

Cuisinart®

INSTRUCTION AND RECIPE BOOKLET



Premier Series 11-Cup Food Processor

DLC-2011N Series

For your safety and continued enjoyment of this product, always read the instruction book carefully before using.

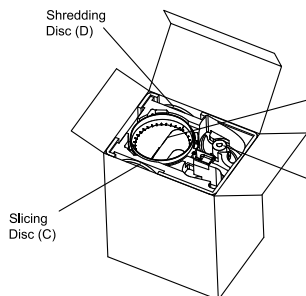
Recommended work bowl capacity for various foods	
FOOD	CAPACITY
Chopped Fruits and Vegetables	11 cups processed food
Chopped or Puréed Meat, Poultry, Fish or Seafood	1¾ pounds meat, cut in 1-inch or smaller cubes, chilled
Bread Dough	5 cups all-purpose flour, yielding two 1¼ pound loaves; 2½ cups each all-purpose and whole wheat flour, yielding two 1¼ pound loaves; 2¾ cups whole grain flours (no white flour added) for custom recipes
Pizza Dough	4½ cups all-purpose flour, yielding 2½ pounds pizza dough (dough to make up to four 12–14-inch pizzas)
Nuts for Nut Butters	2–4 cups nuts (10–20 ounces)
Sliced or Shredded Cheese, Fruit, or Vegetables	11 cups (total processed weight varies by food)
Cake Batter	1 standard packaged cake mix (18.5 ounces), or homemade batter recipe for four 8-inch layers
Thin Liquids (such as custard for quiche or cheesecake batter)	2¾ cups
Thick Liquids	5–6 cups
Puréed Cooked Fruits and Vegetables	8 cups cooked, yielding approximately 5½ to 6 cups thick purée
Puréed Soft Fresh Fruits (berries, kiwis, peaches, etc.)	8 cups fresh, yielding approximately 5 to 6 cups purée

IMPORTANT UNPACKING INSTRUCTIONS

This package contains a Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor, and the standard parts for it: work bowl, work bowl cover, large and small pushers, metal chopping/mixing blade, slicing disc, shredding disc, detachable disc stem for discs, spatula, and recipe/instruction book.

CAUTION: THE CUTTING TOOLS HAVE VERY SHARP EDGES. To avoid injury when unpacking the parts, please follow these instructions.

1. Place the box on a low table or on the floor next to the kitchen counter or table where you intend to keep the food processor. Be sure the box is right side up.
2. Remove the cardboard insert. You will see a rectangular block of foam that holds the processor parts, each fitted into a cavity in the foam.
3. The instruction/recipe book sits on the top of bowl cover. Remove this first.
4. The bowl cover (A) sits in the center of the foam block. Remove this next.
5. The metal chopping blade (B) sits in the cavity. Remove this next.
6. The slicing disc (C) is on the edge of one of the long sides of the foam block; the shredding disc (D) is on the other side. Slide them out **WITH GREAT CARE; THE BLADES ARE VERY SHARP.**

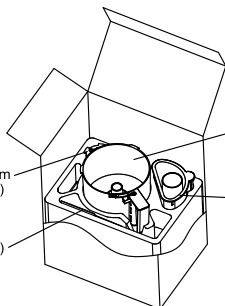


Bowl Cover (A)

Chopping Blade (B)

Detachable Stem (H)

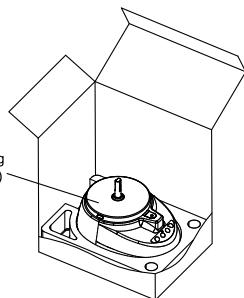
Spatula (G)



Work Bowl (E)

Large/Small Pushers (F)

Housing Base (I)



7. Lift out the top foam block.
8. Lift out work bowl (E), large/small pushers (F), spatula (G) and detachable stem (H) from the middle foam block.
9. Lift out the middle foam block.
10. Only the housing base (I) is at the bottom of the box. Use both hands to lift the base out of the box and place on the table or counter.
11. Assemble the bowl onto the base by positioning the handle to the left of center and turning it counterclockwise to lock it into the base. Read the instructions thoroughly before using the machine.
12. Save the shipping cartons and foam blocks. You will find them very useful if you need to repack the processor for moving or other shipment.

NOTE: We recommend that you visit our website, **www.cuisinart.com**, for a fast, efficient way to complete your product registration.

WHEN REMOVING BLADE: CAREFULLY REMOVE THE METAL BLADE BY GRASPING THE CENTER WHITE HUB AND LIFTING IT STRAIGHT UP. NEVER TOUCH THE BLADES, AS THEY ARE RAZOR SHARP.

CONTENTS

Recommended Capacities	1
Unpacking Instructions	2
Important Safeguards	4
Introduction	5
Machine Includes	6
Assembly Instructions	6
Machine Functions	7
Operating Instructions.....	7
Techniques for Chopping and Puréeing	8
Preparing Food for Slicing and Shredding	11
Practicing Slicing and Shredding.....	11
Removing Sliced or Shredded Food.....	12
Techniques for Slicing and Shredding.....	12
Slicing Meat and Poultry	12
Slicing and Shredding Cheese	13
Techniques for Kneading Dough	14
Typical Bread Dough, Problems and Solutions.....	15
Typical Sweet Dough, Problems and Solutions	16
Technical Data.....	17
Cleaning and Maintenance	17
For Your Safety	18
Warranty	18
Recipes.....	21

Carefully read all instructions before using this appliance.

IMPORTANT SAFEGUARDS

Always follow these safety precautions when using this appliance.

Getting Ready

1. Read all instructions.
2. **Blades are sharp.** Handle them carefully.
3. **Always unplug from outlet when not in use, before putting on or taking off parts, before removing food and before cleaning. To unplug, grasp plug and pull from electrical outlet. Never pull cord.**
4. Do not use outdoors.
5. Do not let cord hang over edge of table or counter, or touch hot surfaces.
6. Do not operate any appliance with damaged cord or plug, or after appliance has been dropped or damaged in any way. Return appliance to the nearest authorized service facility for examination, repair, or electrical or mechanical adjustment.

Operation

1. Keep hands as well as spatulas and other utensils away from moving blades or discs while processing food, to prevent the possibility of severe personal injury or damage to food processor. A plastic scraper may be used, but only when the food processor motor is stopped.
2. Avoid contact with moving parts. Never push food down into feed tube by hand when slicing or shredding. Always use pusher.
3. Make sure motor has completely stopped before removing cover. (If machine does not stop within 4 seconds after you remove the pusher assembly, call 1-800-762-0190 for assistance. Do not use the machine.)
4. Never store any blade or disc on motor shaft. To reduce the risk of injury, no blade or disc should be placed on the shaft except when the bowl is properly locked in place and the processor is in use. Store blades and discs as you would sharp knives, out of reach of children.
5. Be sure cover and feed tube are securely locked in place before operating food processor.

6. Never try to override or tamper with cover interlock mechanism.

Cleaning

To protect against risk of electrical shock, do not put base in water or other liquid.

General

1. Close supervision is necessary when any appliance is used by or near children.
2. Do not operate this, or any other motor-driven appliance, while under the influence of alcohol or other substances that affect your reaction time or perception.
3. This food processor is UL listed for household use. Use it only for food preparation as described in the accompanying recipe and instruction book.
4. The use of attachments not recommended or sold by Cuisinart may cause fire, electrical shock or personal injury, or damage to your food processor.
5. To avoid possible malfunction of work bowl switch, never store processor with pusher assembly completely pushed in.
6. Maximum rating of 5.5 amperes is based on attachment that draws greatest current. Other recommended attachments may draw significantly less current.
7. Do not operate your appliance in an appliance garage or under a wall cabinet.
When storing in an appliance garage always unplug the unit from the electrical outlet. Not doing so could create a risk of fire, especially if the appliance touches the walls of the garage or the door touches the unit as it closes.

NOTICE: This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). As a safety feature, this plug will fit in a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully in the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not attempt to defeat this safety feature.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

FOR HOUSEHOLD USE ONLY

INTRODUCTION

Congratulations on your purchase of a Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor. This product is the ultimate food preparation tool, and it comes from the originator of the American food processor, Cuisinart.

The Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor has all the elements of quality that Cuisinart is known for, including a powerful motor, the Supreme® Wide Mouth Feed Tube, and the longest warranty in the industry.

• **The Cuisinart® Supreme® Wide Mouth Feed Tube** is perfect for slicing whole fruits and vegetables without precutting.

• **The Cuisinart® Dough Control Button.** We have engineered a dough processing speed that will give you the ability to make perfect dough in seconds.

These features, plus the ability to use all your existing Cuisinart specialty blades and discs, make the Premier Series 11-Cup Food Processor the select choice in food processors.



THE MACHINE INCLUDES:

1. Housing base with a vertically projecting shaft and convenient touchpad control panel.
2. 11-cup work bowl.
3. Cover with extra-large feed tube.
4. Pusher assembly that slides inside the feed tube.
5. Sharp metal chopping/mixing/dough blade.
6. Serrated slicing disc.
7. Shredding disc.
8. Detachable stem for discs (not shown).
9. Plastic spatula (not shown).
10. BPA free (not shown)
All materials that come in contact with food are BPA free.

The metal chopping blade chops raw and cooked fruits, vegetables, meat, fish and cheese to the exact consistency you want, from coarse to fine, even to a purée. It chops nuts, makes nut butters, mayonnaise and sauces, and mixes tender, flaky pastry. The metal chopping blade also mixes cakes, frostings, cookies, quick breads, muffins, and biscuits, and kneads yeast dough.

The slicing disc makes beautiful whole slices without torn edges. It slices whole fruits and vegetables, cooked meat, semi-frozen raw meat and loaves of bread.

The shredding disc processes most firm and hard cheeses into long, attractive shreds. It also shreds vegetables like potatoes, carrots and zucchini, and processes nuts and chocolate to a grated texture.

The detachable stem fits both discs, making disc storage compact in limited space.

The pusher assembly has two parts:

1. A small, removable, clear pusher that fits into a small center-located feed tube. This tube is for narrow food like carrots, for adding liquid, and for continuous feeding of small food like garlic.
2. A large pusher that fits into the Cuisinart® Supreme® feed tube opening and moves freely within it.

Upon contact, the large pusher meets an activating rod in the center of the work bowl handle, permitting the motor to start.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS:

Blade Operation

1. Plug in the housing base and place the work bowl on top, with the work bowl handle just to the left of center. Turn the work bowl counterclockwise to lock it onto the housing base.
2. **CAREFULLY** lift and place the chosen blade over the work bowl center shaft. Line up the markings on the blade hub with the motor shaft. It should fit snugly and rest on the bottom of the work bowl.
3. Add desired ingredients to work bowl.
4. Place work bowl cover onto work bowl, with the handle area just to the left of center. Turn counterclockwise to lock onto work bowl.
5. Align pusher assembly and activating rod with the feed tube opening on the work bowl cover and slide the activating rod down to the bottom.
6. You are now ready to operate the machine.

Disc Operation

1. Plug in the housing base and place the work bowl on top, with the work bowl handle just to the left of center. Turn the work bowl counterclockwise to lock it onto the housing base.
2. Choose desired disc and place with underside up on tabletop. Pick up detachable disc stem and align it with the raised plastic crescent on the disc underside. The raised “lock” indicator on the left corner of the stem should be to the left of the mounting plate on disc.
3. Turn the stem to the right, so the locking tabs are covered by the metal supports and a “click” locks the stem in place.

4. With the stem facing down, place the assembly over the center hub. It should fit snugly and rest on the bottom of the work bowl.
5. Place work bowl cover onto work bowl, with the handle area just to the left of center. Turn counterclockwise to lock onto work bowl.
6. Align pusher with the feed tube opening on the work bowl cover and slide the activating rod down to the bottom.
7. Use the cord wrap on the housing base underside to add or remove cord.
8. You are now ready to operate the machine.

MACHINE FUNCTIONS:

PULSE

1. With the machine properly assembled and engaged, and ingredients in the work bowl, press the PULSE button repeatedly as needed.

ON (Continuous)

1. Properly assemble and engage the machine.
2. To add ingredients through the feed tube, remove the pusher and fill the feed tube as directed (see Preparing for Slicing and Shredding).

3. Engage the pusher and press the ON button. The button light will turn on and the motor will start.

4. Press the pusher firmly down until all ingredients have passed into the work bowl.

Remove the pusher and refill ingredients as needed. When you engage the pusher again, the unit will automatically turn ON.

5. Press the OFF button when finished.

DOUGH Button

1. Prepare the dough ingredients and place in work bowl.
2. Properly assemble and engage the work bowl cover and pusher.
3. Press the DOUGH button and the light will turn on.
4. Then press the ON or PULSE buttons as needed to process dough. The ON light will turn on.

NOTE: The dough mode works in conjunction

with the ON button. The machine will not operate if only the DOUGH button is pushed. You must also push the ON button to activate the DOUGH function.

5. Press the OFF button when finished.

OPERATING INSTRUCTIONS:

Try chopping some practice foods, such as zucchini or carrots, before you process food to eat. First, cut the ingredients into 1-inch pieces of uniform size and length.

- Place the work bowl over the center stem, with the handle area just left of center. Turn counterclockwise to lock in place.
- Insert the metal chopping blade and put ingredient pieces in the work bowl. Put on the cover and turn counterclockwise to lock onto work bowl. Align the pusher and the pusher's activating rod with the corresponding openings on the feed tube, and push all the way down.
- Press and release the PULSE button two or three times. Each time the blade stops, let the pieces drop to the bottom of the bowl before you pulse again. This puts them in the path of the blade each time the motor starts.
- Using the pulse/chopping technique, you get an even chop without overprocessing. Check the texture frequently by looking through the cover. If you want a finer chop, press and release the PULSE button until you achieve the desired texture. Onions and other food with a high water content will quickly end up as a purée, unless examined through the work bowl after each pulse to make sure they are not overprocessed.

Try chopping other food like meat for hamburger or sausage. Then make mayonnaise, pastry or bread, as described in the following sections. To obtain consistent results:

- Be sure all the pieces you add to the bowl are about the same size.
- Be sure the amount you process is no larger than amount recommended on the inside cover of this booklet.

Before you do anything, wait for the blade to stop spinning. Once it does, turn the cover clockwise to unlock, and remove by lifting it off.

Remove the bowl from the base of the machine before removing the blade. This creates a seal to prevent food from leaking. Turn the bowl clockwise to unlock from the base, and lift straight up to remove.

To prevent the blade from falling from the work bowl onto your hand when emptying the work bowl, use one of the following methods.

Be sure your hands are dry. Grab the blade hub, and remove the metal blade before tilting the bowl, using a spatula to scrape off any food. Then carefully lift the blade out of the work bowl. Or insert your finger through the hole in the bottom of the work bowl, gripping the blade from the bottom, and grip the outside of the work bowl with your thumb. Or hold the blade in place with your finger or spatula while pouring out food.

TECHNIQUES FOR CHOPPING AND PURÉEING

To chop raw fruits and vegetables:

First, cut the food into 1-inch (2.5cm) pieces. You get a more even chop when all pieces are about the same size.

Put no more than the recommended amount of food into the work bowl (see table inside front cover). Lock the cover in place. Press the PULSE button at the rate of 1 second on, 1 second off, until the food is coarsely chopped. For more finely chopped results, hold the PULSE button, letting the machine run continuously until the desired consistency is reached. Check frequently to avoid overprocessing. Use the spatula to scrape down the sides of the work bowl if necessary.

To purée fruits and cooked vegetables:

First, cut the food into 1-inch (2.5cm) pieces. You get a smoother purée faster when all pieces are about equal in size.

Put no more than the recommended amount of food in the work bowl (see table inside front cover). Lock the cover in place. PULSE to chop coarsely, then press the ON button and process continuously until food is puréed. (**NOTE:** Cooked potatoes are an exception to this procedure. They develop a gluey texture when processed with the metal blade.)

When making soup, you will want to purée vegetables that have been cooked in liquid. Don't add the liquid to the work bowl, just the cooked vegetables; remove vegetables with a slotted spoon. They will purée faster and smoother without liquid. Then add just enough liquid to make the purée pourable. Return to the soup liquid and stir to combine.

To dislodge food:

Occasionally, a piece of food may become wedged between the blade and the work bowl. If this happens, unplug the machine, remove the cover, lift the blade out carefully and remove the wedged piece. Empty the bowl, reinsert the blade and lock the cover and pusher into place. Press the ON button and drop the food pieces through the small feed tube opening while the machine is running. After adding a cupful this way, add the remaining food to the bowl and process in the usual manner.

To chop hard foods:

To chop hard foods like garlic and hard cheese, assemble the unit, remove the small pusher, press the ON button and drop the food through the small feed tube while the machine is running.

Small foods like garlic can be dropped in whole. Large foods like hard cheese should be cut into 1-inch (2.5cm) pieces. This method of processing minces garlic, shallots and onions. Hard cheese and coconut will have the same texture as if they had been hand grated.

IMPORTANT: Never try to process cheese that is too hard to cut with a knife. You may damage the blade or the machine.

To chop parsley and other fresh herbs:

The herbs, the work bowl and the metal chopping blade must all be thoroughly clean and dry. Remove stems from herbs.

Add leaves to bowl and process, using the PULSE button, until chopped as fine as desired. The more herbs you chop at a time, the finer chop you can obtain. If completely dry when chopped, parsley and other herbs will keep for at least 4–5 days, stored in an airtight bag in the refrigerator. They may be frozen for months, stored in an airtight container or bag.

To chop peel from citrus fruit or to chop sticky fruit like dates or raisins:

For citrus, remove only the peel with a vegetable peeler, not the white pith which is bitter tasting.

Cut the peel into lengths of 2 inches (5cm) or less and process with ½ cup (125 ml) of granulated sugar until finely chopped. This may take 2 minutes or longer.

For sticky fruit like dates, raisins, prunes and candied fruit, first freeze the fruit for about 10 minutes. Add some of the flour called for in the recipe to the fruit. Use no more than 1 cup (250 ml) of flour for each cup of fruit.

To chop meat, poultry, fish and seafood:

The food should be very cold, but not frozen. Cut it into 1-inch (2.5cm) pieces to ensure an even chop. Using the ON button, process no more than the recommended amount at one time (see table inside front cover). Or press the PULSE button 3 or 4 times at a rate of 1 second on, 1 second off. If the food is not chopped fine enough, let the processor run continuously for a few seconds.

Check the texture often to avoid overprocessing. Use a spatula to scrape food from the sides of the bowl as necessary.

To purée meat, poultry, fish and seafood:

Prepare the food as described above. Press the PULSE button until evenly chopped. Scrape the bowl with a spatula as needed.

Leave the purée in the work bowl and add eggs, cream and seasonings as called for by the recipe. Process to combine thoroughly.

Remember, you control texture by the length of time you process. By varying the number of pulses, you can get a range of textures suitable for hamburgers, hash, stuffed peppers, or smooth mousses.

To chop nuts:

Chop no more than the recommended amount at one time. Press and release the PULSE button and check frequently to avoid nuts clumping together in a nut butter. When a recipe calls for flour or sugar, add some to the nuts before you chop, about ½ cup for each cup of nuts. This allows you to chop the nuts as fine as you want without turning them into a nut butter. You can also chop nuts with

a shredding disc. The optional Fine Shredding Disc is particularly good.

To make peanut butter and other nut butters:

Process up to the recommended amount of nuts. Using the ON button, let the machine run continuously. After 2 or 3 minutes, the ground nuts will form a ball that will gradually smooth out. Scrape the sides of the bowl and continue processing until drops of oil are visible. Taste for consistency. The longer you process, the softer the butter. For chunk style, add a handful of nuts just after the ball of nut butter begins to smooth out. To make cashew butter, add a little bland vegetable oil. Processor nut butters contain no preservatives. Store in refrigerator to keep from separating.

To make flavored butters, spreads and dips:

Cut room temperature butter into tablespoon-size pieces. Finely chop flavoring ingredients first, such as anchovies, cheese, herbs, etc. Be sure work bowl is clean and dry. Add small hard ingredients like garlic and hard cheese through the feed tube while machine is running. Next, add the butter and process using the ON button, until smooth. Add any liquid ingredients last, while the processor is running, and process just long enough to blend. Process ingredients for spreads and dips the same way. All ingredients should be at room temperature and cut into 1-inch (2.5cm) cubes, or added by tablespoonfuls

To make mayonnaise:

You can make foolproof homemade mayonnaise with your Premier Series 11-Cup Food Processor. The work bowl and metal blade must be clean and dry. Use the metal blade to process eggs (for safe food procedures, we recommend using pasteurized liquid eggs, or the “cooked egg” recipe on page 53), salt, vinegar, lemon juice, mustard, and 1 teaspoon of the oil until smooth, at least 30 seconds. With the machine running, pour ¼ cup of the oil into the small pusher. After it drizzles through the pinhole in the bottom, remove the small pusher and very slowly add the remaining oil while the machine runs. Process until all the oil has been added and the mixture is totally emulsified. Remove from the processor, cover and keep chilled until ready to use. Homemade mayonnaise will keep in the refrigerator for 3 to 4 days.

For variation, you may experiment with using flavored vinegars, or adding chopped fresh herbs, or even roasted garlic to taste. To make your mayonnaise a little lighter, you may add some well-drained nonfat plain yogurt to taste.

To beat egg whites:

The work bowl must be absolutely clean. Add 3 or more egg whites (up to 6 large egg whites) and press the ON button. Add about 1 teaspoon of lemon juice or vinegar for every egg white. Vinegar makes stiffer whites; its flavor is hardly detectable in cakes or soufflés. Continue processing until the egg whites hold their shape, about 1½ to 2½ minutes.

To whip cream:

Processor whipped cream holds its shape very well. It is good for decoration or as a topping; however, it will not whip to the light, fluffy consistency obtained by methods that beat in more air. Chill the cream well before starting. Process continuously using the ON button, until cream begins to thicken. Then add sugar as desired and continue processing, watching carefully for the desired consistency. For consistently reliable results, add 2 tablespoons (30ml) of nonfat dry milk for every cup of cream before whipping.

To make crumbs and crumb crusts:

Cut or break bread, crackers or cookies into 1-inch pieces and place in work bowl. Press the ON button and process continuously until crumbs reach the desired texture. For seasoned crumbs, chop parsley or other fresh herbs with the crumbs. For buttered crumbs, process until the dry crumbs are of the desired texture, then dribble melted butter through the small feed tube opening while the machine is running. For crumb crusts, process crackers or cookies as described above. Add sugar, spices and butter, and cut into pieces as specified by your recipe. Process until well combined.

To make pastry:

Combine unbleached all-purpose flour, salt and pieces of very cold butter in the work bowl. Process to the consistency of cornmeal. Sprinkle evenly with the minimum amount of cold liquid in the recipe. PULSE 5 or 6 times. The dough should begin to hold together when pressed. If it is still dry and crumbly, add more water – 1 teaspoon

at a time – until the dough holds together easily. Do not let the dough form a ball in the processor or it will be overworked and tough. Form into a round disc, one inch thick, and wrap in plastic wrap. Refrigerate for 1 hour before using, or double wrap and freeze for later use.

To make quick breads and cakes that use baking powder and/or soda:

The most important rule for success is not to overmix after adding the flour. If the recipe calls for chopped ingredients like lemon peel or nuts, chop them first while the work bowl is clean and dry, then set aside until needed.

Put dry ingredients like flour, salt and leavening in the work bowl and process with the metal blade for 5 seconds to mix. Remove and reserve the dry ingredients.

Add the eggs and sugar to the work bowl and, using the ON button, process to mix, letting the machine run about 1 minute. Next, add butter, cut into 1-inch pieces and at room temperature. Run machine continuously for a minute, until the butter is thoroughly mixed with the sugar and eggs. Then add flavoring and liquid – vanilla, spices, cocoa, etc. Process until mixed. Add the dry ingredients to the work bowl.

Process by pulsing, inspecting after each pulse. Stop pulsing as soon as the dry ingredients have almost disappeared into the batter. Overprocessing will cause quick breads and cakes to be tough. (If your recipe calls for ingredients that are to be coarsely chopped – like raisins or nuts – add them last with the mixed dry ingredients.)

To make cake mix:

Your food processor work bowl is large enough for the preparation of an 18.5-ounce packaged cake mix.

Insert the metal blade and add the cake mix to the work bowl. Press the ON button and while the machine is running, add the eggs and liquid through the small feed tube and process for 5 seconds.

Scrape down the sides of the work bowl and process 1 minute more for maximum volume. Do not remove the metal blade.

Insert a finger into the underside of the blade from the bottom of the work bowl, to hold the blade in place while emptying the batter.

Tip:

After emptying cake batter or puréed soup from the work bowl, replace the bowl on the motor base and PULSE once. Centrifugal force will spin the batter off the blade onto the sides of the work bowl.

Remove the blade, and use the spatula to scrape any remaining batter from the bowl.

PREPARING FOOD FOR SLICING AND SHREDDING

For disc assembly instructions, refer to Assembly Instructions.

Round fruits and vegetables:

Before processing onions, apples and other large, round fruits and vegetables, cut the bottom ends flat to make the food lie stable on the disc.

Place the food in the feed tube, flat side down, as far left as possible, to prevent it from tilting when being processed.

Choose fruits that are firm and not too ripe. Remove large, hard pits and seeds from fruits before processing. Seeds from citrus fruits need not be removed. Remove the rind before slicing or shredding, if desired.

Whole peppers are an exception:

Remove the stem and cut the stem end flat. Remove the core and scoop out the seeds. Leave the end opposite the stem whole, to keep the structure stiff. This ensures round, even slices.

Large fruits like pineapple:

Cut the ends flat, cut in half, and either core or remove the seeds. If necessary, cut the halves into smaller pieces to fit the feed tube.

Cabbage and iceberg lettuce:

Turn the head on its side and slice off the top and bottom, leaving a center section about 3 inches (8cm) deep. Remove the core, then cut in wedges to fit the feed tube.

The optional 2mm and 1mm Slicing Discs are excellent for slicing cabbage for coleslaw.

If the fruit or vegetable doesn't fit, try inserting it from the bottom of the feed tube, where the opening is slightly larger.

Pack the feed tube for desired results:

For long slices or shreds, cut the food in feed tube widths and pack the pieces horizontally.

For small, round slices or short shreds from carrots, zucchini and other long vegetables, cut in feed tube heights and pack tightly upright.

Food should fit snugly, but not so tightly that it prevents the pusher from moving.

When slicing or shredding, always use the pusher.

Never put your fingers or a spatula into the feed tube.

Never push down hard on the pusher. Use light pressure for soft fruits and vegetables like bananas, mushrooms, strawberries and tomatoes, and for all cheeses. Use medium pressure for most food: apples, celery, citrus fruit, potatoes and zucchini. Use firm pressure for hard vegetables like carrots and yams.

PRACTICING SLICING AND SHREDDING

1. Insert a slicing or shredding disc, put the cover on the work bowl and insert the food in the feed tube.
2. Slide the pusher into place, and apply pressure to the pusher while pressing down the PULSE button. Release the button as soon as the food is sliced or shredded.
3. You can load the feed tube repeatedly without removing work bowl cover. Simply grasp the pusher and lift up. The pusher assembly will come off easily, leaving the cover and feed tube in place. Your other hand is free to reload the feed tube, and you do not need to re-press the ON button if it was previously selected.

REMOVING SLICED OR SHREDDED FOOD

Before you do anything, wait for the disc to stop spinning. When it does, unplug the unit, then hold the work bowl handle and turn it clockwise. Then lift; the work bowl and cover will come off together. Turn cover clockwise to unlock from work bowl. Lift, remove, invert and place on counter space.

Remove the slicing or shredding disc:

Place two fingers under each side of the disc and lift it straight up. Place the disc on top of the inverted work bowl cover to minimize drips and spills.

TECHNIQUES FOR SLICING AND SHREDDING

Small, round fruits and vegetables:

For large berries, radishes and mushrooms, trim the bottom ends flat with a knife. Insert the food through the feed tube, standing each piece on a flat end. You can fill the tube to about 1 inch (2.5cm) from the top. The bottom layer gives you perfect slices for garnish. If you want all the slices to be perfect, it's best to process one layer at a time.

Long fruits and vegetables:

Trim foods like bananas, celery and zucchini by cutting them into pieces slightly shorter than the feed tube. Cut both ends flat. (Use a ruler as a guide, or the pusher assembly.)

Fill the feed tube with the pieces, standing them vertically and adding enough pieces so they are solidly packed and cannot tilt sideways as they are sliced or shredded.

Small amounts of food:

Use the small feed tube and the small pusher. Remove the small pusher from the pusher assembly. Place the pusher assembly onto the feed tube and press the sleeve all the way down.

Cut the food in lengths slightly shorter than the feed tube. If slicing one or two long, thin vegetables like carrots, push them to the far

left. If you are slicing a few vegetables that are wide at one end and narrow at the other (carrots, celery or scallions), cut them in half and pack in pairs, alternating one wide end up, one narrow end up.

French-cut green beans:

Trim fresh green beans to feed tube widths. Stack in the feed tube horizontally to about one inch from the top. Use the slicing disc, apply light pressure to the pusher and press the PULSE button until beans are sliced.

To make long, horizontal slices of raw zucchini or carrots, use the same procedure.

Matchsticks or julienne strips:

Process the food twice – “double slice” it. Insert large fruits or vegetables (potatoes, turnips, zucchini, apples) in the feed tube. Cut pieces to fit the feed tube horizontally from end to end. Apply pressure to the pusher while pressing the PULSE button until the food is sliced. You will get long slices.

Remove the slices from the work bowl and reassemble. The slices should be assembled horizontally with the cut edges facing front and back. Reinsert them in the feed tube, wedging them in tightly. Slice them again. You will obtain long julienne strips. With the optional Square Julienne Disc, you can make square julienne strips in one operation.

SLICING MEAT AND POULTRY

Cooked meat and poultry:

The food must be very cold. If possible, use a piece of food just large enough to fit in the feed tube. To make julienne strips of ham, bologna or luncheon meat, stack slices, then roll or fold them double and stand upright in the feed tube, wedging in as many rolls as possible. This technique works better with square or rectangular pieces than with round ones.

Raw meat and poultry:

Cut the food into pieces to fit the feed tube. Boneless, skinned chicken breasts will usually fit when cut in half crosswise. Wrap the pieces in plastic wrap and put them in the freezer. They are ready to slice when they are easily pierced with the tip of a sharp knife, although semi-frozen and hard to the touch. Remove plastic wrap. Stand them in the feed tube, cut side down, and slice them against the grain, using firm pressure on the pusher. Or lay them flat in the feed tube, as many as will fit, and slice with the grain, using firm pressure.

Salami and other sausages:

If the sausage is soft, freeze it until hard to the touch, but easily pierced with the tip of a sharp knife. Hard sausages need not be frozen. Use the small feed tube if the sausage is thin enough to fit. Otherwise, cut the sausage into pieces to fill the large feed tube completely. Stand the pieces vertically, packing them tightly so they cannot tilt sideways.

Firm cheese like Swiss and Cheddar:

Cut the cheese into pieces to fit the feed tube. Put it in the freezer until semi-frozen, hard to the touch, but easily pierced with the tip of a sharp knife. Stand the pieces in the feed tube and apply light pressure to the pusher.

IMPORTANT:

Never try to slice soft cheese like mozzarella or hard cheese like Parmesan. You may damage the slicing disc or the food processor itself. You can successfully shred most cheeses except soft ones. The exception is mozzarella, which shreds well if thoroughly chilled. Hard cheeses like Parmesan shred well only at room temperature. Therefore, only attempt to shred mozzarella when well chilled, and Parmesan when at room temperature.

SLICING AND SHREDDING CHEESE

TYPE OF CHEESE	CHOP/PURÉE	SHRED	SLICE
Soft			
Brie, Camembert, room temperature	yes	no	no
Mozzarella, chilled 15–20 min. in freezer	no	yes	no
Ricotta, room temperature	yes	no	no
Cottage cheese, Cream cheese	yes	no	no
Semi-Soft			
Blue, chilled	yes	yes	no
Fontina, chilled	yes	yes	no
Semi-Hard			
Cheddar, chilled	yes	yes	yes
Monterey Jack, chilled	yes	yes	yes
Swiss, Jarlsberg, chilled	yes	yes	yes
Edam, Gouda, chilled	yes	yes	yes
Provolone, chilled	yes	yes	yes
Hard, at room temperature			
Parmesan, Romano	yes	yes	no
Pecorino, Asiago	yes	yes	no

*Soft and semi-soft cheeses will purée; semi-hard and hard cheeses will chop.

TECHNIQUES FOR KNEADING DOUGH

The Premier Series 11-Cup Food Processor is designed to mix and knead dough in a fraction of the time it takes to do it by hand. You will get perfect results every time if you follow these directions.

NEVER TRY TO PROCESS DOUGH THAT IS TOO STIFF TO KNEAD COMFORTABLY BY HAND.

There are two general types of yeast dough.

Typical bread dough is made with a flour mix that contains at least 50% white flour. It is uniformly soft, pliable and slightly sticky when properly kneaded. It always cleans the inside of the work bowl completely when properly kneaded.

Typical sweet dough contains a higher proportion of sugar, butter and/or eggs than typical bread dough. It is rich and sticky and it may not clean the inside of the work bowl. It requires less kneading after the ingredients are mixed. Although 30 seconds are usually sufficient, 60 seconds give better results if the machine does not slow down. Except for kneading, described below, the processing procedures and use of the DOUGH button are the same for both types of dough.

Machine capacity:

Recommended maximum amount of flour is 5 cups of all-purpose flour or 2¾ cups of whole grain flour. If a bread dough calls for more than the recommended amounts of flour, mix and knead it in equal batches. Do the same for sweet doughs that call for more than 3½ cups of flour.

Measuring the flour:

It's best to weigh it. If you don't have a scale, or the recipe does not specify weight, measure by the stir, scoop and sweep method. Use a standard, graduated dry measure, not a liquid measuring cup.

With a spoon or fork, stir the flour in its container. Do not measure flour directly out of the bag; it is too packed to get an accurate measure. With the dry measure, scoop up the flour so it overflows. With a spatula or knife, sweep excess flour back into the container so the top of the measure

is level. Do not pack flour into the dry measure.

Proofing the yeast:

The expiration date is marked on the package. To be sure your yeast is active, dissolve it in a small amount of warm liquid (about ⅓ cup [75ml] for one package of dry yeast). The temperature of liquid used to dissolve and activate yeast must be between 105°F and 110°F (40°C and 43°C). Yeast cells are not activated at temperatures lower than this and they die when exposed to temperatures higher than 130°F (54°C). If the recipe includes a sweetener like sugar or honey, add a small amount with the yeast. If no sweetener is called for, add a pinch, or add a pinch of flour. The yeast proofs better with it. Let the mixture stand until it foams, up to 10 minutes.

Processing dry ingredients:

Put the flour in the work bowl with all the other dry ingredients. If the recipe calls for herbs, oil or solid fats like butter, add them with the flour. Turn the machine on and let it run for about 20 seconds. (Cheese, nuts and raisins may be added with the dry ingredients or during the final kneading. To leave them almost whole, add them 5 seconds before you stop kneading. For a finer texture, add them sooner.)

Adding liquids:

All liquid should be added through the small feed tube while the machine is running. Add liquid in a slow, steady stream, only as fast as dry ingredients absorb it. If liquid sloshes or splatters, stop adding it but do not turn off the machine. Wait until ingredients in bowl have mixed, then add remaining liquid slowly. Pour liquid onto dough as it passes under feed tube opening. Do not pour liquid directly onto bottom of bowl.

Follow the recipe carefully. It is important to add enough liquid to make the dough soft enough to knead. Kneading dough that is too stiff can strain the machine.

All liquid, except that which is used to activate yeast, should be cold, to minimize the possibility of overheating the dough. You must never knead a yeast dough to a

temperature higher than 100°F (37°C). Doing so will slow or even prevent the action of the yeast.

Kneading bread dough:

Do not try to use the machine to knead dough that is too stiff to knead comfortably by hand. Doing so can strain the machine.

After the dough starts to clean the inside of the work bowl completely and forms a ball, process it for 60 seconds to knead it. Stop the machine and test the dough to be sure it is properly kneaded. Typical bread dough should have a soft, pliable texture and it should feel slightly sticky. Stretch the dough with your hands to test it. If it feels hard, lumpy or uneven, continue processing until it feels uniformly soft and pliable. Make sure that the blade is firmly pressed back into place after removing the dough to test it.

Kneading sweet dough:

Process dough for at least 30 seconds after all the ingredients have been incorporated. It may not clean the inside of the work bowl. If necessary, scrape the bowl and process for 5 more seconds.

Rising:

Put the dough in a large, lightly floured resealable plastic bag. Squeeze out all the air and close tightly, allowing space for the dough to rise.

Or put the ball of dough in a large bowl coated with soft butter or vegetable oil. Roll the dough around to coat its entire surface. Cover it with a damp towel or a piece of oiled plastic wrap.

Let it rise in a warm, draft-free place, about 80°F (26°C). The rising time is usually about 1½ hours, but will vary from 45 minutes to several hours, depending on the type of flour and the humidity in the air.

To test whether the dough has risen enough, stick a finger in it. An indentation should remain. If it doesn't, let the dough rise more and test again.

When it has risen enough, punch the dough down.

Shaping, finishing and baking:

If you shape the dough in loaf pans, fill pans only half full. Let rise until dough is just slightly above the top of the pan. If shaping free-form loaves, let them rise on an oiled baking sheet until at least doubled in bulk.

Making consecutive batches:

You can make several batches of bread dough in a row. The motor in the Premier Series 11-Cup Food Processor is extremely efficient.

TYPICAL BREAD DOUGH PROBLEMS AND SOLUTIONS

If metal blade doesn't incorporate ingredients:

Always start processor before adding liquid. Add liquid in a slow, steady stream, only as fast as dry ingredients absorb it. If you hear liquid sloshing, stop adding it, but do not turn off machine. Instead, wait until ingredients in work bowl have mixed, then add remaining liquid slowly. Pour liquid onto dough as it passes under feed tube; do not pour liquid directly onto bottom of work bowl.

Blade rises in work bowl:

Blade may not have been pushed down as far as possible before processing started.

Excessively sticky dough can cause blade to rise even though it cleans inside of work bowl. If dough feels very sticky, carefully reinsert blade and immediately add 2 tablespoons (30ml) flour through small feed tube while machine is running.

Dough doesn't clean inside of work bowl:

- Amount of dough may exceed maximum capacity of your food processor. Remove half and process in 2 batches.
- Dough may be too dry. If it feels crumbly, add water, 1 tablespoon (15ml) at a time, while machine is running, until dough becomes moist

and cleans inside of work bowl. Wait 10 seconds between additions of water.

- Dough may be too wet. While machine is running, add 1 tablespoon (9g) of flour. If necessary, add more, 1 tablespoon (9g) at a time, until dough cleans inside of work bowl and forms a ball.

Nub of dough forms on top of blade and does not become uniformly kneaded:

Stop machine, carefully remove dough, divide into 3 pieces and redistribute evenly in work bowl. Continue processing until dough is uniformly soft and pliable.

Dough feels tough after kneading:

Divide dough into 2 or 3 pieces and redistribute evenly in bowl. Process 10 seconds or until uniformly soft and pliable.

Soft dough or liquid leaks onto base of food processor:

Always start processor before adding liquid and add liquid only as fast as dry ingredients absorb it.

Motor stops:

- Cover may have become unlocked.
- Power cord may have become unplugged.
- Excessive strain may have caused motor to overheat and stop. Wait for the motor to cool, 5–10 minutes. A safety protector in the motor prevents excessive overheating. If the motor stops, turn machine off. After 5–10 minutes, divide dough into 2 batches and complete processing. Pinch dough to make sure that it is not too stiff to knead comfortably by hand. If it is, add liquid, 1 teaspoon (5ml) at a time, until dough is sufficiently moist to clean inside of bowl.

Dough doesn't rise:

We recommend you always test activity of yeast before using, by stirring it and adding a small amount of granulated sugar into about 1/3 cup (75ml) warm liquid (105°F – 110°F) (40°C – 43°C).

Within 10 minutes foam should develop, indicating yeast is active. Do not use dry yeast after expiration date on package.

Do not use water that exceeds the given temperature or overheat dough with excessive kneading, as it may kill the yeast cells. All other liquid should be cold.

Do not knead so long that dough becomes overheated. The ideal temperature for kneaded dough is 80°F (26°C); it should never exceed 100°F (37°C).

Let dough rise in draft-free environment of about 80°F (26°C).

Dough containing whole grain flour will take longer to rise than dough made of white flour only.

Baked bread is too heavy:

Next time, feel dough to be sure it is uniformly soft, pliable and slightly sticky before setting aside to rise. Let dough fully double in bulk in bowl or bag, then punch it down, and let it double again after it is shaped.

TYPICAL SWEET DOUGH PROBLEMS AND SOLUTIONS

Motor slows down:

- Amount of dough may exceed maximum capacity. Remove half, and process in 2 batches.
- Don't process too long after all ingredients are incorporated. Rich doughs will give you good results after only 30 seconds of kneading.

