y saludable de disfrutar los sabores del verano. Es un aperitivo perfecto para una comida o una cena y el gazpacho deja una impresión elegante ¡siempre que se sirve!

½ pimiento rojo

1-2 dientes de ajo

1 taza de caldo de verduras
Un toque de vinagre de vino tinto

¼ de pepino
Un ramito de perejil fresco picado

Ración: 4 tazas
Porciones individuales: 2

1 Agregue todos los ingredientes en el orden enumerado al Vaso y ajuste la Cuchilla.

2 Pulse hasta que la consistencia sea suave, pero todavía tenga algo de textura.

3 Se sirve mejor fría y en un tazón de sopa para obtener un alimento refrescante.

CONSEJO: Para obtener un aperitivo fabulosamente elegante, coloque langostinos pequeños cocinados y fríos en copas pequeñas de cóctel y vierta gazpacho encima. El Gazpacho puede usarse también como un dip delicioso para pan pita o tortas.





Sammie de ensalada de atún

Ligero en mayonesa, pero cargado de sabor, esta receta clásica de ensalada de atún siempre aporta satisfacción.

½ lata de atún, escurrida

1 cebolla de verdeo, picada

1/8 cebolla colorada

1 cdta de pepinillos picados (también se puede usar 3-4 aceitunas verdes sin hueso)

¼ tallo de apio

1 cdta de zumo fresco de limón

½ diente de ajo

1 cdta de aceite de oliva extra virgen

2 Cdas de mayonesa (véase los consejos para sustituciones)

1 cdta de mostaza (amarilla, Dijon, de grano, grueso y miel) Pizca de sal Pimienta al gusto

2 dos rebanadas de pan integral



Aderezos opcionales: Tomate cortado, lechuga

Ración: 1 sándwich

1 Coloque todos los ingredientes en el Vaso, ajuste la Cuchilla y pulse para mezclar.

2 Unte la ensalada de atún en el pan (o tostada), agregue sus aderezos favoritos y coloque la segunda rebanada de pan encima.

CONSEJO: Para hacer una opción sin mayonesa, reemplace la mayonesa y el aceite de la receta original por 1 cda de aderezo de vinagreta, yogurt griego o una mayonesa sin huevo como Veganaise. Alternativamente, puede usar el aceite de oliva y agregar 1 cdta de vinagre balsámico y ½ cdta de miel.

Dips para fiestas y aperitivos





¿ORGANIZA UNA FIESTA?

¿Por qué gastar una fortuna en dips y aperitivos mediocres comprados en el supermercado cuando puede hacer banquetes tentadores y elaboraciones exquisitas por una parte de ese gasto con su Magic Bullet? Hemos elegido las recetas de los aperitivos más rápidos, fáciles y deliciosos hechos de ingredientes frescos y saludables, para que pueda impresionar a sus invitados Que comience la fiesta...





Guacamole express

Los aguacates se han hecho muy populares en la última década. Pruebe este guacamole celestial ¡y entenderá por qué! Sírvalo con nachos de tortilla o verduras frescas para obtener un delicioso dip o úntelo encima de una tostada para obtener una delicia de desayuno, almuerzo o cena.

2 aguacates

Zumo de **1** limón pequeño o $\frac{1}{2}$ limón grande

$\frac{1}{4}$ cdta de sal

1-2 dientes de ajo (opcional)

1 cebolla perla o $\frac{1}{4}$ de cebolla blanca mediana

Opcional:

1-2 ramitos de cilantro fresco

4 tomates cherry

2 pedazo de chile jalapeño

1 Corte los aguacates por la mitad a lo largo, rodeando la semilla con el cuchillo.

2 Gire para separar las mitades y saque las semillas de cada uno.

3 Con una cuchara saque la pulpa de los aguates y colóquela en el Vaso **4** Agregue todos los ingredientes restantes que dese, gire en la Cuchilla y pulse en la Base Motor hasta que la mezcla alcance la consistencia deseada.





Hummus aleluya

Este hummus rico y cremoso es un excelente aperitivo para cualquier reunión. Para obtener una presentación clásica, adorne con un chorro de aceite de oliva y una pizca de pimentón dulce y sirva con triángulos de pan pita calientes, bocaditos de pan pita o vegetales crudos cortados. También es un excelente acompañante para sándwiches, mezclado con sopas o ¡simplemente para comerlo de una cucharada!

¼ taza de caldo de verduras

1 lata de 400 grs de garbanzos escurridos

2 dientes de ajo

2 Cdas de zumos de limón

3 Cda de tahini (pasta de semillas de sésamo)

½ cdta de sal

Opcional:

Aceite de oliva y pimentón dulce para decorar

1 Agregue todos los ingredientes al Vaso ajuste a la Cuchilla y mezcle hasta que esté suave.



Cócteles Helados





ESTA SECCIÓN CONTIENE recetas de bebidas frescas y deliciosas que seguro encantarán a todos sus invitados, desde el aficionado a los cócteles artesanales hasta el más moderno de sus amigos. Ya sea que esté comiendo un aperitivo al aire libre, relajándose junto a una piscina o de anfitrión de una fiesta llena de estilo.

