

Sopa de coliflor

★ ★ ★ FÁCIL

🕒 40 MIN.

🍴 4 RACIONES



INGREDIENTES

- Bulbo de hinojo en trozos
- Zanahoria en trozos
- 30 g de espinaca fresca
- 1 diente de ajo
- 30 g de aceite de oliva
- 120 g de vino blanco
- 250 g de ramilletes de coliflor
- 1 litro de caldo de verduras
- Sal
- Pimienta negra



PREPARACIÓN

1. En el bol, ponemos el hinojo, la zanahoria, las espinacas, el ajo, el aceite. Troceamos y sofreímos durante 4 min 120 °C a velocidad nº 1.
2. A continuación, añadimos el vino y evaporamos durante 1 min 120 °C a velocidad nº 2.
3. Agregamos la coliflor, el caldo de verduras, ½ cucharadita de sal y 1 pellizco de pimienta.
4. Programamos 40 min 120 °C a velocidad 1.
5. Una vez transcurrido el tiempo de cocción. Retiramos y reservamos un cucharón del caldo de nuestra sopa.

ACCESORIOS

- Cuchillas
- Pala de remover



Solomillo con judías y salsa de pera

★ ★ ★ FÁCIL

🕒 50 MIN.

🍴 4 RACIONES



INGREDIENTES

- 600 g solomillo de cerdo
- Orégano seco
- Tomillo seco
- 200 g de pera conferencia en cuartos
- 150 g de judías verdes
- 15 g de miel
- 20 g de mantequilla
- 10 g de salsa de soja
- Canela molida
- Pimienta negra
- Sal

ACCESORIOS

- Bandeja de vapor
- Pala de remover



PREPARACIÓN

1. Comenzaremos colocando cada medallón de solomillo sobre un cuadrado de film transparente. Espolvoreamos cada trocito con 2 pellizcos de orégano, tomillo, sal y pimienta. Los envolvemos en el film, enrollando los extremos, los colocamos en la bandeja de vapor y reservamos.
2. En la parte superior de CookEasy Platinum, mientras cocinamos la sopa de coliflor, colocamos la bandeja de vapor donde teníamos reservado el solomillo y aprovecharemos para añadir la pera y las judías.
3. Una vez transcurridos los 40 min de cocción; retiramos y reservamos.
4. De nuevo en nuestro bol limpio, agregamos el cucharón de caldo reservado, la pera cocida, la miel, la mantequilla, la salsa de soja y la canela. Programamos 5 min 100 °C a velocidad nº 2.
5. Una vez cocinada nuestra salsa. Servimos la sopa en un cuenco, emplatamos el solomillo junto a las judías, regamos con la salsa y... ¡Buen provecho!