Blade doesn't incorporate ingredients:

Butter or margarine, if not melted, must be cut into tablespoon-size pieces before being added to work bowl. Make sure butter or margarine is at room temperature.

Metal blade rises in work bowl:

Blade may not have been pushed down as far as possible before processing started. Machine may be overloaded. Carefully remove half of dough and process in 2 batches.

Motor stops:

See comments under “Typical Bread Dough Problems and Solutions.”

Dough doesn't rise:

See comments under “Typical Bread Dough Problems and Solutions.”

Always insert chopping blade in the work bowl before putting ingredients in bowl.

When slicing or shredding food, always use the pusher. Never put your fingers or spatula into feed tube.

Always wait for the blade or disc to stop spinning before you remove the pusher assembly or cover from the work bowl.

Always unplug the unit before removing food, cleaning, or putting on or taking off parts.

Always remove work bowl from base of machine before you remove chopping blade.

Be careful to prevent the chopping blade from falling out of the work bowl when emptying the bowl. Remove blade before tilting bowl, or hold it in place with your finger, a spatula or a spoon.

TECHNICAL DATA

The motor in your food processor operates on standard line operating current. The appropriate voltage and frequency for your machine are shown on the lower housing under the base.

An automatic, temperature-controlled circuit breaker in the motor ensures complete protection against motor burnout. If the processor runs for an exceptionally long time when chopping, mixing or kneading a thick or heavy mixture in successive batches, the motor may overheat. If this happens, the processor will stop. Turn it off and wait for the motor to cool before proceeding. It will usually cool within 10 minutes. In extreme cases, it could take an hour.

Safety switches prevent the machine from operating when the work bowl or the cover is not locked into position.

The motor stops within seconds when the motor is turned off, and a fast-stop circuit stops it instantly when the pusher assembly is removed.

Cuisinart offers a Limited Three-Year Warranty on the entire machine.

CLEANING AND MAINTENANCE

Keep your food processor ready to use on a kitchen counter. When not in use, leave it unplugged.

Store the blade and discs as you would sharp knives, out of the reach of children. The disc and blade holders are optional accessories which offer safe and convenient storage.

All parts except the housing base are dishwasher safe, and we recommend washing them in the dishwasher on the top rack only.

Due to intense water heat, washing the work bowl and work bowl cover on the bottom rack of your dishwasher may cause damage over time. Insert the work bowl upside down. Remember to unload the dishwasher carefully wherever you place the sharp blade and discs.

To simplify cleaning, rinse the work bowl, cover, pusher assembly and blade or disc immediately after use, so food won't dry on them. Openings at the bottom of the large pusher provide drainage and make cleaning easy. If food lodges in the pusher, remove it by running water through it, or use a bottle brush.

If you wash the blade and discs by hand, do it carefully. Avoid leaving them in soapy water where they may disappear from sight. To clean the metal blade, fill the work bowl with soapy water, hold the blade by its plastic center and move it rapidly up and down on the center shaft of the bowl. Use of a spray attachment is also effective. If necessary, use a brush.

The work bowl is made of plastic, which is shatter resistant and heat resistant.

It should not be placed in a microwave oven.

TIP: When preparing a meal, make the dishes with the least amount of wet ingredients first. For example, make the bread first; then you don't need to wash the bowl before making the salad. In many cases, wiping the bowl with a paper towel between recipes is sufficient.

Chopping certain foods may scratch or cloud the work bowl. These foods include ice, whole spices, coffee beans and oils like wintergreen. If you like to prepare your own spice blends, you may want to keep a second bowl just for that purpose.

The housing base is made of a tough plastic with high-impact resistance. Its smooth surface will look new for years. Keep a sponge handy as you work, and wipe spills from the base.

Four rubber feet on the underside keep the base from moving on most work surfaces when the machine is processing heavy loads. If the feet leave spots on the counter, spray them with a spot remover and wipe with a damp sponge. If any trace of the spot remains, repeat the procedure and wipe the area with a damp sponge and nonabrasive cleaning powder. Dry completely.

To clean the inside of the detachable stem, slide the stem release button on the side up as far as it will go and hold it there as you run water through the stem.

IMPORTANT: Never store the blade or disc on the motor shaft. No blade or disc should be placed on the shaft except when the processor is about to be used.

Maintenance: Any other servicing should be performed by an authorized service representative.

FOR YOUR SAFETY

Like all powerful electrical appliances, a Premier Series 11-Cup Food Processor should be handled with care. Follow these guidelines to protect yourself and your family from misuse that could cause injury.

Handle and store the metal blade and discs carefully. Their cutting edges are very sharp.

Always place discs on flat, stable surface before connecting detachable stem.

Never put the blade or discs on the motor shaft until the work bowl is locked in place.

Always be sure that the blade or disc is down on motor shaft as far as it will go.

FULL TEN-YEAR WARRANTY ON MOTOR

This warranty is available to consumers only. You are a consumer if you are the owner of a Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor that was purchased at retail for personal, family or household use. This warranty is not available to retailers or other commercial purchasers or owners.

We warrant that your Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor will be free of defects in material or workmanship under normal home use for three years from the date of original purchase.

We warrant that the motor for your Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor will be free of defects in material or workmanship under normal home use for ten years from the date of original purchase. This motor warranty covers the motor and excludes all other parts in the motor base assembly area such as the upper and lower plastic housings, work bowl and cover, blades and all electrical components and vertical projecting motor shaft sheath.

We recommend that you visit our website, www.cuisinart.com for a fast, efficient way to complete your product registration. However, product registration does not eliminate the need for the consumer to maintain the original proof of purchase in order to obtain the warranty benefits. In the event that you do not have proof of purchase date, the purchase date for purposes of this warranty will be the date of manufacture.

If your Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor should prove to be defective within the warranty period, we will repair it, or if we think necessary, replace it, without charge to you. To obtain warranty service, simply call our toll-free number 800-726-0190 for additional

information from our Consumer Service Representatives or send the defective product to Consumer Service at Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd., Glendale, AZ 85307.

To facilitate the speed and accuracy of your return, please enclose \$10.00 for shipping and handling of the product.

If the problem with the machine is determined to be a defect of the motor, and within the warranty period, all postage and handling charges will be refunded.

Please pay by check or money order (California residents need only supply proof of purchase and should call 1-800-726-0190 for shipping instructions).

NOTE: For added protection and secure handling of any Cuisinart product that is being returned, we recommend you use a traceable, insured delivery service. Cuisinart cannot be held responsible for in-transit damage or for packages that are not delivered to us. Lost and/or damaged products are not covered under warranty.

Please be sure to include your return address, daytime phone number, description of the product defect, product serial number, original date of purchase, and any other information pertinent to the product's return.

CALIFORNIA RESIDENTS ONLY:

California law provides that for In-Warranty Service, California residents have the option of returning a nonconforming product (A) to the store where it was purchased or (B) to another retail store which sells Cuisinart products of the same type. The retail store shall then, at its discretion, either repair the product, refer the consumer to an independent repair facility, replace the product, or refund the purchase price less the amount directly attributable to the consumer's prior usage of the product. If either of the above two options does not result in the appropriate relief to the consumer, the consumer may then take the product to an independent repair facility if service or repair can be economically accomplished. Cuisinart and not the consumer will be responsible for the reasonable cost of such service, repair, replacement, or refund for nonconforming products under warranty.

California residents may also, according to their preference, return nonconforming

products directly to Cuisinart for repair, or if necessary, replacement, by calling our Consumer Service Center toll-free at 800-726-0190. Cuisinart will be responsible for the cost of the repair, replacement, and shipping and handling for such products under warranty.

Warning:

Our Premier Series 11-Cup Food Processor, and other Cuisinart® Food Processors and Accessories have been carefully designed and manufactured with the highest quality materials to assure your satisfaction and safety when you use them.

Although accessories sold by companies other than Cuisinart may be compatible with your Cuisinart machine, their use with your Cuisinart machine may present a risk of serious injury.

For example, you should not use other brand accessories, such as juicers, which permit your machine to operate with exposed cutting or shredding discs. We also caution you not to use the large feed tube on this machine with machines built by other manufacturers.

If you have any questions about the safety features of the Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor or any other Cuisinart product, please call us at the toll-free number above.

BEFORE RETURNING YOUR CUISINART PRODUCT

If your Cuisinart® Premier Series 11-Cup Food Processor should prove to be defective within the warranty period, we will repair or, if we think necessary, replace it. To obtain warranty service, please call our Consumer Service Center toll-free at 1-800-726-0190 or write to: Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd. Glendale, AZ 85307. To facilitate the speed and accuracy of your return, enclose \$10.00 for shipping and handling. (California residents need only supply a proof of purchase and should call 1-800-726-0190 for shipping instructions.) Please be sure to include your return address, daytime phone number, description of the product's defect, product serial number, and any other information pertinent to the return. Please pay by check or money order. NOTE: For added protection and secure handling of any Cuisinart® product that is being returned, we recommend you use a traceable, insured delivery service. Cuisinart cannot

be held responsible for in-transit damage or for packages that are not delivered to us. Lost and/or damaged products are not covered under warranty. Your Cuisinart® Premier Series 11- Cup Food Processors has been manufactured to the strictest specifications and has been designed for use only in 120 volt outlets and only with authorized accessories and replacement parts. This warranty expressly excludes any defects or damages caused by attempted use of this unit with a converter, as well as use with accessories, replacement parts or repair service other than those authorized by Cuisinart. This warranty does not cover any damage caused by accident, misuse, shipment or other than ordinary household use. This warranty excludes all incidental or consequential damages. Some states do not allow the exclusion or limitation of these damages, so these exclusions may not apply to you. You may also have other rights, which vary from state to state.

Important: If the nonconforming product is to be serviced by someone other than Cuisinart's Authorized Service Center, please remind the servicer to call our Consumer Service Center at 1-800-726-0190 to ensure that the problem is properly diagnosed, the product is serviced with the correct parts, and to ensure that the product is still under warranty.

Recipes

Appetizers



22

Soups



27

Quick Breads



30

Yeast Breads

33

Artisan Breads

37

Entrées



43

Pizzas



46

Sauces & Dressings



50

Sides



55

Desserts



59



Appetizers

Fresh Tomato and Corn Salsa

Try this salsa on grilled chicken or seafood.

Makes 2 cups

Preparation: 5–10 minutes, plus 1 hour resting time

- | | | | |
|-----|---|-----|--|
| 1 | small onion, cut into 1-inch pieces
(about 1 cup) | 1½ | teaspoons fresh lime juice |
| 1/3 | cup fresh cilantro | 2/3 | cup fresh or frozen corn kernels
(frozen kernels do not need to
be thawed) |
| 1 | medium jalapeño, seeded,
cut into 1-inch pieces | 3/4 | teaspoon kosher salt |
| 3 | medium vine-ripened tomatoes,
cut into 1-inch pieces | | |

Insert the metal blade. Put onion, cilantro and jalapeño in work bowl. Process until finely chopped, about 5 seconds. Scrape work bowl. Add tomatoes and lime juice. Pulse until tomatoes are coarsely chopped, about 5 to 7 times. Add corn and salt; pulse once to just combine. Let sit for 1 hour before serving to allow flavors to develop.

Nutritional information per tablespoon:

Calories 8 (0% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 56mg • fiber 0g

Roasted Garlic and Red Pepper Spread

There is no such thing as too much garlic when it is roasted.

Makes 1¾ cups

Preparation: 5–10 minutes, plus 1 hour to roast the garlic and 1 hour resting time

- | | | | |
|----|---|-----|---|
| 1½ | large heads of garlic (entire bulb),
cloves peeled | 1 | medium scallion, trimmed,
cut into 1-inch pieces |
| 1 | teaspoon olive oil | 1/3 | cup roasted red peppers
(from a jar), drained |
| 1½ | cups lowfat sour cream | 1/8 | teaspoon freshly ground black pepper |

Preheat oven to 375°F. Toss the peeled garlic cloves in the olive oil and wrap in foil. Set on middle oven rack and roast for 1 hour. Remove from oven and cool.

Insert the metal blade. Purée the cooled garlic, 20 seconds. Scrape work bowl. Add remaining ingredients and process for 10 to 15 seconds. Scrape work bowl and process until smooth, about 10 seconds longer. Let sit in refrigerator to develop flavor, about 1 hour. Serve with crudité or breadsticks.

Nutritional information per tablespoon:

Calories 30 (60% from fat) • carb. 2mg • pro. 1g • fat 2g
• sat. fat 1g • chol. 5mg • sod. 12mg • fiber 0g

Hummus

This popular Middle Eastern dip may be served with the traditional pita wedges or with fresh vegetable crudités.

Preparation: 10–15 minutes (plus 1 hour roasting time for shallots or garlic if using), plus 30 minutes resting time

Makes 2¾ cups / 44 tablespoons

⅓	cup fresh Italian parsley	¼	cup water
2	strips lemon zest, ½ x 2 inches, bitter white pith removed	3	tablespoons fresh lemon juice
¾	teaspoon kosher salt	2¼	teaspoons ground cumin
2	garlic cloves	2	tablespoons extra virgin olive oil
2	cans (15 oz. each) chickpeas, drained, rinsed and drained again		
¼	cup tahini		

Insert the metal blade. Pulse to chop the parsley, 10 to 15 times. Remove and reserve. Pulse to chop the lemon zest with the kosher salt, 10 to 15 times. With the machine running, drop the garlic down the feed tube; process 10 seconds to chop. Add the drained chickpeas, tahini, water, lemon juice, and cumin to the work bowl. Pulse to chop, 10 times, then process 60 seconds; scrape the work bowl. With the machine running, add the oil in a slow, steady stream; process until the hummus is smooth and creamy, about 3 minutes. Add half the chopped parsley; pulse to incorporate, 5 to 10 times. Allow the hummus to sit for 30 minutes before serving to allow the flavors to blend. Serve in a shallow bowl, sprinkled with the remaining chopped parsley. If desired, drizzle with extra virgin olive oil.

Nutritional information per tablespoon:

Calories 30 (49% from fat) • carb. 3g • pro. 2g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 0mg • sod. 33mg • fiber 1g

Variation:

Roasted Shallot & Herb Hummus

Wrap 8 ounces of peeled and trimmed shallots that have been tossed in ¾ teaspoon olive oil in heavy-duty foil and roast in a 400°F oven for 60 minutes. Let cool. Make the hummus according to the recipe, and add the cooled roasted shallots along with 1 tablespoon Herbes de Provence when processing the chickpeas. Makes about 3 cups.

Jalapeño Jack Wafers

These savory wafers just melt in your mouth.

Preparation: 15–20 minutes,
plus 30 minutes resting time and 30 minutes baking and cooling

Makes 48 wafers

8	ounces Monterey Jack	¼	small onion, cut into 1-inch pieces
1	small jalapeño, seeded	1	cup unbleached, all-purpose flour
4	tablespoons unsalted butter		
1	teaspoon fresh cilantro		

Insert the shredding disc. Put cheese in large feed tube and shred, using light pressure; reserve. Remove shredding disc and insert metal blade. Add jalapeño and onion; process until coarsely chopped, about 5 to 10 seconds. Scrape work bowl. Add shredded cheese, butter and cilantro. Process until well blended and the mixture forms a ball, about 20 seconds. Scrape work bowl. Add flour and process until dough forms a ball, about 10 to 15 seconds.

Turn dough out onto plastic wrap and shape into a log approximately 12 inches long. Wrap in plastic wrap and chill for 30 minutes before using. May be made ahead to this point and refrigerated up to 3 days before using.

Preheat oven to 350°F. Slice logs into ¼-inch pieces. Arrange on ungreased baking sheet. Bake until lightly browned on the bottom and edges, about 20 minutes. Cool on wire rack before serving.

Nutritional information per wafer:

Calories 47 (57% from fat) • carb. 3mg • pro. 2g
• fat 3g • sat. fat 2g • chol. 8mg • sod. 31mg • fiber 0g

Turkey Sausage & Sun-Dried Tomato Puff Pastry Pinwheels

Do-ahead prep makes these perfect for entertaining.

Makes 28

Preparation: 15–20 minutes, plus 1 hour to thaw puff pastry and roast the sausage, and 30 minutes baking time

¼	cup toasted walnuts	8	ounces cream cheese, regular or low fat, not nonfat, cut into cubes
¾	ounce Asiago, cut into ½-inch pieces	1	teaspoon basil
4	sun-dried tomato halves, reconstituted in ½ cup boiling water until softened, squeezed dry	¼	teaspoon freshly ground black pepper
1	shallot (1 ounce)	1	sheet frozen puff pastry, thawed for 1 hour in the refrigerator
¼	pound Italian turkey sausage, roasted and cooled, cut into ¾-inch slices*		egg wash: 1 egg + 2 tablespoons water, beaten together

Insert the metal blade. Place the walnuts in the work bowl, pulse 5 times to chop. Remove and reserve. With the machine running, drop the cheese cubes down the feed tube. Process for 30 seconds until finely chopped, remove and reserve. Put the sun-dried tomatoes in the work bowl, pulse 5 times to chop, remove and reserve.

With the machine running, drop the shallot down the feed tube and process until finely chopped, about 5 seconds. Scrape down the sides of the work bowl. Add the sausage and pulse about 3 times to roughly chop. Add the cream cheese, basil and ground pepper to the work bowl. Use the pulse to incorporate. Scrape down the sides of the work bowl. Add the reserved chopped walnuts, Asiago cheese and sun-dried tomatoes. Use the pulse to incorporate. Transfer the mixture to a small bowl.

On a lightly floured surface, roll out the sheet of puff pastry to 10 x 14 inches. Arrange the pastry on the work surface so that the long side is in front of you. Brush the top 1-inch edge of the pastry with the egg wash. Using an offset or palette spatula, spread the cream cheese mixture evenly on the puff pastry. Roll the pastry evenly, jelly-roll style, so that you roll into the egg-washed edge. Wrap in plastic wrap and refrigerate for at least 1 hour and up to 24. (The entire roll may be frozen; thaw in the refrigerator for 2 to 3 hours before continuing.) Cover and refrigerate the egg wash.

Preheat the oven to 400° F. Slice the puff pastry into 28 slices, each ½-inch thick. (If the puff pastry has not already been frozen once, you may freeze it now for baking later. Freeze the slices on a plastic wrap-lined baking sheet in a single layer. When frozen solid, transfer to a freezer bag. Double-wrap the bag to keep out freezer odors. May be frozen up to 3 weeks.) Arrange the puff pastry slices on a baking sheet about 1 inch apart. Lightly brush with the egg wash. Bake for 23 to 28 minutes, until puffed and golden. Serve hot/warm. If desired, they may be baked ahead. Bake until light golden, cool, then refrigerate until ready to serve. Reheat in a 300°F oven for about 5 minutes.

*To roast the turkey sausage, prick the sausage several times with a fork, rub lightly with about ½ teaspoon of olive oil, then roast on a foil-lined pan at 350°F for 25 to 30 minutes, turning after 15 minutes.

Nutritional information per pinwheel:

Calories 81 (62% from fat) • carb. 5g • pro. 3g • fat 6g
• sat. fat 1g • chol. 11mg • sod. 154 mg • fiber 0g

Spinach, Feta & Artichoke Stuffed Mushrooms

For a savory side dish, use this stuffing in portobellos.

Makes twenty-eight 1½-inch stuffed mushrooms

Preparation: 15–20 minutes, plus 30 minutes baking and cooling

28	1½-inch white button or cremini mushrooms	1	small shallot, halved
1½	ounces French bread, cut into 1-inch pieces	12	ounces fresh spinach, well washed and dried, tough stems removed
1½	ounces Asiago, cut into ½-inch pieces	¾	teaspoon Herbes de Provence
⅓	cup lightly toasted pine nuts or walnuts	3	ounces feta cheese, slightly crumbled
3	canned artichokes, well drained, then gently squeezed in paper towels to remove excess moisture	3	ounces cream cheese (regular, not low- or nonfat), cut into 1-inch pieces
1	garlic clove		

Insert the metal blade. Put the bread in the work bowl and process for 45 seconds to make crumbs. Measure out ⅓ cup of the breadcrumbs and reserve in a small bowl – save the remainder for another use. With the machine running, drop the Asiago cheese down the small feed tube and process for 30 seconds until ground. Add the pine nuts; pulse 5 times to coarsely chop. Transfer this mixture to the bowl with the breadcrumbs. Pulse to chop the artichokes, about 10 times. Add to the breadcrumb mixture and set aside.

With the machine running, drop the garlic and shallot through the small feed tube; process 5 seconds to chop. Scrape the work bowl. Add the spinach, about 2 ounces at a time; pulse 10 to 12 times to chop after each addition. Add the herbes de Provence, feta and cream cheese; process for 20 seconds to incorporate. Add the reserved breadcrumb mixture; pulse about 10 to 12 times to incorporate. The stuffing may be made up to 2 days ahead.

Rinse, but do not soak the mushrooms; dry thoroughly. Remove the stems. (The stems may be chopped finely using the metal blade and pulse, then sautéed in a tablespoon of unsalted butter. This mixture may be frozen, then used in soups, stews, savory dressings or pilafs.)

Preheat oven to 425°F. Stuff each mushroom with a scant tablespoon of the spinach mixture. Arrange in a shallow baking dish that has been lightly coated with olive oil – do not crowd. The mushrooms may be stuffed up to 8 hours ahead. If making ahead, cover and refrigerate.

Bake the mushrooms in the preheated oven for 20 to 25 minutes. Allow to rest for 5 minutes before serving.

Nutritional information per mushroom:

Calories 47 (57% from fat) • carb. 3g • pro. 2g • fat 3g
• sat. fat 1g • chol. 6mg • sod. 97mg • fiber 2 g



Soups

Butternut Squash Bisque with Roasted Cremini Mushrooms

Most cream soups are laden with heavy cream and fat.
This soup uses half & half and rice to make it rich and creamy.

Makes eight 7-ounce servings Preparation: 40 to 45 minutes

12	ounces cremini mushrooms, stems removed and reserved	2	tablespoons white rice (dry, not cooked)
1½	tablespoons extra virgin olive oil	3	cups chicken or vegetable stock, low sodium
1	garlic clove	1½	teaspoons fresh lemon juice
1	medium onion, cut into 1-inch pieces	1	tablespoon honey
2	pounds butternut squash, peeled, seeded and cut to fit large feed tube	½	teaspoon kosher salt
1	medium sweet potato, peeled and cut to fit large feed tube	¼	teaspoon freshly ground black pepper
		½	cup half & half
1	tablespoon unsalted butter		
2	teaspoons curry powder		

Preheat the oven to 400°F. Line a baking sheet with foil. Insert the slicing disc. Arrange the mushrooms vertically in the large feed tube, packing them snugly in 2 layers. Use medium pressure to slice. Toss the sliced mushrooms with the olive oil; arrange in a single layer on the baking sheet. Roast in the preheated oven for 20 to 25 minutes, until well browned and no longer sitting in liquid. The mushrooms may be roasted ahead.

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic through the feed tube and process to chop finely, 5 seconds. Scrape the work bowl. Add the onion and reserved mushroom stems to the bowl. Pulse to chop coarsely, 10 to 15 times. Remove and reserve.

Insert the shredding disc. Use medium pressure to shred the squash; remove and reserve. Use medium pressure to shred the sweet potato; remove and reserve.

Melt the butter in a 6-quart stock pot over medium heat. Add the onion, mushroom and garlic mixture; cook for 2 to 3 minutes. Stir in the curry powder and rice; cook until the curry becomes aromatic and the rice is opaque, about 5 minutes. Stir in the shredded squash, sweet potato and chicken stock. Cover loosely and bring to a boil, then reduce the heat and simmer for 20 minutes.

Strain the solids, reserving the cooking liquid. Transfer the cooking liquid to a saucepan over very low heat and reserve. Insert the metal blade. Add the solids to the food processor, pulse 10 times, then process to purée, 2 to 3 minutes. Scrape the work bowl every 60 seconds. Return the puréed solids to the cooking liquid and stir to incorporate. Add the lemon juice, honey, salt and pepper. Stir in the roasted mushrooms and any accumulated juices. Taste and adjust seasonings if necessary. (The bisque may be done up to a day ahead to this point. If doing ahead, allow the soup to cool, then cover and refrigerate. Just before serving, reheat the soup.) Stir in the half & half, heat for 1 minute, then serve.

Nutritional information per serving:

Calories 108 (34% from fat) • carb. 15g • pro. 3g • fat 4g
• sat. fat 2g • chol. 6mg • sod. 138mg • fiber 2g

Chilled Roasted Red Bell Pepper & Corn Soup

Low in fat and calories, this soup is very refreshing on a hot summer day.

Makes eight 7-ounce servings

Preparation: 30–35 minutes, plus chilling time

2	garlic cloves	4½	cups chicken or vegetable stock, low sodium
2	medium onions, cut into 1-inch pieces		
3	medium red bell peppers, cored, seeded, and cut into 1-inch pieces	1	jar (12 ounces) roasted red peppers, drained
3	ears fresh corn	1	teaspoon kosher salt
1	tablespoon olive oil	½	teaspoon freshly ground black pepper
1½	teaspoons dried thyme	3–5	drops hot sauce, to taste
4	tablespoons dry white rice (dry, not cooked)		

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic down the small feed tube and process until finely chopped, about 5 seconds. Scrape the work bowl. Add the onions; pulse to chop, 15 times. Remove and reserve. Use the pulse to chop the red peppers, 10 to 15 times. Remove and reserve.

Use a thin-bladed knife (a boning knife works well) to remove the corn from the cobs. Reserve the cobs.

Heat the oil in a 6-quart stockpot over medium heat. Add the chopped onions, garlic, and red peppers. Allow the vegetables to cook for 2 to 3 minutes – do not brown. Stir in the corn, cobs, thyme, and rice; cook for 2 to 3 minutes longer. Add the chicken stock and roasted peppers; raise the heat and bring to a boil. Reduce heat, cover loosely and simmer for 20 minutes.

Remove the corncobs and discard. Strain the solids from the cooking liquid. Reserve the cooking liquid. Insert the metal blade. Process the solids for 4 minutes to purée, stopping the machine two or three times to scrape the work bowl. Add the purée into the reserved cooking liquid and stir to combine. Add salt and pepper; stir well to combine. Season with hot sauce and chill before serving.

Note: This soup may also be served hot.

Nutritional information per serving:

Calories 98 (18% from fat) • carb. 17g • pro. 3g • fat 2g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 186mg • fiber 2g

Gazpacho

Always served well chilled, this summertime favorite has its origins in the Andalusian region of Spain.

Makes six 7-ounce servings

Preparation: 15–20 minutes, plus chilling time

1	garlic clove	3	cups tomato juice
1	medium jalapeño, seeded, cut into 1-inch pieces	1	medium cucumber, peeled, halved lengthwise, seeds removed
1/3	cup fresh cilantro	3	tablespoons fresh lime juice
6	small scallions, trimmed and cut into 1-inch pieces	1/2	teaspoon freshly ground black pepper
1	small green bell pepper, cored, seeded and cut into 1-inch pieces	1/8	teaspoon kosher salt
3	medium tomatoes, cut into 1-inch pieces	2	tablespoons reduced fat sour cream
			fresh cilantro for garnish, if desired

Insert metal blade and process garlic and jalapeño until finely chopped, about 5 seconds. Scrape the work bowl. Add cilantro, scallions and green pepper; pulse to coarsely chop, about 10 to 12 times. Transfer to a large mixing bowl. Put tomatoes in work bowl and pulse to coarsely chop, about 8 times. Do not overprocess. Transfer to mixing bowl. Add tomato juice to tomato mixture and stir to combine.

Insert the slicing disc. Put cucumber in feed tube vertically and slice. Add to mixing bowl. Add lime juice, pepper and salt to mixing bowl and stir to combine. Cover and chill before serving.

Serve garnished with 1 teaspoon sour cream and a fresh cilantro sprig.

Nutritional information per serving:

Calories 63 (9% from fat) • carb. 13g • pro. 2g • fat 1g
• sat. fat 0g • chol. 1mg • sod. 378mg • fiber 2g

Quick Breads



Cranberry-Orange Bread

Apples make this bread very moist – for a breakfast treat, slice and toast.

Makes 1 loaf (16 servings)

Preparation: 10–15 minutes, plus 2 hours baking and cooling

	nonstick cooking spray	1	medium apple, peeled, cored and cut into 1-inch pieces
1½	cups unbleached, all-purpose flour	2	large eggs
2	teaspoons baking powder	¾	teaspoon pure vanilla extract
¼	teaspoon kosher salt	⅓	cup unsalted butter, melted
1	cup pecan halves	¼	cup buttermilk
4	strips orange zest, bitter white pith removed	½	cup dried cranberries
¾	cup granulated sugar		

Preheat oven to 350°F. Lightly spray a 9 x 5-inch loaf pan with cooking spray. In a small bowl combine flour, baking powder and salt. Reserve. Insert metal blade and pulse to coarsely chop pecans, about 6 times. Reserve.

Process orange zest and sugar until zest is finely chopped, about 45 seconds. Add apples, eggs and vanilla; process until combined, about 15 to 20 seconds. With machine running, add butter and buttermilk through the small feed tube. Process until combined, about 10 to 15 seconds. Add cranberries, pecans and dry ingredients. Pulse until flour is just mixed in, about 5 to 6 times. Do not overprocess.

Transfer batter to prepared pan. Bake until golden brown and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 60 to 65 minutes. Cool in pan on a wire rack. Remove from pan and cool completely. For best results, wrap in plastic wrap and allow to rest for 24 hours before slicing.

Nutritional information per serving:

Calories 176 (41% from fat) • carb. 24g • pro. 2g • fat 8g
• sat. fat 3g • chol. 24mg • sod. 103mg • fiber 1g

Banana Nut Bread

Wrap and freeze individual slices for a healthy lunchbox snack.

Makes 1 loaf (14 servings)

Preparation: 10–15 minutes, plus 2 hours baking and cooling

	nonstick cooking spray	1	large egg white
1⅓	cups unbleached, all-purpose flour	⅔	cup granulated sugar
¼	cup walnut halves	⅓	cup plain nonfat yogurt
¾	teaspoon baking powder	2½	tablespoons unsalted butter, cut into 1-inch pieces
¾	teaspoon baking soda	1¼	teaspoons pure vanilla extract
¼	teaspoon kosher salt		
1½	ripe bananas peeled, cut into 1-inch pieces		
1	large egg		

Preheat oven to 350°F. Lightly spray a 9 x 5-inch loaf pan with cooking spray. Insert metal blade. Pulse to combine flour, nuts, baking powder, baking soda and salt, about 5 times. Reserve.

Process banana until puréed, about 30 seconds. Scrape work bowl and process an additional 10 seconds. Add egg, egg white, sugar, yogurt, butter and vanilla extract. Process until well combined, about 10 to 15 seconds. Add dry ingredients. Pulse until flour is just mixed in, about 5 to 6 times.

Pour into prepared pan. Bake until golden brown and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 50 minutes. Cool in pan on a wire rack for 20 minutes. Remove from pan and cool completely on wire rack.

Muffin variation:

Lightly spray 12 standard (½-cup) muffin cups with vegetable oil cooking spray. Divide the batter evenly among the 12 cups. Bake at 350°F for 16 to 20 minutes. For variety, add ⅓ cup chocolate chips when pulsing in the flour mixture.

Nutritional information per serving:

Calories 131 (28% from fat) • carb. 22g • pro. 3g • fat 4g
• sat. fat 0g • chol. 21mg • sod. 125mg • fiber 1g

Almond-Pear Bread

Almonds and pears combine to make this rich, moist tea bread.

Makes 1 loaf (12 servings)

Preparation: 20–25 minutes, plus 2½ hours baking and cooling

Paste:*

¾	cup blanched almonds	2	tablespoons, plus 1 teaspoon water
½	cup granulated sugar	¼	teaspoon pure almond extract

Bread:

	nonstick cooking spray	¾	pound ripe pears, peeled, cored, cut into 1-inch pieces
½	cup sliced almonds	2	large eggs
1¼	cups unbleached, all-purpose flour	¾	cup prepared almond paste
2	teaspoons baking powder	⅓	cup unsalted butter, softened, cut into 1-inch pieces
½	teaspoon kosher salt		
¼	teaspoon baking soda		

To make paste:

Insert the metal blade. Process blanched almonds and sugar until finely ground, about 60 seconds. With machine running, add water and extract; process until combined, about 45 to 60 seconds longer. Paste can be made ahead and stored in the refrigerator in an airtight container for up to two weeks.

To make bread:

Preheat oven to 350°F. Lightly coat one 9 x 5-inch loaf pan with cooking spray. Toast sliced almonds on a baking sheet until lightly browned, about 8 to 10 minutes. In a small bowl combine flour, baking powder, salt and baking soda; reserve.

Insert metal blade and process pears, eggs, almond paste and butter until combined, about 30 seconds. Scrape bowl and process an additional 30 to 45 seconds. Add toasted almonds and reserved dry ingredients. Pulse to combine, about 6 to 7 times. Pour into prepared pan and bake until golden brown on top and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 1 hour. Cool on wire rack for 30 to 40 minutes. Remove from pan and cool completely on wire rack. For best results, wrap bread in plastic wrap and allow to rest for 24 hours before slicing. Freezes well.

*Almond paste can also be purchased in the baking section of many grocery or gourmet stores.

Nutritional information per serving:

Calories 237 (49% from fat) • carb. 25g • pro. 5g • fat 13g
• sat. fat 4g • chol. 49mg • sod. 217mg • fiber 1g

Yeast Breads

Challah Braid

If you have leftovers, our challah braid slices make the best French toast.

Makes 18 servings (one 2-pound loaf)

Preparation: 15–20 minutes, plus 2½ hours rising and resting,
30 minutes baking and 1 hour or longer cooling

4	tablespoons granulated sugar, divided	$\frac{2}{3}$	cup cold water
1	package active dry yeast (2¼ teaspoons)	$\frac{1}{2}$	cup unsalted butter, melted
$\frac{1}{4}$	cup warm water (105°F–115°F)	1	large egg
$4\frac{1}{3}$	cups unbleached, all-purpose flour	1	tablespoon water
2	teaspoons kosher salt		nonstick cooking spray

In a 2-cup liquid measure, dissolve 2 teaspoons sugar and yeast in warm water. Let stand until foamy, about 5 minutes.

Insert the metal blade in the work bowl and add flour, remaining sugar and salt. Pulse on dough speed to combine, about 2 to 3 times.

Add cold water, melted butter and 1 egg to yeast mixture. With machine running on dough speed, add liquid through small feed tube in a steady stream as fast as the flour will absorb it. Once dough forms a ball, continue processing for 45 seconds to knead dough. Put dough in a floured plastic food storage bag and seal. Let rise in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Put dough on a lightly floured surface and punch down; let rest 5 to 10 minutes. Divide dough into 3 equal pieces. Use your hands to roll each piece into a cylinder about 1½ x 18 inches. Put the cylinders side by side on a baking sheet coated with cooking spray. Braid loosely from one end. Gently pull and taper each end to a point, then pinch and tuck under loaf. Cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray and let rise until doubled in size, about 45 minutes. Preheat oven to 375°F 15 minutes before baking.

Beat egg with water and brush over braid. Bake in lower third of preheated oven for 20 minutes. Lower temperature to 350°F and bake until loaf is browned and sounds hollow when tapped, about 10 minutes. Cool on wire rack.

Nutritional information per serving:

Calories 174 (31% from fat) • carb. 26g • pro. 4g • fat 6g
• sat. fat 3g • chol. 37mg • sod. 267mg • fiber 1g

Cheese Bread

This bread is excellent for sandwiches and makes a delicious accompaniment to hearty soups.

Makes one 2-pound loaf (15 servings)

Preparation: 10–15 minutes, plus 2¼ hours rising,
40 minutes baking and 1 hour or longer cooling

1	package active dry yeast (2¼ teaspoons)	3	tablespoons unsalted butter, cut into 1-inch pieces
1	teaspoon granulated sugar	1½	teaspoons kosher salt
½	cup warm water (105°F–110°F)	1	cup fat-free milk
4	ounces extra-sharp Cheddar		nonstick cooking spray
4½	cups unbleached, all-purpose flour		

In a 2-cup liquid measure, dissolve yeast and sugar in warm water. Let stand until foamy, about 5 minutes.

Insert medium shredding disc and shred cheese. Leave in work bowl. Remove shredding disc and insert metal blade. Add flour, butter and salt; process to combine, about 20 seconds. Add milk to yeast mixture. With machine running on dough speed, pour milk mixture through small feed tube as fast as the flour will absorb it and process until dough cleans the sides of the work bowl. Then process for 45 seconds to knead dough. Put dough in a lightly floured plastic food storage bag and seal top. Let rise in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Spray one 9 x 5-inch loaf pan with cooking spray. Put dough on a lightly floured surface and punch down. Roll dough into a 9 x 5-inch rectangle. Beginning with short end, roll up the dough jelly-roll fashion. Pinch the seam and ends tightly to seal. Put in greased loaf pan and cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray. Let rise for 45 minutes. Preheat oven to 375°F 15 minutes before baking.

Bake until top is well browned and loaf sounds hollow when tapped, about 35 to 40 minutes. Remove from pan and cool on wire rack.

Nutritional information per serving:

Calories 193 (23% from fat) • carb. 30g • pro. 7g • fat 5g
• sat. fat 3g • chol. 14mg • sod. 289mg • fiber 1g

Classic White Bread

Spoil your family with homemade bread.

Makes 2 loaves, 1¼ pounds each (18 servings)

Preparation: 10–15 minutes, plus 2½ hours rising and resting,
35 minutes baking, and 1 hour or longer cooling

1	package active dry yeast (2¼ teaspoons)	4	tablespoons unsalted butter, cut into 1-inch pieces
1	tablespoon granulated sugar	2	teaspoons kosher salt
⅓	cup warm water (105°F–110°F)	1⅓	cups cold water
5	cups unbleached, all-purpose flour		nonstick cooking spray

In a 2-cup liquid measure, dissolve yeast and sugar in warm water. Let sit until foamy, about 5 minutes.

Insert metal blade. Process flour, butter and salt on dough speed until combined, about 10 to 15 seconds. Combine yeast mixture and cold water. With machine running on dough speed, add liquid through small feed tube as fast as flour will absorb it. Once dough cleans the sides of the work bowl and forms a ball, process for 45 seconds to knead dough. Put dough in a lightly floured plastic food storage bag and seal the top. Allow to sit in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Spray two 9 x 5-inch loaf pans with cooking spray. Put dough on a lightly floured surface and punch down. Divide dough in half and roll each half into a 9 x 5-inch rectangle. Beginning with short end, roll up the dough jelly-roll fashion. Pinch the seam and ends tightly to seal. Put in greased loaf pans and cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray. Let rise until dough is just above the tops of the pans, about 45 minutes to 1 hour. Preheat oven to 400°F 15 minutes before baking.

Bake until tops are browned and loaf sounds hollow when tapped, about 30 to 35 minutes. Remove from pans and cool on wire rack.

Variation: To make Classic Wheat Bread, substitute 2½ cups whole wheat flour for 2½ cups of the unbleached, all-purpose flour.

Nutritional information per serving:

Calories 151 (18% from fat) • carb. 27g • pro. 4g • fat 3g
• sat. fat 2g • chol. 7mg • sod. 260mg • fiber 3g

Pizza Dough

Once you see how simple pizzas are to make,
you will never order one to be delivered again.

Makes 1¾ pounds of dough, three 12-inch or six 6–7-inch crusts / 6 servings

Preparation: 5–10 minutes, plus 55 minutes rising and resting,
5 minutes assembly and 10 minutes, baking

2	teaspoons active dry yeast	3⅓	cups unbleached, all-purpose flour
1	teaspoon granulated sugar	1½	teaspoons kosher salt
1¼	cups warm water (105°F–110°F)	3	teaspoons extra virgin olive oil, divided

In a 2-cup liquid measure, dissolve yeast and sugar in warm water. Let stand until foamy, about 3 to 5 minutes. Insert metal blade in work bowl and add flour, salt and 2 teaspoons olive oil.

With machine running on dough speed, pour liquid through small feed tube as fast as flour will absorb it. Process until dough cleans sides of work bowl and forms a ball. Then process for 30 seconds to knead dough. Dough may be slightly sticky. Coat dough evenly with 1 teaspoon olive oil; transfer to a plastic food storage bag and seal the top. Let rise in a warm place for about 45 minutes. While dough is rising, prepare any pizza toppings.

Put dough on a lightly floured surface and punch down. Roll into desired crust sizes. Follow pizza recipe.