Para obtener bebidas con todo de hielo, mezcle y sirva sus bebidas en el Vaso, está hecho de plástico de alto grado sin BPA, no se rompen si se caen. Para empezar la fiesta, simplemente agregue los ingredientes al Vaso, ajuste la Cuchilla, mezcle en la Base Motor y sirva.

¡Su momento en el paraíso le espera!



Margarita con hielo

Bébalo en una tarde calurosa con bocaditos y Guacamole express para tener un combo de la gastronomía mexicana.

45 ml de tequila

15 ml de triple sec o cointreau

45 ml de zumo de limón fresco

45 ml de néctar de agave

1 taza de hielo

sal (opcional)

1 Agregue los ingredientes líquidos al Vaso de la Magic Bullet.

2 Llene con hielo, ajuste la Cuchilla y mezcle hasta que esté suave y medio derretido.

3 Si desea el borde de su margarita con sal, frote una porción de limón en el perímetro del Vaso y métalo en sal para cubrirlo.

CONSEJOS: Para hacer margaritas de sabores, reemplace el hielo con 1 taza de su fruta congelada favorita. Mango, duraznos, sandía y frutas del bosque, ¡todas son opciones deliciosas!



Piña colada

Si le gustan las piñas coladas, amaré la Magic Bullet; ¡es la máquina perfecta para mezclar este cóctel delicioso! Nuestra versión desecha los ingredientes muy procesados y los reemplaza con rica mantequilla de coco y piña de verdad congelada. ¡Eso es paraíso!

60 ml. de ron

1½ Cdas de mantequilla de coco

1 taza de piña congelada

1½ Cdas de néctar de agave

Un toque de zumo de piña, leche o leche de almendra

1 Agregue todos los ingredientes al Vaso de la Magic Bullet, ajuste en la Cuchilla y mezcle hasta que esté suave y casi derretido.

2 Vierta en una copa de vidrio.



Platos para la cena



Presto ¡Es pesto!

El pesto es realmente una de las salsas más deliciosas del mundo, combina albahaca herbal con ricos piñones, aceite de oliva, ajo poderoso y queso parmesano para crear un aderezo totalmente distintivo y delicioso para pasta, carne y más. ¡Use su Magic Bullet para crear esta salsa maravillosa en un momento!

10-12 hojas frescas de albahaca

2 Cdas de piñones

2 Cdas de aceite de oliva extra virgen

1½ cdta de sal en grano (opcional)

1-2 dientes de ajo

1 trozo pequeño de queso parmesano

1 Agregue todos los ingredientes en el orden enumerado en el Vaso. Ajuste en la Cuchilla y pulse hasta que obtenga una consistencia de pasta levemente granulosa.

2 Transfiera la salsa a un recipiente para microondas y caliente en alto por 2 a 3 minutos o caliente en una cacerola. Sáquelo y sirva sobre pasta caliente.

***Los ingredientes estarán calientes. Tenga cuidado al sacar la sopa.**

CONSEJOS: Para agregar más queso parmesano fresco, agregue un trozo de parmesano al Vaso y gire en la Cuchilla. Pique hasta que la consistencia sea la de un polvo. Espolvoree sobre la pasta y la salsa.

Alternativamente, el pesto puede usarse como un dip excelente. Sírvalo caliente o a temperatura ambiente con pan italiano o francés o úselo para untar un sándwich.



Hamburguesa vegetariana de quinoa

Llenas de verduras frescas y quinoa rica en proteína, estas deliciosas hamburguesas vegetarianas son una cena saludable y satisfactoria.

- ¼ taza de quinoa cocida
- ½ zanahoria, picada
- 1 cebolla, picada
- 1 dientes de ajo
- ½ taza de frijoles negros cocinados
- 2 Cdas de miga de pan secas con aliño italiano
- 2 cdts de linaza molida
- + 1½ Cdas de agua
- 1 cda de comino molido
- ¼ cda de sal
- Un toque de pimienta negra