Nutritional information per serving:

Calories 259 (10% from fat) • carb. 49g • pro. 8g • fat 3g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 337mg • fiber 2g



Artisan Breads

Basic Artisan Bread (Boules)

Adapted from: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Makes two 10-inch round loaves (boules)

Preparation: 30 minutes, plus 2½–3 hours rising time,
40 minutes baking time and 1 hour or longer for cooling

- | | | | |
|---|--|----|---------------------------------------|
| 1 | pound unbleached bread flour
(3½ to 4 cups) | 1¼ | cups water (10 ounces) |
| 2 | teaspoons kosher salt | | cornmeal for the peel or baking sheet |
| 1 | teaspoon active dry yeast | | flour for dusting |

Insert the metal blade. Combine the flour, salt, and yeast in the work bowl. Test the temperature of the flour mixture using an instant read thermometer. Adjust the water temperature so that the temperature of the flour and water when combined equal 145°F (i.e., if the flour is 70°F, then the water must be 75°F.) This is the base temperature. With the machine running on dough speed, add the water through the small feed tube and process for 45 seconds. Transfer the dough to a large ungreased bowl. Cover with plastic wrap and let rise for about 1½ to 2 hours at room temperature.

Move the uppermost rack of the oven so that it is about 8 inches from the top of the oven and place a baking stone on the rack. Put a small cast-iron skillet to preheat on the floor or lower rack of the oven. Preheat the oven to 475°F.

When risen, scrape the dough onto a lightly floured work surface. Divide into two equal pieces and shape into rough balls. Let rest, covered, for 15 to 20 minutes. Roll into two balls, 9 inches in diameter. Put on a cornmeal-dusted baking sheet. Cover with plastic wrap and let rise for 30 to 45 minutes, until the dough increases in size by 50 percent. The dough will feel soft, but spring back when poked with your finger.

Gently transfer the loaves onto a baker's peel or the back of a baking sheet that has been dusted with cornmeal, taking care not to deflate the loaves. Sprinkle top of each loaf with flour. Using a serrated knife, score each loaf with four slashes to make a tic-tac-toe pattern on the top of each loaf.

Carefully slide the loaves onto the baking stone, then carefully pour about 1 cup of warm water into the cast-iron pan. Reduce the heat to 450°F. Bake the loaves for 30 to 40 minutes, until the crust is a deep mahogany color and the loaves sound hollow when tapped on the bottom. The internal temperature of the bread will be 205°F–210°F when tested with an instant read thermometer. Remove from the oven and place on a rack to cool completely before slicing or storing.

Nutritional information per 2-ounce serving:
Calories 139 (3% from fat) • pro. 5g • carb. 29g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 377mg • fiber 0g

Basic Artisan Bread (Baguettes)

Makes three baguettes, about 14 inches long each

Follow instructions in first 2 paragraphs, preceding recipe. When risen, scrape the dough onto a lightly floured work surface. Divide the dough into three equal pieces; shape into rough balls. Let rest, covered with plastic wrap, 15 to 20 minutes. Sprinkle a sheet of canvas or a heavy linen cloth lightly with flour.

Flatten into 4 x 5-inch rectangles. From the far side, fold a little over $\frac{2}{3}$ of the way toward you; use the heel of your hand and press the folded edge to seal. Turn the dough 180°; fold over the other long edge $\frac{2}{3}$ of the way, then seal with the palm of your hand. Fold the log in half lengthwise, using your thumbs to create tension on the surface of the log. Use fingertips to seal the dough into a taut cylinder. Place both hands on the center of the log; with fingers spread, use light, uniform pressure to roll the dough back and forth to create a long snake, about 14 inches. Transfer the baguettes, seam-side up, to the floured cloth. Fold the cloth up to form channels in which each loaf will rise. Cover with plastic wrap and let rise for 30 to 45 minutes, until the dough increases in size by 50 percent.

Gently transfer the loaves seam-side down onto a baker's peel or the back of a baking sheet dusted with cornmeal. Sprinkle the tops with flour. Use a serrated knife to score several diagonal slices on each loaf. Bake as for the round loaves, 20 to 25 minutes, until the crust is a deep mahogany color and the loaves sound hollow when tapped on the bottom. The internal temperature of the bread will be 205°F–210°F when tested with an instant read thermometer. Remove from the oven and place on a rack to cool completely before slicing or storing.

Nutritional information per 2-ounce serving:
Calories 139 (3% from fat) • pro. 5g • carb. 29g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 377mg • fiber 0g

Olive and Rosemary Country Loaf

Adapted from: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Salty olives such as kalamata should be rinsed to remove some of their brine; oil-cured olives will produce a more mellow flavor. Olive lovers may add an additional quarter cup of olives.

Makes one loaf

Preparation: 30 minutes, plus 3 to 3½ hours rising time,
30 minutes baking time, and 1 hour or longer for cooling

10	ounces unbleached bread flour (2¼ to 2¾ cups)	½	cup pitted and coarsely chopped kalamata olives
5	ounces whole wheat flour (1 cup)	1	tablespoon chopped fresh rosemary
1	ounce rye flour (¼ cup)		whole rosemary sprigs for garnish, cut into 1-inch lengths
2	teaspoons kosher salt		
1	teaspoon active dry yeast		cornmeal for the peel or baking sheet
1	teaspoon extra virgin olive oil		flour for dusting
1¼	cups water (10 ounces)		

Insert the metal blade. Combine the flours, salt, yeast and olive oil in the work bowl. Test the temperature of the flour mixture using an instant read thermometer. Adjust the water temperature so that the temperature of the flour and water when combined equal 145°F (i.e., if the flour is 70°F, then the water must be 75°F). This is the base temperature. With the machine running on dough speed, add the water through the small feed tube and process for 45 seconds. Transfer the dough to a large ungreased bowl. Cover with plastic wrap and let rise for about 1½ to 2 hours at room temperature.

Move the uppermost rack of the oven so that it is about 8 inches from the top of the oven and place a baking stone on the rack. Place a small cast-iron skillet to preheat on the floor or lower rack of the oven. Preheat the oven to 475°F.

Scrape the dough onto a lightly floured work surface. Flatten into a 12-inch square using the palms of your hands. Sprinkle with the chopped olives and chopped rosemary. Fold the dough over onto itself and knead for 3 to 4 minutes to thoroughly incorporate the olives and rosemary. If the dough is difficult to knead, cover with a towel and let rest for 10 minutes, then continue kneading.

Form into a round loaf. Sprinkle a cloth-lined basket with flour. Put the dough in the basket, with the seam showing on top of the loaf. Dust with flour and loosely cover with plastic wrap. Allow the dough to rise at least 1 hour at room temperature. It will be visibly risen and spring back when gently pressed with a finger.

Just before baking, gently invert the bread-rising basket onto a baker's peel or the back of a baking sheet that has been dusted with cornmeal. Sprinkle the top of the loaf with additional flour. Using a serrated knife, score the dough in a star pattern – starting from the center, make a short 3-inch slash. Rotate the bread and continue slashing until a star pattern is formed on the top of the dough. Insert a few sprigs of rosemary into the surface of the dough.

Slide the loaf onto the baking stone, and then carefully pour 1 cup of warm water into the cast-iron pan in the oven. Reduce the heat to 450°F. Bake the bread for 30 minutes, and then reduce the temperature to 425°F and bake for an additional 15 minutes. The crust will be well browned and the loaves will sound hollow when tapped on the bottom. The internal temperature of the bread will be 205°F to 210°F when tested with an instant read thermometer. Remove the bread from the oven and place on a rack to cool completely before slicing or storing.

Nutritional information per 3-ounce serving:
Calories 249 (20% from fat) • pro. 7g • carb. 42g • fat 5g
• sat. fat 1g • chol. 0mg • sod. 724mg • fiber 4g

Simple Wheat Starter

Adapted from: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Makes about 5 cups

Preparation: 20 minutes, plus 3 to 4 days for fermentation

A starter is a type of natural yeast that makes bread rise and gives it a full, rich flavor. For best results, make this starter in a large, clear glass or plastic container (2-quart) with graduated markings. Mark the level of your beginning starter with a piece of tape and watch the gas bubbles develop as the yeast activates. Once the starter has developed, store it in the refrigerator until you are ready to use it. The starter must be fed once a week to keep it alive. Always feed a starter 2 to 4 hours prior to using it. To feed the starter, remove it from the refrigerator; stir in 1 cup of flour and ½ cup of water. The consistency should be like light pancake batter. After feeding, leave the starter out at room temperature before using or refrigerating it. SAF yeast is highly recommended for this and the other artisan bread recipes. The starter process takes 42 to 56 hours before starter is ready to use.

12	ounces unbleached, all-purpose flour,	2	cups water (16 ounces), divided
	divided	¼	teaspoon active dry yeast
2	ounces whole wheat flour, divided		

In a small bowl, combine ½ cup of each flour with 1 cup of the water and the yeast. Stir well to blend; the mixture will be sticky and have the texture of wallpaper paste. Transfer to a 2-quart container and cover with plastic wrap. Mark the level of the starter and the time mixed on the side of the container with masking tape. Let sit at room temperature (70°F–72°F) for 18 to 24 hours.

Uncover the starter; it will have almost doubled in bulk. Add ¾ cup of the all-purpose flour and ½ cup of the water. Mark again with the level and time. Let sit at room temperature for 18 to 24 hours.

Uncover the starter; it will be doubled in bulk and full of bubbles. Discard half or give to a friend with directions. Add the remaining flours and water. Mix well. The mixture will have the consistency of thick pancake batter. If it is too thick, add more water – too thin, add more flour. Cover with plastic wrap. Mark the level and time, and let sit at room temperature for another 6 to 8 hours. The basic starter is now ready to use.

Nutritional information per half cup:

Calories 165 (3% from fat) • pro. 5g • carb. 34g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 2mg • fiber 1g

Multi-Grain Sandwich Loaf

Adapted from: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

A mountainous loaf full of the nutty taste of whole grains, the Multi-Grain Sandwich Loaf may also be shaped into a plump round loaf.

Makes one 1½ pound loaf

Preparation: 30 to 35 minutes, plus 2 hours to activate the simple wheat starter, 3 to 3½ hours rising time, 40 minutes baking time, and 1 hour or longer for cooling

½	cup active simple wheat starter (previous recipe) measured after feeding and resting	1	ounce graham flour (¼ cup)
		2	ounces 7-grain cereal (½ cup)
8	ounces unbleached bread flour (1¾ to 2¼ cups)	1½	teaspoons kosher salt
		½	teaspoon active dry yeast
2	ounces whole wheat flour (½ cup)	1	cup water, divided
1	ounce rye flour (¼ cup)		vegetable oil for the pan

Two to four hours before mixing this dough, feed your simple wheat starter. Allow the starter to sit at room temperature until it is frothy, bubbly and visibly active.

Insert the metal blade. Add the flours, 7-grain cereal, salt, yeast and starter to the work bowl. Test the temperature of this mixture with an instant read thermometer. Adjust the water temperature so that the individual temperatures of the flour mixture and water when combined equal 145°F (i.e., if the flour mixture is 70°F, then the water temperature must be 75°F). This is the base temperature. With the machine running, pour all but 3 tablespoons of water through the small feed tube; process for 15 seconds. The dough should come together and form a visible ball. Add the reserved water if the dough seems dry and crumbly. If the dough is wet and sticking to the shaft and sides of the bowl, sprinkle in a few spoonfuls of bread flour. Process for 30 seconds, so that the dough mixes a total of 45 seconds. This dough will be soft, moist and somewhat sticky.

Scrape the dough onto a lightly floured work surface. Lightly flour the dough, shape into a rough ball and place in a large ungreased bowl. Cover the bowl with plastic wrap. Allow the dough to ferment for about 2 to 3 hours at room temperature. The dough will double in volume.

Brush an 8 x 4-inch loaf pan with vegetable oil. Turn the dough onto a generously floured work surface. Use your fingertips to lightly pat the dough into a rectangle about 10 inches long and 2 inches thick. Roll the dough into a log. Tuck in the ends and place the dough in the pan, seam-side down. Lightly dust the dough with flour and loosely cover with plastic wrap or a kitchen towel. Let the dough rise for about 1 to 1½ hours at room temperature. Arrange the oven rack on the second shelf from the bottom of the oven; place a baking stone on the rack. Preheat the oven to 475°F.

Dust the proofed loaf with flour. Make a ¼-inch slash down the center of the loaf with a serrated knife. Slide the loaf pan into the oven onto the baking stone. Turn the heat down to 425°F. Bake the bread for 20 minutes, then rotate the pan in the oven for even baking and bake another 15 to 20 minutes, until the crust is deep brown. Take the loaf out of the pan and place directly on the baking stone; bake for another 5 to 10 minutes. The loaf is ready when it sounds hollow when tapped on the bottom and the internal temperature is 205°F to 210°F when tested with an instant read thermometer. Remove from the oven and place on a wire rack to cool before slicing or storing. Store under a towel or in a paper bag at room temperature. The Multi-Grain Sandwich Loaf will stay fresh for three days.

Nutritional information per 2-ounce serving:
Calories 137 (5% from fat) • pro. 5g • carb. 28g • fat 1g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 302mg • fiber 2g

Farmhouse Bread

“Long Cool Rise” Adapted from: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Home Made Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

The two long rising periods – one at room temperature and a second in the refrigerator – give this bread a rich and subtle sour flavor in the tradition of the great breads made in European farmhouse kitchens in the past. This dough is very forgiving; you can mix it in the morning and bake at night or mix late in the day to bake early the next morning.

Makes 2 long loaves

Preparation: 30 minutes, plus 2 hours to activate the simple wheat starter, 10 to 18 hours rising time, 25 minutes baking time, and 1 hour or longer for cooling

½	cup active Simple Wheat Starter (page 41) measured after feeding and resting	1½	teaspoons kosher salt
		scant ½	teaspoon active dry yeast
12	ounces unbleached bread flour (¾ to 4 cups)	1	cup water (8 ounces)
			cornmeal for the peel or baking sheet
1	ounce stone-ground whole wheat flour		flour for dusting

Two to four hours before mixing this dough, feed your simple wheat starter. Allow the starter to sit at room temperature until it is frothy, bubbly and visibly active.

Insert the metal blade. Combine the flours, salt, yeast, and starter in the work bowl. Test the temperature of the flour mixture using an instant read thermometer. Adjust the water temperature so that the individual temperatures of the flour mixture and water when combined equal 145°F (i.e., if the flour is 75°F, then the water must be 70°F). This is the base temperature. With the machine running, add the water through the small feed tube and process for 45 seconds. Transfer the dough to a large ungreased bowl. Cover with plastic wrap and let rise for about 3 to 5 hours at room temperature.

Put the bowl of risen bread dough in the refrigerator for 6 to 12 hours to extend the fermentation and develop the flavor in the dough.

Remove the dough from the refrigerator. Scrape it onto a lightly floured work surface. Divide into two equal pieces and shape into rough balls. Let rest, covered for about an hour, until the dough comes up to room temperature. Roll each piece of dough into a thin log shape about 12 inches long. Arrange a floured canvas or towel to form two channels. Tuck the loaves into the channels with the seam up; cover with plastic wrap and let rise for 30 to 45 minutes, until the dough increases in size by 50 percent. The dough will feel soft, but will spring back when poked with your finger.

Move the uppermost rack of the oven so that it is about 8 inches from the top of the oven and place a baking stone on the rack. Place a small cast-iron skillet to preheat on the floor or lower rack of the oven. Preheat the oven to 475°F.

Gently transfer the loaves with the seam down onto a baker's peel or the back of a baking sheet that has been dusted with cornmeal. Sprinkle the top of each loaf with flour. Use a serrated knife to cut 4 long parallel slashes along the length of each loaf at a 45° angle. Slide the loaves directly onto the preheated baking stone. Carefully pour 1 cup of warm water into the cast-iron pan on the oven floor. Reduce the heat to 450°F. Bake the loaves for 20 to 25 minutes, until the crust is golden and the loaves sound hollow when tapped on the bottom. Remove the loaves from the oven and place on a rack to cool completely before slicing or storing.

Nutritional information per serving:

Calories 123 (1% from fat) • pro. 5g • carb. 27g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 323mg • fiber 2g



Entrées

East-West Chicken and Vegetable Stir-Fry with Pasta

Asian flavors blend with Parmigiano-Reggiano and pasta in this colorful and delicious stir-fry.

Makes 6 servings Preparation: 40–45 minutes

4	boneless, skinless chicken breast halves (about 1¼ pounds in total)	2	large carrots, peeled and cut into 1½-inch lengths
12	ounces dry pasta shapes such as fusilli, radiatore, penne, or double elbows	2	broccoli stalks, florets cut to serving-size pieces, stems reserved
1½	ounces Parmigiano-Reggiano cheese, cut into ½-inch cubes	3½	tablespoons sesame oil, divided
1	garlic clove	2½	teaspoons cornstarch
5	slices peeled ginger, each about the size of a quarter	½	cup chicken stock
1	red bell pepper, cored, cut to fit the feed tube	3	tablespoons tamari or soy sauce (may use low sodium)
½	yellow bell pepper, cored, cut to fit the feed tube	½	cup sherry
		½	cup slivered almonds, lightly toasted

Trim the chicken of all visible fat. Cut in half crosswise; place on a baking sheet lined with plastic wrap and freeze for 25 minutes. Clean the work surface and wash hands thoroughly. Using a pasta cooking pot with insert, cook the pasta al dente in lightly salted water according to package instructions. Drain the pasta and set aside; keep the water simmering.

Insert the metal blade. With the machine running, drop the cheese cubes through the small feed tube and process until finely chopped, about 30 seconds. Remove and reserve. Add the garlic and ginger; process until finely chopped, about 5 seconds. Remove and reserve.

Insert the slicing disc. Use medium pressure to slice the red and yellow peppers. Place the carrots horizontally in the large feed tube. Use medium pressure to slice. Remove and reserve. Using a vegetable peeler, peel the broccoli stems, then trim to fit the small feed tube. Use medium pressure to slice. Remove and reserve.

Remove the chicken from the freezer; place in the large feed tube cut side down. Use medium pressure to slice. Toss with 1½ tablespoons of the sesame oil and set aside on a plate separate from the vegetables. Clean the work surface thoroughly, and wash hands with hot, soapy water. Combine the cornstarch and chicken stock in a small bowl; set aside.

Heat a large nonstick stir-fry pan over high heat. When hot enough to make water droplets dance, add the chicken and stir-fry until opaque, about 2 minutes. Remove to a clean plate and reserve. Add the remaining sesame oil to the pan. When hot, add the garlic and ginger; stir-fry 10 seconds. Add the sliced broccoli stems and carrots. Stir-fry for 45 seconds. Add the broccoli florets and sliced red bell pepper; stir-fry for another 30 seconds. Return the cooked chicken to the pan along with the tamari sauce and sherry, and cook for 30 seconds. Stir in the cornstarch mixture, and bring to a boil. Return the pasta to the simmering pasta water to reheat. Drain and add to the stir-fry pan; toss to combine. Remove from the heat, add half the cheese and toss to coat with the sauce.

Transfer the stir-fry to a warmed serving bowl. Top with the remaining cheese and the toasted almonds. Serve immediately.

Nutritional information per serving:

Calories 570 (30% from fat) • pro. 41g • carb. 59 • fat 19g
• sat. fat 2g • chol. 64mg • sod. 677mg • fiber 4g

Salmon and Pesto Potatoes en Papillote

Just add a simple green salad for a quick and easy dinner.

Makes 6 servings

Preparation: 10–15 minutes, plus 18 minutes baking time

- | | | | |
|---|--|---------------|---|
| 1 | tablespoon olive oil | 2 | pounds skinless salmon fillet,
cut into 6 equal portions |
| 6 | small Yukon Gold or similar potatoes,
well scrubbed, opposite ends trimmed
flat with a knife | $\frac{3}{4}$ | teaspoon kosher salt |
| 6 | teaspoons prepared Pesto
(recipe follows) | $\frac{1}{2}$ | teaspoon freshly ground black pepper |
| | | 6 | fresh basil leaves |

Preheat the oven to 400°F. Cut 6 pieces of aluminum foil, each 16 inches long.

Brush a 6 x 4-inch area in the center of each rectangle with olive oil. Set aside.

Insert the slicing disc. Slice the potatoes, one at a time. Remove each potato; restack and reserve separately.

Season each salmon fillet with salt and pepper. Fan out the slices of one potato on the oiled portion of a sheet of foil. Spread one teaspoon of the pesto on the fanned slices. Top with a salmon fillet. Bring the two cut sides of the foil together over the center of the salmon; fold over 1 inch, then fold over 2 more times. Fold the ends in twice, in $\frac{1}{2}$ -inch folds, to complete the seal. Repeat until all the salmon and potatoes have been prepared and wrapped. Bake in the preheated oven for 22 minutes.

While the salmon is in the oven, stack the basil leaves and roll. Slice in $\frac{1}{8}$ -inch intervals to create a chiffonade. When done, the packets will be puffed. Prick with the tip of a sharp knife to vent the steam, then carefully open. Serve immediately on warmed plates sprinkled with the basil chiffonade.

Nutritional information per serving:

Calories 390 (46% from fat) • pro. 32g • carb. 21g • fat 20g
• sat. fat 4g • chol. 85mg • sod. 379mg • fiber 2g

Pesto

Our pesto is lower in fat than traditional pestos, and just as flavorful.

Makes 1 $\frac{1}{3}$ cups

Preparation: 5–10 minutes

- | | | | |
|---|--|---------------|---|
| 2 | ounces Parmigiano-Reggiano,
cut into $\frac{1}{2}$ -inch pieces | 4 to 6 | tablespoons extra virgin olive oil |
| 2 | garlic cloves | 5 | tablespoons lightly toasted pine
nuts or walnuts |
| 3 | cups packed fresh basil leaves | $\frac{1}{4}$ | teaspoon kosher salt |

Insert the metal blade. With the machine running, drop the cheese down the small feed tube and process to chop, about 10 seconds. With the machine running, drop the garlic down the small feed tube; process to chop, about 5 seconds. Scrape the work bowl. Add the basil to the work bowl. Pulse to chop, 20 to 30 times. Scrape the work bowl. With the machine running, add 4 tablespoons of the olive oil in a slow drizzle through the hole in the pusher; add the remaining olive oil to taste. Scrape the work bowl; add the pine nuts and salt, and pulse to incorporate and chop the nuts. Transfer to a jar to store. Let rest for about 30 minutes before using, to allow the flavors to blend. Refrigerate to store, with a layer of olive oil poured over the top to prevent discoloration. Keeps 5 days in the refrigerator, or may be frozen.

Nutritional information per teaspoon:

Calories 43 (82% from fat) • carb. 1g • pro. 1g • fat 4g
• sat. fat 1g • chol. 2mg • sod. 71mg • fib. 0g

Shrimp & Ginger Stuffed Sole

Pleasing to the palate and to the eye, this dish is mostly do-ahead, making it perfect for entertaining.

Makes 6 servings

Preparation: 30 minutes, plus 20 minutes baking and 10 minutes for the sauce

1¼	pounds large shrimp (16–20 count), peeled and deveined	2	tablespoons unsalted butter
2	bunches fresh chives	1½	tablespoons tamari or soy sauce, low sodium
⅓	cup fresh Italian parsley	¾	teaspoon freshly ground black pepper
1	2-inch piece of fresh ginger, peeled, cut into ½-inch pieces	6	4-ounce fillets of sole, skinless (1½ pounds total)
6	scallions, trimmed to 5 inches, then cut into 1-inch lengths	¾	cup white wine or dry vermouth
6	ounces French bread, cut into 1-inch cubes	¾	cup heavy cream

Cut along the vein line to within ½ inch of the tail to butterfly 6 of the shrimp; reserve and refrigerate. Lay the remaining shrimp in a single layer on a sheet of plastic wrap on a baking sheet and freeze for 20 minutes.

Reserve 20 of the longest, most flexible chives. Cut 16 of the remaining chives into 1-inch lengths; refrigerate any remaining chives for another use. Insert the metal blade. Pulse to chop the 16 chives. Remove and reserve. Pulse to chop the parsley, 10 times; leave in work bowl. With the machine running, drop the ginger down the small feed tube and process 10 seconds to chop. Add the green onions; pulse to chop, 10 times. Remove and reserve the parsley, ginger and green onion mixture. Process the bread until it becomes medium coarse crumbs, 1 minute. Remove and reserve. Pulse to chop the partially frozen shrimp, 20 to 30 times. There should be no piece of shrimp larger than half an inch. Remove and refrigerate.

In a 3½ quart sauté pan, melt the butter over medium heat. Add the parsley, ginger and green onion mixture; cook until tender, about 2 to 3 minutes. Stir in the breadcrumbs, tamari and pepper; toss to combine and cook for 2 minutes longer. Transfer to a bowl and let cool completely. Stir in the reserved chopped shrimp and just enough water to help the mixture hold together. Lightly butter a 13 x 9 x 2-inch baking dish. Cut a sheet of waxed paper or parchment 15 inches long; lightly butter the paper.

Lay the sole fillets on the work surface, skin side up. Divide the stuffing mixture into 6 equal portions. Loosely pack each portion and place one portion in the center of each fillet. Fold the two long ends of the fillet up over the filling and overlap; turn over. Tie the cut ends of 2 chives together, using a double knot. Slip the knotted portion under the stuffed and rolled sole; bring the 2 ends together over the top and tie. Put in prepared baking dish. Repeat with the remaining sole and stuffing. The dish may be done ahead to this point, 8 hours ahead, covered with plastic wrap and refrigerated. If refrigerated, let sit at room temperature for 15 minutes before continuing. Preheat the oven to 400°F.

Add the wine to the baking dish; cover with the buttered paper, butter side down, and bake for 20 minutes. After 16 minutes, lay one of the reserved butterflied shrimp, cut side down, on each sole bundle. Re-cover and continue to bake for an additional 5 minutes. Transfer the sole to a warmed serving platter and cover loosely. Strain the cooking liquid into a 2-quart sauce pan, and reduce by half over high heat. Add the heavy cream, and reduce by half again. To serve, nap the sauce over and around the sole, then sprinkle with the reserved chopped chives.

Nutritional information per serving:

Calories 444 (39% from fat) • pro. 44g • carb. 20g • fat 18g
• sat. fat 8g • chol. 232mg • sod. 598mg • fiber 1g



Pizzas

Pesto, Cheese & Fresh Tomato Pizza

Homemade pesto and fresh, ripe tomatoes from the garden make this a great summertime pizza.

Makes two 12–14 inch pizzas or four 8–9 inch pizzas, to serve 6

Preparation: 1 hour for the pizza dough;
20 minutes plus 12 minutes baking and resting time

- | | | | |
|----|--|---|---|
| 1 | recipe Pizza Dough
(page 36) | 2 | ounces fontina |
| 12 | ounces firm, but ripe plum
tomatoes | 4 | tablespoons prepared Pesto
(page 44) |
| ½ | ounce Parmesan, cut into
½-inch cubes | 2 | teaspoons extra virgin olive oil |
| 3 | ounces fresh mozzarella, well chilled | | cornmeal for dusting the peel or pan |

Prepare the pizza dough and allow to rise. Position the top rack of the oven about 8 inches from the top. If using a baking stone, place it on the rack. Preheat the oven to 500°F.

Bring 6 cups of water to a boil in medium saucepan. Cut a shallow “x” in the bottom of each tomato. Blanch the tomatoes in the boiling water for 30 seconds, then immediately plunge them into a bowl of iced water. When cool, slip the skins off. Slice the stem end off each tomato; set aside.

Insert the metal blade. With the machine running, drop the Parmesan cubes down the small feed tube; process 15 seconds and leave in bowl. Insert the shredding disc and shred the mozzarella and fontina. Remove the cheese to a bowl; toss to combine, and reserve. Insert the slicing disc. Put the tomatoes in the small feed tube one at a time, and slice, using light pressure. Put the sliced tomatoes on a triple thick layer of paper towels to drain.

When the dough has risen, punch down and divide into 2 or 4 equal balls. Let rest 10 minutes. Roll the dough out to size. Put on a baker’s peel that has been sprinkled with cornmeal. Brush the edges with the olive oil. Using an offset spatula, spread the pizza with the pesto sauce to ¾-inch of the edges, using 3 tablespoons on each 14-inch pizza or 1½ tablespoons on each 9-inch pizza. Divide the shredded cheeses evenly and sprinkle on the pizzas. Top with the drained sliced tomatoes.

Carefully slide the pizza onto the stone (position the peel over the back edge of the stone, and use a rocking motion to shake and slide the pizza off the peel onto the stone), or put the pan in the hot oven. Bake the pizza for 5 minutes, then rotate it front to back for even baking. Bake for another 3 to 6 minutes until the pizza is bubbly, and the edges of the dough are golden brown, puffed and crispy. Remove from the oven and let rest on a rack for 2 to 3 minutes before slicing.

Nutritional information per serving:

Calories 367 (35% from fat) • pro. 14g • carb. 45g • fat 15g
• sat. fat 6g • chol. 25mg • sod. 723mg • fiber 3g

Five Cheese Pizza Bianco

A blend of 5 cheeses, shallots, garlic and herbs makes our Pizza Bianco.

Preparation: 1 hour for the pizza dough; 20 minutes, plus 12 minutes' baking and resting time

Makes three 11- to 12-inch pizzas or six 6-inch pizzas, to serve 6

1	recipe Pizza Dough (page 36)	$\frac{3}{4}$	ounce Parmesan, cut into $\frac{1}{2}$ -inch pieces
2	tablespoons fresh Italian parsley	6	ounces fresh mozzarella, well chilled
5	large basil leaves	3	ounces fontina, well chilled
2½	teaspoons fresh thyme leaves	2	ounces Gruyère, well chilled
10	chives, cut into 1-inch lengths	1	ounce Gorgonzola or blue cheese, well chilled
1	small shallot		
1	garlic clove		cornmeal for dusting the pan

Prepare the pizza dough and allow to rise. Position the top rack of the oven about 8 inches from the top. If using a baking stone, place it on the rack. Preheat the oven to 500°F while preparing the pizza.

Insert the metal blade. Process to chop the herbs, 10 seconds. Remove and reserve. With the machine running, drop the shallot and garlic down the small feed tube and process to chop, 5 seconds. Scrape the work bowl. Do not empty. With the machine running, drop the Parmesan cubes down the small feed tube and process to chop finely, 10 seconds. Do not empty the work bowl. Insert the shredding disc. Use medium pressure to shred the mozzarella, fontina, Gruyère, and Gorgonzola. Transfer the cheese mixture to a large bowl and toss well to combine evenly. Keep chilled until ready to use.

When the dough has risen, punch down and divide into 3 or 6 equal balls. Let rest 10 minutes. Roll the dough out to size. Put on a baker's peel that has been sprinkled with cornmeal, or on a perforated pizza pan, a pizza screen or baking sheet without sides that has been sprinkled with cornmeal. Brush the edges with the olive oil. Divide the cheese mixture into 3 or 6 equal amounts. Sprinkle the cheese mixture evenly over the pizzas.

Carefully slide the pizza onto the stone (position the peel over the back edge of the stone, and use a rocking motion to shake and slide the pizza off the peel onto the stone), or put the pan in the hot oven. Bake the pizza for 5 minutes, then rotate it front to back for even baking. Bake for another 3 to 6 minutes, until the cheese is bubbly, and the edges of the dough are golden brown, puffed and crispy. Remove from the oven, sprinkle with the reserved chopped fresh herbs, and let rest on a rack for 3 to 4 minutes before slicing.

Nutritional information per serving:

Calories 362 (35% from fat) • pro. 16g • carb. 43g • fat 14g
• sat. fat 7g • chol. 38mg • sod. 658mg • fiber 2g

Pizza Margherita

Some of the best things in life are the simplest.

Makes three 12–14 inch pizzas

Preparation: 1 hour for the pizza dough; 20 minutes plus
12 minutes baking and resting time

1	recipe Pizza Dough (page 36)	1	cup Simple Tomato Sauce (page 50), reduced version for pizza
9	ounces fresh mozzarella, well chilled	1½	tablespoons extra virgin olive oil
½	cup fresh basil leaves		

Prepare the pizza dough and allow to rise. Position the top rack of the oven about 8 inches from the top. If using a baking stone, place it on the rack. Preheat the oven to 500°F.

Insert the shredding disc. Use medium pressure to shred the mozzarella. Remove and reserve. Stack 12 basil leaves; roll, use a knife to thinly slice. Repeat with the remaining leaves. (This is called a chiffonade.) Reserve.

When the dough has risen, punch down and divide into 3 equal balls. Allow to rest 10 minutes. Roll each dough ball to size. Put on a baker's peel that has been sprinkled with cornmeal, or on a perforated pizza pan, a pizza screen or baking sheet without sides that has been sprinkled with cornmeal. Brush edges with the olive oil. Using an offset spatula, spread ⅓ cup of the reduced Simple Tomato Sauce evenly over each 12-inch pizza, or spread 2½ tablespoons of the sauce on each 6-inch pizza. Sprinkle each pizza with one-quarter of the basil chiffonade, then sprinkle each pizza evenly with the shredded mozzarella.

Carefully slide one pizza onto the stone (position the peel over the back edge of the stone, and use a rocking motion to shake and slide the pizza off the peel onto the stone), or put the pan into the hot oven. Bake the pizza for 5 minutes, then rotate it front to back for even baking. Bake for another 3 to 6 minutes, until the pizza is bubbly, and the edges of the dough are golden brown, puffed and crispy. Remove from the oven, sprinkle with the remaining fresh basil chiffonade, and let rest on a rack for 2 to 3 minutes before slicing. Repeat with remaining two pizzas.

Nutritional information per serving:

Calories 313 (28% from fat) • pro. 12g • carb. 44g • fat 9g
• sat. fat 4g • chol. 22mg • sod. 727mg • fiber 2g

Roasted Pepper, Chèvre & Mozzarella Calzone

Make ahead for a picnic or tailgating party.

Makes 4 large or 8 small calzones, 8 servings

Preparation: 1 hour for the pizza dough; 25 minutes, plus about 30 minutes baking and resting time

2½	red bell peppers, halved and cored	6	large fresh basil leaves
1½	yellow bell peppers, halved and cored	1	ounce Parmesan, cut into ½-inch cubes
1	teaspoon olive oil	8	ounces fresh mozzarella, well chilled
2½	teaspoons balsamic vinegar	8	ounces chèvre or goat cheese
1	recipe Pizza Dough (page 36)	2	ounces ricotta salata, crumbled
	cornmeal for sprinkling		
3	tablespoons fresh Italian parsley		

Preheat the oven to 400°F. Line a shallow baking sheet with foil. Insert the slicing disc. Use medium pressure to slice the red and yellow peppers. Remove and toss with the olive oil. Spread in a single layer on the baking sheet. Roast for 20 to 25 minutes, until tender and beginning to brown. Transfer to a small bowl; toss with the balsamic vinegar and let cool.

Prepare the pizza dough and let rise. Position the rack in the middle of the oven. If using a baking stone, place it on the rack. Raise the oven temperature to 450°F. Sprinkle a nonstick baking sheet (not “air-bake” type) or baker’s peel with cornmeal.

Insert the metal blade. Pulse to chop the parsley and basil, 10 times. Remove and reserve. With the machine running, drop the Parmesan cubes down the small feed tube and process to chop, 10 seconds. Insert the shredding disc and shred the mozzarella. Leave in the work bowl. Insert the metal blade. Sprinkle the crumbled chèvre, ricotta salata and reserved herbs over the mozzarella. Pulse to combine, 12 to 15 times. Remove and refrigerate until ready to assemble the calzones.

Divide the dough into 4 or 8 equal balls, depending on size of calzones desired. Cover loosely with plastic wrap and let rest for 10 minutes. Lightly flour the work surface. Roll into rounds, 9 to 10 inches each in diameter for 4 balls, and 5 to 6 inches in diameter for 8 balls. Spread the cheese mixture over half the dough, leaving a 1-inch border. Use ½ cup for the larger calzones and ¼ cup for the smaller calzones. Drain the peppers. Sprinkle the peppers over the cheese mixture – ¼ cup for the larger calzones, 2 tablespoons for the smaller calzones.

Brush the border of the dough lightly with water. Fold the dough over the filling and press firmly to seal the edges. Then make overlapping folds around the edges of the calzones. Use a serrated knife to make three 1-inch slashes on the top of each calzone for the steam to escape. Put on a cornmeal-dusted baker’s peel and slide onto the preheated baking stone, or onto a cornmeal-dusted baking sheet. Bake for 20 to 25 minutes, until the dough is baked through and is a deep golden brown. Transfer to a rack to cool for 10 minutes before serving. Calzones may be served hot or at room temperature. Leftover calzones should be wrapped in foil or plastic wrap and refrigerated. Reheat in a 375°F oven before serving. Microwaving is not recommended.

Nutritional information per serving:

Calories 244 (57% from fat) • pro. 15g • carb. 12g • fat 16g
• sat. fat 10g • chol. 41mg • sod. 318mg • fiber 2g



Sauces & Dressings

Simple Tomato Sauce

A simple marinara sauce for pasta,
or when reduced, a tasty topping for homemade pizzas.

Makes 3 cups tomato sauce for pasta / 1¾ cups tomato sauce for pizza

Preparation: 5–10 minutes, plus 1 hour cooking and cooling time
(add an additional 40–50 minutes to make the reduced pizza sauce)

- | | | | |
|---|---|-----|---|
| 1 | small onion, cut into 1-inch pieces | 3 | tablespoons dry white wine
or vermouth |
| 4 | garlic cloves | | |
| ¾ | teaspoon dried oregano | ½ | teaspoon kosher salt |
| 1 | teaspoon extra virgin olive oil | ¼ | teaspoon freshly ground black pepper |
| 1 | can (28 ounces) plum tomatoes,
with juices | ¼–¾ | teaspoon crushed red pepper flakes
(optional, for a spicier sauce) |
- 10–12 fresh basil leaves

Insert the metal blade. Pulse to chop the onion and garlic with the oregano, about 10 times. Heat the oil over medium heat in a 2¾-quart saucepan; add the onion, garlic, and oregano. Cook, stirring for 2 to 3 minutes, until the onions begin to soften and the oregano becomes fragrant. Add the tomatoes with their juices, basil, wine and salt. Bring to a boil, then reduce the heat to low, cover loosely and simmer for 45 to 50 minutes. Turn off the heat and let cool in the pan for 10 minutes. Stir in the black pepper and red pepper flakes if using.

Using the metal blade, pulse the sauce 15 times for a rustic, chunky sauce, or process for 2 minutes for a smooth sauce. The sauce is now ready to use for pasta. If you want a sauce for pizza, return the sauce to the pan. Simmer, uncovered, for 40 to 50 minutes to reduce, stirring now and then. Transfer the reduced sauce to a bowl to cool before using as a pizza topping. The sauce freezes well.

Nutritional information per half-cup tomato sauce:
Calories 47 (20% from fat) • carb. 6g • pro. 2g • fat 1g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 519mg • fiber 1g

Nutritional information per quarter-cup reduced for pizza sauce:
Calories 40 (20% from fat) • carb. 6g • pro. 2g • fat 1g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 445mg • fiber 2g

Cranberry Relish with Toasted Walnuts

Fast and fresh, delicious with roast turkey, chicken, pork or ham.

Makes 3 cups

Preparation: 5–10 minutes, plus 10 minutes to toast the walnuts

$\frac{3}{4}$	cup walnut halves	3	cups fresh or frozen cranberries (do not thaw if using frozen berries)
$\frac{3}{4}$	cup granulated sugar		
8	strips orange zest, bitter white pith removed	$\frac{3}{4}$	navel orange, peeled and quartered

Preheat oven to 350°F. Put walnuts in a baking pan and toast until golden brown and fragrant, about 8 to 10 minutes. Cool slightly.

Insert metal blade. Process sugar and zest until finely chopped, about 45 seconds. Add cranberries, orange and reserved nuts; pulse until coarsely chopped, about 10 to 12 times. Pulse several more times if a finer consistency is desired.

This relish may be made in advance and stored in the refrigerator until ready to use.

Nutritional information per 2 tablespoons:

Calories 58 (31% from fat) • carb. 9g • pro. 1g • fat 2g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 0mg

Creamy Chèvre & Peppercorn Dressing

Creamy and tangy, perfect for crisp romaine.

Makes 1 $\frac{3}{4}$ cups

Preparation: 10 minutes, plus 30 minutes resting time

1	small shallot, halved	1 $\frac{1}{2}$	tablespoons white wine vinegar
1	tablespoon drained green peppercorns, rinsed and drained again	1 $\frac{1}{2}$	tablespoons water kosher salt, to taste
6	ounces chèvre	$\frac{1}{3}$	cup extra virgin olive oil
$\frac{1}{3}$	cup lowfat sour cream		
1 $\frac{1}{2}$	tablespoons fresh lemon juice		

Insert the metal blade. With the machine running, drop the shallots down the small feed tube; process 5 seconds to chop. Add the drained green peppercorns; chop 10 seconds. Remove and reserve. Process the chèvre, sour cream, lemon juice, white wine vinegar and water until smooth, 30 seconds. Scrape the work bowl. Return the shallot and peppercorn mixture to the work bowl; add the salt. With the machine running, add the olive oil through the hole in the small pusher, processing until completely incorporated and emulsified. Let sit for 30 minutes before using, to allow the flavors to blend. The dressing will keep for a week in the refrigerator.

Nutritional information per tablespoon:

Calories 47 (81% from fat) • carb. 1g • pro. 1g • fat 4g
• sat. fat 1g • chol. 3mg • sod. 22mg • fiber 0g

Herbed Balsamic Vinaigrette

Drizzle over sliced summer tomatoes for a quick and easy salad.

Preparation: 10 minutes, plus 30 minutes resting time

Makes about 1 cup

1	garlic clove	6	tablespoons balsamic vinegar
¼	cup fresh Italian parsley	2	teaspoons Dijon mustard
1	tablespoon dried basil	¾	cup extra virgin olive oil
1	teaspoon dried oregano		
½	teaspoon kosher salt		
½	teaspoon freshly ground black pepper		

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic down the small feed tube; process 5 seconds to chop. Add the parsley, basil, oregano, salt, pepper, vinegar and mustard; process 10 seconds to blend. With the machine running, add the olive oil ½ cup at a time through the hole in the small feed tube pusher. Process 1 minute longer until totally emulsified.

Adjust seasonings to taste. Allow the dressing to rest for 30 minutes before using, to allow the flavors to blend. Refrigerate unused portions – bring to room temperature (30 minutes) before using, and reprocess to emulsify, using the metal blade if necessary.

Variation: For an Herbed Vinaigrette, use red or white wine vinegar in place of balsamic vinegar.

Nutritional information per tablespoon:

Calories 81 (95% from fat) • carb. 1g • pro.1g • fat 8g
• sat. fat 1g • chol. 0mg • sod. 67mg • fiber 0g

Basic Mayonnaise

The American Egg Board recommends using the freshest eggs and then heating them to kill salmonella bacteria.

This recipe uses a procedure suggested by cookbook author and food scientist Shirley Corriher for heating the eggs to sanitize them.

The results are definitely worth the effort.

Proper refrigeration and storage are necessary.

Makes 1¾ cups

Preparation: 15–20 minutes

1	large egg	2½	teaspoons dry mustard
1	large egg yolk	1	teaspoon kosher salt
1	tablespoon fresh lemon juice		pinch cayenne
1	tablespoon white wine vinegar	2	tablespoons extra virgin olive oil
1½	tablespoons water	1⅓	cups vegetable oil
½	teaspoon granulated sugar		
½	teaspoon unbleached, all-purpose flour		

Insert the metal blade. Process the egg, egg yolk, lemon juice, wine vinegar, water, sugar and flour until smooth, about 20 seconds. Transfer the egg mixture to a small (7- or 8-inch) nonstick skillet, and heat over very low heat while gently stirring and scraping the bottom of the pan with a spatula. When the mixture begins to thicken and resemble a custard sauce, remove from the heat while still stirring and set in a pan of ice and water to stop the cooking. Stir until the egg mixture has cooled; let rest for 5 minutes. Wash the work bowl, metal blade and lid in hot, soapy water and dry thoroughly.

Insert the metal blade. Process the cooled egg mixture with the dry mustard, salt, and cayenne until blended, 1 minute. Scrape the work bowl. With the machine running, add the olive oil through the hole in the small feed tube very slowly. Scrape the work bowl. With the machine running, add the vegetable oil through the hole in the small pusher, one-quarter cup at a time, and allow the oil to drip through the hole slowly into the emulsion. The mayonnaise will thicken as the oil is added. Taste and adjust seasonings as necessary. Remove to a container, cover and keep refrigerated. Keeps 3 to 4 days refrigerated.

Nutritional information per tablespoon:

Calories 108 (98% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 12g
• sat. fat 1g • chol. 15mg • sod. 70mg • fiber 0g

Tzatziki Sauce

Low in fat yet full of flavor, this sauce is great as a sandwich spread, or as a dipping sauce for crudités.

Makes 3 cups

Preparation: 10 minutes (plus 8 hours or overnight to drain yogurt),
30 minutes resting time

- | | | | |
|----|---|---|---|
| 4 | garlic cloves | 2 | cucumbers, 7 inches in length, peeled, halved, seeded and cut into 1-inch pieces, set over a strainer to drain for 30 minutes |
| 1¼ | teaspoons kosher salt | | |
| ⅓ | cup fresh Italian parsley | | |
| ⅓ | cup mint leaves | 3 | cups nonfat plain yogurt, drained overnight to yield 1½ cups* (or 1½ cups plain Greek yogurt, not drained) |
| 1½ | tablespoons oregano leaves (or 2 teaspoons dried) | | |
| 2 | teaspoons marjoram leaves (or 1 teaspoon dried) | | |

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic down the small feed tube; process 5 seconds to chop. Add the kosher salt, parsley, mint, oregano, and marjoram; pulse to chop, 15 to 20 times. Add the drained cucumber pieces; pulse to chop, 15 to 20 times. Add the drained yogurt; pulse to combine. Do not overprocess, or the sauce will become runny. Allow the sauce to sit for 30 minutes for the flavors to blend. Refrigerate until ready to use. Keeps 3 to 4 days in the refrigerator; do not freeze.

* To drain yogurt: Line a sieve with a double layer of cheesecloth or a paper coffee filter and set over a bowl. Spoon yogurt into lined sieve, cover with plastic wrap and refrigerate overnight (8 hours minimum). You may need to drain water from the bowl occasionally. Refrigerate thickened yogurt in an airtight container for up to one week.

Nutritional information per tablespoon:
Calories 9 (3% from fat) • carb. 1g • pro.1g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 60mg • fiber 0g



French Cut Green Beans with Shallots

The time-consuming “French cut” takes just seconds with a Cuisinart® food processor.

Makes 6 servings

Preparation: 15–20 minutes

- | | | | |
|----|--|----|------------------------------|
| 1½ | pounds fresh green beans, trimmed, cut to fit feed tube horizontally | 2¼ | teaspoons balsamic vinegar* |
| 3 | large shallots, cut into 1-inch pieces | ¼ | teaspoon ground white pepper |
| 1½ | tablespoons olive oil | ¼ | teaspoon kosher salt |
| 6 | tablespoons water | | |

Insert the slicing disc. Place beans horizontally in large feed tube and process, using light pressure. Remove and reserve.

Insert metal blade. Process shallots until finely chopped, about 5 seconds.

Warm oil in a 3½-quart sauté pan over medium heat. Add chopped shallots and sauté until soft, but not browned, about 2 minutes. Add green beans and sauté for 3 to 4 minutes. Add water and reduce heat to low. Cover pan and cook until crisp tender, about 8 to 10 minutes. Remove from heat and add vinegar. Season with pepper and salt. Serve warm.

* Substitute a fruit-flavored vinegar for a change of flavor.

Nutritional information per serving:

Calories 80 (45% from fat) • carb. 9g • pro. 2g • fat 4g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 81 mg • fiber 0g

Asian Slaw with Peanut Dressing

Add cooked pasta and turn this salad into a meal.

Makes 1 cup dressing

Makes eight 1-cup servings

Preparation: 10 minutes, plus 30 minutes resting time for the dressing;
10–15 minutes for the vegetables

½	cup toasted unsalted peanuts	1	broccoli stalk, florets trimmed and reserved, stem peeled
2	garlic cloves		
6	slices fresh ginger, peeled, each about the size of a quarter	3	scallions, trimmed, cut to 4-inch lengths, including green tops
4	tablespoons natural-style peanut butter	1	red bell pepper, cored, and cut into 1½ x 3-inch pieces
⅓	cup + 1 tablespoon rice vinegar	1	yellow bell pepper, cored, and cut into 1½ x 3-inch pieces
3	teaspoons granulated sugar	8	ounces Napa cabbage, cut into 3-inch lengths to fit feed tube
2	tablespoons + 1 teaspoon hoisin sauce	6	ounces bok choy, cut to fit feed tube
2	teaspoons sesame oil	4	ounces snow peas, trimmed
2	teaspoons tamari or soy sauce, low sodium		
2½	tablespoons vegetable oil		
2	large carrots, trimmed to fit the feed tube horizontally		
2	small red radishes, ends cut flat		

Insert the metal blade. Pulse to chop the peanuts, about 10 times. Remove and reserve. With the machine running, drop the garlic and ginger down the small feed tube to chop, about 5 seconds. Scrape the work bowl; process 5 seconds longer. Add the peanut butter, rice vinegar, sugar, hoisin sauce, sesame oil, and tamari. Process until smooth, about 10 seconds. Scrape the work bowl. With the machine running, add the vegetable oil in a steady stream through the small feed tube. Process until emulsified, about 10 to 15 seconds. Remove and reserve. The dressing may be made up to several days ahead. Cover well and refrigerate. Allow to sit for 30 minutes at room temperature before using.

Clean the work bowl. Insert the shredding disc. Arrange the radishes in the large feed tube, cut side down, and shred. Arrange the carrots horizontally in the large feed tube and shred. Insert the trimmed and peeled broccoli stem in the small feed tube and shred. Transfer the shredded vegetables to a large bowl.

Insert the slicing disc. Arrange the scallions in the small feed tube and slice. Arrange the peppers in the large feed tube, cut side down, and slice. Arrange the Napa cabbage in the feed tube, cut side down, and slice. Arrange the bok choy in the feed tube and slice. Transfer the sliced vegetables to the bowl with the other vegetables. Add the broccoli florets and snow peas; toss the vegetables to combine. Pour the dressing over the vegetables and toss to coat well. Transfer to a serving bowl and garnish with the reserved chopped peanuts.

Note: You may turn this into an Asian pasta salad by doubling the dressing ingredients and adding cooked pasta (8 ounces dry, cooked according to package directions).

Nutritional information per serving:

Calories 212 (60% from fat) • carb. 15g • pro. 7g • fat 15g
• sat. fat 2g • chol. 1mg • sod. 171g • fiber 4g

Roasted Garlic and Parmesan Twice Baked Potatoes

Do these potatoes ahead to serve with grilled fillets or London broil.

Makes 6 servings

Preparation: 15–20 minutes, plus 1 hour to prebake the potatoes,
and 25 minutes to twice bake

8	garlic cloves	3	scallions, trimmed, cut into 1-inch pieces
	olive oil		
6	large baking potatoes (about 8 ounces each), pricked with the tines of a fork	$\frac{3}{4}$	cup evaporated skim milk
		3	tablespoons unsalted butter, cut into 1-inch pieces
3	ounces Parmesan, cut into $\frac{1}{2}$ -inch pieces	$\frac{1}{4}$	teaspoon ground white pepper
		$\frac{1}{4}$	teaspoon kosher salt

Preheat oven to 400°F. Place garlic cloves in a small ovenproof ramekin and drizzle with olive oil. Cover with aluminum foil. Lightly brush potatoes with olive oil. Place garlic and potatoes in preheated oven; roast garlic for 30 to 40 minutes and bake potatoes until fork tender, about 1 hour. When potatoes are cool enough to handle, cut off part of top and scoop out flesh, leaving a $\frac{1}{4}$ -inch thick shell. Reserve flesh and skins.

Insert metal blade. With machine running, drop cheese through small feed tube and process until finely grated, about 30 seconds; remove and reserve. Put scallions in work bowl and process until finely chopped, about 5 to 10 seconds. Scrape work bowl. Add milk, butter, reserved cheese, reserved garlic, pepper and salt. Process until combined, about 12 seconds. Add potato flesh; pulse in very short quick pulses until just combined, about 10 to 12 times. Scrape bowl and pulse a few more times if needed. Do not overprocess or the potatoes will be gluey. Generously fill skins with potato-garlic mixture. Potatoes may be made ahead to this point and refrigerated until ready to bake.

Preheat oven to 350°F. Put potatoes in a 10-inch round baking pan and bake, uncovered, until tops are golden brown and potatoes are hot, about 20 to 25 minutes.

Nutritional information per serving:

Calories 322 (28% from fat) • carb. 46g • pro. 12g • fat 10g
• sat. fat 6g • chol. 23mg • sod. 425mg • fiber 4g

Savory Sweet Potatoes with Onions & Currants

A lowfat alternative to traditional, rich sweet potato casseroles.

Makes 8 servings

Preparation: 15–20 minutes, plus 85 minutes baking and resting

	nonstick cooking spray	1/3	cup fresh orange juice
2	ounces fresh white or wheat bread	1/3	cup pure maple syrup
1	tablespoon unsalted butter, at room temperature	1 1/2	teaspoons Herbes de Provence
6	medium sweet potatoes (about 3 pounds), peeled, ends cut flat	1/2	teaspoon kosher salt
3	medium yellow onions (about 1 pound), peeled and halved lengthwise	1/2	teaspoon freshly ground black pepper
	zest of 1/2 orange, removed with a vegetable peeler, bitter white pith removed	2 1/2	tablespoons unsalted butter, at room temperature
		1/2	cup dried currants

Preheat the oven to 350°F. Spray a 3-quart baking dish with cooking spray. Set aside.

Insert the metal blade. Process the bread until it becomes coarse crumbs, 15 to 20 seconds. With the machine running, drop the butter down the small feed tube and process 10 seconds to blend with the crumbs. Remove and reserve.

Insert the slicing disc. Arrange the sweet potatoes in the feed tube cut side down and slice. Remove and reserve. Slice onions; remove and reserve. Wipe the work bowl dry with a paper towel. Insert the metal blade. Use the pulse to chop the orange zest, about 15 to 20 times. Scrape the work bowl. Add the orange juice, maple syrup, Herbes de Provence, salt, pepper, and unsalted butter. Process to combine, 5 seconds.

Arrange one-third of the sliced sweet potatoes in a layer in the prepared pan. Top with half the onions and half the currants. Make another layer of the sweet potatoes, then top with onions and currants, and end with a layer of the remaining sweet potatoes. Drizzle the orange juice mixture evenly over the entire casserole. Cover loosely with a sheet of foil that has been sprayed with vegetable oil cooking spray. Bake in the preheated oven for 65 to 75 minutes, until the potatoes are tender. Remove the foil, top with the reserved breadcrumb mixture and bake 10 minutes longer. Let rest 10 minutes before serving.

Nutritional information per serving:

Calories 356 (15% from fat) • carb. 74g • pro. 4g • fat 6g
• sat. fat 1g • chol. 13mg • sod. 170mg • fiber 10g



Desserts

Hazelnut Butter Cookies

Melt-in-your-mouth delicious – keep this cookie dough on hand in the freezer to bake when unexpected guests drop in.

Makes about 80 cookies

Preparation: 15–20 minutes, plus 40 minutes chilling time and 25 minutes baking and cooling time

1¾	cups + 2 tablespoons unbleached, all-purpose flour	3	sticks (¾ pound) unsalted butter, room temperature
1¼	cups lightly toasted hazelnuts	1	cup + 2 tablespoons confectioners' sugar
¾	teaspoon kosher salt	1½	tablespoons pure vanilla extract

Insert the metal blade. Pulse to combine the flour, hazelnuts, and salt, about 20 pulses. Remove and reserve.

Process the butter, powdered sugar and vanilla until smooth and creamy. Add the reserved flour mixture and process until the dry ingredients are just incorporated. Turn out onto a lightly floured surface and shape into 2 equal balls. Refrigerate for about 30 minutes, until stiff enough to shape into logs. Shape into logs 10 inches long and 1¼ inches in diameter. Wrap well in plastic wrap, and refrigerate until firm, or double wrap and freeze.

When ready to bake, preheat the oven to 350°F. Slice ¼-inch thick and place 2 inches apart on ungreased baking sheets. (For ease in slicing, let frozen logs sit at room temperature for 10 minutes.) Bake in the preheated oven for 8 to 12 minutes, until the edges just begin to turn brown. Let cool on the baking sheets for 1 minute, then transfer to a rack to cool completely.

Nutritional information per cookie:

Calories 33 (44% from fat) • carb. 4g • pro.1g
• fat 2g • sat. fat 1g • chol. 1g • sod. 4mg • fiber 1g

Double Chocolate Chunk Cookies

Chocolate heaven!

Makes 36 cookies

Preparation: 15–20 minutes, plus 20–25 minutes baking and cooling

5	ounces milk chocolate, chilled, broken into 1-inch pieces	¼	teaspoon kosher salt
		1	large egg
5	ounces white chocolate, chilled, broken into 1-inch pieces	½	cup packed light brown sugar
		½	cup granulated sugar
1⅓	cups less 1 tablespoon, unbleached, all-purpose flour	2	tablespoons reduced-fat milk
½	cup pecan halves	6	tablespoons unsalted butter, softened
½	teaspoon baking soda	1	teaspoon pure vanilla extract

Preheat oven to 375°F.

Insert metal blade and add chocolates. Use quick pulses to coarsely chop, about 10 to 12 times. Remove and reserve. Add flour, pecans, baking soda and salt; process to combine, about 5 seconds. Remove and reserve.

Process egg, sugars and milk for 1 minute. Scrape work bowl. Add butter and vanilla; process for 1 minute. Scrape work bowl. Add reserved chocolate and dry ingredients. Pulse until combined, about 5 times.

Drop by rounded tablespoons, about 1 inch apart, onto ungreased baking sheets. Bake until golden brown, about 10 to 12 minutes. Allow to cool on baking sheet for 10 minutes, then transfer to a wire rack to finish cooling.

Nutritional information per cookie:

Calories 101 (53% from fat) • carb. 10g • pro. 1g • fat 6g
• sat. fat 1g • chol. 12mg • sod. 38mg • fiber 0g

Lemon Ginger Biscotti

Delicious with coffee or tea.

Makes about 60 biscotti

Preparation: 15–20 minutes, plus 40 minutes chilling time and
25 minutes baking and cooling time

3	ounces white chocolate, chilled, broken into 1-inch pieces	$\frac{3}{4}$	cup granulated sugar, divided
2	ounces crystallized ginger	1	stick (8 tablespoons) unsalted butter, room temperature
$2\frac{1}{2}$	cups unbleached, all-purpose flour	2	large eggs, room temperature
2	teaspoons baking powder	1	tablespoon brandy
$\frac{1}{4}$	teaspoon kosher salt	1	tablespoon pure vanilla extract
	zest of 3 lemons, bitter white pith removed		

Preheat the oven to 325°F. Insert the metal blade. Pulse to chop the white chocolate, about 5 to 10 times. There should be no piece larger than $\frac{1}{2}$ inch. Remove and reserve. Pulse to chop the crystallized ginger, 10 to 15 times. There should be no piece larger than $\frac{1}{2}$ inch. Remove and reserve.

Pulse the flour, baking powder and salt to quick sift, 5 short pulses. Remove and reserve. Process the zest with $\frac{1}{4}$ cup of the sugar until finely chopped, about 20 to 30 seconds. Add the remaining sugar and the butter; process until smooth. The mixture may look curdled; do not worry. With the machine running, add the eggs one at a time. Add the brandy and vanilla. Scrape the work bowl. Add the flour mixture, chopped white chocolate and chopped ginger. Process to incorporate, about 10 seconds. Turn out onto a lightly floured surface and gather into a ball. Divide into 3 equal portions. Shape into flat logs, about 12 inches long and $1\frac{1}{2}$ inches wide. Arrange on ungreased baking sheets and bake in a preheated 325°F oven for about 22 minutes.

Remove from the oven and let cool on the baking sheets for 10 minutes. Using a serrated knife, slice the logs at $\frac{1}{2}$ -inch intervals. Arrange slices on the baking sheet, so that the cut sides are exposed. Return to the oven and bake for another 20 to 25 minutes, until the biscotti are just beginning to turn golden and crispy. Allow to cool completely to finish the drying process. Store in an airtight container. If desired, baked and cooled Lemon Ginger Biscotti may be drizzled with melted white or bittersweet chocolate.

Nutritional information per biscotto:

Calories 48 (46% from fat) • carb. 6g • pro.1g • fat 2g
• sat. fat 1g • chol. 11mg • sod. 21g • fiber 1g

Basic Cheesecake

Creamy, smooth and simple to prepare.

“Chocoholics” will love the Double Chocolate variation.

Makes 12 servings

Preparation: 10–15 minutes, plus 1½ hours baking and cooling time

4	lowfat honey graham cracker sheets, broken into 1-inch pieces	4	standard packages (8 ounces each) lowfat cream cheese, room temperature
1½	tablespoons granulated sugar	1	cup granulated sugar
1½	tablespoons unsalted butter, room temperature	1½	tablespoons pure vanilla extract
		4	large eggs, room temperature

Preheat the oven to 325°F.

Wrap the bottom and sides of an 8 x 3-inch springform or cheesecake pan in a sheet of oversized heavy-duty aluminum foil. There should be no seams in the foil, and it should come up to the top of the pan. Cut off any excess. Insert the metal blade. Process the graham crackers until they are fine crumbs; add the sugar and the butter through the small feed tube and process until the butter can no longer be seen. Press into the bottom of the prepared pan. Put in the freezer until ready to fill.

Wipe out the work bowl with a paper towel. Insert the metal blade. Process the cream cheese until smooth on dough speed, about 45 seconds. Scrape the work bowl. Add the sugar and vanilla; process until smooth, about 30 seconds. Scrape the work bowl. With the machine running, add the eggs, one at a time, processing for 10 seconds after each addition. Scrape the bottom and sides of the work bowl after adding the second egg, and then after adding the last egg. Do not overprocess.

Carefully pour the cream cheese mixture into the prepared pan. Place in a roasting pan, and set on the rack of the oven. Carefully add hot water to the roasting pan until it reaches halfway up the sides of the springform pan. This is called a bain marie or water bath. Bake the cheesecake in the preheated oven for 70 minutes. The cheesecake will still be jiggy in the center. Do not worry.

Remove the cheesecake from the bain marie; remove the foil and place cake on a rack. Cool completely on rack, then cover and refrigerate for at least 8 hours.

The cheesecake is best made a day ahead. If desired, garnish with fresh fruit.

Double Chocolate Variation:

Before making the cheesecake, chop 7 ounces of good quality bittersweet or semisweet chocolate (that has been broken up) and, using the metal blade and the pulse, pulse 20 to 30 times until roughly chopped and the chunks are not bigger than ½ inch. Melt 4 ounces of the chopped chocolate in a double boiler set over barely simmering water; reserve the rest. Prepare the cheesecake batter, and pour 2½ cups into a bowl. Cover and refrigerate. Add the melted chocolate to the batter in the work bowl and process just to incorporate. Pour into the prepared pan and freeze until just firm, 2 to 3 hours. Stir the remaining chocolate chunks into the reserved batter. Pour over the frozen chocolate layer. Bake as instructed, but increase the baking time to 85 minutes.

Nutritional information per serving:

Basic:

Calories 278 (50% from fat) • carb. 36g • pro. 10g • fat 21g
• sat. fat 9g • chol. 66mg • sod. 467 • fiber 1g

Chocolate variation:

Calories 360 (50% from fat) • carb. 36g • pro. 10g • fat 21g
• sat. fat 8g • chol. 66mg • sod. 467 • fiber 1g

Carrot Cake

Wonderful as a 2-layer cake, but try it as a single layer cake, freezing the second layer for another time.

Makes 12 servings

Preparation: 20–25 minutes, plus 2 hours baking and cooling, and 45 to 50 minutes for preparing the frosting and assembling and chilling the cake

	nonstick cooking spray	2½	tablespoons pure vanilla extract
1¼	pounds carrots (about 5 large), peeled	1¼	cups pecans or walnuts, lightly toasted
2½	cups unbleached, all-purpose flour	¾	cup golden raisins
1¼	teaspoons baking powder	1¼	cups well-drained pineapple chunks
¾	teaspoon baking soda	⅓	cup shredded coconut
¼	teaspoon kosher salt	1¼	pounds (2½ standard packages) lowfat cream cheese, room temperature
1¼	teaspoons ground cinnamon	6	ounces white chocolate, broken into 1-inch pieces
1	teaspoon ground ginger	16	toasted pecan or walnut halves, for garnish
½	teaspoon ground nutmeg		
1¼	cups packed light brown sugar		
⅓	cup vegetable oil		
3	large eggs, room temperature		

Preheat the oven to 350°F. Spray two 9 x 2-inch round cake pans (8 cups each) with vegetable oil cooking spray; line the bottoms with rounds of waxed paper or parchment paper and spray again. Set aside.

Insert the slicing disc; slice half the carrots. Steam until tender, about 6 to 8 minutes. Set aside to cool. Insert the shredding disc. Shred the remaining carrots; remove and reserve.

Insert the metal blade. Pulse the flour, baking powder, baking soda, salt, cinnamon, ginger and nutmeg to quick sift. Remove and reserve. Process the steamed carrots until puréed, 10 to 15 seconds. Add the brown sugar and oil; process until smooth, 10 seconds. Add the eggs one at a time, processing 10 seconds after each addition. Add the vanilla. Add the flour mixture; pulse to incorporate, about 10 times. Add the pecans; pulse to incorporate, 5 times. Add the raisins, pineapple, and coconut; pulse to incorporate, 10 times.

Divide the batter evenly between the two prepared pans. Bake in the preheated oven for 55 to 60 minutes, until a cake tester comes out clean when inserted in the center. Cool in the pans for 10 minutes, then invert onto a wire cooling rack and remove the waxed or parchment paper. Cool completely before frosting. This cake is actually better when made a day ahead. The layers may also be well wrapped and frozen. Frost with the White Chocolate Cream Cheese Frosting and garnish with toasted nuts.

White Chocolate Cream Cheese Frosting:

Insert the metal blade. Process the cream cheese until smooth. In a double boiler over hot water, carefully melt the white chocolate – do not stir, or the chocolate will seize. With the machine running, pour the melted chocolate down the feed tube and process until smooth. This will make enough frosting to frost the layers and sides of the carrot cake. For ease, use an offset spatula to frost the cake. Refrigerate before serving.

Nutritional information per serving:

Calories 610 (48% from fat) • carb. 71g • pro. 12g • fat 34g
sat. fat 7g • chol. 70mg • sod. 448mg • fiber 3g

Basic Flaky Pastry Dough

Leftover pastry may be rolled out and cut into shapes to garnish the pie, or brushed with milk, sprinkled with sugar or cinnamon and sugar, and baked until lightly browned.

Makes ample crust for a 9- to 11-inch regular or deep-dish pie or tart

Preparation: 10 minutes, plus 30 minutes resting time

For a one-crust pie:

1½ cups unbleached, all-purpose flour
¼ teaspoon kosher salt
⅛ teaspoon baking powder
8 tablespoons unsalted butter, cut into ½-inch pieces, well chilled
2 tablespoons shortening, cut into ½-inch pieces, well chilled
2 to 4 tablespoons ice water

For a two-crust pie:

3 cups unbleached all-purpose flour
½ teaspoon kosher salt
¼ teaspoon baking powder
16 tablespoons unsalted butter, cut into ½-inch pieces, well chilled
4 tablespoons shortening, cut in ½-inch pieces, well chilled
5 to 8 tablespoons ice water

Insert the metal blade. Process the flour, salt and baking powder to sift, 10 seconds. Add the well-chilled butter and shortening. Use short, rapid pulses until the mixture resembles coarse cornmeal and no pieces of butter larger than a “pea” remain visible, 15 to 20 pulses. Sprinkle half the maximum ice water on the flour and butter mixture, then pulse 5 or 6 times. The dough will be crumbly, but should begin to hold together when a small amount is picked up and pressed together. Sprinkle on more water, a teaspoon (two for the two-crust recipe) at a time, with 2 to 3 quick pulses after each addition, adding just enough water for the dough to hold together easily when pressed into a ball. (Do not allow the dough to form a ball in the processor!) Add the liquid sparingly so that the dough is not sticky. Do not overprocess or the pastry will be tough, not tender and flaky.

Turn the dough out onto a lightly floured surface. Press together into a ball, then flatten into a disc about 6 inches in diameter (two discs for the two-crust recipe). Wrap in plastic wrap and refrigerate for 1 hour before continuing to allow the glutens in the flour to rest.

The dough will keep refrigerated for up to 3 days, or may be frozen (double wrapped) for up to a month. Thaw at room temperature for an hour before using.

To prebake the pastry (bake blind) for a single-crust filled pie or tart, roll out pastry ⅛-inch thick to fit pan; crimp and seal edges. Prick bottom all over with a fork. Chill for 30 minutes. Preheat the oven to 400°F. Line pie pan with a sheet of aluminum foil or parchment paper and fill with pie weights, dry rice or beans. Bake for 15 minutes.

Nutritional information based on 12 servings per 1-crust pie:
Calories 138 (65% from fat) • pro. 1g • carb. 11g • fat 10g
• sat. fat 1g • chol. 20mg • sod. 48mg • fiber 0g

Nutritional information based on 12 servings per 2-crust pie:
Calories 277 (65% from fat) • pro. 3g • carb. 22g • fat 20g
• sat. fat 1g • chol. 40mg • sod. 104mg • fiber 0g

Old World Apple Crumb Pie

A creamy apple pie with crunchy, crumb topping.

Makes one 10-inch pie, 12 servings

Preparation: 15–20 minutes, plus 40 minutes to prepare the pastry and 2 hours baking and cooling

- | | | | |
|---|--|----|--|
| 1 | recipe single-crust Basic Flaky Pastry Dough (page 64) | 3 | large apples, peeled, cored and cut into eighths (1 Granny Smith + 2 Golden Delicious, or 3 Winesaps or Pippins) |
| ½ | cup packed light brown sugar | | |
| ½ | cup walnuts, pecans or almonds | 3 | large eggs |
| ¼ | cup rolled oats (not quick cooking) | ¾ | cup lowfat sour cream |
| ¼ | cup unbleached, all-purpose flour | ½ | cup granulated sugar |
| ¼ | cup (½ stick) unsalted butter, room temperature | ¼ | cup unbleached, all-purpose flour |
| | | 1½ | tablespoons pure vanilla extract |
| | | ¼ | teaspoon kosher salt |

Preheat the oven to 375°F.

On a lightly floured surface, roll out the pastry ⅛-inch thick, about 3 inches larger than the diameter of a 10-inch deep-dish-pie plate. Lift carefully, using a dough scraper to help lift the pastry. Loosely fold in half, then into quarters to form a wedge shape. Position the point of the wedge in the center of the pie plate and carefully unfold the dough into the pan. Make sure there are no air pockets between the dough and the pan. (If any tears in the crust occur, mend them by brushing lightly with water and pinching together, or patching with a scrap of rolled dough.) Trim evenly, leaving a 1-inch overhang. Lightly brush the edge of the pastry with water and fold over. Seal and crimp or flute decoratively. Refrigerate until ready to use. Roll the trimmings into a flat disc, wrap, refrigerate and reserve for another use or discard.

Insert the metal blade. Use the pulse to combine the brown sugar, nuts, oats, flour and butter. Pulse until the nuts are roughly chopped. Transfer to a bowl; knead with your fingers until the mixture resembles coarse crumbs. Refrigerate while continuing.

Insert the slicing disc. Arrange the apples in the large feed tube and slice. Transfer the apples to the piecrust; spread evenly in the crust. Insert the metal blade. Process the eggs, sour cream, sugar, flour, vanilla, and salt until smooth, about 10 seconds. Scrape the work bowl and process 5 seconds longer. Pour this mixture over the apples. Top with the reserved crumb mixture and bake in the bottom third of the preheated oven for 50 to 60 minutes, until golden, a little bubbly and slightly puffed. Check the pie after 30 minutes – if the crust begins to brown too much, cover with foil strips or commercially available piecrust shield strips for the duration of the baking time. Cool on a rack at least 1 hour before serving.

Nutritional information per serving:

Calories 356 (48% from fat) • pro. 6g • carb. 41g • fat 19g
• sat. fat 2g • chol. 86mg • sod. 150mg • fiber 1g

Deep-Dish Pear & Apple Pie

Pears and apples combine to make a delightful taste combination.
If you want, you may use all pears or all apples.

Makes a 10-inch deep-dish pie – 12 servings

Preparation: 15–20 minutes, plus 40 minutes for preparing the pastry
and 2¼ hours baking and cooling

	Basic Flaky Pastry Dough for a 2-crust pie (page 64)	¼	cup pure maple syrup
		1½	teaspoons pure vanilla extract
3	ripe, but firm pears, about 8 ounces, peeled, cored and quartered	4	tablespoons unbleached, all-purpose flour
3	Granny Smith apples, peeled, cored and quartered	¾	cup dried cranberries
	juice of 1 lemon, divided	1	tablespoon fresh lemon juice

Preheat the oven to 400°F.

On a lightly floured surface, roll out half the pastry to fit a 10-inch deep-dish pie plate, leaving a ½-inch overhang. Lift carefully, using a dough scraper to help lift the pastry. Loosely fold the dough in half, then into quarters to form a wedge shape. Position the point of the wedge in the center of the pie plate and carefully unfold the dough into the pan. Make sure there are no air pockets between the dough and the pan. (If any tears in the crust occur, mend them by brushing lightly with water and pinching together, or patching with a scrap of rolled dough.) Trim evenly, leaving a ½-inch overhang. Refrigerate until ready to use.

Insert the slicing disc. Arrange the pear quarters in the large feed tube and slice. Repeat until all the pears are sliced. Transfer to a bowl and toss gently with the juice of ½ lemon. Reserve. Arrange the apple quarters in the feed tube. Use medium pressure to slice. Transfer to a bowl and toss with the juice of ½ lemon. Insert the metal blade. Process the remaining lemon juice, maple syrup and vanilla to combine.

Layer half of the apples in the prepared piecrust. Sprinkle with 1 tablespoon of the flour and 3 tablespoons of the dried cranberries. Top this with a layer of the pears sprinkled with 1 tablespoon of the flour and 3 tablespoons of the dried cranberries. Repeat both layers. Drizzle the maple syrup mixture evenly over the top of the fruit.

Roll out the remaining dough about ⅛-inch thick and about 2 inches larger than the diameter of the top of the pie plate. Brush the edges of the bottom crust with a little water. Carefully lay the top crust on the pie. Press gently to seal. Trim to the edge of the pie plate; crimp or flute decoratively. Make about 10 to 12 slits in the top crust decoratively with the tip of a very sharp knife. If desired, roll out some of the leftover crust and cut with small decorative cookie cutters. For this pie, you could make pears, apples and leaves. Brush the bottoms of the shapes with a little water and arrange decoratively on the top crust.

Bake the pie in the bottom third of the preheated oven for 60 to 70 minutes, covering the edges with foil if they begin to get too browned after about 35 to 40 minutes. Let the pie rest on a cooling rack for at least an hour before serving.

Nutritional information per serving:

Calories 399 (45% from fat) • pro. 4g • carb. 53g • fat 21g
• sat. fat 1g • chol. 40mg • sod. 106mg • fiber 3g

NOTES

This image shows a full page of blank white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a template for writing or drawing. There are no margins, text, or other markings on the page.

©2015 Cuisinart
150 Milford Road, East Windsor, NJ 08520
Printed in China
15CE015935

Trademarks or service marks of third parties used herein are
the trademarks or service marks of their respective owners.

G IB-5054-ESP

Pan blanco clásico

Consienta a su familia con pan fresco hecho en casa.

Rinde 18 porciones (2 barras de 1 ¼ libra/570 g)

Preparación: 10–15 minutos + 2 ½ horas para leudar + 35 minutos para cocer +

1 hora para enfriar

1	paquete de levadura seca activa (2 ½ cucharaditas)	2	cucharaditas de sal kosher
1	cucharada de azúcar granulada	1 ½	tazas (315 ml) de agua fría
1/3	taza (80 ml) de agua tibia		Spray vegetal
5	tazas (250 g) de harina común		
4	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos		

Disolver la levadura y el azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la mantequilla y la sal en el bol y procesar, usando la función DOUGH, durante 10–15 segundos. Revolver la mezcla de levadura con el agua fría. Encender la máquina, usando la función DOUGH, y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Después de que la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1 ½ hora, en un lugar templado. Engrasar un molde de barra de 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm) con spray vegetal. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Dividir la masa en dos porciones y extender cada porción hasta formar un rectángulo de 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm). Enrollar la masa en lo ancho. Estrujar la masa todo alrededor para sellar. Poner la masa en el molde y cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal. Dejar leudar durante 45–60 minutos adicionales. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 400 °F (190 °C). Hornear durante 30–35 minutos, hasta dorarse. Retirar del molde y dejar enfriar sobre una rejilla. **Variación:** para preparar pan de trigo clásico, sustituya 2 ½ tazas (310 g) de la harina integral por harina común.

Información nutricional por porción:
Calorías 151 (18 % de grasa) • Carbohidratos 27 g • Proteínas 4 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 7 mg • Sodio 260 mg • Fibra 3 g

Masa de pizza

Nunca más comprará pizza después de ver lo fácil que es hacerla en casa.

Rinde 1 3/4 libra (795 g) de masa (6 fondos medianos o 3 fondos grandes)/6 porciones
Preparación: 5–10 minutos para leudar, 5 minutos para armar y 10 minutos para hornear

2	cucharaditas de levadura seca activa	1 1/2	cucharadita de sal kosher
1	cucharadita de azúcar granulada	3	cucharaditas de aceite de oliva virgen extra
1 1/4	taza (295 ml) de agua tibia		
3 1/3	tazas (415 g) de harina común		

Disolver la levadura y el azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante 3–5 minutos. Poner la harina, la sal y 2 cucharaditas del aceite de oliva en el bol.
Encender la máquina, usando la función DOUGH, y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado a formar una bola, procesar durante 30 segundos adicionales. Puede que la masa esté ligeramente pegajosa. Cepillar la masa con 1 cucharadita del aceite de oliva y ponerla en una bolsa de plástico hermética; cerrar la bolsa. Dejar leudar durante 45 minutos, en un lugar templado. Preparar la cobertura. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Estirar la masa hasta el tamaño deseado. Preparar la pizza según la receta.

Información nutricional por porción:
Calorías 259 (10 % de grasa) • Carbohidratos 49 g • Proteínas 8 g • Grasa 3 g
• Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 337 mg • Fibra 2 g

Panes artesanales



Pan artesanal básico ("boules")

Receta adaptada de: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Rinde 2 bolas de 10 pulgadas (25 cm)

Preparación: 30 minutos + 2½–3 horas para leudar + 40 minutos para cocer + 1 hora o más para enfriar

1	libra (455 g) de harina para hacer pan
2	cucharaditas de sal kosher
1	cucharadita de levadura seca activa
1¼	taza (295 ml) de agua
	harina de maíz para espolvorear

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, la sal y la pimienta en el bol. Probar la temperatura de la masa con un termómetro de cocina. Ajustar la temperatura del agua para que las temperaturas sumadas alcancen 145 °F (63 °C). Esta es la temperatura de base. Encender la máquina, usando la función DOUGH, y echar el agua lentamente en la boca de llenado pequeña; procesar durante 45 segundos. Reservar, en un recipiente grande no engrasado. Cubrir con una película de plástico y

dejar leudar durante 1½–2 horas.

Colocar la rejilla del horno en la posición más alta y colocar una piedra de hornear sobre la rejilla. Colocar un sartén de hierro fundido sobre la rejilla inferior del horno. Precalentar el horno a 475 °F (245 °C). Después de que haya leudado, colocar la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Dividir la masa en dos porciones iguales y formar una bola con cada porción. Cubrir y dejar reposar durante 15–20 minutos. Formar dos bolas de 9 pulgadas (22 cm) de diámetro. Colocar los panes sobre una placa para horno ligeramente enharinada con harina de maíz. Cubrir con plástico y dejar leudar durante 30–45 minutos, hasta que su volumen incrementen en un 50%. La masa estará suave y flexible y recuperará su forma después de presionarla con el dedo.

Colocar los panes sobre una pala de pizza o una placa para horno ligeramente enharinada con harina de maíz, teniendo cuidado de no desfilzar la masa. Espaciar un poco de harina encima de la masa. Hacer 4 cortes cruzados en la parte superior de cada bola con la punta de un cuchillo.

Deslizar cuidadosamente las bolas sobre la piedra de hornear y echar cuidadosamente 1 taza (235 ml) de agua tibia en el sartén de hierro fundido. Ajustar la temperatura a 450°F (230 °C). Hornear durante 30–40 minutos, hasta que la corteza esté oscura y que la bola suene hueca al golpear la parte inferior. La temperatura interna del pan debería alcanzar 205–210 °F (96–99 °C). Retirar del horno y colocar sobre una rejilla. Dejar enfriar completamente antes de cortar o guardar.

Información nutricional por porción de 2 onzas (55 g):

Calorías 139 (3 % de grasa) • Proteínas 5 g • Carbohidratos 29 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 377 mg • Fibra 0 g

Pan artesanal básico ("baguettes")

Rinde 3 "baguettes" de 14 pulgadas (35 cm)

Siga las instrucciones en los 2 primeros parágrafos de la receta anterior. Después de que haya leudado, colocar la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Dividir la masa en tres porciones iguales y formar tres bolas. Cubrir y dejar reposar durante 15–20 minutos. Enharinar levemente un paño de lona o de lino.

Formar un rectángulo de aproximadamente 4 x 5 pulgadas (10 cm x 12 cm). Doblar a lo largo un poco más del $\frac{2}{3}$ de la masa; presione la junta con la palma de su mano para sellar. Vótear la masa 180°; doblar el otro lado el $\frac{2}{3}$ a lo largo, y sellar la junta con la palma de su mano. Doblar a la mitad a lo largo, usando sus pulgares para crear tensión a la superficie de la barra. Sellar la junta con los dedos para formar un cilindro apretado. Colocar ambas manos en el centro de la barra, abrir los dedos y hacer rodar la barra hacia adelante y atrás, usando presión leve y uniforme, para crear una "serpiente" de 14 pulgadas (35 cm). Colocar las "baguettes" sobre la tela enharinada, el sello apuntando hacia arriba.