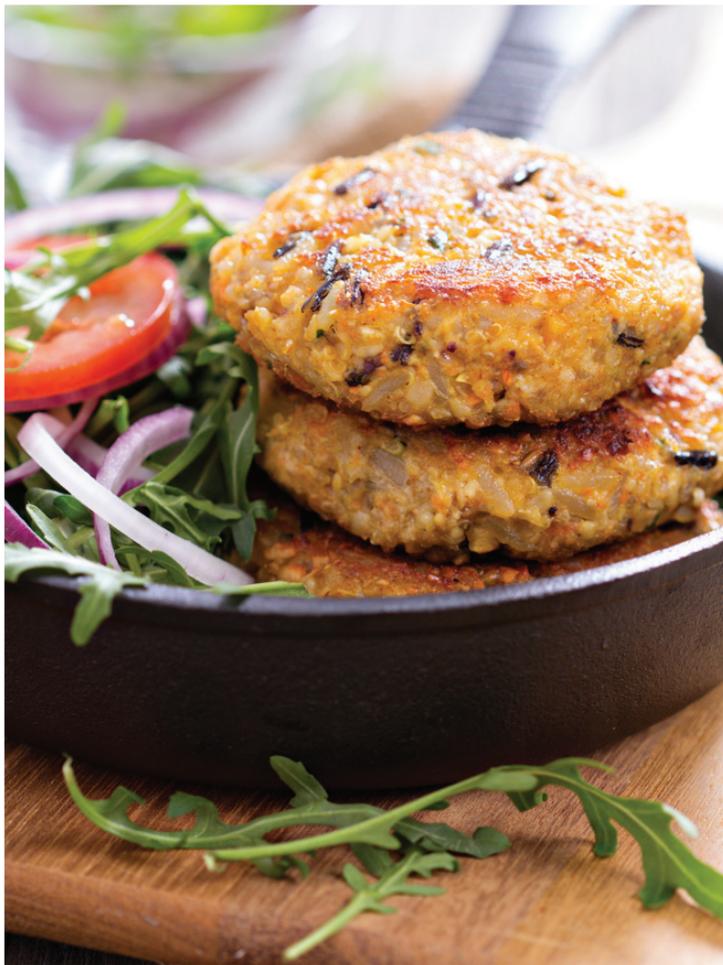
Aceite de oliva

Ración: 2

Porción individual: 1 hamburguesa

- 1 Cocine la quinoa de acuerdo a las indicaciones del paquete.
- 2 Combine la linaza y el agua y deje cuajar por cerca de 3 minutos.
- 3 En el Vaso pulse la zanahoria hasta que esté finamente picada. Agregue quinoa cocida, cebolla, ajo, frijoles, miga de pan, linaza, comino, sal y pimienta, pulse hasta que esté combinado pero ligeramente grueso. Forme dos hamburguesas con la mezcla.
- 4 En una sartén antiadherente, caliente el aceite de oliva a fuego medio; cocine las hamburguesas hasta que estén doradas, cerca de 8 minutos por cada lado.





Postre







Sorbete de frutas

¿Le gustan los dulces pero no quiere comer mucho azúcar? ¡Pruebe este refrescante sorbete de frutas! Es tan rápido y fácil de hacer, que le hará espacio al postre todos los días.

1 taza de su fruta congelada favorita

2-3 Cdas de agua (o zumo de fruta ¡o su licor favorito si no es para los niños!

1 Agregue los ingredientes al Vaso y mezcle hasta que esté suave.

2 Agregue más o menos líquido para alcanzar la consistencia deseada..

3 Sírvalo en su plato para postres favorito.

CONSEJO: Para obtener un postre elegante para un aperitivo o una fiesta, haga una variedad de sabores (arándano, fresa, mango) y vierta los distintos sabores en copas de cóctel, poniendo los sabores en capas con colores que contrasten para una linda presentación.





Helado de plátano

¡Todo lo frío y cremoso del helado con los beneficios nutricionales adicionales de los plátanos! Una gran alternativa para aquellos con problemas con los lácteos o quienes simplemente buscan hacer más ligera su dieta, este delicioso helado será su favorito.

1 plátano congelado, pelado y levemente descongelado

2-3 Cda de leche de almendra

Opcional:

2 cdts de cacao en polvo, extracto vainilla, frutas frescas o congeladas

Decore con:

virutas de cacao, ralladura de coco, frutas frescas, nueces, etc.

1 Agregue el plátano congelado, la leche de almendra y los ingredientes opcionales al Vaso. Ajuste en la Cuchilla y mezcle hasta que alcance la consistencia de helado suave.

2 Esparza sus decoraciones favoritas. ¡Disfrute!





MUCHOS APARATOS DE COCINA prometen hacerle la vida más fácil, pero con su gran tamaño, difícil limpieza y poca flexibilidad en realidad significan más trabajo para usted. Le presentamos la Magic Bullet®.

Esta máquina compacta funciona a la vez como procesador, licuadora y batidora. Es pequeña, versátil y fácil de limpiar. ¡Hace las tareas tan rápido que es como tener un mago en la cocina!

Importado por River International S.A:

C/Beethoven 15, Ático 3 - 08021, Barcelona - Spain - contacto@riverint.com

MAGIC BULLET® Artículo No. MBR-1128

Es una marca registrada de BULLET BRANDS, LLC

Protegido por una o más patentes y patentes en trámite.

Copyright © 2019 CAPBRAN HOLDINGS, LLC

LOS ÁNGELES, CA 90025 EE. UU. Todos los derechos reservados.

FABRICADO EN CHINA