Doblar la tela para formar "canales" en los cuales cada barra leudará. Cubrir con plástico y dejar leudar durante 30–45 minutos, hasta que su volumen incremente en un 50 %.

Colocar los panes sobre una pala de pizza o una placa para horno ligeramente enharinada con harina de maíz, el sello hacia abajo. Espolvorear con harina. Hacer varios cortes diagonales en la parte superior de cada pan con la punta, usando un cuchillo afilado. Meter al horno por 20–25 minutos, hasta que la corteza esté oscura y que el pan suene hueco al golpear la parte inferior. La temperatura interna del pan debería alcanzar 205–210 °F (96–99 °C). Retirar del horno y colocar sobre una rejilla. Dejar enfriar completamente antes de cortar o guardar.

Información nutricional por porción de 2 onzas (55 g):
Calorías 139 (3 % de grasa) • Proteínas 5 g • Carbohidratos 29 g • Grasa 0 g
• Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 377 mg • Fibra 0 g

Pan rústico de aceitunas y romero

Receta adaptada de: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Si usa aceitunas saladas, como aceitunas Kalamata, enjuáguelas antes de usarlas. Las aceitunas en aceite producirán un sabor más dulce. Los amantes de las aceitunas pueden usar ¼ taza (60 g) más de aceitunas. Rinde una barra

Preparación: 30 minutos + 3–3½ horas para leudar + 30 minutos para cocer + 1 hora o más para enfriar

10	onzas (285 g) de harina para hacer pan	1	cucharada de romero fresco picado
5	onzas (140 g) de harina de trigo integral		Ramitas de romero fresco para decorar, en pedazos
1	onza (30 g) de harina de centeno		
2	cucharadita de sal kosher		Harina de maíz para espolvorear
1	cucharadita de levadura seca activa		Harina para espolvorear
1	cucharadita de aceite de oliva virgen extra		
1¼	taza (295 ml) de agua		
½	taza (60 g) de aceitunas importadas deshuesadas, picadas grueso		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, la sal, la levadura y el aceite de oliva en el bol. Probar la temperatura de la masa con un termómetro de cocina. Ajustar la temperatura del agua para que la temperatura combinada alcance 145 °F (63 °C). Esta es la temperatura de base. Encender la máquina, usando la función DOUGH, y echar el agua lentamente en la boca de llenado pequeña; procesar durante 45 segundos. Reservar, en un recipiente grande no engrasado. Cubrir con una película de plástico y dejar leudar durante 1½–2 horas.

Colocar la rejilla del horno en la posición más alta y colocar una piedra de hornear sobre la rejilla. Colocar un sartén de hierro fundido sobre la rejilla inferior del horno. Precalentar el horno a 475 °F (245 °C). Colocar la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Formar un cuadro de 12 x 12 pulgadas (30 cm x 30 cm), aplastando la masa con sus manos. Esparcir las aceitunas picadas y el romero encima. Doblar la masa sobre sí misma y amasar a mano durante 3–4 minutos para incorporar las aceitunas y el romero. Si la masa es difícil de amasar, cubrir con una toalla y dejar reposar durante 10 minutos antes de amasar.

Formar una bola de masa. Enharinar levemente una canasta redonda forrada con tela. Colocar la masa en la canasta, la juntura hacia arriba. Espolvorear con harina y cubrir con plástico. Dejar leudar durante 1 hora o más, a temperatura ambiente. Leudará visiblemente y recuperará su forma después de presionar la masa con el dedo.

Justo antes de meter al horno, voltear el pan y colocarlo sobre una pala de pizza o una placa para horno ligeramente enharinada con harina de maíz. Esparcir un poco de harina encima de la masa. Usando un cuchillo afilado, hacer un corte en la masa en forma de estrella, empezando en el centro. Girar el pan y seguir haciendo cortes hasta formar una estrella arriba del mismo. Introducir unas ramitas de romero en la superficie del pan.

Deslizar el pan sobre la piedra de hornear y echar cuidadosamente 1 taza (235 ml) de agua tibia en el sartén de hierro fundido. Ajustar la temperatura a 450°F (230 °C). Hornear durante 30 minutos, y luego ajustar la temperatura a 425°F (220 °C) y hornear durante 15 minutos adicionales. La corteza estará oscura y que el pan sonará hueco al golpear la parte inferior. La temperatura interna del pan debería alcanzar 205–210 °F (96–99 °C). Retirar del horno y colocar sobre una rejilla. Dejar enfriar completamente antes de cortar o guardar.

Información nutricional por porción de 3 onzas (55 g):
Calorías 249 (20 % de grasas) • Proteínas 7 g • Carbohidratos 42 g • Grasa 5 g
• Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 724 mg • Fibra 4 g

Fermmento de trigo simple

Receta adaptada de: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Rinde aproximadamente 5 tazas (1.2 L)

Preparación: 20 minutos + 3-4 días de fermentación

Un fermento es un tipo de levadura natural que da al pan un sabor rico. Para obtener mejores resultados, prepárelo en un recipiente transparente de vidrio o de plástico graduado de 2.5 L. Indique el nivel inicial con un pedazo de cinta protectora y mire las burbujas formarse a medida que la levadura se activa. Una vez fermentada, conserve la mezcla en el refrigerador hasta el momento de usar. Para mantener el fermento vivo, debe "nutrir" el fermento una vez por semana. Siempre "nutra" el fermento 2-4 horas antes de usarlo. Para "nutrir" el fermento, sáquelo del refrigerador y agregue 1 taza (125 g) de harina y ½ taza (120 ml) de agua. El fermento debería tener la consistencia de una mezcla para panqueques ligera. Después de "nutrirlo", dejar el fermento a temperatura ambiente hasta el momento de usar, o refrigerar. Le aconsejamos que use la levadura SAF para esta receta y otras recetas de panes artesanales. El fermento estará listo para el uso en 42-56 horas.

12 onzas (340 g) de harina multiuso	¼	cucharadita de levadura seca activa
2 onzas (55 g) de harina de trigo integral		
2 tazas (475 ml) de agua		

Colocar ½ taza (60 g) de cada harina con 1 taza (235 ml) de agua y la levadura en un tazón pequeño; revolver bien; la mezcla estará pegajosa. Colocar en un recipiente grande y cubrir con plástico. Indicar el nivel con cinta protectora y escribir la hora. Dejar reposar durante 18-24 horas, a temperatura ambiente.

Abbrir; el fermento habrá leudado al doble de su volumen. Agregar ¾ taza (95 g) de harina común y ½ taza (120 ml) de agua. Indicar el nivel y la hora otra vez. Dejar reposar durante 18-24 horas, a temperatura ambiente.

Abbrir; el fermento habrá leudado al doble de su volumen y estará lleno de burbujas. Tirar la mitad o regalarla, con instrucciones. Agregar el resto de la harina y del agua. Revolver bien. La mezcla tendrá la consistencia de una mezcla de panqueque espesa. Si está demasado espesa, agregar mas agua; si está demasado llquida, agregar mas harina. Cbrir con plástico. Indicar el nivel y la hora y dejar reposar durante 6-8 horas, a temperatura ambiente. El fermento está listo.

Información nutricional por ½ taza (120 ml):

- Calorías 165 (3 % de grasa) • Proteínas 5 g • Carbohidratos 34 g • Grasa 0 g
- Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 2 mg • Fibra 1 g

Pan multigrano para sándwiches

Receta adaptada de: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Homemade Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Una barra gigantesca de cereales integrales con sabor a nuez; también puede darle la

forma de una bola.

Finde una barra de 1½ libra (680 g)

Preparación: 30–35 minutos + 2 horas para activar el fermento + 3–3½ horas para leudar + 40 minutos para cocer + 1 hora o más para enfriar

½	taza (120 ml) de fermento de trigo simple (receta anterior), medida después de "nutrir" y dejar reposar el fermento	2	onzas (55 g) de harina de 7 granos	1½	cucharadita de sal kosher	½	cucharadita de levadura seca activa	1	taza (235 ml) de agua	Acetite vegetal, para engrasar el molde	1	onza (30 g) de harina de centeno	1	onza (30 g) de harina integral
---	---	---	------------------------------------	----	---------------------------	---	-------------------------------------	---	-----------------------	---	---	----------------------------------	---	--------------------------------

Dos a cuatro horas antes de preparar esta masa, nutrir el fermento de trigo simple. Dejar reposar el fermento a temperatura ambiente hasta que esté espumoso y visiblemente activo.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, la sal, la levadura y el fermento en el bol. Probar la temperatura de la mezcla con un termómetro de cocina. Ajustar la temperatura del agua para que las temperaturas sumadas alcancen 145 °F (63 °C). Esta es la temperatura de base. Encender la máquina y echar 3 cucharadas del agua lentamente en la boca de llenado pequeña; procesar durante 15 segundos. La masa debería formar una bola. Si la masa parece seca y se desmenuja, agregar el resto del agua. Si la masa pega al bol y al árbol del motor, agregar unas cucharadas de harina para hacer pan. Procesar durante 30 segundos adicionales. La masa estará suave, húmeda y ligeramente pegajosa.

Colocar la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Espolvorear levemente la masa con harina, formar una bola y colocar en un tazón grande no engrasado. Cubrir el tazón con una película de plástico. Dejar leudar a temperatura ambiente durante 2–3 hora, hasta el doble de su volumen. Engrasar un molde de barra de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm) con aceite vegetal. Colocar la masa sobre una superficie generosamente enharinada. Formar un rectángulo de masa de 10 x 2 pulgadas (25 cm x 5 cm), aplastando la masa con los dedos. Hacer rodar la masa para formar un cilindro. Doblar las extremidades hacia abajo y colocar la barra en el molde, la junta hacia abajo. Espolvorear con un poco de harina y cubrir con plástico o un paño de cocina. Dejar leudar durante 1–1½ hora, a temperatura ambiente. Colocar la rejilla del horno en la segunda posición más baja y colocar una piedra de hornear sobre la rejilla. Precalentar el horno a 475 °F (190 °C).

Esperar un poco de harina encima de la masa leudada. Hacer un corte de ¼ pulgada (5 mm) en el centro de la barra, usando un cuchillo afilado. Deslizar el pan sobre la piedra de hornear. Ajustar la temperatura en 425 °F (220 °C). Hornear durante 20 minutos, y luego girar el molde y hornear durante 15–20 minutos adicionales, hasta que la corteza esté muy dorada. Retirar el pan del molde y colocarlo directamente sobre la piedra de hornear; hornear durante 5–10 minutos adicionales. El pan está listo cuando suena hueco al golpear la parte inferior y cuando la temperatura interna alcanza 205–210 °F (96–99 °C). Retirar del horno y colocar sobre una rejilla. Dejar enfriar completamente antes de cortar o guardar. Cubrir con un paño o guardar en una bolsa de papel, a temperatura ambiente. El pan multigrano para sándwiches permanecerá fresco durante tres días.

Información nutricional por porción de 2 onzas (55 g):

Calorías 137 (5 % de grasas) • Proteínas 5 g • Carbohidratos 28 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 302 mg • Fibra 2 g

Pan casero

Receta adaptada de: Charles van Over, *The Best Bread Ever: Great Home Made Bread Using Your Food Processor*, Broadway Books, ©1997

Dejar que el pan leude dos veces (una vez a temperatura ambiente y una vez en el refrigerador) le da un sabor agrio rico y sutil en la tradición de los grandes panes hechos en las cocinas rurales europeas. La preparación de esta masa es muy "indigente". Puede prepararla de mañana y hornearla de noche, o bien prepararla de noche para hornearla de mañana.

Rinde 2 barras largas

Preparación: 3 minutos + 2 horas para activar el fermento + 10-18 horas para leudar + 25 minutos para cocer + 1 hora o más para enfriar

½	taza (120 ml) de fermento de trigo simple	½	cucharadita de levadura seca activa	
	(página 41), medida después de "nutrir" y	1	taza (235 ml) de agua	
12	onzas (340 g) de harina para hacer pan		Harina de maíz para espolvorear la placa	
1	onza (30 g) de harina de trigo integral		Harina para espolvorear	
1 ½	cucharadita de sal kosher			

Dos a cuatro horas antes de preparar esta masa, nutrir el fermento de trigo simple. Dejar reposar el fermento a temperatura ambiente hasta que esté espumoso y visiblemente activo.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, la sal, la levadura y el fermento en el bol. Probar la temperatura de la masa con un termómetro de cocina. Ajustar la temperatura del agua para que las temperaturas sumadas alcancen 145 °F (63 °C). Esta es la temperatura de base. Encender la máquina y echar el agua lentamente en la boca de llenado pequeña; procesar durante 45 segundos. Reservar, en un recipiente grande no engrasado. Cubrir con plástico y dejar leudar durante 3-5 horas. Refrigerar la masa durante 6-12 horas para prolongar el tiempo de fermentación y desarrollar el sabor.

Retirar la masa del refrigerador y colocarla sobre una superficie ligeramente enharinada. Dividir la masa en dos porciones iguales y formar una bola con cada porción. Cubrir y dejar reposar durante aproximadamente una hora para que la masa llegue a temperatura ambiente. Hacer rodar cada porción para formar un cilindro 12 pulgadas (30 cm). Disponer sobre un paño de lona o un paño de cocina enharinado, formando dos canales. Cubrir con plástico y dejar leudar durante 30-45 minutos, hasta que su volumen incremente en un 50 %. La masa estará suave y flexible y recuperará su forma después de presionarla con el dedo.

Colocar la rejilla del horno en la posición más alta y colocar una piedra de hornear sobre la rejilla. Colocar un sartén de hierro fundido sobre la rejilla inferior del horno. Precalentar el horno a 475 °F (190 °C).

Colocar los panes sobre una pala de pizza o una placa para horno ligeramente enharinada con harina de maíz, la junta hacia abajo. Espolvorear con un poco de harina. Usando un cuchillo afilado, hacer 4 cortes largos paralelos de 45° a lo largo del pan. Deslizar el pan sobre la piedra de hornear precalentada. Echar cuidadosamente 1 taza (235 ml) de agua tibia en el sartén de hierro fundido. Ajustar la temperatura a 450°F (230 °C). Hornear durante 20-25 minutos, hasta que la corteza esté oscura y que la bola suene hueca al golpear la parte inferior. Retirar del horno y colocar sobre una rejilla. Dejar enfriar completamente antes de cortar o guardar.

Información nutricional por porción:

Calorías 123 (1 % de grasa) • Proteínas 5 g • Carbohidratos 27 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 323 mg • Fibra 2 g

Pan de queso

Esta pan es excelente para preparar sándwiches o acompañar sopas sustanciosas.
Rinde 15 porciones (una barra de 2 libras/910 g)
Preparación: 10–15 minutos + 2¼ horas para leudar + 40 minutos para hornear + 1 hora para enfriar

1	paquete de levadura seca activa	3	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1	(2¼ cucharaditas)	1½	cucharadita de sal kosher
½	taza (120 ml) de agua tibia	1	taza (235 ml) de leche evaporada
4	onzas (115 g) de queso Cheddar extra fuerte		descremada
4½	tazas (560 g) de harina común		Spray vegetal

Dissolver la levadura y el azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos. Instalar el disco triturador y rallar el queso. Dejarlo en el bol. Retirar el disco triturador e instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Agregar la harina, la mantequilla y la sal y procesar durante 20 segundos. Revolver la leche con la mezcla de levadura. Encender la máquina, usando la función DOUGH, y agregar lentamente la mezcla de leche por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Cuando la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1½ hora, en un lugar templado. Engrasar un molde de barra de 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm) con spray vegetal. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Formar un rectángulo de aproximadamente 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm). Enrollar la masa en lo ancho. Estrujar la masa todo alrededor para sellar. Poner la masa en el molde y cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal. Dejar leudar durante 45 minutos. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 375 ° F (190 ° C). Meter al horno por 35–40 minutos, hasta dorarse. Desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla.

Información nutricional por porción:
Calorías 193 (23 % de grasa) • Carbohidratos 30 g • Proteínas 7 g • Grasa 5 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 14 mg • Sodio 289 mg • Fibra 1 g

Panes/Biscochos con levaduras

Trenza de pan Jalá ("Challah")

Las sobras de pan Jalá ("Challah") son perfectas para preparar tostadas ("French toasts").

Rinde 18 porciones (un pan de 2 libras/910 g)

Preparación: 15–20 minutos + 2½ horas para leudar + 30 minutos para cocer + 1 hora para enfriar

4	cucharadas de azúcar granulada	½	taza (1½ g) de mantequilla sin sal, derretida
1	paquete de levadura seca activa (2¼ cucharaditas)	1	huevo grande
¼	taza (60 ml) de agua tibia	1	cucharada de agua
4½	tazas (540 g) de harina común		Spray vegetal
2	cucharaditas de sal kosher		
¾	taza (160 ml) de agua		

Disolver la levadura y 2 cucharaditas del azúcar en agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, el azúcar restante y la sal en el bol. Pulsar 2 ó 3 veces, usando la función DOUGH, para mezclar.

Revolver el agua fría, la mantequilla derretida y el huevo con la mezcla de levadura. Encender la máquina, usando la función DOUGH, y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Cuando la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1½ hora, en un lugar templado.

Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Aplastar para desinflar y dejar reposar durante 5–10 minutos. Dividir la masa en 3 porciones iguales. Formar un cilindro de 1½ x 18 pulgadas (4 x 45 cm) con cada porción. Disponer los cilindros lado a lado sobre una placa para horno engrasada con spray vegetal. Pegar las extremidades y meterlas debajo de la trenza. Cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal y dejar leudar al doble de su volumen, durante aproximadamente 45 minutos. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 375 °F (190 °C). Mezclar el huevo con el agua, batiendo, y barnizar la trenza. Meter al horno, sobre la rejilla inferior, durante 20 minutos. Después de este tiempo, ajustar la temperatura a 350 °F (180 °C) y dejar el pan en el horno durante 10 minutos adicionales, hasta dorarse bien. Dejar enfriar, sobre una rejilla.

Información nutricional por porción:

Calorías 174 (31 % de grasas) • Carbohidratos 26 g • Proteínas 4 g • Grasas 6 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 37 mg • Sodio 267 mg • Fibra 1 g

"Pan" de almendra con peras

Este sabroso bizcocho, perfecto para servir con té, es el resultado de la deliciosa combinación de peras con almendras.

Rinde 12 porciones (una barra)

Preparación: 20–25 minutos + 2½ horas para hornear y enfriar

Pasta*

¾	taza (70 g) de almendras sin piel
½	taza (100 g) de azúcar granulada
2	cucharadas + 1 cucharadita de agua
¼	cucharadita de extracto natural de almendra

Bizcocho:

½	taza (45 g) de almendras en láminas
1¼	taza (155 g) de harina común
2	cucharaditas de polvo de hornear
½	cucharadita de sal kosher
¼	cucharadita de bicarbonato de sodio
¾	libra (340 g) de peras maduras, en pedazos
2	nuevos grandes
¾	taza (75 g) de pasta de almendras
½	taza (75 g) de mantequilla sin sal, en pedazos, a temperatura ambiente

Preparación de la pasta de almendras:

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las almendras y el azúcar en el bol y procesar durante aproximadamente 60 segundos, hasta que las almendras estén finamente picadas. Sin apagar la máquina, agregar el agua y el extracto de almendra y procesar durante 45–60 segundos adicionales. Poner la mezcla en un recipiente hermético y refrigerar hasta el momento de usar, hasta 2 un máximo de semanas.

Preparación del bizcocho:

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Engrasar levemente un molde de 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm) con spray vegetal. Disponer las almendras sobre una placa para horno y meter al horno por 8–10 minutos, hasta dorarse. Mezclar la harina, el polvo de hornear, la sal y el bicarbonato en un tazón

pequeño; reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las peras, la pasta de almendra y la mantequilla en el bol y procesar durante 30 segundos. Raspar el bol y procesar durante 30–45 segundos adicionales. Agregar las almendras tostadas y los ingredientes secos. Pulsar 6–7 veces para mezclar. Meter al horno por aproximadamente 1 hora, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro salga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 30–40 minutos. Desmoldar y terminar de enfriar sobre la rejilla. Idealmente, envolver en una película de plástico y esperar 24 horas antes de cortar. Se congela bien.

*La pasta de almendra está disponible en las tiendas especializadas o en los supermercados grandes.

Información nutricional por porción:

Calorías 237 (49 % de grasas) • Carbohidratos 25 g • Proteínas 5 g • Grasa 13 g • Grasa saturada 4 g • Colesterol 49 mg • Sodio 217 mg • Fibra 1 g

Bizcocho de banana con nueces

Envuélva y congele rebanadas de este delicioso y jugoso bizcocho para comer algo liviano y saludable cuando quiera.

Rinde 14 porciones (una barra)

Preparación: 10–15 minutos + 2 horas para hornear y enfriar

1 1/2	taza (165 g) de harina común
1/4	taza (25 g) de nueces
3/4	cucharadita de polvo de hornear
3/4	cucharadita de bicarbonato de sodio
1/4	cucharadita de sal kosher
1 1/2	bananos maduros, en trozos
1	huevo grande
1	clara de huevo grande
2/3	taza (135 g) de azúcar granulada
1/3	taza (80 ml) de yogur natural sin grasa

2 1/2	cucharadas (35 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1 1/4	cucharadita de extracto natural de vainilla

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Engrasar levemente un molde de 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm) con spray vegetal. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, las nueces, el polvo de hornear, el bicarbonato de sodio y la sal en el bol; pulsar 5 veces para mezclar. Reservar. Poner el banana en el bol y procesar durante 30 segundos. Raspar el bol y procesar durante 10 segundos adicionales. Agregar el huevo, la clara, el azúcar, el yogur y la vainilla. Procesar durante 10–15 segundos, hasta obtener una mezcla homogénea. Agregar los ingredientes secos. Pulsar 5–6 veces para mezclar. Echar la mezcla en el molde. Meter al horno por aproximadamente 50 minutos, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro salga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 20 minutos. Desmoldar y terminar de enfriar sobre la rejilla.

Para preparar "muffins":

engrasar levemente 12 moldecitos para spray vegetal. Dividir la mezcla entre los 12 moldecitos. Meter al horno por 16–20 minutos. Variación: agregar 1/3 taza (50 g) de chispas de chocolate a la mezcla, junto con la harina.

Información nutricional por porción:
Calorías 131 (28 % de grasa) • Carbohidratos 22 g • Proteínas 3 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 21 mg • Sodio 125 mg • Fibra 1 g

Panes/Bizcochos sin levadura

Pan de arándanos agrios y nueces

Jugoso bizcocho, perfecto para el desayuno. ¡Simplemente tuestelo!

Rinde 16 porciones (una barra)

Preparación: 10–15 minutos + 2 horas para hornear y enfriar

1½	taza (185 g) de harina común
2	cucharaditas de polvo de hornear
¼	cucharadita de sal kosher
1	taza (100 g) de mitades de pacana
4	tiras de cáscara de naranja (sin la piel blanca)
¾	taza (150 g) de azúcar granulada
1	manzana mediana, pelada y cortada en pedazos
2	huevos grandes
¾	cucharadita de extracto natural de vainilla
⅓	taza (75 g) de mantequilla sin sal, derretida

Precalentar el horno a 350° F (180° C). Engrasar levemente un molde de 9 x 5 pulgadas (22 cm x 12 cm) con spray vegetal. Mezclar la harina, la sal y el polvo de hornear en un tazón pequeño. Reservar. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las pacanas en el bol y pulsar 6 veces para picar grueso. Reservar. Poner la cáscara de naranja y el azúcar en el bol y procesar durante 45 segundos. Agregar las manzanas, los huevos y la vainilla y procesar durante 15–20 segundos. Sin apagar la máquina, agregar la mantequilla y el suero de leche por la boca de llenado pequeña. Procesar durante 10–15 segundos. Agregar los arándanos, las pacanas y los ingredientes secos. Pulsar 5–6 veces para mezclar. No Echar la mezcla en el molde preparado. Meter al horno por 60–65 minutos, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro salga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 20 minutos. Retirar del molde y terminar de enfriar sobre la rejilla. Idealmente, envolver en plástico y esperar 24 horas antes de cortar.

Información nutricional por porción:

Calorías 176 (41 % de grasa) • Carbohidratos 24 g • Proteínas 2 g • Grasa 8 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 24 mg • Sodio 103 mg • Fibra 1 g

Gazpacho

Sabrosa sopa fría de origen andaluz, perfecta para el verano.
Rinde 7 porciones de 6 onzas (175 ml)
Preparación: 15-20 minutos + 1 hora para enfriar

1	diente de ajo	1/2	cucharadita de pimienta negra recién molida
1	jalapeño mediano, sin semillas, en trocitos	1/6	cucharadita de sal kosher
6	cebollitas ("scallions") pequeñas, en trocitos	2	cucharadas de crema agria baja en grasa
1	pimiento dulce verde pequeño, en cubos		cilantro fresco, para decorar (opcional)
3	tomates medianos, en pedazos		
3	tazas (710 ml) de jugo de tomate		
1	pepino mediano, pelado, sin semillas y cortado longitudinalmente a la mitad		
3	cucharadas de jugo de lima/limón verde fresco		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el jalapeño en el bol y procesar durante aproximadamente 5 segundos, hasta que esté finamente picado. Raspar el bol. Agregar el cilantro, la cebolleta y el pimiento dulce verde y pulsar 10–12 veces para picar grueso. Reservar, en un tazón grande. Poner los tomates en el bol y pulsar aproximadamente 8 veces para picar grueso. No procesar demasiado. Reservar, en un tazón. Agregar el jugo de tomate y revolver para mezclar.

Instalar el disco rebanador. Colocar el pepino verticalmente en la boca de llenado y cortarlo en rodajas. Agregar al tazón. Agregar el jugo de limón, la sal y la pimienta; revolver. Cubrir y refrigerar antes de servir. Decorar con una cucharada de crema agria y cilantro fresco.

Información nutricional por porción:

Calorías 63 (9 % de grasa) • Carbohidratos 13 g • Proteínas 2 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 1 mg • Sodio 378 mg • Fibra 2 g

Sopa fría de pimiento rojo asado y maíz

Esta sopa baja en grasa y calorías es muy refrescante.
Rinde 8 porciones de 7 onzas (205 ml)
Preparación: 30–35 minutos + 1 hora para enfriar

2	dientes de ajo	4½	tazas (1 L) de caldo de pollo o de vegetales
2	cebollas medianas, en pedazos		bajo en sodio
3	pimientos dulces rojos medianos, sin semillas, en cubitos	1	frasco de 12 onzas (340 g) de pimientos rojos asados, escurrendos
3	mazorcas de maíz frescas	1	cucharadita de sal kosher
1	cucharada de aceite de oliva	½	cucharadita de pimiento negro recién molido
1½	cucharadita de tomillo seco	3–5	gotas de salsa picante, al gusto
4	cucharadas de arroz blanco crudo		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante aproximadamente 5 segundos, hasta que esté finamente picado. Raspar el bol. Agregar las cebollas y pulsar 15 veces para picar. Reservar. Poner los pimientos rojos en el bol y pulsar 10–15 veces. Reservar.

Separar los granos de maíz de las mazorcas, usando un cuchillo de filo delgado, como un cuchillo deshuesador. Reservar las mazorcas.

Poner el aceite a calentar a fuego medio, en una cacerola grande. Agregar la cebolla, el ajo y los pimientos picados. Cocer durante 2–3 minutos, sin permitir que se doren. Agregar el maíz, las mazorcas, el tomillo y el arroz; cocer durante 2–3 minutos adicionales. Agregar el caldo de pollo y los pimientos asados y subir el fuego hasta que hierva. Reducir el fuego y seguir cociendo a fuego lento durante 20 minutos.

Retirar y tirar las mazorcas. Colar. Reservar el líquido. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar los vegetales en el bol y procesar durante 4 minutos, raspando el bol de vez en cuando. Mezclar el puré con el caldo.

Nota: esta sopa también puede servirse caliente.

Información nutricional por porción:

Calorías 98 (18 % de grasa) • Carbohidratos 17 g • Proteínas 3 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 186 mg • Fibra 2 g

Sopas y cremas

Crema de calabaza moscada

y champiñones asados

La mayoría de las cremas contienen crema líquida y grasa. Esta sopa rica y cremosa lleva crema líquida "half-and-half" (mitad leche/mitad crema) y arroz.

Rinde 8 porciones de 7 onzas (205 ml) Preparación: 40–45 minutos

12	onzas (340 g) de champiñones comunes	2	cucharaditas de curry en polvo
	(también conocidos como champiñones	2	cucharadas de arroz blanco crudo
	cremini o champiñones de París), sin tallos	3	tazas (710 ml) de caldo de pollo o de
1 ½	cucharada de aceite de oliva virgen extra		vegetales bajo en sodio
1	diente de ajo	1 ½	cucharadita de jugo de limón fresco
1	cebolla mediana, en pedazos	1	cucharada de miel
2	libras (910 g) de calabaza moscada,	½	cucharadita de sal kosher
	pelada y cortada en pedazos	¼	cucharadita de pimienta negra recién
1	batata mediana, pelada y cortada en		molidas
	pedazos	½	taza (120 ml) de crema líquida "half-and-
1	cucharada (15 g) de mantequilla sin sal		half" (mitad crema/mitad leche)

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Forrar una placa para horno plana con papel de aluminio. Instalar el disco rebanador. Colocar los champiñones en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo. Rebanar, usando presión moderada. Revolver las rodajas de champiñones con el aceite de oliva; disponerlos sobre la placa para horno. Meter al horno durante 20–25 minutos, hasta dorarse bien (no debería quedar jugo). Nota: puede asar los champiñones por adelantado. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el ajo en la boca de llenado; procesar durante 5 segundos, hasta que esté finamente picado. Raspar el bol. Agregar la cebolla y los tallos de champiñones. Pulsar 10–15 veces para picar grueso. Reservar.

Instalar el disco triturador y rallar la calabaza, usando presión moderada; reservar. Rallar las batatas, usando presión moderada; reservar.

Derretir la mantequilla a fuego medio, en una cacerola grande. Agregar la cebolla, los champiñones y el ajo; saltear durante 2–3 minutos. Agregar el curry y el arroz; cocer durante aproximadamente 5 minutos, hasta que el arroz se vuelva opaco. Añadir la calabaza rallada, la batata rallada y el caldo de pollo. Dejar hervir, parcialmente tapado, y luego reducir el fuego y cocer a fuego lento durante 20 minutos.

Colar y reservar el líquido. Colocar el líquido en una cacerola y mantener a fuego muy lento. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar los vegetales en el bol, pulsar 10 veces, y luego procesar durante 2–3 minutos. Raspar el bol cada 60 segundos. Mezclar el puré con el caldo. Agregar el jugo de limón, la miel, la sal y la pimienta. Agregar los champiñones asados y su jugo. Probar y ajustar la sazón al gusto. (Nota: la crema puede prepararse el día anterior. Dejar enfriar y refrigerar. Recalentar justo antes de servir.) Agregar la crema líquida y recalentar durante 1 minuto antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 108 (34 % de grasa) • Carbohidratos 15 g • Proteínas 3 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 6 mg • Sodio 138 mg • Fibra 2 g

Bocaditos de hojaldre de salchicha de pavo y tomates secados al sol

Estos bocaditos, que pueden prepararse por adelantado, son perfectos para todas

sus fiestas.

Rinde 28 porciones

Preparación: 15–20 minutos + 1 hora para descongelar la masa y asar la salchicha + 30 minutos para hornear

¼	taza (30 g) de nueces tostadas	¼	cucharadita de pimienta negra recién molida
4	onzas (20 g) de queso Asiago, en pedazos	1	hoja de masa de hojaldre, puesta a descongelar en el refrigerador durante una hora
½	taza (120 ml) de agua hirviendo, escurridos		
1	cholate de aproximadamente 1 onza		
¼	libra (225 g) de salchicha de pavo asada, cortada en rodajas gruesas*		
8	onzas (225 g) de queso crema regular, bajo en grasa (no sin grasa), en cubitos		
1	cucharadita de albahaca		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las nueces en el bol y pulsar 5 veces. Reservar. Encender la máquina y echar el queso en la boca de llenado. Procesar durante 30 segundos, hasta que esté finamente picado; reservar. Poner los tomates secados al sol en el bol y pulsar 5 veces; reservar.

Encender la máquina y echar el cholate en la boca de llenado; procesar durante aproximadamente 5 segundos. Raspar el bol. Agregar la salchicha y pulsar 3 veces. Agregar el queso crema, la albahaca y la pimienta. Pulsar para mezclar. Raspar el bol. Agregar las nueces, el queso Asiago y los tomates secados al sol. Pulsar para mezclar. Colocar la mezcla en un recipiente pequeño.

Sobre una superficie ligeramente enharinada, estirar la masa de hojaldre hasta formar un rectángulo de 10 x 14 pulgadas (25 x 35 cm). Disponer el rectángulo en forma horizontal. Cepillar 1 pulgada usando una espátula larga. Enrollar la masa hacia la orilla barnizada. Envolver el rollo en una película de plástico y refrigerar durante 1–24 horas, hasta el momento de usar. (Nota: también se puede congelar el rollo; descongelarlo en el refrigerador durante 2–3 horas antes de usarlo.) Cubrir y refrigerar el barniz restante.

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Cortar el rollo en 28 rodajas de ½ pulgada (1,5 cm). (Nota: siempre que el rollo no haya sido previamente congelado, puede congelar las rodajas hasta el momento de usar. Disponer las rebanadas sobre una placa para horno forrada con una película de plástico y congelar. Una vez congeladas, poner las rodajas en bolsas de congelación. Se aconseja usar dos bolsas de congelación. Usar dentro de 3 semanas.) Disponer las rodajas sobre una placa para horno, a una distancia de 1 pulgada (2,5 cm) una de otra. Cepillar ligeramente con el huevo para barnizar. Meter al horno por 23–28 minutos, hasta dorarse. Servir caliente/tibio. Nota: si desea prepararlos por adelantado, dejar enfriar y refrigerar hasta el momento de servir. Recalentar a 300 °F (150 °C) durante 5 minutos. *Para asar la salchicha: precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Pinchar la salchicha con un tenedor, cepillarla con ½ cucharadita de aceite de oliva, ponerla en una bandeja forrada con papel de aluminio y meter al horno por 25–30 minutos, dándole la vuelta después de 15 minutos.

Información nutricional por bocado:

Calorías 81 (62 % de grasa) • Carbohidratos 5 g • Proteínas 3 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 11 mg • Sodio 154 mg • Fibra 0 g

Mini "waffles" de jalapeño y queso Monterey Jack

Estos mini "waffles" salados se derrieten en la boca.
Preparación: 15–20 minutos de descanso + 30 minutos para hornear y enfriar

Rinde 48 mini "waffles"

8	onzas (225 g) de queso Monterey Jack	1	taza (125 g) de harina común
1	jalapeño pequeño, sin semillas		
4	cucharadas (55 g) de mantequilla sin sal		
1	cucharadita de cilantro fresco		
¼	cebolla pequeña, en pedazos		

instalar el disco triturador y rallar el queso, usando presión leve; reservar. Retirar el disco triturador e instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar el jalapeño el ajo en el bol y procesar durante 5–10 segundos, hasta que estén finamente picados. Raspar el bol. Agregar el queso rallado, la mantequilla y el cilantro. Procesar durante aproximadamente 20 segundos, hasta que la masa forme una bola. Raspar el bol. Agregar la harina y procesar durante 10–15 segundos, hasta que la masa forme una bola. Colocar la masa sobre una película de plástico y formar una barra de 12 pulgadas (30 cm) de largo. Envolver en plástico y refrigerar durante 30 minutos antes de usar. Nota: la masa podrá conservarse en el refrigerador durante hasta 3 días.

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Cortar la masa en rodajas de ¼ pulgada (5 mm). Disponer sobre una placa para horno no engrasada. Meter al horno por aproximadamente 20 minutos, hasta dorarse ligeramente. Dejar enfriar, sobre una rejilla, antes de servir.

Información nutricional por mini "waffle":
Calorías 47 (57 % de grasa) • Carbohidratos 3 mg • Proteínas 2 g • Grasa 3 g
• Grasa saturada 2 g • Colesterol 8 mg • Sodio 31 mg • Fibra 0 g

Humus

Entremés medio-oriental muy popular, por lo general servido con pan de pita. También es perfecto para mojar vegetales crudos.
Preparación: 10–15 minutos (+ 1 hora para asar los chalotes/el ajo si usa) + 30 minutos de descanso
Rinde 2¾ tazas (650 ml)

1/3	taza (30 g) de hojas de perejil italiano fresco	1/4	taza (60 ml) de salsa Tahini
2	tiras de 1/2 x 2 pulgadas (1.5 x 5 cm) de cáscara de limón (parte amarilla únicamente)	3	cucharadas de jugo de limón fresco
¾	cucharadita de sal kosher	2 1/4	cucharadas de comino en polvo
2	dientes de ajo	2	cucharadas de aceite de oliva virgen extra
2	latas de 15 onzas (435 g) de garbanzos, enjuagados dos veces y escurridos		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el perejil en el bol y pulsar 10–15 veces. Reservar. Poner la cáscara de limón y la sal kosher en el bol y pulsar 10–15 veces. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 10 segundos. Agregar los garbanzos, la salsa Tahini, el agua, el jugo de limón y el comino. Pulsar 10 veces, y luego procesar continuamente durante 60 segundos; raspar el bol. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva; procesar durante aproximadamente 3 minutos, hasta que el humus esté suave y cremoso. Agregar la mitad del perejil picado y pulsar 5–10 veces para mezclar. Deje reposar durante 30 minutos antes de servir para combinar los sabores. Servir en un bol llano, con el resto del perejil esparcido encima. Salpicar con un poco de aceite de oliva si desea.

Información nutricional por cucharada:
Calorías 30 (49 % de grasa) • Carbohidratos 3 g • Proteínas 2 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 33 mg • Fibra 1 g

Variación:

Humus de chalote asado y hierbas:

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Mezclar 8 onzas (225 g) de chalote con ¾ cucharadita de aceite de oliva virgen extra y envolver en papel de aluminio; meter al horno por 60 minutos. Dejar enfriar. Preparar el humus según la receta, añadiendo el chalote asado y 1 cucharadita de hierbas provenzales junto con los garbanzos. Rinde aproximadamente 3 tazas (475 ml)

Apertivos/ Entradas

Salsa de tomates y maíz

Pruebe esta sabrosa salsa con pollo o mariscos asados.

Rinde 2 tazas (475 ml)

Preparación: 5–10 minutos + 1 hora de descanso

1	cebolla pequeña, en pedazos	½	taza (65 g) de maíz fresco o congelado (sin descongelar)
1	jalapeño mediano, sin semillas, en trocitos	¾	cucharadita de sal kosher
3	tomates medianos maduros, en pedazos		
1½	cucharada de jugo de lima/limón verde fresco		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la cebolla, el cilantro y el jalapeño en el bol. Procesar durante aproximadamente 5 segundos, hasta que esté finamente picado. Raspar el bol. Agregar los tomates y el jugo de limón. Pulsar 5–7 veces, hasta que los tomates estén picados gruesos. Agregar el maíz y la sal; pulsar una vez para mezclar. Dejar reposar durante 1 hora antes de servir para combinar los sabores.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 8 (0 % de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 56 mg • Fibra 0 g

Crema para untar de ajo asado y pimiento rojo

Deliciosa crema con sabor a ajo asado.

Rinde 1¾ taza (415 ml)

Preparación: 5–10 minutos + 1 hora para asar el ajo + 1 hora de descanso

1½	bulbo grande de ajo, los dientes pelados	½	taza (50 g) de pimientos rojos asados
1	cucharadita de aceite de oliva	½	cucharadita de pimienta negra recién molida
1½	taza (315 ml) de crema agria baja en grasa		
1	cebollita ("scallion") mediana, en trozos		

Precalentar el horno a 375 °F (190 °C). Revolver el ajo con el aceite y envolverlo en papel de aluminio. Meter al horno por 1 hora, en el centro. Retirar del horno y dejar enfriar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el ajo durante 20 segundos. Raspar el bol. Agregar los ingredientes restantes y procesar durante 10–15 segundos. Raspar el bol y procesar durante 10 segundos adicionales, hasta obtener una mezcla homogénea. Dejar reposar en el refrigerador durante 1 hora para combinar los sabores. Servir con vegetales crudos o palitos de pan.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 30 (60 % de grasa) • Carbohidratos 2 mg • Proteínas 1 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 5 mg • Sodio 12 mg • Fibra 0 g

Recetas

22		Entremeses/Aperitivos
27		Sopas
30		Panes/Bizcochos sin levadura
33		Panes/Bizcochos con levaduras
37		Panes artesanales
43		Platos principales
46		Pizzas
50		Salsas y aderezos
55		Acompañamientos
59		Postres

accidente. Esta garantía excluye expresamente todos los daños incidentales o consecuentes. Algunos Estados no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes, de modo que las limitaciones mencionadas pueden no regir para usted. Usted puede tener otros derechos que varían de un Estado a otro.

Importante: si debe llevar el aparato defectuoso a un centro de servicio no autorizado, por favor informe al personal del centro de servicio que deberían llamar al servicio posventa de Cuisinart al 1-800-726-0190 a fin de diagnosticar el problema correctamente, usar las piezas correctas para repararlo y asegurarse de que el producto esté bajo garantía.

Corte las peladuras en pedazos de 2 pulgadas (5 cm) o menos y procese con ½ taza (100 g) de azúcar granulada, hasta obtener ralladura. Nota: esto puede tomar 2 minutos o más.

Para picar frutas pegajosas como dátiles, pasas, ciruelas pasas y frutas confitadas, primero congele las frutas durante aproximadamente 10 minutos. Coloque las frutas en el bol y agregue un poco de la harina de la receta. No use más de 1 taza (125 g) de harina por cada taza (200 g) de frutas.

Cómo picar carne, aves, pescado y mariscos:

Utilice alimentos helados, pero no congelados. Corte los alimentos en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm), para obtener resultados más homogéneos. No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla al principio de este manual de instrucciones). Optima el botón PULSE 3 ó 4 veces, esperando 1 segundo entre cada pulsación. Para obtener una textura más fina, utilice el modo continuo (ON) durante varios segundos.

Cómo moler carne, aves, pescado y mariscos:

Prepares los alimentos según se describió en la sección anterior. Presione repetidamente el botón PULSE hasta que los alimentos estén picados uniformemente. Raspe el bol con una espátula si es necesario.

Deje los alimentos molidos en el bol y agregue huevos, crema y los condimentos deseados. Procesar para mezclar.

Recuerda que la textura final depende de cuánto tiempo procesa los alimentos. Varía el número de pulsaciones permite obtener una variedad de texturas, ideales para hamburguesas, guiso, pimientos rellenos o "mousses" suaves.

Cómo picar nueces:

No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla de capacidad al principio de este manual). Presione repetidamente el botón PULSE, averiguando a menudo para asegurarse de que las nueces no se

Cómo hacer mantequilla de mani u otras nueces:

No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla en la página 2). Procese continuamente (ON). Después de 2-3 minutos, las nueces empezarán a formar una bola que se suavizará poco a poco. Raspe el bol con una espátula y siga procesando hasta que gotas de aceite aparezcan en el bol. Pruebe para averiguar la consistencia. Cuando más tiempo procesa las nueces, más suave la mantequilla. Para conseguir mantequilla con pedazos, agregue un puñado de nueces al bol cuando la bola de mantequilla empieza a suavizarse. Para hacer mantequilla de anacardo, agregue un poco de aceite vegetal sin sabor. Las mantequillas de nueces caseras no contienen conservantes. Refrigérelas para evitar que se separen.

Cómo hacer mantequillas aromatizadas, cremas para untar y salsas para mojar:

Para hacer mantequilla aromatizada, corte la mantequilla en pedacitos y permítala llegar a temperatura ambiente. Primero, pique firmemente los ingredientes (anchoas, queso, hierbas, etc.), asegurándose primero de que le bol esté limpio y seco. Si la receta incluye ingredientes duros como ajo o queso duro, encienda el aparato y eche los ingredientes en la boca de llenado. Agregue la mantequilla y procese continuamente (ON) hasta obtener una mezcla suave. Agregue los ingredientes líquidos de último, sin apagar el aparato, y procese justo hasta incorporarlos. Para hacer cremas para untar o salsas para mojar, procese los ingredientes de la misma manera. Utilice ingredientes a temperatura ambiente; córtelos en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm) y agréguelos una cucharada a la vez.

Cómo hacer mayonesa:

Su procesadora de alimentos le permitirá preparar mayonesa infalible. Cerciórese que el bol y la cuchilla están limpios y secos. Instale la cuchilla picadora/mezcladora y colóque los huevos (para más seguridad, use sustituto de huevo pasteurizado o la receta de huevos "cocidos" en la página 53), sal, vinagre o jugo de limón, mostaza seca y 1 cucharadita de aceite en el bol. Procese continuamente (ON) durante por los menos 30 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Sin apagar la máquina, vierta ½ taza (60 ml) de aceite en el empujador pequeño. Cuando el empujador esté vacío, retirelo y agregue muy lentamente el resto del aceite. Siga procesando hasta que la mezcla esté completamente emulsionada. Coloque la mayonesa en un recipiente y refrigérela hasta el momento de usar. La mayonesa casera se conservará en el refrigerador durante 3–4 días.

Para variar, experimente con diferentes sabores de vinagres, hierbas frescas picadas e incluso ajo asado. Para preparar mayonesa "light", agregue un poco de yogur sin grasa escurrido.

Cómo montar claras:

Asegúrese de que el bol esté muy limpio. Coloque 3–6 claras en el bol y presione el botón ON. Agregue 1 cucharadita de jugo de limón o de vinagre por clara. Esto permite obtener claras montadas más firmes; el sabor es imperceptible en los pasteles o soufflés. Siga procesando a punto de nieve durante 1½–2½ minutos.

Cómo batir crema:

La crema batida/nata montada hecha con procesadora mantiene su forma. Es perfecta para decorar o servir con postres. Sin embargo, no tendrá la consistencia ligera y esponjosa de la crema batida tradicional. Refrigere la crema antes de empezar. Procese continuamente (ON) hasta que la crema empiece a espesarse. Agregue la cantidad deseada de azúcar y siga procesando hasta obtener la consistencia deseada. Para obtener resultados consistentes, agregue 2 cucharadas (15 g) de leche sin grasa/descremada en polvo a la crema antes de batir.

Cómo rallar pan y moler galletas:

Corte le pan o las galletas (saladas o dulces) en pedazos de 1 pulgada (2,5 cm) y colóque los pedazos en el bol. Procese continuamente (ON) hasta obtener la textura deseada. Añada perejil picado u otras hierbas picadas si desea. Si desea añadir mantequilla, primero procese el pan o las galletas, y luego agregue la mantequilla por el empujador pequeño, sin apagar la máquina. Para preparar fondo de tarta de galletas molidas, procese las galletas según se describe anteriormente. Agregue azúcar, especias y mantequilla. Procesa hasta que la mezcla esté bien combinada.

Cómo preparar masa de hojaldre:

Coloque harina común, sal y pedazos de mantequilla muy fría en el bol. Procese hasta obtener una mezcla que tenga la consistencia de la harina de maíz. Rocíe con la cantidad mínima de agua indicada en la receta. Pulse 5 ó 6 veces. La masa debería empezar a formarse al presionar los ingredientes entre sus dedos. Si la mezcla sigue seca y se desmigaja, agregue más agua, una cucharadita a la vez, hasta formarse una masa. No permita que la masa forme una bola en el bol, o resultará dura. Estire ligeramente la masa hasta formar un disco de 1 pulgada (2,5 cm) de espesor y envuélvala en plástico. Refrigere la masa durante una hora antes de usar, o bien envuélvala en dos capas de plástico y congélela.

Para preparar panes sin levadura o pasteles/tortas con polvo de hornear y/o bicarbonato de sodio:

La regla más importante es no sobre-procesar la masa después de añadir la harina. Si la receta requiere ralladura o ingredientes picados (por ej. nueces), prepare estos ingredientes primero, mientras el bol está limpio. Coloque los ingredientes secos (harina, sal, polvo de hornear/bicarbonato) en el bol y cuchilla picadora/mezcladora. Retire los ingredientes secos del bol. Coloque los huevos y el azúcar en el bol y procese continuamente (ON) durante aproximadamente 1 minuto. Agregue la mantequilla (utilice mantequilla a temperatura ambiente, en pedacitos). Procese durante 1 minuto, hasta obtener una mezcla

alimentos firmes (manzanas, apio, cítricos, papas y calabacines). Emplee presión firme para empujar los alimentos duros (zanahorias, batatas).

EJERCICIOS DE PRÁCTICA

1. Instale el disco deseado, cierre la tapa e introduzca los alimentos en la boca de llenado.

2. Introduzca el empujador en la boca de llenado y empuje los alimentos mientras presiona el botón PULSE. Suelte el botón ni bien los alimentos estén rebanados/rallados.

3. Vuelva llenar la boca de llenado, sin abrir la tapa: retire el empujador de la boca de llenado; Saldrá fácilmente, dejando la tapa y la boca de llenado en su lugar. Vuelva a llenar la boca de llenado y siga procesando de la misma manera.

CÓMO RETIRAR LOS ALIMENTOS REBANADOS/RALLADOS DEL BOL

Espera hasta que el disco esté completamente inmóvil. Desconecte el cable de la toma de corriente. Agarre el bol del asa y gire en sentido horario. Aice el bol; el bol y la tapa se sacarán juntos. Gire la tapa en sentido horario. Retire la tapa y colóquela sobre la encimera, al revés.

Retire el disco, introduciendo dos dedos debajo de cada lado y alzando. Coloque el disco sobre la tapa para evitar los goteos.

CONSEJOS Y TÉCNICAS PARA REBANAR/RALLAR

Pequeñas frutas/hortalizas redondas (fresas, rábanos, champiñones, etc.):

Corte las frutas/hortalizas por ambos lados. Introduzca en la boca de llenado, el lado cortado hacia abajo. La boca de llenado podrá llenarse hasta 1 pulgada (2.5 cm) de la cumbre. Las primeras rodajas son perfectas para decorar. Si desea que todas las rodajas tengan exactamente el mismo espesor, procese una capa de frutas/hortalizas a la vez.

Frutas/vegetales largos (bananos, apio,

calabacines, etc.):

Corte las frutas y los vegetales largos en pedazos más cortos si es necesario. Corte ambos lados rectos. Use una regla o el empujador como guía.

Posicione los pedazos verticalmente en la boca de llenado, apretándolos para que no se muevan durante el procesamiento.

Pequeñas cantidades:

Introduzca los alimentos en el centro del empujador grande y empujelos con el empujador pequeño. Retire el empujador pequeño del empujador grande. Introduzca el empujador grande en la boca de llenado, deslizándolo hasta el fondo.

Corte los alimentos en pedazos ligeramente más cortos que la boca de llenado. Si los alimentos son largos y finos (por ejemplo zahanorias), colóquelos lo más posible hacia la izquierda para que no se muevan. Si los alimentos son más anchos de un lado que otro, córtelos por la mitad y júntelos en pares de manera que cada lado tenga aproximadamente el mismo diámetro.

Habichuelas estilo francés:

Corte las habichuelas para que quepan horizontalmente en la boca de llenado. Dispóngalas horizontalmente en la boca de llenado, llenando ésta hasta 1 pulgada (2.5 cm) de la cumbre. Usando el disco rebanador, pulse para cortar las habichuelas en lonjas finas.

Utilice el mismo método para cortar las zahanorias y los calabacines crudos en rodajas largas y oblicuas.

Juliana de frutas/vegetales:

Preparar una Juliana consiste en cortar las frutas o los vegetales dos veces, para obtener tiras largas y muy delgadas. Introduzca las frutas/los vegetales (papas, nabos, calabacines, manzanas, etc.) horizontalmente en la boca de llenado. Corte los alimentos de manera que quapan horizontalmente en la boca de llenado. Empuje los alimentos mientras presiona el botón PULSE. Obtendrá rodajas largas. Retire las rodajas del bol y vuelva a ensamblar las rodajas horizontalmente. Introduzca las rodajas (juntas) verticalmente en la boca de llenado. Rebánelas otra vez.

CÓMO CORTAR CARNES/ AVES EN TAJADAS

Salami y otras salchichas:

los pedazos en una película de plástico y póngalos en el congelador. Una vez semi-congelados (la carne está dura al tacto, pero se puede pinchar fácilmente con la punta de un cuchillo afilado), están listos. Quite el plástico. Coloque los pedazos horizontalmente o verticalmente en la boca de llenado, según los resultados deseados.

Carne/aves cocidos:

La carne debe estar muy fría. Corte los alimentos en pedazos suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Para preparar Juliana de jamón o mortadela, enrolle varias lonchas juntas y coloque cuantos más rollos posible verticalmente en la boca de llenado. Para obtener resultados óptimos, utilice lonchas cuadradas o rectangulares.

Carne/aves crudos:

Corte los alimentos en pedazos suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Por lo general, deberá cortar las pechugas (deshuesadas) longitudinalmente por la mitad. Envuelva

CÓMO PROCESAR QUESOS

TIPO DE QUESO

PICAR

RALLAR

REBANAR

Suave

Brie, Camembert, a temperatura ambiente	si	no	no
Mozzarella, congelada por 15–20 minutos	no	si	no
Queso Ricotta, a temperatura ambiente	si	no	no
Requesón, queso crema	si	no	no

Semisuave

Queso azul, helado	si	si	no
Fontina, helado	si	si	no

Semiduro

Cheddar, helado	si	si	si
Monterey Jack, helado	si	si	si
Suizo, Jarlsberg, helado	si	si	si
Edam, Gouda, helado	si	si	si
Provolone, helado	si	si	si

Duro, a temperatura ambiente

Parmesano, Romano	si	si	no
Pecorino, Asiago	si	si	no

*Los quesos suaves y semisuaves se harán puré; los quesos semiduros y duros se picarán.

Quesos duros (por ej. queso suizo o queso Cheddar):

Corte el queso en pedazos suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Congélelo hasta que esté duro al tacto pero que se pueda pinchar fácilmente con la punta de un cuchillo afilado. Llene la boca de llenado y procese, empujando suavemente el empujador.

IMPORTANTE:

Nunca intente rebanar queso suave como la Mozzarella o queso duro como el queso Parmesano; esto podría dañar el disco o el motor. La mayoría de los quesos pueden rallarse, excepto los quesos muy suaves. Para rallar Mozzarella, deberá congelarla durante unos minutos primero. Los quesos duros deben estar a temperatura ambiente. Por lo tanto, solamente ralle Mozzarella muy fría y Parmesano a temperatura ambiente.

TÉCNICAS PARA AMASAR MASA DE LEVADURA

Su procesadora de alimentos ha sido diseñada para mezclar y amasar en una tracción del tiempo. Obtendrá resultados perfectos si sigue estas instrucciones:

NUNCA PROCESE MASA QUE ESTÉ DEMASIADO DURA PARA AMASARSE A MANO.

Hay dos tipos de masa con levadura.

La masa de pan típica está hecha con una mezcla de harina que contiene por lo menos un 50 % de harina blanca. Es suave, flexible y ligeramente pegajosa. No pega a las paredes del bol.

La masa dulce contiene más azúcar,

mantecquilla y/o huevos que la masa de pan típica. Es rica y pegajosa, y puede que durante menos tiempo. Por lo general, 30 segundos son suficientes, pero obtendrá mejores resultados si la amasa durante 60–90 segundos, siempre que la máquina no ralentice. El método es el mismo para ambos tipos de masa.

Capacidad:

Recomendamos usar un máximo de 5 tazas (625 g) de harina común o 2¾ tazas (330g)

de harina integral. Si la receta incluye más de la cantidad recomendada, procese los ingredientes en varias veces. También procese la masa dulce en varias veces si la receta requiere más de 3¾ tazas (435 g) de harina.

Cómo medir la harina:

Es preferible pesar la harina. Si no tiene balanza, o si una receta no especifica el peso, utilice una taza de medir o un vaso medidor. Utilice un vaso medidor para ingredientes secos, no para líquidos.

Revuelva la harina con una cuchara o un tenedor antes de medirla. No mida la harina directamente al salir del paquete. Llene el vaso medidor completamente. Enrase la harina con el filo de un cuchillo o una espátula. No aplaste la harina en el vaso medidor.

Cómo activar/fermentar la levadura:

Averigüe la fecha de vencimiento de la levadura. Disuelva la levadura en ⅓ taza (75 ml) de líquido tibio. (entre 105°F/40°C y 110°F/43°C). Si la temperatura es más baja, la levadura no se activará. Si la temperatura es demasiado alta (más de 130°F/54°C), la células de levadura morirán. Si la receta incluye un edulcorante, como azúcar o miel, agregue una cucharadita con la levadura. Si la receta no incluye edulcorante, agregue una pizca de sal o de harina; esto ayuda a activar la levadura. Deje la mezcla reposar durante hasta 10 minutos, hasta que haga espuma.

Cómo procesar ingredientes secos:

Coloque la harina y los ingredientes secos en el bol. Si la receta requiere hierbas, aceite o manteca/mantecquilla, agréguelos con la harina. Procese continuamente durante 20 segundos. Nota: puede añadir el queso, las nueces y las pasas con los ingredientes secos o durante el amasado final. Para dejarlos casi enteros, agréguelos durante los últimos 5 segundos. Para conseguir una textura más fina, agréguelos antes.

Cómo añadir líquidos:

Los líquidos deben añadirse por el empujador pequeño, mientras la máquina está encendida. Eche el líquido lentamente,

Cubra la masa con la mantequilla/el aceite.
Cubra el recipiente con una toalla humedecida o una película de plástico acetada.
Dejar leudar, en un lugar templado (80 °F/26 °C). Por lo general, eso demora 1 1/2 hora, pero puede tomar entre 45 minutos y varias horas dependiendo del tipo de harina y de la humedad en el aire.
Para probar la masa, hunda su dedo ligeramente en ella. La abolladura debería permanecer en la masa. Si no lo hace, deje que leude por más tiempo y pruébela otra vez.
Cuando la masa esté lista, aplástela para desinflarla.

Cómo dar forma al pan:

Si usa un molde de barra cocer el pan, llene el molde solamente hasta la mitad. Deje leudar hasta que la masa pase la cumbre.
Si desea dar forma al pan, coloque la masa sobre una placa acetada y permita que leude al doble de su volumen.

Preparación consecutiva:

Si desea, puede preparar varias tandas consecutivas de pan. El motor de su procesadora de alimentos es extremadamente eficaz.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS - MASA DE PAN

La cuchilla no incorpora los ingredientes:

Siempre ponga la procesadora en marcha antes de agregar líquido. Eche el líquido lentamente, para permitir que los ingredientes secos lo absorban. Si el líquido chapotea o salpica, deje de añadirlo, pero no apague el aparato. Espere hasta que los ingredientes se mezclen, y luego siga añadiendo lentamente el líquido. Eche el líquido en la boca de llenado, en el momento preciso en que la masa pasa debajo de ésta; no agregue el líquido directamente al bol.

La cuchilla no permanece en el fondo del bol:

Presione la cuchilla para asegurarse de que esté en el fondo del bol.

para permitir que los ingredientes secos lo absorban. Si el líquido chapotea o salpica, deje de añadir, pero no apague el aparato. Espere hasta que los ingredientes se mezclen, y luego siga añadiendo la masa en el momento que pasa debajo de la boca de llenado. Procure no verter el líquido directamente en el fondo del bol.
Siga la receta al pie de la letra. Es importante que añada suficiente líquido, para que la masa pueda amasarse debidamente. Amasar masa muy densa puede cansar la máquina.
El líquido debe estar frío (excepto el líquido para fermentar la levadura), para evitar sobrecalentar la masa. No permita que la masa alcance más de 100 °F (37 °C); esto impediría que leude.

Masa de pan:

Procure no procesar masa que esté demasiado dura para amasarse a mano; esto podría cansar el motor.

Después de que la masa llegue a formar una bola, procese durante 60 segundos adicionales. Apague la máquina y averigüe la consistencia de la masa. La masa fermentada salada estará suave y ligeramente pegajosa. Estire la masa entre sus manos para averiguar la consistencia. Si se siente dura, grumosa o irregular, siga procesando hasta que esté suave y flexible. Asegúrese de que la cuchilla esté debidamente instalada antes de regresar la masa al bol.

Masa dulce:

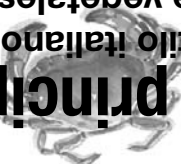
Procese la masa durante por lo menos 30 segundos después de haber incorporado todos los ingredientes. Puede que la masa siga pegando a las paredes del bol. Si es necesario, raspe el bol y procese durante 5 segundos adicionales.

Cómo dejar leudar la masa:

Ponga la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada. Expulse el aire y cierre la bolsa, dejando suficiente espacio para que la masa leude.

O: ponga la masa en un recipiente grande engrasado con mantequilla o aceite vegetal.

Platos principales



Pollo al estilo italiano-asiático y saiteado de vegetales con pasta

Sabores asiáticos combinan con Parmigiano-Reggiano y pasta
en este plato saiteado colorido y delicioso.

Rinde 6 porciones

Preparación: 40–45 minutos.

4	pechugas de pollo deshuesadas y sin piel	2	tallos de brécol (cogolitos separados y tallos reservados)
12	onzas (340 g) de pasta seca (Fusilli, Radiator, Penne, Cavatappi)	3½	cucharadas de aceite de sésamo
1½	onza (45 g) de queso Parmigiano-Reggiano, en cubitos	2½	cucharaditas de maicena
1	cliente de ajo	½	taza (120 ml) de caldo de pollo
5	rodajas de jengibre fresco	3	cucharadas de salsa de soja o salsa Tamari (regular o baja en sodio)
1	pimiento dulce rojo, sin semillas/tallo	½	taza (120 ml) de jerez
1	pimiento dulce amarillo ojo, sin semillas/tallo	½	taza (50 g) de palitos de almendras, ligeramente tostados
2	zanahorias grandes, peladas y cortadas en trozos		

Quite la grasa visible del pollo. Cortar las pechugas (deshuesadas) longitudinalmente por la mitad y colocarlas sobre una placa para horno forrada con plástico; congelar durante 25 minutos. Limpiar la superficie de trabajo y lavarse las manos. Cocer la pasta "al dente" en agua salada, en una olla para pasta con escurridor. Escurrir y reservar; mantener el agua caliente.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el queso en la boca de llenado pequeña; procesar durante aproximadamente 30 segundos, hasta que esté finamente picado. Reservar.

Instalar el disco rebanador; cortar los pimientos en rodaja, usando presión moderada. Disponer las zahanorias horizontalmente en la boca de llenado. Rebanar, usando presión moderada. Reservar.

Pelar los tallos de brécol con un pelador de vegetales y cortarlos para que quepan en la boca de llenado pequeña. Rebanar, usando presión moderada. Reservar.

Sacar el pollo del congelador y colocarlo en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo. Rebanar, usando presión moderada. Revolver con 1½ cucharada del aceite de sésamo y reservar sobre un plato, aparte de los vegetales. Limpiar la superficie de trabajo y lavarse las manos con agua jabonosa caliente. Colocar la maicena y el caldo de pollo en un tazón pequeño; revolver y reservar.

Poner una saiteadora antiadherente grande a calentar a fuego alto. Cuando esté muy caliente, echar el pollo y saitear durante aproximadamente 2 minutos, hasta que esté opaco. Reservar, sobre un plato limpio. Agregar el aceite de sésamo restante a la saiteadora. Cuando esté caliente, agregar el ajo y el jengibre; saitear durante 10 segundos. Agregar los tallos de brécol rebanados y las zahanorias. Saitear durante 45 segundos. Agregar los cogollos de brécol y las rodajas de pimiento y saitear durante 30 segundos. Regresar el pollo a la saiteadora y agregar la salsa Tamari y el jerez; cocer durante 30 segundos. Agregar la mezcla de maicena y dejar hervir. Recalentar la pasta en el agua. Escurrir y agregar a la saiteadora; revolver para mezclar. Retirar del fuego y agregar la mitad del queso; revolver. Colocar en un recipiente grande para servir. Esparcir el queso restante y las almendras tostadas encima. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción:

Calorías 570 (30 % de grasa) • Proteínas 41 g • Carbohidratos 59 g • Grasa 19 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 64 mg • Sodio 677 mg • Fibra 4 g

Salmon y papas al pesto en papillote

Sirvals con una simple ensalada verde para una cena fácil y rápida.

Rinde 6 porciones

Preparación: 10–15 minutos + 18 minutos para hornear

1	cucharada de aceite de oliva	2	libras (910 g) de filetes de salmón,
6	papas Yukon Gold u otras papas nuevas pequeñas, restregadas y las extremidades cortadas rectas	%	cucharadita de sal kosher
6	cucharaditas de pesto (receta a continuación)	½	cucharadita de pimienta negra recién molida
6		6	hojas de albahaca fresca

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Preparar 6 hojas de papel de aluminio de 16 pulgadas (40 cm). Cepillar un área de 6 x 4 pulgadas (15 cm x 10 cm) en el centro de cada rectángulo con aceite de oliva. Reservar.

Instalar el disco rebanador y cortar las papas en rodajas; reservar. Apilar las rodajas para volver a formar cada papa; reservar.

Sazonar el salmón con sal y pimienta. Abrir cada papa en abanico y disponerla sobre el área aceitado del papel de aluminio. Esparcir una cucharadita de pesto sobre las rodajas. Colocar un filete de salmón encima. Envolver en el papel de aluminio, doblando cada lado sobre sí mismo tres veces. Doblar las extremidades sobre sí mismas dos veces para sellar el "papillote". Envolver cada porción de la misma manera. Meter al horno durante 22 minutos.

Mientras tanto, picar la albahaca, formando un rollo apretado con las hojas y cortando éstas a intervalos de ⅛ pulgada/3 mm. Cuando estén listos, los papillotes estarán hinchados. Perforarlos con la punta de un cuchillo y abrírtos cuidadosamente. Servir inmediatamente sobre platos calientes, después de decorar con albahaca.

Información nutricional por porción:
Calorías 390 (46 % de grasa) • Proteínas 32 g • Carbohidratos 21 g • Grasa 20 g
• Grasa saturada 4 g • Colesterol 85 mg • Sodio 379 mg • Fibra 2 g

Pesto

Nuestro pesto es más ligero que el pesto tradicional, sin embargo es tan sabroso. Rinde 1 ⅓ taza (315 ml) Preparación: 5–10 minutos.

2	onzas (55 g) de queso Parmigiano-Reggiano, en cubitos	4–6	cucharadas de aceite de oliva virgen extra
2	dientes de ajo	5	cucharadas de piñones o nueces ligeramente tostadas
3	tazas llenas (180 g) de hojas de albahaca fresca	¼	cucharadita de sal kosher

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el queso en la boca de llenado y procesar durante aproximadamente 10 segundos, hasta que esté picado. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante aproximadamente 5 segundos, hasta que esté picado. Raspar el bol. Agregar la albahaca. Pulsar 20–30 veces. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar 4 cucharadas del aceite de oliva por el empujador pequeño; cuando esté incorporado, agregar más aceite de oliva, al gusto. Raspar el bol; agregar los piñones y la sal; pulsar para incorporar y picar los piñones. Colocar la mezcla en un frasco. Deje reposar durante 30 minutos antes de servir para combinar los sabores. Verter una capa de aceite de oliva encima del pesto para evitar la decoloración y refrigerar. Conservar en el refrigerador durante hasta 5 días, o congelar.

Información nutricional por cucharadita:

Calorías 43 (82 % de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 1 g • Grasa 4 g
• Grasa saturada 1 g • Colesterol 2 mg • Sodio 71 mg • Fibra 0 g

Filetes de platija rellenos con camarones y jengibre

Agradable tanto al paladar como a los ojos, este plato es perfecto para las fiestas, ya que se puede preparar con anticipación.

Rinde 6 porciones

Preparación: 30 minutos para hornear + 10 minutos para la salsa

1¼	libra (570 g) de camarones, limpios y pelados	2	cucharadas (180 g) de mantequilla sin sal
2	manojos de cebollinos ("chives")	1½	cucharada de salsa Tamari o salsa de soja baja en sodio
⅓	taza (30 g) de hojas de perejil italiano fresco	¾	cucharadita de pimienta negra recién molida
1	trozo de 2 pulgadas (5 cm) de jengibre fresco	6	filetes de 4 onzas (115 g) de platija, sin piel
		¾	taza (175 ml) de vino blanco o vermu seco
6	cebolletas ("green onions"), parte blanca y verde claro solamente, en trocitos	¾	taza (175 ml) de crema líquida para batir ("heavy cream")
6	onzas (170 g) de pan francés, en cubos		

Abrir seis de los camarones al nivel de la vena, hasta ½ pulgada (1.5 cm) de la cola. Disponer el resto de los camarones sobre una placa para horno forrada con plástico y congelar durante 20 minutos. Reservar 20 de los cebollinos más largos y flexibles. Cortar 16 de los cebollinos restantes en trozos de 1 pulgada (2.5 cm); reservar los cebollinos restantes para otro uso. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar los cebollinos cortados en el bol y pulsar para picar. Reservar. Colocar el perejil en el bol y pulsar 10 veces para picar finamente; dejar en el tazón. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 10 segundos.

Agregar las cebollitas y pulsar 10 veces para picar. Reservar la mezcla de perejil, jengibre y cebollitas. Colocar el pan en el bol y procesar durante 1 minuto para rallar grueso. Reservar. Poner los camarones parcialmente congelados en el bol y pulsar 20–30 veces. No deberían quedar pedazos de más de ½ pulgada (1.5 cm). Reservar y refrigerar.

Derritir la mantequilla en una sateadora mediana. Agregar la mezcla de perejil/jengibre/cebollita y saltear durante 2–3 minutos. Agregar el pan rallado, la salsa Tamari y la pimienta; revolver y cocer durante 2 minutos adicionales. Reservar en un recipiente y dejar enfriar completamente. Agregar los camarones picados y suficiente agua como para obtener una mezcla cohesionada. Engasar un molde de barra de 13 x 9 x 2 pulgadas (32 x 22 x 5 cm) con mantequilla Cortar una hoja de papel sulfurizado de 15 pulgadas (38 cm) y engasar levemente la hoja con mantequilla.

Disponer los filetes de platija sobre una superficie plana, el lado con piel quitada hacia arriba. Dividir el relleno en 6 porciones iguales. Colocar una porción en el centro de cada filete. Doblar las extremidades largas de los filetes encima del relleno y voltear los filetes. Atar con doble nudo las extremidades cortadas, con 2 cebollinos. Doblar la extremidad atada debajo del filete relleno; doblar las 2 extremidades encima y atar. Poner en el molde. Repetir con el resto de los filetes. Refrigerar hasta el momento de usar (durante hasta 8 horas). Si está refrigerado, dejar reposar a temperatura ambiente durante 15 minutos antes de continuar. Precalentar el horno a 400 °F (190 °C).

Agregar el vino al molde; cubrir con el papel sulfurizado engrasado y hornear durante 20 minutos. Después de 16 minutos, disponer un camarón abierto sobre cada filete relleno, el lado cortado hacia abajo. Volver a cubrir y hornear durante 5 minutos adicionales. Poner los filetes rellenos sobre un plato caliente y cubrir sin apretar. Colar el líquido de cocción y reducir a la mitad, a fuego alto. Agregar la crema líquida y reducir a la mitad otra vez. Cubrir los filetes rellenos con la salsa y decorar con cebollinos picados.

Información nutricional por porción:

Calorías 444 (39 % de grasa) • Proteínas 44 g • Carbohidratos 20 g • Grasa 18 g • Grasa saturada 8 g • Colesterol 232 mg • Sodio 598 mg • Fibra 1 g



Pizza de tomates frescos, queso y pesto

Deliciosa pizza estival, especialmente si la prepara con pesto casero y tomates del jardín.
Rinde 2 pizzas de 11-14 pulgadas (28-35 cm) o 4 pizzas de 8-9 pulgadas (20-22 cm)
Preparación: 1 hora para la masa de pizza;
20 minutos + 12 minutos para hornear y enfriar

1	receta de masa de pizza (página 36)	2	onzas (55 g) de queso Fontina	4	cucharadas de pesto casero (receta en la página 44)	2	cucharaditas de aceite de oliva virgen extra	Harina de maíz para enharinar la pala de pizza o la placa para horno.
12	onzas (340 g) de tomates italianos maduros pero firmes	1/2	onza (15 g) de queso Parmesano, en cubitos	3	onzas (55 g) de queso Mozzarella fresco, helado			

Preparar la masa de pizza y dejar leudar. Colocar la rejilla superior del horno a aproximadamente 8 pulgadas (20 cm) del techo del horno. Si usa una piedra de hornear, ponela en el horno. Precalentar el horno a 500 °F (190 °C).

Poner a hervir 6 tazas (1.4 L) de agua en una cacerola mediana. Cortar una "X" debajo de cada tomate. Escaldar los tomates en agua hirviendo durante 30 segundos, y luego sumergirlos inmediatamente en agua helada. Cuando estén lo suficientemente fríos, quitar la piel. Cortar el lado del tallo y reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el queso Parmesano en la boca de llenado y procesar durante 15 segundos; dejar el queso en el bol. Instalar el disco triturador y rallar el queso Mozzarella y el queso Fontina. Reservar. Instalar el disco rebanador. Colocar los tomates en la boca de llenado, una por una, y cortar en rodajas, usando presión ligera. Poner las rodajas sobre tres capas de toallas de papel para absorber el jugo.

Una vez leudada, aplastar la masa para desinflarla y dividirla en 2 ó 4 porciones. Dejar reposar durante 10 minutos. Estirar cada porción de masa con un rodillo hasta formar un disco del tamaño deseado. Colocar el disco sobre una pala de pizza enharinada con harina de maíz. Cepillar la orilla con aceite de oliva. Esparcir el pesto hasta ¾ pulgada (2 cm) de la orilla, usando una espátula larga. Usar 3 cucharadas de pesto por pizza de 14 pulgadas (35 cm) o 1 ½ cucharada de pesto por pizza de 9 pulgadas (22 cm). Esparcir el queso uniformemente encima de cada pizza. Disponer las rodajas de tomate encima.

Deslizar suavemente la pizza sobre la piedra de hornear o la placa para horno. Meter al horno por 5 minutos. Después de este tiempo, girar la piedra/placa para lograr una cocción uniforme. Hornear durante 3-6 minutos sobre una rejilla antes de cortar.

Información nutricional por porción:
Calorías 367 (35 % de grasas) • Proteínas 14 g • Carbohidratos 45 g • Grasa 15 g • Grasa saturada 6 g • Colesterol 25 mg • Sodio 723 mg • Fibra 3 g

homogénea. Agregue los condimentos (vainilla, especias, cacao, etc.) y el líquido; procese hasta obtener una mezcla suave. Agregue los ingredientes secos.

Presione repetidamente el botón PULSE, averiguando el resultado después de cada pulsación. Deje de pulsar después de haber incorporado los ingredientes secos. Si procesa demasiado la masa, el pastel será duro. Nota: si la receta requiere ingredientes picados gruesos (por ej. pasas o nueces), agregue éstos al mismo tiempo como los ingredientes secos.

Cómo procesar harinas preparadas para pasteles:

Su procesadora de alimentos es lo suficientemente grande como para procesar un paquete de 18.5 onzas (525 g) de harina preparada.

Instale la cuchilla de metal y coloque la harina preparada en el bol. Presione el botón ON, agregue los huevos y el líquido por el empujador pequeño y procese durante 5 segundos.

Raspe el bol y procese durante 1 minuto adicional. No retire la cuchilla de metal.

Introduzca el dedo en la abertura debajo del bol para mantener la cuchilla en su puesto al vaciar el bol.

Consejo:

Después de vaciar el bol, regréselo sobre el bloque-motor y PULSE una vez; esto despegará los alimentos de la cuchilla.

Retire la cuchilla y raspe el bol con una espátula.

USOS DEL DISCO REBANADOR Y DEL DISCO TRITURADOR PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Véase las instrucciones de ensamblaje.

Frutas y vegetales redondos (cebollas, manzanas, etc.):

Corte la parte inferior de la fruta o del vegetal para que repose recta sobre el disco.

Coloque los alimentos en la boca de llenado, lo más posible hacia la izquierda para que no muevan durante el procesamiento.

Elija frutas maduras, pero firmes. Siempre retire las colas, pepas, huesos y semillas antes de procesar. No es necesario quitar las pepas de los cítricos. Pele la cáscara si desea.

Para cortar pimientos dulces en rodajas:

Quite el tallo y corte el lado del tallo recto. Quite el corazón y las semillas con una cuchara. No corte el otro lado del pimiento. Esto producirá rodajas más redondas y uniformes.

Cómo rebanar frutas grandes como piña:

Corte un lado recto y quite el corazón o las semillas/pepas. Corte cada mitad en pedazos más pequeños si fuera necesario.

Cómo rallar col y lechuga:

Corte la parte de arriba y la de abajo, y luego córtela verticalmente por la mitad. Quite el corazón y corte la verdura en pedazos más pequeños si fuera necesario.

El disco rebanador de 2 mm y el disco rebanador de 1 mm (opcionales) son perfectos para rebanar col para hacer ensalada.

Si no cabe en la boca de llenado, procure introducir por la parte de abajo, donde la abertura es más ancha.

Posicione los alimentos según el resultado deseado:

horizontalmente para obtener rodajas largas; verticalmente para obtener ralladura/rodajas cortas.

Apretuje los alimentos en la boca de llenado, pero no la sobrecargue.

Siempre use el empujador para empujar los alimentos.

Nunca introduzca los dedos ni algún utensilio en la boca de llenado.

Nunca empuje el empujador con mucha fuerza. Emplee presión leve para empujar el queso y los alimentos suaves (bananos, champiñones, fresas, tomates). Emplee presión moderada para empujar los

evitar que la cuchilla se caiga al vaciar el bol:

Cerciórese que sus manos están secas.

Agarre la cuchilla por el eje de plástico

y retirela del bol antes de vaciar éste. La

cuchilla debe quedar en el fondo del bol. O

bien: introduzca el dedo en el orificio debajo

del bol y mantenga la cuchilla en su puesto

al vaciar el bol. También puede sostener

la cuchilla por el eje con su dedo o una

espátula mientras vacía el bol.

USOS DE LA CUCHILLA PICADORA/MEZCLADORA/ AMASADORA

TÉCNICAS PARA PICAR/ HACER PURÉ

Cómo picar frutas/vegetales crudos:

Corte los alimentos en pedazos de 1 pulgada

(2,5 cm). esto producirá resultados más

uniformes.

No exceda la capacidad máxima del bol

(véase la tabla en la página 2). Cierre la tapa.

Presione el botón PULSE repetidamente,

hasta que los alimentos estén picados

grueso. Para obtener una consistencia más

fina, mantenga oprimido el botón PULSE

hasta conseguir el resultado deseado.

Averigüe la consistencia a menudo. Raspe el

bol con una espátula si es necesario.

Cómo hacer puré de frutas/vegetales

cocidos:

Corte los alimentos en pedazos de 1 pulgada

(2,5 cm), esto producirá resultados más

uniformes.

No exceda la capacidad máxima del bol

(véase la tabla al principio de este manual

de instrucciones). Cierre la tapa. Presione

el botón PULSE repetidamente para picar

grueso, y luego presione el botón ON y

procesar hasta obtener la consistencia

deseada. **NOTA:** no haga puré de papas

usando este método; la cuchilla de metal

produce una textura pegajosa.

Para hacer cremas, cocer los vegetales en

agua/caldo. Coloque solamente los vegetales

en el bol. Conseguirá resultados más suaves,

mas rápidamente, sin no añadir líquido.

Luego, agregue la cantidad de líquido de

INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN

- no se pondrá en marcha al presionar solamente el botón DOUGH. También debe presionar el botón ON.
5. Para apagar el aparato, oprima el botón OFF.
- Procure practicar con zanañorias o calabacines antes de procesar los alimentos que desea comer. Primero, corte los alimentos en pedazos uniformes de 1 pulgada (2,5 cm).

- Coloque el bol sobre el bloque-motor, con el asa ligeramente a la izquierda del centro. Gire en sentido antihorario para sujetar.
 - Instale la cuchilla picadora/mezcladora y coloque los ingredientes en el bol. Cierre la tapa, girando en sentido antihorario. Introduzca el empujador en la boca de llenado.
- Oprima y luego suelte el botón PULSE 2-3 veces. Permita que los alimentos bajen al fondo del bol antes de volver a presionar el botón PULSE; esto los pone en la trayectoria de la cuchilla.

- Utilizar la función de pulso evita sobre-procesar los alimentos. Averigüe la textura de los alimentos a menudo. Siga pulsando hasta obtener la consistencia deseada. Ciertos alimentos, como las cebollas, suelen licuarse muy rápidamente; averigüe su textura después de cada pulsación.
- Intente picar otros alimentos, como carne para hamburguesas o salchichas. Luego, prepare mayonesa, masa de hojaldre o pan, según se describe en la sección siguiente. Para obtener resultados consistentes:

- Utilice pedazos del mismo tamaño.
 - No exceda la capacidad máxima del bol (véase la página 2).
- Espera hasta que el motor se haya detenido completamente antes de abrir la tapa. Cuando la cuchilla deje de girar, abra la tapa, girando en sentido horario.

Retire el bol de la base antes de retirar la cuchilla; esto creará un sello que evitara los derrames. Gire el bol en sentido horario y álcelo para retirarlo de la base.

Utilice uno de los métodos siguientes para

FUNCIONES

PULSE (pulso)

1. Ensamble el aparato según se describió en las instrucciones de ensamblaje. Ponga los ingredientes en el bol. Oprima repetidamente el botón PULSE, hasta obtener la consistencia deseada.
2. Retire el empujador e introduzca los alimentos en la boca de llenado (véase las instrucciones de preparación de los alimentos para rebanar o rallar).
3. Introduzca el empujador en la boca de llenado y presione el botón ON. El indicador luminoso se encenderá y el aparato se pondrá en marcha.
4. Presione firmemente el empujador para empujar los alimentos.
5. Coloque la tapa sobre el bol, con la boca de llenado ligera a la izquierda del centro. Gire en sentido antihorario para sujetar.
6. Introduzca el empujador en la boca de llenado.
7. Enrolle el exceso de cable debajo de la base.
8. El aparato está listo.

ON (encendido continuo)

1. Ensamble el aparato según se describió en las instrucciones de ensamblaje.
2. Retire el empujador e introduzca los alimentos en la boca de llenado (véase las instrucciones de preparación de los alimentos para rebanar o rallar).
3. Introduzca el empujador en la boca de llenado y presione el botón ON. El indicador luminoso se encenderá y el aparato se pondrá en marcha.
4. Presione firmemente el empujador para empujar los alimentos.
5. Saque el empujador y vuelva a llenar la boca de llenado. El aparato se volverá a encender al introducir el empujador en la boca de llenado otra vez.
6. Para apagar el aparato, oprima el botón OFF.

DOUGH (amasado)

1. Coloque todos los ingredientes en el bol.
2. Cierre la tapa.
3. Oprima el botón DOUGH; el indicador luminoso se encenderá.
4. Presione el botón ON o PULSE para amasar. El indicador luminoso se encenderá.
5. El botón DOUGH funciona conjuntamente con el botón ON. La máquina

LA MÁQUINA INCLUYE:

1. Bloque-motor con controles electrónicos

fáciles de usar

2. Bol de 1 tazas (2,6 L)

3. Tapa con boca de llenado extragrande

4. Juego de empujadores

5. Cuchilla picadora/mezcladora/amasadora

muuy afilada.

6. Disco rebanador

7. Disco triturador/rallador

8. Adaptador removible para discos (no

ilustrado)

9. Espátula de plástico (no ilustrada)

10. Sin BPA (no ilustrado)

Ninguna de las piezas en contacto con los

alimentos contiene bifenol A (BPA).

La cuchilla picadora/mezcladora es capaz de

picar frutas y vegetales frescos y cocinados, carne, pescado y queso a la consistencia

que usted desea, desde grueso hasta fino o molido. Pica nueces, prepara mantequillas

de nueces, mayonesa y salsas, y amasa

masa de hojaldre.

Mezcla mezclas de pasteles, coberturas/

glaseados, galletas, panes sin levadura, "muffins" y bizcochos. También amasa masa

con levadura.

El disco rebanador produce rodajas/

rebanadas/tajadas hermosas y uniformes, con orillas definidas. Es ideal para rebanar

frutas/vegetales enteros, carne cocida, carne cruda semi-congelada y barras de pan.

El disco triturador es capaz de triturar/rallar la mayoría de los quesos firmes y duros,

produciendo un rallado largo y atractivo. También tritura vegetales como papas,

zanahorias y calabacines y muele nueces y chocolate.

El adaptador removible trabaja con ambos discos, para un almacenamiento compacto.

El juego de empujadores tiene dos piezas:

1. Un pequeño empujador removible, que encaja en el centro del empujador grande

La boca de llenado angosta en el centro del empujador grande para procesar

alimentos finos como zanahorias, o añadir líquido o ajo sin interrumpir el proceso.

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLAJE

2. Un empujador grande que cabe en la boca de llenado Cuisinart® Supreme®. El empujador grande hace contacto con el mecanismo de arranque en el centro del asa del bol, haciendo que el motor se ponga en marcha.

Uso de la cuchilla picadora/mezcladora:

1. Conecte el cable a la toma de corriente y

coloque el bol sobre la base, con el asa ligeramente a la izquierda del centro. Gire

el bol en sentido antihorario para sujetar.

2. **Agarre CUIDADOSAMENTE** e instale

la cuchilla deseada sobre el eje central, haciendo coincidir las marcas sobre el

eje de la cuchilla con las marcas sobre el árbol del motor. La cuchilla debería quedar

ajustada, en el fondo del bol.

3. Coloque los ingredientes deseados en el bol.

4. Coloque la tapa sobre el bol, con la boca de llenado ligeramente a la izquierda del

centro. Gire en sentido antihorario para sujetar.

5. Introduzca el juego de empujadores en la boca de llenado.

6. El aparato está listo.

Discos

1. Conecte el cable a la toma de corriente y

coloque el bol sobre la base, con el asa ligeramente a la izquierda del centro. Gire

el bol en sentido antihorario para sujetar.

2. Elija el disco deseado y colóquelo sobre la mesa, el lado que corta apuntando

coincidir con la placa de montaje (la mediana de plástico) debajo del disco.

El indicador de cierre del adaptador debe encontrarse a la izquierda de la placa de

montaje.

3. Gire el adaptador en sentido horario para sujetar (las patas encajarán debajo de los

soportes de metal).

INTRODUCCIÓN

Le felicitamos por haber comprado la procesadora de alimentos de 11 tazas (2,6 L) Cuisinart® Premier Series. Producto del creador de la "procesadora americana" por excelencia, Cuisinart, este robot de cocina es la última herramienta de preparación de alimentos.

La procesadora de 11 tazas (2,6 L) Cuisinart® Premier Series tiene todos los elementos de calidad que destacan los aparatos Cuisinart, incluso un potente motor, la ancha boquilla de llenado Supreme® y la garantía más larga en la industria.

• **La boca de llenado Cuisinart® Supreme®** permite rebanar frutas y vegetales enteros, sin cortarlos previamente

• **Función para amasar Cuisinart® Dough.** Su procesadora cuenta con una velocidad exclusiva para amasar que le permitirá preparar masas perfectas en tan solo segundos. Esta característica, junta con un amplio surtido de cuchillas y discos, hace de su procesadora de alimentos un aparato exclusivo de primera calidad.

Cuchilla picadora/ mezcladora/ amasadora



Disco rebanador 4 mm



Disco triturador/ rallador medio



Juego de empujadores (grande y pequeño)



Tapa con ancha boca de llenado Cuisinart® Supreme®



Bol de 11 tazas (945 ml)



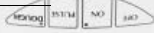
Árbol del motor (no ilustrado)



Espátula

Bloque-motor

Panel de control electrónico



Espacio para guardar el cable (no ilustrado)

Lea todas las instrucciones cuidadosamente antes

de usar este aparato.

MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Al usar aparatos eléctricos, siempre debe tomar precauciones básicas de seguridad, incluso las siguientes:

Preparación

1. Lea todas las instrucciones.

2. Las cuchillas son muy filosas; manipúlalas con sumo cuidado.

3. **Desconecte el aparato cuando no está en uso, antes de instalar/sacar piezas, antes de vaciar el bol y antes de limpiarlo. Para desconectar el cable de la toma de corriente, agárrelo por la clavija; nunca jale el cable.**

4. No lo utilice en exteriores.

5. No permita que el cable cuelgue del borde de la encimera o de la mesa, ni que haga contacto con superficies calientes.

6. No utilice este aparato si el cable o la clavija estuviesen dañados, si no funcionase

debidamente, si estuviese dañado, o después de que se hubiese caído al piso o al agua; regreselo a un centro de servicio autorizado para su revisión, reparación o ajuste.

Operación

1. Para reducir el riesgo de herida seria o de daño al aparato, mantenga las manos y los utensilios alejados de la cuchilla o del disco durante el funcionamiento. Se podrá usar una espátula de goma, siempre que el aparato esté apagado.

2. Evite el contacto con las piezas móviles. Nunca introduzca la mano en la boca de llenado; siempre use el empujador.

3. Espere hasta que el motor se haya detenido completamente antes de quitar la tapa. Si el motor no se detiene dentro de 4 segundos después de sacar el [juego de empujadores, desconecte el aparato y llame al 1-800-726-0190 para asistencia. No utilice el aparato.

4. No guarde las cuchillas o los discos en el bol. Para prevenir el riesgo de heridas, nunca instale la cuchilla o el disco antes de haberse asegurado de que el bol esté debidamente instalado. Guarde los accesorios fuera del alcance de los niños.

5. Asegúrese de que la tapa esté debidamente puesta y de que el empujador esté

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES PARA USO DOMÉSTICO SOLAMENTE

contra de esta función de seguridad.

Como medida de seguridad, se podrá enchufar de una sola manera en la toma de corriente polarizada. Si no entrara en la toma de corriente, inviértela. Si aun no entrara completamente, comuníquese con un electricista. No intente ir en que otra).

AVISO: el cable de este aparato está dotado de una clavija polarizada (una pata es más ancha que otra).

un armario/gabinete. Dejar el aparato conectado presenta un riesgo de incendio, especialmente si éste toca las paredes o la puerta del armario/gabinete/gabinete cuando cierra.

desconecte el aparato antes de guardarlo en un armario/gabinete. Siempre

7. No haga funcionar el aparato debajo o dentro de un armario/gabinete.

8. La potencia nominal máxima (5.5 amp) está basada en el accesorio que consume más electricidad; otros accesorios pueden utilizar menos electricidad.

9. Nunca guarde el aparato con el [juego de empujadores en la posición de bloqueo.

10. El uso de accesorios no recomendados o vendidos por Cuisinart puede provocar un incendio, un choque eléctrico o una herida.

11. No utilice este aparato bajo el efecto del alcohol u otra sustancia que afecte su tiempo de reacción o su percepción.

12. Este aparato está homologado por UL para uso doméstico. Utilícelo únicamente con el propósito para el cual fue diseñado, según se describe en este manual de instrucciones.

Pautas generales

1. Supervise el uso de este aparato cuidadosamente cuando esté usado por o cerca de niños.

Limpieza

Para reducir el riesgo de electrocución, no coloque el bloque-motor en agua u otro líquido.

2. No intente forzar el mecanismo de seguridad de la tapa.

3. Completamente engranado antes de poner el aparato en marcha.

Capacidades recomendadas	1
Instrucciones de desembalaje	2
Medidas de seguridad importantes	4
Introducción	5
Piezas.....	6
Instrucciones de ensamblaje	6
Funciones	7
Instrucciones de operación.....	7
Usos de la cuchilla picadora/mezcladora/amasadora.....	8
Técnicas para picar/hacer puré	
Usos del disco rebanador y del disco triturador	11
Preparación de los alimentos.....	12
Ejercicios de práctica.....	11
Cómo retirar los alimentos del bol	12
Técnicas para rebanar/rallar.....	12
Cómo cortar carne/aves en tajadas	12
Cómo procesar quesos.....	13
Técnicas para amasar	14
Resolución de problemas – masa de pan	15
Resolución de problemas – masa dulce	16
Especificaciones técnicas	17
Limpieza y mantenimiento	17
Para su seguridad	18
Garantía.....	18
Recetas	21

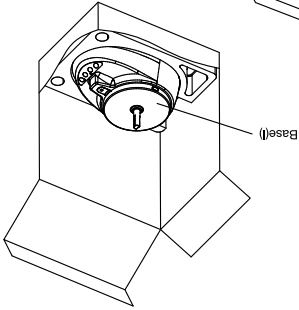
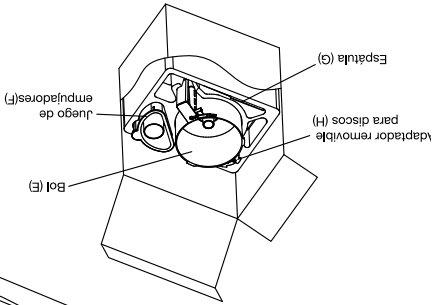
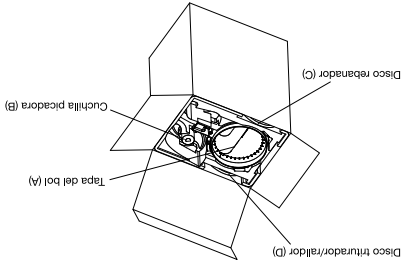
IMPORTANTES INSTRUCCIONES DE DESEMBALAJE

Esta caja incluye la procesadora de alimentos de 11 tazas (2.6 L) Cuisinart® Premier Series y sus accesorios: bol, tapa, empujadores, cuchilla picadora/mezcladora, disco rebanador, disco triturador, adaptador removible para discos, espátula y manual de instrucciones/libro de recetas.

PRECAUCIÓN: LAS HERRAMIENTAS DE CORTE SON MUY AFILADAS.

Para prevenir las heridas, desembale el aparato cuidadosamente, siguiendo las instrucciones siguientes:

1. Ponga la caja sobre una superficie llana y amplia, como una mesa o una encimera. Asegúrese de que la caja esté del lado correcto, no de cabeza.
2. Retire el inserto de cartón. En la caja, encontrará un bloque rectangular de espuma de poliestireno que contiene las piezas de la procesadora.
3. El manual de instrucciones/libro de recetas se encuentra encima de la tapa del bol. Sáquelo primero.
4. La tapa del bol (A) se encuentra en el centro del bloque de espuma de poliestireno. Sáquela después.
5. La cuchilla picadora (B) se encuentra adentro de una cavidad. Sáquela después.
6. El disco rebanador (C) se encuentra en el costado largo del bloque de espuma de poliestireno el disco triturador (D) se encuentra en el costado opuesto. Sáquelos CON SUMO CUIDADO; LOS FILLOS SON MUY CORTANTES.



NOTA: Le aconsejamos que llene el

formulario de registro disponible en

www.cuisinart.com a fin de facilitar la

verificación de la fecha de compra original.

PARA RETIRAR LA CUCHILLA: ALCE

LA CUCHILLA CUIDADOSAMENTE,

SOSTENIÉNDOLA POR EL EJE DE

PLÁSTICO. NUNCA TOQUE LOS

FILLOS DE LAS CUCHILLAS; SON MUY

AFILADOS.

7. Retire el bloque de espuma de poliestireno.
8. Saque el bol (E), el juego de empujadores (F), la espátula (G) y el adaptador removible para discos (H) del bloque de espuma de poliestireno central.
9. Retire el bloque de espuma de poliestireno del medio.
10. El bloque-motor (I) se encuentra en el fondo de la caja. Agárrelo con las dos manos, alce y póngalo sobre la mesa/encimera.
11. Coloque el bol sobre el bloque-motor, el asa apuntando hacia la izquierda; sujeter. Lea todas las instrucciones cuidadosamente antes de usar el aparato.
12. Le aconsejamos que guarde el material de embalaje; puede ser útil.

Capacidad del bol	
ALIMENTO	CAPACIDAD
Frutas y vegetales picados	1 1/2 tazas (2.6 L) - el peso varía según los alimentos
Carne, pescado o marisco picado o molido	1 1/2 libra (795 g) de carne, cortada en cubitos y refrigerada
Masa de pan	5 tazas (625 g) de harina común - rinde dos barras de 1 1/4 libra (570 g); 2 1/2 tazas (300 g) de harina común y 2 1/2 tazas (310 g) de harina integral - rinde dos barras de 1 1/4 libra (570 g); 2 3/4 tazas (330 g) de harina integral (sin harina blanca añadida) para las recetas especiales
Masa de pizza	4 1/2 tazas (560 g) de harina común - rinde 2 1/2 libras (1.1 kg) de masa de pizza (suficiente para 4 pizzas de 12-14 pulgadas/30-35 cm)
Mantequilla de frutas secas (por ejemplo mani)	2-4 tazas (290-580 g) de nueces
Queso, frutas o vegetales rebanados o rallados	1 1/2 tazas (2.6 L) - el peso varía según los alimentos
Mezcla para pastel	Un paquete de 18.5 onzas (535 g) de harina preparada o mezcla casera para 4 capas de 8 pulgadas (20 cm)
Mezclas fluidas (por ej. mezcla para "quiche" o tarta de queso)	2 3/4 taza (650 ml)
Mezclas espesas	5-6 tazas (1.2-1.4 L)
Puré de frutas o de vegetales cocidos	8 tazas (1.5 kg) de vegetales cocidos; rinde 5 1/2-6 tazas (1.3-1.4 L) de puré
Puré de frutas frescas (frutas del bosque, kiwis, duraznos, etc.)	8 tazas (1.5 kg) de frutas frescas; rinde 5-6 tazas (1.2-1.4 L) de puré

Cuisinart®

INSTRUCCIONES Y LIBRO DE RECETAS



Procesadora de alimentos de
11 tazas (2.6 L) Premier Series

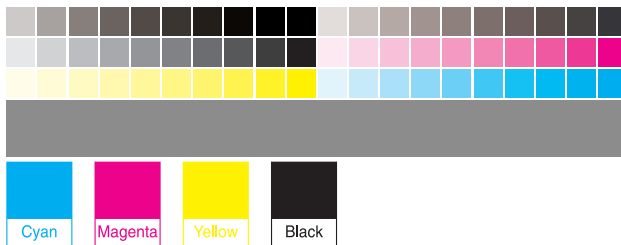
Serie DLC-2011N

Para su seguridad y para disfrutar plenamente de este producto, siempre lea las instrucciones cuidadosamente antes de usarlo.

Version No: DLC2011N IB-5054-ESP
Fold Size: 210x148MM Number of Page:138PP
Material: 105g gloss artpaper for whole book
Coating: Gloss varnishing in cover
Color(Front): Cover:4C(CMYK)+1C(black)
(Back): Inside:1C(black)+ 1C(black)
Date: 20-OCT-2015 Co-ordinator:Astor You/Linda Quyang

Hugo Description

PDF version: DLC2011N IB-5054-ESP(0.0)
Hugo Code: SMT0412 IB-1-1 Operator:CW
Hugo Diecut: IRP:BBJ
Hot Stamping: Spot UV: Embossing:
Remark: Quality Request(1)



©2015 Cuisinart
150 Millford Road, East Windsor, NJ 08520
Impreso en China
15CE015934
Todas marcas registradas o marcas de comercio mencionadas
en esta pertenecen a sus titulares respectivos.

Maşa exesivament pegajosa puede alzar la cuchilla. Si la masa parece muy pegajosa, vuelva a instalar la cuchilla y agregue inmediatamente 2 cucharadas de harina por la boca de llenado, sin apagar la máquina.

La masa no deja el bol limpio:

- Puede que la cantidad de masa exceda la capacidad máxima. Divida la masa en dos porciones y amase cada porción por separado.

- Puede que la masa esté demasiado seca. Si la masa se desmigaja, añada agua una cucharada (15 ml) a la vez, sin apagar la máquina, y siga procesando hasta que la masa deje de pegarse al bol. Espere 10 segundos después de cada adición.

- Puede que la masa esté demasiado húmeda. Sin apagar la máquina, añada 1 cucharada de harina. Si es necesario, añada más harina, una cucharada (10 g) a la vez, hasta que la masa deje de pegarse al bol y forme una bola.

La masa se enreda en la cuchilla y no está homogénea:

- Divida la masa en 3 porciones y disponga las porciones uniformemente en el fondo del bol. Siga procesando hasta que la masa esté suave y flexible.

La masa parece dura:

- Divida la masa en 2 ó 3 porciones y disponga éstas uniformemente en el fondo del bol. Amasar durante 10 segundos, hasta obtener una masa suave y homogénea.

fuga:

- Siempre encienda la máquina antes de añadir líquido y espere hasta que los ingredientes secos absorban el líquido antes de añadir más.

El motor se apaga:

- Puede que la tapa haya quedado abierta.
- Puede que el cable se haya desconectado de la toma de corriente.

- Puede que la máquina se haya cansado y que el motor haya sobrecalentado. Permita que el motor se enfríe durante 5–10 minutos. Un cortocircuito de seguridad apaga automáticamente el motor en caso de

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS - MASA DULCE

El motor pierde velocidad:

- Puede que la cantidad de masa exceda la capacidad máxima. Divida la masa en dos porciones y amáselas por separado.

La masa no leuda:

Recomendamos que siempre active/fermente la levadura, combinándola con una pequeña cantidad de azúcar y 1/3 taza (75 ml) de líquido tibio (105 °F – 110 °F) (40 °C – 43 °C). Dentro de 10 minutos, la levadura hará espuma, lo que indica que está activa. No utilice levadura después de la fecha de vencimiento.

No utilice agua más caliente; esto podría matar las células de levadura y sobrecalentar la masa. Todo los demás líquidos de la receta deben estar fríos.

Evite procesar la masa durante demasiado tiempo; podría sobrecalentar. La masa debería alcanzar 80 °F (26 °C), pero nunca exceder 100 °F (37 °C).

Deje leudar la masa en un lugar templado de 80–90 °F (26–32 °C).

La masa a base de harina integral demorará más en leudar que la masa a base de harina blanca.

El pan está demasiado pesado/denso:

La próxima vez, averigüe la textura de la masa antes de ponerla a leudar. La masa debe estar suave, flexible y ligeramente pegajosa. Deje leudar la masa al doble de su volumen, en un recipiente o una bolsa, y permita que leude otra vez después de dar forma al pan.

- No procese la masa durante mucho tiempo después de haber incorporado los ingredientes. Las masas ricas producirán buenos resultados después de tan sólo 30 segundos.

La cuchilla no incorpora los

ingredientes:

A menos que la receta requiera mantequilla/margarina derretida, corte la mantequilla en pedacitos. Utilice mantequilla/margarina a temperatura ambiente.

La cuchilla no permanece en el fondo del bol:

Presione la cuchilla para asegurarse de que esté en el fondo del bol. Puede que el bol esté sobrecargado. Divida la masa en dos porciones y amase cada porción por separado.

El motor se apaga:

Véase el comentario en la página anterior.

La masa no leuda:

Véase el comentario en la página anterior.

Siempre instale la cuchilla antes de agregar los ingredientes al bol.

Siempre use los empujadores para empujar los alimentos. Nunca introduzca los dedos o algún utensilio en la boca de llenado.

Siempre espere hasta que la cuchilla o el disco estén totalmente inmóviles antes de abrir la tapa o sacar el empujador.

Siempre desenchufe el aparato antes de retirar los alimentos del bol, limpiar el aparato, instalar o sacar piezas.

Siempre retire el bol de la base antes de sacar la cuchilla.

Tenga cuidado de no dejar caer la cuchilla al vaciar el bol. Retire la cuchilla antes de vaciar el bol, o manténgala en su lugar con su dedo, una espátula o una cuchara.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

El motor de su procesadora de alimento funciona con corriente estándar. Las

especificaciones eléctricas del aparato están indicadas en la etiqueta debajo de la base.

Un interruptor de seguridad apagará automáticamente en motor en caso de sobrecalentamiento. Esto puede ocurrir cuando procesa mezclas espesas durante un tiempo prolongado o cuando usa el aparato sin interrupción durante un tiempo excesivo. Si esto ocurre, desconecte el aparato y permita que se enfríe durante 10 minutos o más (hasta una hora en casos extremos).

Un mecanismo de seguridad impide que el aparato se ponga en marcha a menos que el bol y la tapa estén debidamente asegurados. El motor de la procesadora se apaga muy rápidamente después de apagar el aparato y se detiene automáticamente al sacar el juego de empujadores de la boca de llenado.

Cuisinart ofrece una garantía limitada de tres años sobre este aparato.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Mantenga su procesadora de alimentos en la encimera, para siempre tenerla lista.

Desenchufe el aparato cuando no está en uso. Guarde los accesorios fuera del alcance de los niños. Las cajas de almacenamiento (opcionales) permiten guardar los accesorios de manera segura y práctica.

Todas las piezas removibles son aptas para lavavajillas (recomendamos que las lave en el nivel superior del lavavajillas).

El intenso calor del agua en el nivel inferior del lavavajillas puede dañar el bol y la tapa. Ponga el bol al revés para evitar que se llene de agua durante el ciclo de lavado. Tenga cuidado al retirar la cuchilla y los discos del lavavajillas.

Le recomendamos que enjuague todas las piezas inmediatamente después del uso, ya que alimentos secos podrían dificultar la limpieza. El orificio en el fondo del empujador grande permite que el agua escurra y facilite la limpieza. Si alimentos quedaron atrapados adentro del empujador, enjuague éste en agua o límpielo con un cepillo para botella.

PARA SU SEGURIDAD

Su aparato, como todos los electrodomésticos, debe usarse con cuidado. Para prevenir los riesgos de herida resultantes de un mal uso, siga estas reglas de seguridad. Manipule la cuchilla y los discos con sumo cuidado; sus filos son muy cortantes. Siempre coloque el disco sobre una superficie plana y estable antes de conectar el adaptador removible.

Asegúrese de que el bol esté debidamente instalado antes de instalar la cuchilla o el disco. Inserte la cuchilla o el disco completamente, lo más bajo que encaje.

GARANTÍA PLENA DE DIEZ AÑOS SOBRE EL MOTOR

Esta garantía es para los consumidores solamente. Usted es un consumidor si ha comprado su aparato Cuisinart® en una tienda, para uso personal o casero. Esta garantía no es para los detallistas u otros comerciantes. Cuisinart garantiza este aparato contra todo defecto de materiales o fabricación durante 3 años después de la fecha de compra original, siempre que el aparato haya sido utilizado para uso doméstico y según las instrucciones.

Cuisinart garantiza el motor este aparato contra todo defecto de materiales o fabricación durante 10 años después de la fecha de compra original, siempre que el aparato haya sido utilizado para uso doméstico y según las instrucciones. La garantía sobre el motor cubre el motor y excluye las otras piezas del bloque-motor, como la carcasa de plástico, el bol, la tapa, las cuchillas, el árbol del motor o los componentes eléctricos. Le aconsejamos que llene el formulario de registro disponible en www.cuisinart.com a fin de facilitar la verificación de la fecha de compra original. Sin embargo, no es necesario registrar el producto para recibir servicio bajo esta garantía. En ausencia del recibo de compra, el período de garantía será calculado a partir de la fecha de fabricación.

Si este aparato presentara algún defecto de materiales o fabricación durante el período de

Si desea lavar las cuchillas y los discos a mano, haga esto con mucho cuidado. No los deje en agua jabonosa, donde los pueda perder de vista. Para limpiar la cuchilla, llene el bol con agua jabonosa. Instale la cuchilla en el bol y, sosteniéndola por el eje de plástico, muévela rápidamente y repetidamente desde arriba hasta abajo. También puede usar la ducha del fregadero. Utilice un cepillo si es necesario.

El bol es de polícarbonato, un material inastillable y resistente al calor. No es apto para microondas.

CONSEJO: cuando prepare una comida entera con el aparato, prepare los platos que requieren menos ingredientes líquidos/frescos primero. Por ejemplo, empuje con el pan; de esta manera, no necesitará limpiar el bol para preparar la ensalada. En muchos casos, limpiar el bol con papel absorbente entre las recetas es suficiente. Algunos alimentos duros pueden rallar el bol. Es el caso del hielo, de las especias enteras, de los granos de café y de algunos aceites. Si le gusta preparar sus propias mezclas de especias, es buena idea comprar otro bol solamente para esto.

La base del aparato está hecha de un plástico resistente a impacto. El acabado lucirá nuevo durante años. Limpie la base con una esponja ligeramente humedecida durante el uso. Los pies de goma de la base mantienen el aparato estable sobre la mayoría de las superficies cuando esté en marcha. Si los pies dejan marcas en la encimera, rocíe producto quitamanchas y limpie la zona con una esponja humedecida. Si esto no soluciona el problema, vuelva a limpiar la encimera con un limpiador en polvo no abrasivo. Secar bien. Para limpiar el interior del adaptador removible, deslice el botón de liberación hasta arriba y manténgalo en esta posición mientras enjuaga el interior del adaptador.

IMPORTANTE: no guarde la cuchilla o los discos sobre el árbol del motor. Instale la cuchilla o el disco en el momento de usarlo únicamente. **Mantenimiento:** cualquier otro servicio debe ser realizado por un técnico autorizado.

reemplazo, manejo y envío de los productos defectuosos durante el periodo de garantía.

Advertencia:

la procesadora de alimentos de 11 tazas (2.6 L) Cuisinart® y sus accesorios han sido cuidadosamente diseñados y fabricados con materiales de alta calidad, para asegurar su satisfacción y seguridad.

Aunque accesorios vendidos por otros fabricantes pueden ser compatibles con ella, su uso puede provocar heridas graves.

Por ejemplo, usar un accesorio exprimidor de otra marca con su máquina puede dejar la cuchilla o el disco al descubierto. También le avisamos de no usar la tapa/boca de llenado con otra máquina.

Si tiene preguntas acerca de este aparato o de cualquier otro producto Cuisinart® llame al nuestro servicio de atención al cliente.

ANTES DE HACER REPARAR SU APARATO

Si este aparato presentara algún defecto de materiales o fabricación durante el periodo de garantía, la repararemos o reemplazaremos (a nuestra opción). Para obtener servicio bajo esta garantía, llame a nuestra línea directa gratuita al 1-800-726-0190 o regrese el aparato defectuoso a: Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd., Glendale, AZ 85307. Regrese el aparato defectuoso, junto con su recibo de compra y un cheque o giro postal de US\$10.00 por gastos de manejo y envío. Los residentes de California sólo necesitan dar una prueba de compra y deben llamar al 1-800-726-0190 para recibir instrucciones de envío. Recuerde incluir su nombre, dirección y teléfono, la descripción del problema, así como cualquier información pertinente. Sentimos no poder aceptar otras formas de pago. *NOTA: para mayor seguridad, le aconsejamos que mande su paquete por un método de entrega con seguro y seguimiento.

garantía, la repararemos o reemplazaremos (a nuestra opción). Para obtener servicio bajo esta garantía, llame a nuestra línea directa gratuita al 1800-726-0190 o regrese el aparato defectuoso a: Cuisinart, Service Department, 7475 North Glen Harbor Blvd.

Regrese el aparato defectuoso, junto con su recibo de compra y un cheque o giro postal de US\$10.00 por gastos de manejo y envío. Si el problema proviene de un defecto de motor y el aparato sigue bajo garantía, le devolveremos los gastos de manejo en envío.

Los residentes de California sólo necesitan dar una prueba de compra y deben llamar al 1-800-726-0190 para recibir instrucciones de envío. NOTA: para más seguridad, le aconsejamos que mande su paquete por un método de entrega con seguro y seguimiento. Cuisinart no será responsable por los daños ocurridos durante el transporte o por los paquetes mandados a una dirección equivocada. Los productos perdidos y/o lastimados durante el envío no serán cubiertos bajo esta garantía.

Recuerde incluir su nombre, dirección y teléfono, la descripción del problema, el número de serie del aparato, la fecha original de compra, así como cualquier información pertinente.

RESIDENTES DE CALIFORNIA SOLAMENTE

La ley del estado de California ofrece dos opciones bajo el periodo de garantía. Los residentes del estado de California pueden (A) regresar el producto defectuoso a la tienda donde lo compraron o (B) a otra tienda que venda productos Cuisinart® de este tipo. La tienda, a su opción, reparará el producto, independiente, cambiará el producto o reembolsará al consumidor por el precio original del producto, menos la cantidad imputable al uso del producto por el consumidor hasta que éste se dañe. Si estas dos opciones no satisfacen al consumidor, podrá llevar el aparato a un centro de servicio independiente, siempre que se pueda ajustar o reparar el aparato de manera económica. Cuisinart será responsable por los gastos de servicio, reparación, reemplazo o reembolso de los productos defectuosos durante el periodo de garantía.

Los residentes de California también pueden, si lo desean, mandar el aparato defectuoso directamente a Cuisinart para que lo reparen o lo cambien. Para esto, se debe llamar a nuestro servicio posventa al 800-800-726-0190. Cuisinart será responsable por los gastos de reparación,

Esta garantía excluye expresamente los daños causados por accesorios, piezas o reparaciones no autorizados por Cuisinart, así como los daños causados por el uso de un convertidor de voltaje. Esta garantía no cubre el uso institucional o comercial del producto, y no es válida en caso de daños causados por mal uso, negligencia o

Pizza Margarita

A veces, las mejores cosas son las más simples.

Rinde 3 pizzas de 12–14 pulgadas (30–35 cm)

Preparación: 1 hora para la masa de pizza + 20 minutos + 12 minutos para hornear y enfriar

1	receta de masa de pizza	1	taza (235 ml) de nuestra salsa marinara (receta en la página 50), reducida	
9	onzas (255 g) de queso Mozzarella fresco, helado	1 1/2	cucharada de aceite de oliva virgen extra	
1/2	taza (30 g) de hojas de albahaca fresca			

Preparar la masa de pizza y dejar leudar. Colocar la rejilla superior del horno a aproximadamente 8 pulgadas (20 cm) del techo del horno. Si usa una piedra de hornear, ponerla en el horno. Precalentar el horno a 500 °F (190 °C).
Instalar el disco triturador; rallar la Mozzarella. Reservar. Apilar 12 hojas de albahaca, hacer un rollo y rebanar finamente. Repetir con el resto de las hojas. Esto se llama una "chiffonade". Reservar.
Una vez leudada, aplastar la masa para desinflarla y dividirla en 3 porciones iguales. Dejar reposar por 10 minutos. Estirar cada porción de masa con un rodillo hasta formar un disco del tamaño deseado.
Colocar la masa sobre una pala de pizza o la parte de abajo de una placa para horno espolvoreada con harina de maíz (también puede estirar la masa sobre una placa perforada). Cepillar la orilla con aceite de oliva. Usando una espátula larga, esparcir 1/3 taza (80 ml) de la salsa de tomate sobre la pizza grande, o 2 1/2 cucharadas sobre cada pizza individual. Esparcir un cuarto de la albahaca rebanada y la Mozzarella rallada encima.
Deslizar suavemente la pizza sobre la piedra de hornear o la placa para horno. Meter al horno por 5 minutos. Después de este tiempo, girar la piedra/placa para lograr una cocción uniforme. Hornear durante 3–6 minutos adicionales, hasta dorarse la orilla. Retirar del horno, esparcir el resto de la albahaca y dejar enfriar durante 2–3 minutos sobre una rejilla antes de cortar. Repetir con las pizzas restantes.

Información nutricional por porción:

Calorías 313 (28 % de grasa) • Proteínas 12 g • Carbohidratos 44 g • Grasa 9 g • Grasa saturada 4 g • Colesterol 22 mg • Sodio 727 mg • Fibra 2 g

"Pizza Bianco" con cinco quesos

Una sabrosa combinación de cinco quesos, chalote, ajo y hierbas.
Preparación: 1 hora para la masa de pizza; 20 minutos + 12 minutos para hornear y enfriar
Rinde 3 pizzas de 11–12 pulgadas (28–30 cm) o 6 pizzas de 6 pulgadas (15 cm)

1	receta de masa de pizza (página 36)	3	onzas (85 g) de queso Fontina, helado
2	cucharadas de perejil italiano fresco	2	onzas (55 g) de queso Gruyère, helado
5	hojas grandes de albahaca fresca	1	onza (30 g) de queso Gorgonzola o azul, helado
2½	cucharaditas de tomillo fresco		harina de maíz para enhanar
10	cebollinos ("chives"), en trozos		
1	chalote pequeño		
1	diente de ajo		
¾	onzas (20 g) de queso Parmesano, en pedazos		
6	onzas (55 g) de queso Mozzarella fresco, helado		

Preparar la masa de pizza y dejar leudar. Colocar la rejilla superior del horno a aproximadamente 8 pulgadas (20 cm) del techo del horno. Si usa una piedra de hornear, ponerla en el horno. Precalentar el horno a 500 °F (260 °C).
Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar las hierbas en el bol y procesar durante 10 segundos para picar. Reservar. Encender la máquina, echar el chalote y el ajo en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Raspar el bol. No vaciar el bol. Encender la máquina, echar el queso Parmesano en la boca de llenado y procesar durante aproximadamente 10 segundos. No vaciar el bol. Instalar el disco triturador y rallar la Mozzarella, el queso Fontina, el Gruyère y el Gorgonzola, usando presión moderada; reservar. Revolver el queso rallado, en un tazón grande. Refrigerar hasta el momento de usar.
Una vez leudada, aplastar la masa para desinflarla y dividirla en 3 ó 6 porciones. Dejar reposar durante 10 minutos. Estirar cada porción de masa con un rodillo hasta formar un disco del tamaño deseado. Colocar la masa sobre una pala de pizza o la parte de abajo de una placa para horno espolvoreada con harina de maíz (también puede estirar la masa sobre una placa iguales. Esparcir la mezcla sobre las pizzas.
Deslizar suavemente la pizza sobre la piedra de hornear o la placa para horno. Meter al horno Hornear durante 3–6 minutos adicionales, hasta dorarse la orilla. Retirar del horno y dejar enfriar durante 3–4 minutos sobre una rejilla antes de cortar.

Información nutricional por porción:

Calorías 362 (35 % de grasa) • Proteínas 16 g • Carbohidratos 43 g • Grasa 14 g • Grasa saturada 7 g • Colesterol 38 mg • Sodio 658 mg • Fibra 2 g

"Calzones" de pimiento asado, queso Chèvre y Mozzarella

Este plato, que puede prepararse con anticipación, es perfecto para un picnic o una parrillada. Rinde 4 "calzones" grandes o 4 "calzones" pequeños (8 porciones)

Preparación: 1 hora para la masa de pizza + 25 minutos + 30 minutos para hornear y enfriar

2½	pimientos dulces rojos, sin semillas	6	hojas grandes de albahaca fresca
1½	pimientos dulces amarillos, sin semillas	1	onza (30 g) de queso Parmesano, en cubitos
1	cucharada de aceite de oliva	8	onzas (225 g) de queso Mozzarella fresco, helado
2¼	cucharaditas de vinagre balsámico	8	onzas (225 g) de queso chèvre u otro queso de cabra
1	receta de masa de pizza (página 36)	8	onzas (55 g) de queso Ricotta Salata, desmenuzado
3	harina de maíz para espolvorear	2	cucharadas de perejil italiano fresco

Precalentar el horno a 400 ° F (200 ° C). Forrar una placa para horno plana con papel de aluminio. Instalar el disco rebanador; cortar los pimientos en rodaja, usando presión moderada. Sacar del bol y revolver con el aceite de oliva. Disponer sobre una placa para horno. Hornear durante 20–25 minutos, hasta dorarse. Poner en un recipiente pequeño, agregar el vinagre balsámico y dejar enfriar.

Preparar la masa de pizza y dejar leudar. Colocar la rejilla del horno en el centro del mismo. Si usa una piedra de hornear, ponerla en el horno. Ajustar la temperatura a 400 ° F (200 ° C). Espolvorear harina de maíz sobre una placa para horno antiahérente o una pala de pizza.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el perejil y la albahaca en el bol y pulsar 10 veces para picar. Reservar. Encender la máquina, echar el queso Parmesano en la boca de llenado y procesar durante aproximadamente 10 segundos. Instalar el disco triturador y rallar el queso Mozzarella. Dejarla en el tazón. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Esparcir el queso de cabra y las hierbas picadas encima de la Mozzarella. Pulsar 12–15 veces para mezclar. Refrigerar la mezcla hasta el momento de armar los "calzones".

Dividir la masa en 4 ó 6 bolas iguales, dependiendo del tamaño de los "calzones". Cubrir sin apretar con plástico y dejar leudar durante 10 minutos. Encharnar ligeramente la superficie de trabajo. Estirar la masa con un rodillo para formar 4 círculos de 9–10 pulgadas (22–25 cm) o 8 círculos de 5–6 pulgadas (12–15 cm) de diámetro. Esparcir la mezcla de queso encima de la mitad de cada círculo, dejando 1 pulgada (2.5 cm) sin queso en la orilla. Utilizar ½ taza (100 g) de queso para los calzones grandes y ¼ taza (60 g) para los pequeños. Escurrir los pimientos. Esparcir los pimientos encima del queso.

Cepillar la orilla de la masa con un poco de agua. Doblar cada círculo a la mitad y comprimir las orillas para sellarlas. Después, doblar un poco las orillas sobre sí. Hacer un corte de 1 pulgada (2.5 cm) encima de cada "calzone" con un cuchillo para permitir que el vapor se escape. Disponer los "calzones" sobre una placa para horno o una pala de pizza enharinada con harina de maíz y deslizarlos sobre la piedra de hornear. Hornear durante 20–25 minutos, hasta que la masa esté bien dorada. Retirar del horno y dejar enfriar durante 10 minutos, sobre una rejilla. Servir los "calzones" calientes o tibios. Las sobras podrán envolverse en papel de aluminio o película de plástico y refrigerarse. Recalentar en 375 ° F (190 ° C) antes de servir. No se aconseja recalentarlos al microondas.

Información nutricional por porción:

Calorías 244 (57 % de grasas) • Proteínas 15 g • Carbohidratos 12 g • Grasa 16 g • Grasa saturada 10 g • Colesterol 41 mg • Sodio 318 mg • Fibra 2 g



Salsa/Aderozos

Salsa marinara clásica

Esta salsa es perfecta para acompañar pasta o pizza.

Rinde 3 tazas (710 ml) de salsa marinara o 1 3/4 taza (415 ml) de salsa para pizza

Preparación: 5–10 minutos + 1 hora para cocer y enfriar (+ 40–45 minutos para preparar

salsa para pizza)

1	cebolla pequeña, en pedazos	3	cucharadas de vino blanco seco o vermu
4	dientes de ajo	1/2	cucharadita de sal kosher
3/4	cucharadita de orégano seco	1/4	cucharadita de pimienta negra recién
1	cucharadita de aceite de oliva virgen extra	1/4–3/4	molida
1	lata de 28 onzas (795 g) de tomates		cucharadita de hojuelas de pimienta roja,
	cocidos, con jugo		al gusto (opcional)
	10–12 hojas de albahaca fresca		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la cebolla y el ajo en el bol; pulsar 10 veces. Calentar el aceite en una cacerola mediana. Cuando esté caliente, agregar la cebolla, el ajo y el orégano. Rehogar durante 2–3 minutos, revolviendo, hasta que la cebolla esté transparente y el orégano fragante. Agregar los tomates (con jugo), la albahaca, el vino y la sal. Poner a hervir, y luego reducir el fuego, tapar parcialmente y seguir cociendo a fuego lento durante 45–50 minutos. Apagar el fuego y dejar enfriar en la olla durante 10 minutos. Agregar la pimienta negra y las hojuelas de pimienta roja (opcional).

Pulsar 15 veces para obtener una salsa rústica con pedazos o procesar durante 2 minutos para obtener una salsa homogénea. La salsa marinara está lista para servir con pasta. Para preparar salsa para pizza, regresar la salsa en la cacerola. Cocer a fuego lento durante 40–50 minutos para reducir, revolviendo de vez en cuando. Dejar enfriar antes de usar. La salsa se podrá congelar.

Información nutricional por 1/2 taza (120 ml) de salsa de tomate:

Calorías 47 (20 % de grasa) • Carbohidratos 6 g • Proteínas 2 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 519 mg • Fibra 1 g

Información nutricional por 1/4 taza (60 ml) de salsa para pizza:

Calorías 40 (20 % de grasa) • Carbohidratos 6 g • Proteínas 2 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 445 mg • Fibra 2 g

Picadillo de arándanos agrios con nueces asadas

Rápido y fresco; delicioso con pavo asado, pollo, puerco o jamón.

Rinde 3 tazas (7 10 ml)

Preparación: 5–10 minutos + 10 minutos para tostar las nueces

3	tazas (450 g) de arándanos agrios frescos o congelados (sin descongelar)	cuartos
3	naranja mediana, con piel, cortada en	
8	tiras de cáscara de naranja (sin la piel blanca)	
3	taza (150 g) de azúcar granulada	
3	taza (75 g) de nueces	

Precalentar el horno a 350 ° F (180 ° C). Poner las nueces en una bandeja y tostar durante 8–10 minutos, hasta que estén doradas y fragantes. Dejar enfriar ligeramente.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el azúcar y la cáscara de limón en el bol y procesar durante 45 segundos. Agregar los arándanos agrios, la naranja y las nueces; pulsar 10–12 veces para picar grueso. Pulsar algunas veces más si desea una consistencia más fina.

Este picadillo puede prepararse el día anterior y guardarse en el refrigerador hasta el momento de usar.

Información nutricional por porción (2 cucharadas):

Calorías 58 (31 % de grasa) • Carbohidratos 9 g • Proteínas 1 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 0 mg

Aderezo de queso Chèvre y granos de pimienta

Aliño cremoso y agrio, perfecto para servir con lechuga.

Rinde 1 3/4 taza (415 ml)

Preparación: 10 minutos + 30 minutos para dejar reposar

1	cholate pequeño, partido a la mitad	1 1/2	cucharada de jugo de limón fresco
1	cucharada de granos de pimienta verde en vinagre, lavados y escurridos	1 1/2	cucharada de vinagre de vino blanco
6	onzas (170 g) de queso Chèvre u otro queso de cabra	1 1/2	cucharada de agua
1/3	taza (80 ml) de crema agria baja en grasa	1/3	sal kosher, a su gusto
			taza (80 ml) de aceite de oliva virgen extra

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar los chalotes en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Agregar los granos de pimienta escurridos y procesar durante 10 segundos. Reservar. Colocar el queso de cabra, la crema agria, el jugo de limón, el vinagre de vino blanco y el agua en el bol y procesar durante 30 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Raspar el bol. Agregar el cholate, la mezcla de pimienta y la sal. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva, echándolo en la boca de llenado pequeña. Procesar hasta que la mezcla esté emulsionada. Dejar reposar durante 30 minutos antes de usar para combinar los sabores. Refrigerar hasta el momento de usar, durante una semana máximo.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 47 (81 % de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 1 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 3 mg • Sodio 22 mg • Fibra 0 g

Vinagreta balsámica con hierbas

Ligero aliño, perfecto para aderezar ensalada de tomates.
Preparación: 10 minutos + 30 minutos para dejar reposar

Rinde aproximadamente 1 taza (235 ml)

1	diente de ajo	1/2	cucharadita de pimienta negra recién molida
1/4	taza (15 g) de perejil italiano fresco	6	cucharadas de vinagre balsámico
1	cucharada de albahaca seca	2	cucharaditas de mostaza de Dijon
1	cucharadita de orégano seco	2/3	taza (160 ml) de aceite de oliva virgen extra
1/2	cucharadita de sal kosher		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Agregar el perejil, la albahaca, el orégano, la sal, la pimienta, el vinagre y la mostaza; procesar durante 10 segundos. Sin apagar la máquina, agregar el aceite de oliva, un tercio de taza (80 ml) a la vez, echándolo en la boca de llenado pequeña. Procesar durante 1 minuto adicional.

Ajustar la sazón al gusto. Dejar reposar durante 30 minutos antes de usar para combinar los sabores. Conservar en el refrigerador; sacar 30 minutos antes de usar y volver a procesar si es necesario. Variación: para preparar vinagreta con hierbas, usar vinagre de vino blanco o tinto en vez de vinagre balsámico.

Información nutricional por cucharada:
Calorías 81 (95 % de grasa) • Carbohidratos 11 g • Grasa 8 g • Fibra 0 g • Sodio 67 mg • Colesterol 0 mg

Mayonesa básica

Los huevos crudos pueden estar contaminados con salmonella. Por lo tanto, se recomienda calentarlos para matar las bacterias.

Nuestra receta emplea un método de calentamiento desarrollado por la famosa autora de libros de cocina Shirley Corriher.

El esfuerzo vale la pena.

Refrigerar la mayonesa hasta el momento de usar.

Rinde 1 ½ taza (4 15 ml)		Preparación: 15–20 minutos.	
1	huevo grande	2 ½	cucharaditas de mostaza seca
1	yema de huevo grande	1	cucharadita de sal kosher
1	cucharada de jugo de limón fresco	1	pizca de pimienta de Cayena
1	cucharada de vinagre de vino blanco	2	cucharadas de aceite de oliva virgen extra
1 ½	cucharada de agua	1 ⅓	taza (3 15 ml) de aceite vegetal
½	cucharadita de azúcar granulada		
½	cucharadita de harina común		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el huevo, la yema, el jugo de limón, el vinagre, el agua, el azúcar y la harina en el bol y procesar durante 20 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Echar la mezcla en un sartén antiaadherente pequeño y calentar a fuego muy lento, revolviendo suavemente y raspando el fondo del sartén con una espátula. Cuando la mezcla empieza a espesarse, retirar del fuego, sin dejar de revolver, y colocar el sartén encima de un baño de hielo para evitar que el huevo siga cocinándose. Seguir revolviendo hasta que la mezcla esté fría, y luego dejar reposar durante 5 minutos. Mientras tanto, lavar y secar el bol, la tapa y la cuchilla.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la mezcla de huevo, la mostaza seca, la sal y la pimienta de Cayena en el bol; procesar durante aproximadamente 1 minuto. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva, echándolo en la boca de llenado pequeña. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar el aceite vegetal, un cuarto de taza (60 ml) a la vez, echándolo en la boca de llenado pequeña. La mayonesa se volverá más espesa a medida que se agrega el aceite. Probar y ajustar la sazón al gusto. Poner en un recipiente, cubrir y refrigerar. Conservar en el refrigerador hasta el momento de usar, durante 3–4 días máximo.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 108 (98 % de grasas) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 12 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 15 mg • Sodio 70 mg • Fibra 0 g

Salsa Tzatziki

Esta salsa baja en grasa, sin embargo llena de sabor, es perfecta para preparar sándwiches o mojar crudités.

Rinde 3 tazas (710 ml)

Preparación: 10 minutos + 8 horas (o más) para escurrir el yogur + 30 minutos de descanso

4	dientes de ajo	2	pepinos, pelados, cortados longitudinalmente a la mitad, quitadas las semillas y luego en trozos, puestos a escurrir durante 30 minutos en un colador
1 1/4	cucharadita de sal kosher	3	tazas (710 ml) de yogur natural sin grasa, escurrido* durante una noche (rinde 1 1/2 taza/355 ml de yogur escurrido) o 1 1/2 taza
1/3	taza (30 g) de hojas de perejil italiano fresco		
1/3	taza (20 g) de hojas de menta fresca		
1 1/2	cucharada de oregano fresco (o 2 cucharaditas de oregano seco)		
2	cucharaditas de hojas de mejorana fresca (o 1 cucharadita de mejorana seca)		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Agregar la sal, el perejil, la menta, el oregano y la mejorana y pulsar 15–20 veces. Agregar el pepino escurrido y pulsar 15–20 veces para picar. Agregar el yogur escurrido y pulsar para mezclar. No procesar demasiado, o la salsa se volverá líquida. Deje reposar durante 30 minutos para combinar los sabores. Refrigerar hasta el momento de usar. La salsa se conservará en el refrigerador durante 3–4 días. No se debe congelar.

*Para escurrir el yogur: ponerlo en un colador de tela o un colador regular forrado con filtro de café. Poner el colador encima de un recipiente, echar cucharadas del yogur en el colador forrado, cubrir con plástico y refrigerar durante 8–12 horas. Puede que sea necesario tirar el suero ocasionalmente. El yogur escurrido podrá conservarse en el refrigerador durante hasta una semana, en un recipiente hermético.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 9 (3 % de grasa) • Carbohidratos 1g • Proteína 1 g • Grasa 0 g
• Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 60 mg • Fibra 0 g



Habichuelas estilo francés con chateaux

El proceso usualmente laborioso de cortar las habichuelas longitudinalmente se hace muy fácil y rápido gracias a la procesadora de alimentos Cuisinart®.

Rinde 6 porciones

Preparación: 15–20 minutos.

1½	libra (680 g) de habichuelas ("green beans") frescas, cortadas para caber horizontalmente en la boca de llenado	6	cucharadas de agua
3	chateaux grandes, en trozos	2¼	cucharaditas de vinagre balsámico*
1½	cucharada de aceite de oliva	¼	cucharadita de pimienta blanca recién molida
		¼	cucharadita de sal kosher

Instalar el disco rebanador. Disponer las habichuelas horizontalmente en la boca de llenado y rebanar, usando presión ligera. Reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar los chateaux durante aproximadamente 5 segundos, hasta que estén finamente picados.

Poner el aceite a calentar a fuego medio, en una sartén grande. Cuando el aceite esté caliente, agregar los chateaux y saltearlos durante aproximadamente 2 minutos, hasta que estén suaves, pero sin permitir que se doren. Agregar las habichuelas y saltear durante 3–4 minutos. Agregar el agua y reducir el fuego. Tapar y cocer durante 8–10 minutos, hasta que las habichuelas estén tiernas pero firmes. Retirar del fuego y agregar el vinagre. Sazonar con sal y pimienta. Servir tibio.

*Sustituir por un vinagre con sabor a fruta si desea.

Información nutricional por porción:

Calorías 80 (45 % de grasa) • Carbohidratos 9 g • Proteínas 2 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 81 mg • Fibra 0 g

Ensalada de col asiática con salsa de mani

Receta muy versátil, que también puede servirse con pasta.

Rinde 1 taza (235 ml)

Rinde 8 porciones de 1 taza (235 ml)

Preparación: 10 minutos + 30 minutos de descanso para el aliño + 10–15 minutos para los vegetales

1/2	taza (75 g) de mani tostado sin sal	2	zanahorias grandes, cortadas para caber horizontalmente en la boca de llenado
6	rodajas de jengibre fresco	2	rábanos rojos pequeños, las extremidades cortadas rectas
4	cucharadas (60 g) de mantequilla de mani cremosa	1	rama de brécol, los cogollos cortados y el tallo pelado
1/3	taza + 1 cucharada (85 ml) de vinagre de arroz	3	cebollitas ("green onions", en trozos pimiento dulce rojo, en tiras medianas
3	cucharaditas de azúcar granulada	1	pimiento dulce amarillo, en tiras medianas
2	cucharadas + 1 cucharadita de salsa Hoisin	8	onzas (225 g) de col china "wom bok" ("Napa cabbage", en pedazos
2	cucharaditas de aceite de ajoñjol/sésamo	6	onzas (170 g) de col china "bok choy", en pedazos
2	cucharaditas de salsa Tamari o salsa de soja baja en sodio	4	onzas (115 g) de tirabeques/arvejas chinas ("snow peas")

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar el mani en el bol y picar 10 veces. Reservar. Encender la máquina, echar el ajo y el jengibre en la boca de llenado y procesar durante aproximadamente 5 segundos para picar. Raspar el bol; procesar durante 5 segundos adicionales. Agregar la mantequilla de mani, el vinagre de arroz, el azúcar, la salsa Hoisin, el aceite de sésamo y la salsa Tamari. Procesar durante 10 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite. Procesar durante 10–15 segundos. Reservar. La salsa puede prepararse por adelantado. Cubrir y refrigerar. Sacar de la nevera 30 minutos antes de usar.

Lavar y secar el bol. Instalar el disco rallador. Colocar los rábanos en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y rallarlos. Disponer las zanahorias horizontalmente en la boca de llenado y rallarlas. Colocar los tallos de brécol en la boca de llenado y rallarlo. Reservar los vegetales rallados en un recipiente grande.

Instalar el disco rebanador. Colocar las cebollitas en la boca de llenado y rebanarlas. Colocar los pimientos en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y rebanarlos. Colocar la col "wom bok" en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y rebanarla. Colocar la col "bok choy" en la boca de llenado y rebanarla. Reservar, junto con los vegetales rallados. Agregar los cogollos de brécol y las arvejas chinas; revolver. Echar la salsa encima de los vegetales y revolver bien. Poner la ensalada en una ensaladera limpia y esparcir el mani picado encima.

Nota: para preparar pasta asiática, preparar el doble de salsa de mani y revolver la ensalada con 8 onzas (225 g) de pasta cocida.

Información nutricional por porción:

Calorías 212 (60 % de grasas) • Carbohidratos 15 g • Proteínas 7 g • Grasa 15 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 1 mg • Sodio 171 g • Fibra 4 g

Papas rellenas con ajo asado y queso Parmesano

Estas papas, que pueden prepararse con anticipación, son perfectas para acompañar "London Broil" o filetes de res asados.

Rinde 6 porciones

Preparación: 15–20 minutos + 1 hora para pre-hornear las papas + 25 minutos para

8	dientes de ajo	%	taza (175 ml) de leche sin grasa/ descremada evaporada
6	aceite de oliva	3	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
6	papas grandes, pinchadas con la punta de un cuchillo	3	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
3	onzas (85 g) de queso Parmesano, en cubitos	¼	cucharadita de pimienta blanca recién molida
3	cebollitas ("scallions"), en trozos	¼	cucharadita de sal kosher

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Colocar el ajo en un pequeño molde y rociar un poco de aceite de oliva encima. Cubrir con papel de aluminio. Cepillar ligeramente las papas con aceite de oliva. Meter el ajo y las papas al horno; asar el ajo durante 30–40 minutos y las papas durante aproximadamente 1 hora, hasta que estén tiernas. Retirar del horno y dejar enfriar ligeramente. Cuando las papas estén tibias, cortar la parte superior y sacar la carne, dejando "cáscaras" de ¼ pulgada (5 mm) de espesor. Reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el queso por la boca de llenado pequeña y procesar durante 30 segundos; reservar. Poner las cebollitas en el bol y procesar durante 5–10 segundos, hasta que estén finamente picadas. Raspar el bol. Agregar la leche, la mantequilla, la carne de las papas y pulsar 10–12 veces. Raspar el bol y pulsar unas cuantas veces más si es necesario. No procesar demasiado, o las papas tendrán una textura pegajosa. Llenar generosamente las "cáscaras" con la mezcla. Refrigerar hasta el momento de usar.

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Disponer las papas en una bandeja de 10 x 9 pulgadas (25 cm x 22 cm) y meter al horno por 20–25 minutos, hasta que estén calientes.

Información nutricional por porción:
Calorías 322 (28 % de grasa) • Carbohidratos 46 g • Proteínas 12 g • Grasa 10 g
• Grasa saturada 6 g • Colesterol 23 mg • Sodio 425 mg • Fibra 4 g

Batatas saladas-dulces con cebollas y grosellas

Una alternativa baja en grasa a las cazuelas de batatas tradicionales.

Rinde 8 porciones

Preparación: 15–20 minutos + 85 minutos para hornear y enfriar

2	onzas (55 g) de pan blanco fresco	1 ½	taza (80 ml) de jarabe de arce/maple puro
1	cucharada (15 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente	½	cucharadita de sal kosher
6	batata medianas, peladas y las extremidades cortadas rectas	½	cucharadita de pimienta negra recién molida
3	cebollas amarillas medianas, peladas y cortadas longitudinalmente a la mitad	2 ½	cucharadas (40 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
1/3	Cáscara de 1 ½ limón, en tiras (sin la parte blanca)	½	taza (60 g) de pasas de Corinto secas
	taza (80 ml) de jugo de naranja fresco		

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C) y engrasar un molde de 3 L con spray vegetal. Reservar. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar el pan en el bol y procesar durante 15–20 minuto para rallar grueso. Sin apagar la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 10 segundos. Reservar.

Instalar el disco rebanador. Colocar las batatas en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y cortar en rodajas. Reservar. Cortar las cebollas en rodajas; reservar. Limpiar el bol con papel absorbente. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la cáscara de naranja en el bol y pulsar 15–20 veces para obtener ralladura. Raspar el bol. Agregar el jugo de naranja, el jarabe de arce, las hierbas provenzales, la sal, la pimienta y la mantequilla. Procesar durante 5 segundos para mezclar. Disponer un tercio de las batatas en el fondo de del molde. Esparcir la mitad de la cebolla y la mitad de las grosellas. Repetir, terminando con una capa de batatas. Rocíar uniformemente con la mezcla de jugo de naranja. Cubrir sin apretar con papel de aluminio engrasado con spray vegetal. Meter al horno por 65–75 minutos, hasta que las batatas estén tiernas. Retirar el aluminio, esparcir el pan rallado encima y hornear durante 10 minutos más. Dejar enfriar durante 10 minutos antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 356 (15 % de grasas) • Carbohidratos 74 g • Proteínas 4 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 13 mg • Sodio 170 mg • Fibra 10 g



Galletas de avellanas

Deliciosas galletas que se derriren en la boca. La masa puede congelarse, para siempre tener galletas listas.

Rinde aproximadamente 80 galletas

Preparación: 15–20 minutos + 40 minutos de enfriamiento + 25 minutos para hornear y enfriar

1¾	taza + 2 cucharadas (235 g) de harina	¾	libra (340 g) de mantequilla sin sal
	común	1	taza + 2 cucharadas (130 g) de azúcar
1¼	taza (300 g) de avellanas ligeramente		glasé
	saladas	1½	cucharadita de extracto natural de vainilla
¾	cucharadita de sal kosher		

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, las avellanas y la sal en el bol; pulsar 20 veces para combinar. Reservar.

Procesar la mantequilla, el azúcar glasé y la vainilla hasta obtener una mezcla suave y cremosa. Agregar la mezcla de harina y procesar justo hasta incorporar los ingredientes. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y formar 2 bolas iguales. Refrigerar durante 30 minutos, o hasta que esté firme. Formar rollos de 10 x 1¼ pulgadas (25 cm x 3 cm). Envolver con plástico y refrigerar hasta que la masa esté firme, o envolver en dos capas de plástico y congelar.

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Cortar la masa en rodajas de ¼ pulgada (5 mm) y disponer sobre placas para hornear no engrasadas. Nota: si la masa está congelada, dejar a temperatura ambiente durante 10 minutos antes de cortar. Meter al horno durante 8–12 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar sobre la placa para horno durante 1 minuto, y luego terminar de enfriar sobre una rejilla.

Información nutricional por galleta:
Calorías 33 (44 % de grasa) • Carbohidratos 11 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 4 g • Colesterol 1 g • Sodio 4 mg • Fibra 1 g

Galletas de dos chocolates

Para los amantes del chocolate.

Rinde 36 galletas

Preparación: 15–20 minutos + 20–25 minutos para hornear y enfriar

5	onzas (140 g) de chocolate con leche, en pedazos, refrigerado	1	huevo grande
5	onzas (140 g) de chocolate blanco, en pedazos, refrigerado	½	taza (100 g) llena de azúcar rubia
1 ⅓	taza menos 1 cucharada (150 g) de harina común	2	cucharadas de leche baja en grasa/semi-descremada
½	taza (50 g) de pacanas	6	cucharadas (180 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
½	cucharadita de bicarbonato de sodio	1	cucharada de extracto natural de vainilla
¼	cucharadita de sal kosher		

Precalentar el horno a 375 °F (200 °C).

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora y poner el chocolate en el bol. Pulsar 10–12 veces para picar grueso. Reservar. Poner la harina, las pacanas, el bicarbonato y la sal en el bol y procesar durante 5 segundos. Reservar.

Poner el huevo, el azúcar y la leche en el bol y procesar durante 1 minuto. Raspar el bol. Poner la mantequilla y la vainilla en el bol y procesar durante 1 minuto. Raspar el bol. Agregar el chocolate y los ingredientes secos. Pulsar 5 veces para mezclar.

Echar cucharadas de la mezcla sobre una placa para horno no engrasada, a una distancia de 1 pulgada (2.5 cm) una de otra. Meter al horno por 10–12 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar sobre la placa durante 10 minutos, y luego terminar de enfriar sobre una rejilla.

Información nutricional por galleta:

Calorías 101 (53 % de grasa) • Carbohidratos 10 g • Proteínas 1 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 12 mg • Sodio 38 mg • Fibra 0 g

"Biscotti" de limón y jengibre

Perfectos para comer con té o café.

Rinde aproximadamente 60 "biscotti"

Preparación: 15–20 minutos + 40 minutos de enfriamiento

+ 25 minutos para hornear y dejar enfriar

3	onzas (85 g) de chocolate blanco, en pedazos, helado	¾	taza (150 g) de azúcar granulada
2	onzas (55 g) de jengibre cristalizado	8	cucharadas (15 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
2½	tazas (310 g) de harina común	2	huevos grandes, a temperatura ambiente
2	cucharaditas de polvo de hornear	1	cucharada de Brandy
¼	cucharadita de sal kosher	1	cucharada de extracto natural de vainilla
Cáscara de 3 limones, pelada (sin la parte blanca)			

Precalentar el horno a 325 °F (160 °C). Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el chocolate blanco en el bol y pulsar 5–10 veces para picar. No deberían quedar pedazos de más de ½ pulgada (1.5 cm). Reservar. Poner el jengibre cristalizado en el bol y pulsar 10–15 veces para picar. No deberían quedar pedazos de más de ½ pulgada (1.5 cm). Reservar.

Poner la harina, el polvo de hornear y la sal en el bol; pulsar 5 veces para tamizar. Reservar. Poner la cáscara de limón y ¼ taza (50 g) del azúcar en el bol y procesar durante 20–30 segundos para obtener ralladura.

Agregar el azúcar restante y la mantequilla y procesar hasta obtener una mezcla homogénea. La mezcla puede parecer cuajada; esto es normal. Encender la máquina y echar los huevos, uno por uno, en la boca de llenado. Agregar el Brandy y la vainilla. Raspar el bol. Agregar la harina, el chocolate blanco picado y el jengibre picado. Procesar durante aproximadamente 10 segundos para mezclar. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Dividir la masa en 3 porciones iguales. Formar barras planas de 12 x 1½ pulgadas (30 cm x 4 cm). Disponer las barras sobre una placa para horno y meter al horno por 22 minutos.

Retirar del horno y dejar enfriar sobre la placa para horno durante 10 minutos. Cortar cada barra en "biscotti" de ½ pulgada (1.5 cm). Colocar los "biscotti" sobre la placa para horno, acostados. Volver a meter al horno por 20–25 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar completamente. Conservar en un recipiente hermético. Rocíar los "biscotti" enfriados con chocolate blanco o chocolate semiamargo derretido si desea.

Información nutricional por "biscotti":
Calorías 48 (46 % de grasa) • Carbohidratos 11 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 6 g • Colesterol 11 mg • Sodio 21 g • Fibra 1 g

Tarta de queso clásica

Suave, cremosa y fácil de preparar.
A los amantes del chocolate les encantará la versión de chocolate.

Rinde 12 porciones

Preparación: 10–15 minutos + 1 ½ hora para hornear y enfriar

4	hojas de galletas "Graham" con miel bajas	4	paquetes de 8 onzas (720 g) de queso crema, a temperatura ambiente, en pedazos
1 ½	cucharada de azúcar granulada	1	taza (200 g) de azúcar granulada
1 ½	cucharadas (40 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente	1 ½	cucharadita de extracto natural de vainilla
4	nuevos grandes, a temperatura ambiente	4	

Precalentar el horno a 325 ° F (190 ° C).

Forrar el fondo y los lados de un molde desmontable de 8 x 3 pulgadas (20 cm x 7 cm) con papel de aluminio, usando una hoja grande de una pieza. Cortar el exceso. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar las galletas hasta que estén finamente picadas. Agregar el azúcar y la mantequilla y seguir procesando hasta obtener una mezcla homogénea. Apisonar la mezcla en el fondo del molde preparado. Congelar hasta el momento de llenar.

Secar el bol. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el queso crema durante aproximadamente 45 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Raspar el bol. Agregar el azúcar y la vainilla y procesar durante 30 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar los huevos, uno a la vez, procesando durante 10 segundos después de cada adición. Raspar el bol antes de añadir el segundo huevo, y otra vez antes de añadir el último huevo. No procesar demasiado.

Verter la mezcla cuidadosamente en el molde. Colocar el molde en una bandeja y meter al horno. Verter agua caliente en la bandeja, hasta que alcance la mitad de la altura del molde. Esto se llama "baño María". Hornear durante 70 minutos. El centro de la tarta parecerá medio cocido; esto es normal.

Retirar el molde del agua, quitar el papel de aluminio y dejar enfriar sobre una rejilla. Cuando esté frío, cubrir y refrigerar durante 8 horas o más.

Si es posible, preparar la tarta de queso el día anterior. Servir con frutas frescas.

Variación con chocolate:

antes de preparar el relleno, poner 7 onzas (200 g) de chocolate semiamargo o semidulce en el bol y pulsar 20–30 veces para picar (los pedazos no deberían medir más de ½ pulgada/1.5 cm). Derretir 4 onzas (115 g) del chocolate a baño María; reservar el resto. Preparar la mezcla y reservar 2/3 tazas (635 ml) en un tazón. Cubrir y refrigerar. Agregar el chocolate derretido al bol y procesar justo hasta incorporar. Echar la mezcla en el molde y congelar durante 2–3 horas. Revolver el resto de la mezcla con el chocolate picado. Echar la mezcla en el molde. Meter al horno por 85 minutos.

Información nutricional por porción:

Básico:

Calorías 278 (50 % de grasa) • Carbohidratos 36 g • Proteínas 10 g • Grasa 21 g • Grasa saturada 9 g • Colesterol 66 mg • Sodio 467 mg • Fibra 1 g

Variación con chocolate:

Calorías 360 (50 % de grasa) • Carbohidratos 36 g • Proteínas 10 g • Grasa 21 g • Grasa saturada 8 g • Colesterol 66 mg • Sodio 467 mg • Fibra 1 g

Pastel de zanahoria

Prepáre y utilice dos capas, o bien congele la segunda capa para otro día.

Rinde 12 porciones

Preparación: 20–25 minutos + 2 horas para hornear y enfriar

+ 45–50 minutos para preparar la cobertura y armar

2½	cucharadas de extracto natural de vainilla	1¼	libra (570 g) de zanahorias, peladas
1¼	taza (150 g) de nueces o pacanas, ligeramente tostadas	2½	tazas (310 g) de harina común
¾	taza (125 g) de pasas doradas	1¼	cucharadita de polvo de hornear
1¼	taza (250 g) de trocitos de piña, escurrecidos	¾	cucharadita de bicarbonato de sodio
⅓	taza (25 g) de coco rallado	¼	cucharadita de sal kosher
1¼	libra (570 g) de queso crema bajo en grasa, a temperatura ambiente	1¼	cucharadita de canela en polvo
6	onzas (140 g) de chocolate blanco, en pedazos	1	cucharadita de jengibre en polvo
16	mitades de pacanas o nueces tostadas, para decorar	½	cucharadita de nuez moscada rallada
		1¼	taza llena (250 g) de azúcar rubia
		⅓	taza (160 ml) de aceite vegetal
		3	huevos grandes, a temperatura ambiente

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Engrasar dos moldes redondos de 9 x 2 pulgadas

(22 cm x 5 cm) con spray vegetal; forrar el fondo con papel sulfurrizado o papel encerado y engrasar otra vez. Reservar.

Instalar el disco rebanador y cortar la mitad de las zanahorias en rodajas. Cocer al vapor durante

6–8 minutos, hasta que estén tiernas. Dejar enfriar. Instalar el disco triturador y rallar las zanahorias restantes; reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, el polvo de hornear, el bicarbonato, la canela, la sal, el jengibre y la nuez moscada en el bol; pulsar para tamizar. Reservar. Colocar las zanahorias cocidas en el bol y procesar durante 10–15 segundos. Agregar el azúcar rubia y la vainilla y el aceite; procesar durante 10 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Agregar los huevos, uno a la vez, procesando durante 10 segundos después de cada adición. Agregar la vainilla. Agregar la mezcla de harina y pulsar aproximadamente 10 veces para incorporar. Agregar las pacanas y pulsar 5 veces para incorporar. Agregar las pasas, la piña y el coco; pulsar 10 veces para incorporar. Echar la mezcla en los moldes. Meter al horno durante 55–60 minutos, hasta que un probador saiga limpio. Dejar enfriar en el molde durante 10 minutos, y luego desmoldar sobre una rejilla y quitar el papel encerado/sulfurrizado. Dejar enfriar completamente antes de cubrir. Este pastel puede prepararse el día anterior. También puede congelarse, envuelto en dos capas de plástico. Cubrir con la cobertura de chocolate blanco y queso crema y decorar con nueces tostadas.

Cobertura de queso crema con chocolate blanco:

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el queso crema hasta que esté suave. Derretir el chocolate blanco a baño María. Encender la máquina y echar el chocolate lentamente en la boca de llenado pequeña; procesar hasta obtener una mezcla suave. Obtendrá suficiente crema como para cubrir ambas capas y los costados del pastel. Cubrir el pastel con la crema, usando una espátula larga. Refrigerar antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 610 (48 % de grasa) • Carbohidratos 71 g • Proteínas 12 g • Grasa 34 g • Grasa saturada 7 g • Colesterol 70 mg • Sodio 448 mg • Fibra 3 g

Masa de hojaldre básica

El resto de la masa puede usarse para decorar la tarta. También la puede cepillar con leche y espolvorear azúcar o una mezcla de azúcar con canela encima y meterla al horno para hacer bocadillos.

Esta receta incluye proporciones para preparar uno o dos fondos de tarta de 9–11 pulgadas (22–28 cm).

Preparación: 10 minutos + 30 minutos para dejar reposar

Ingredientes para un fondo de torta:		Ingredientes para dos fondos de tarta:	
1½	taza (185 g) de harina común	3	tazas (250 g) de harina común
¼	cucharadita de sal kosher	½	cucharadita de sal kosher
⅛	cucharadita de polvo de hornear	¼	cucharadita de polvo de hornear
8	cucharadas (115 g) de mantequilla sin	16	cucharadas (230 g) de mantequilla sin
	sal helada, en pedacitos		sal helada, en pedacitos
2	cucharadas (30 g) de mantequilla vegetal	4	cucharadas (55 g) de mantequilla vegetal
	helada, en pedacitos		helada, en pedacitos
2–4	cucharadas de agua helada	5–8	cucharadas de agua helada

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la sal y el polvo de hornear en el bol; procesar por 10 segundos para tamizar. Agregar la mantequilla y la mantequilla. Pulsar 15–20 veces, usando pulsaciones cortas, hasta que la mezcla adquiera la consistencia de la harina de maíz. Esparcir la mitad de la cantidad máxima de agua helada sobre la mezcla y pulsar 5–6 veces. La masa debería desmigajarse con facilidad pero empezar a formar una masa homogénea al apretarse entre los dedos. Agregar más agua, una cucharadita a la vez, pulsando 2–3 veces después de cada adición. Cuando la masa deja de desmigajarse, está lista. No permitir que la masa forme una bola! No agregar demasiado líquido, o la masa resultaría muy pegajosa. No procesar la masa durante mucho tiempo, o resultaría dura.

Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Formar un disco (o dos) de 6 pulgadas (15 cm) de diámetro. Envolver en una película de plástico y refrigerar durante 1 hora antes de continuar. La masa podrá guardarse en el refrigerador durante hasta 3 días o en el congelador (envuelta en doble capa de película de plástico) durante hasta un mes. Sacar del congelador una hora antes de usar. Para pre-cocinar el fondo de tarta: estirar la masa con un rodillo hasta obtener un fondo de tarta de ⅞ pulgada (3 mm) de espesor; colocar en un molde. Pinchar el fondo de tarta varias veces con los dientes de un tenedor. Refrigerar durante 30 minutos. Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Poner una hoja de papel de aluminio o papel sulfurizado sobre de la masa y llenar con arroz crudo o frijoles secos. Hornear durante 15 minutos.

Información nutricional (basada en 12 porciones)
Calorías 138 (65 % de grasa) • Proteínas 1 g • Carbohidratos 11 g • Grasa 10 g
• Grasa saturada 1 g • Colesterol 20 mg • Sodio 48 mg • Fibra 0 g

Información nutricional (basada en 12 porciones)
Calorías 277 (65 % de grasa) • Proteínas 3 g • Carbohidratos 22 g • Grasa 20 g
• Grasa saturada 1 g • Colesterol 40 mg • Sodio 104 mg • Fibra 0 g

Tarta crujiente de manzana

Una tarta de manzana cremosa con cobertura crujiente.
Rinde 12 porciones (una tarta de 10 pulgadas/25 cm de diámetro)
Preparación: 15–20 minutos + 40 minutos para preparar
la masa + 2 horas para hornear y enfriar

1	fondo de tarta de masa de hojaldre (receta en la página 64)	3	manzanas grandes, peladas y cortadas en 8 pedazos (1 Granny Smith + 2 Golden Delicious o 3 Winesaps o Pippins)
½	taza (100 g) de azúcar rubia	3	huevos grandes
½	taza (120 g) de nueces, pacanas o almendras tostadas	¾	taza (175 ml) de crema agria baja en grasa
¼	taza (20 g) de copos de avena (no utilice avena instantánea)	½	taza (100 g) de azúcar granulada
¼	taza (30 g) de harina común	¼	taza (30 g) de harina común
¼	taza (55 g) de mantequilla sin sal a temperatura ambiente	1½	cucharadita de extracto natural de vainilla
		¼	cucharadita de sal kosher

Precalentar el horno a 375 °F (190 °C).
Estirar la masa con un rodillo hasta obtener un fondo de tarta de ⅞ pulgada (3 mm) de espesor, aproximadamente 3 pulgadas (7 cm) más grande que el molde. Alzar la masa cuidadosamente, usando una paleta. Doblar a la mitad, y luego a la mitad otra vez. Colocar en el molde, la punta en el centro del mismo y abrir cuidadosamente. Cerciorarse que no queda aire entre la masa y el molde. Si la masa se rompe, cepillar levemente con agua y presionar entre los dedos para sellar, o bien sellar con sobras de masa estiradas. Cortar la masa alrededor del molde, dejando un exceso de 1 pulgada (2.5 cm) Cepillar levemente la orilla con agua y doblar hacia dentro. Acanalar con los dedos. Refrigerar hasta el momento de usar. Estirar las sobras para formar un disco, envolver en plástico y refrigerar para otro uso, o tirar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el azúcar, las nueces, la harina y la mantequilla en el bol y pulsar. Seguir pulsando hasta que las nueces estén picadas grueso. Colocar en un recipiente y amasar con los dedos hasta que se formen migajas grandes. Refrigerar.

Instalar el disco rebanador. Colocar las manzanas en la boca de llenado y cortarlas en rodajas. Disponer las manzanas uniformemente sobre el fondo de tarta. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner los huevos, la crema agria, el azúcar, la vainilla y la sal en el bol y procesar durante 10 segundos, hasta obtener una mezcla homogénea. Raspar el bol y procesar durante 5 segundos adicionales. Echar la mezcla en el molde, encima de las manzanas. Esparcir la mezcla de migajas encima y meter al horno por 50–60 minutos, hasta dorarse e hincharse ligeramente. Averiguar si la tarta no se está quemando después de 30 minutos. Si está demasiado dorada, cubrir con papel de aluminio hasta el fin de tiempo. Dejar enfriar sobre una rejilla durante 1 hora antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 356 (48 % de grasa) • Proteínas 6 g • Carbohidratos 41 g • Grasa 19 g
• Grasa saturada 2 g • Colesterol 86 mg • Sodio 150 mg • Fibra 1 g

Tarta de pera y manzana

La combinación de peras y manzanas es una delicia, pero si desea puede utilizar solamente manzanas o solamente peras.

Rinde 12 porciones (una tarta de 10 pulgadas/25 cm)

Preparación: 15–20 minutos + 40 minutos para preparar la masa + 2¼ horas para hornear y enfriar

2	fondos de tarta de masa de hojaldre	¼	taza (60 ml) de jarabe de arce/maple puro	1½	cucharadita de extracto natural de vainilla	4	cucharadas de harina común	¾	taza (90 g) de arándanos agrios secos	1	cucharada de jugo de limón fresco
3	peras medianas maduras pero firmes, (receta en la página 64)										
3	manzanas Granny Smith, peladas y cortadas en cuartos										
	manzanas Granny Smith, peladas y cortadas en cuartos										

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C).

Estirar la masa con un rodillo hasta obtener un fondo de tarta de aproximadamente 1 pulgada (2,5 cm) más grande que el molde. Alzar la masa cuidadosamente, usando una paleta. Doblar la masa a la mitad, y luego a la mitad otra vez. Colocar en el molde, la punta en el centro del mismo y abrir cuidadosamente. Cerciorarse que no queda aire entre la masa y el molde. Si la masa se rompe, cepillar levemente con agua y presionar entre los dedos para sellar, o bien sellar con sobras de masa estiradas. Cortar la masa alrededor del molde, dejando un exceso de ½ pulgada (1,5 cm) todo alrededor. Refrigerar hasta el momento de usar.

Instalar el disco rebanador. Colocar las peras en la boca de llenado y cortarlas en rodajas. Repetir con el resto de las peras. Colocar en un recipiente y revolver con el jugo de medio limón. Reservar. Disponer los cuartos de manzana en la boca de llenado. Rebanar, usando presión moderada. Colocar en un recipiente y revolver con el jugo de medio limón. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el jugo de limón restante, el jarabe de arce y la vainilla en el bol; procesar para mezclar.

Disponer la mitad de las manzanas sobre el fondo de tarta. Esparcir una cucharada de la harina y 3 cucharadas de los arándanos agrios encima. Cubrir con una capa de pera, la mitad de las peras encima y esparcir una cucharada de la harina y 3 cucharadas de los arándanos agrios encima. Repetir. Hoclar uniformemente con jarabe de arce.

Estirar la masa restante con un rodillo hasta obtener un fondo de tarta de ⅜ (3 mm) de espesor, aproximadamente 2 pulgadas (5 cm) más grande que el molde. Cepillar la orilla del fondo de tarta con un poco de agua. Colocar cuidadosamente el segundo disco de masa encima. Presionar suavemente las orillas para sellar la tarta. Cortar el exceso de masa y acanalar la orilla con los dedos. Hacer 10–12 ranuras poco profundas en la masa con la punta de un cuchillo para decorar. Si desea, usar la masa restante para decorar la tarta, cortando por ejemplo la masa en forma de peras, manzanas y hojas. Cepillar la parte de abajo de las decoraciones con agua antes de pegarlas.

Meter al horno por 60–70 minutos, cubriendo la orilla con papel de aluminio después de 35–40 minutos para que no se quemé. Dejar enfriar sobre una rejilla durante una hora o más antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 399 (45 % de grasas) • Proteínas 4 g • Carbohidratos 53 g • Grasa 21 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 40 mg • Sodio 106 mg • Fibra 3 g

