ESTADOS UNIDOS | Verano 2023

No. 58

ROYAL PRESTIGE®

Magazine

Cocina con PRECISIÓN

ROYAL PRESTIGE®

Más Posibilidades,

MÁS CORAZONES CONTENTOS

ROYAL PRESTIGE®
CUTLERY

El nuevo nivel en cuchillería

La nueva línea de cuchillos de Royal Prestige® te permite cortar con precisión extraordinaria, firmeza y seguridad. Su construcción en acero inoxidable alemán te ofrece durabilidad y resistencia. Garantía limitada de 50 años.

Comienza tus recetas con el corte perfecto.

El nuevo Bloque para Cuchillos All-in-One de Royal Prestige® incluye un práctico afilador para facilitarte el cuidado de tu cuchillería. Fabricado en elegante madera de acacia.

¡Muy pronto podrás adquirirlos!

Para conocer en vivo estos y otros productos, contacta a tu **Distribuidor Autorizado Royal Prestige®** o visita royalprestige.com

Los mejores sabores para compartir en familia

¡Qué emoción! Ya tienes en tu pantalla la segunda edición del año de nuestra querida revista Royal Prestige® Magazine, un gran trabajo que realiza Royal Prestige® y su equipo gourmet con mucho cariño para llevar tu experiencia con nuestra marca al siguiente nivel.

Queremos acompañarte al cocinar en tu hogar de manera inteligente, con eficiencia, innovación y beneficios exclusivos que te brindan los productos que adquiriste de nuestra marca y muchos más que tenemos para ti.

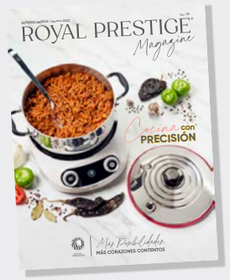
Ahora queremos sorprenderte con un producto innovador con el que lograrás platillos deliciosos: la Power Blender Go, una extraordinaria licuadora de inmersión que te ayudará a hacer tus procesos más prácticos, ¡conócela en estas páginas!

En esta ocasión, te presentamos una serie de recetas que te conquistarán por sus sabores irresistibles y lo fácil que es prepararlas con tus productos de Royal Prestige®. Por ejemplo, para los días en los que baja un poco la temperatura, reconforta el corazón con una **sopa de tomate con pollo (pág. 8).**

Con tus Sartenes Deluxe Easy Release puedes preparar unas originales y deliciosas **brochetas de jamón serrano (pág. 10)** para animar cualquier reunión, o una **tarta de pollo (pág. 14)** para deleitar a tu familia con algo diferente.

Para una ocasión especial con tus seres queridos, cocina fácilmente un espectacular **salmón (pág. 28)** en la Pavera Ovalada y lúcete con un postre fuera de lo común con un **helado de chocolate y plátano con palomitas (pág. 36).**

Y eso no es todo. En estas páginas te esperan más sorpresas y oportunidades de momentos deliciosos, cocinando con tus utensilios de cocina de Royal Prestige®. ¡Sumérgete de lleno en este mundo maravilloso de sabor y bienestar!



VERANO 2023 | NÚMERO 58
ESTADOS UNIDOS

Directorio

Chief Marketing Officer:
Daniela Ortiz

Director de Marketing Tradicional y Editor en jefe:
Juan Carlos de la Vega

Gerente Senior de Marketing Brasil:
Cinthia Helena Serra Oliveira

Editor culinario:
Omar Sandoval

Jefa de redacción:
Berenice Gutiérrez

Revisión para Brasil:
Amanda Couto

Directora de arte, fotografía y diseño:
Linda M. Castilleja H.

Diseño gráfico:
Linda M. Castilleja H.
Julie DesJarlais

Food Styling:
Ericka Fonseca Cortés

Fotografía:
Mucho Flavor Photo
Luis Sandoval

Arte:
Daphne Vázquez

Producción de recetas en video:
Claudia E. Da Silva
Rubén Olvera
Adrián Pacheco

Coordinación de logística México:
Georgina Cea
Rafael Elías Álvarez

Coordinación de logística Colombia:
Jorge Mario Ospina

Más Posibilidades.
MÁS CORAZONES CONTENTOS

¡Descubre recetas y mucho más en nuestras redes sociales!

RoyalPrestigeOfficial RoyalPrestigeOfficial RoyalPrestige

Contenido

VERANO 2023

Cocina inteligente y deliciosa

16 recetas para adentrarte en la experiencia Royal Prestige®.

08 Sopa de tomates con pollo

10 Brochetas de jamón serrano

14 Tarta de pollo

16 Pechugas rellenas de verduras en salsa de pimiento

18 Risotto de quinoa y pollo

20 Albóndigas rellenas

22 Atún a la pecadora

24 Lasaña criolla

26 Barbacoa de res

28 Salmón saludable

32 Lomito salado

34 Cochinita pibil

36 Helado de chocolate y plátano con palomitas

40 Esponjado de mango

42 Galleta gigante

44 Pastel de fresas

ADEMÁS:

46 **Todo sobre el arroz**
Conoce más sobre su historia, su importancia cultural y su valor nutricional.

48 **Cuando la naturaleza se manifiesta**
Cuatro historias de animales que se rebelaron contra el predominio humano.

50 **Los alimentos son vida: ¡aprovéchalos al máximo!**
Consejos para reducir el desperdicio de alimentos en tu hogar.

Sopa de tomate *con pollo*

Ingredientes

6 tazas de agua

Hierbas de olor (laurel, orégano, tomillo)

2 dientes de ajo, picados finamente

1 cebolla blanca, en cuartos

¼ de pimiento rojo, en trozos medianos

Sal y pimienta al gusto

1 pechuga de pollo mediana

10 tomates muy maduros, en cuartos

2 cucharadas de fécula de maíz, disueltas en 4 cucharadas de agua fría

½ cucharada de azúcar

PARA SERVIR:

Aguacate maduro, en cubos

¾ de taza de queso tipo mozzarella, en cubos

Totopos de maíz (opcional)

Preparación

1. En la Olla de 6 Cuartos NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®, poner agua, laurel, orégano, tomillo, ajo, cebolla, pimiento rojo, sal y pimienta al gusto. Tapar y cocinar con la Válvula Redi-Temp™ abierta.
2. Cuando la válvula suene, agregar la pechuga de pollo. Tapar la olla con la válvula cerrada y cocinar por 15 minutos más o hasta que el pollo esté cocido.
3. Retirar el pollo de la olla y esperar a que se enfríe. Deshebrar y reservar.
4. En el mismo caldo, agregar los tomates y cocinar 10 minutos más con la válvula cerrada.
5. Añadir la fécula de maíz disuelta en agua, mezclar y cocinar 2 minutos más.
6. Retirar la olla del fuego y dejar enfriar. Procesar en la licuadora Power Blender Max y regresar la mezcla a la olla.
7. Agregar el azúcar, mezclar y cocinar hasta que la sopa se reduzca y espese.
8. Servir la sopa con trocitos de aguacate, el pollo desmenuzado, cubitos de queso mozzarella y totopos de maíz, si lo desea.

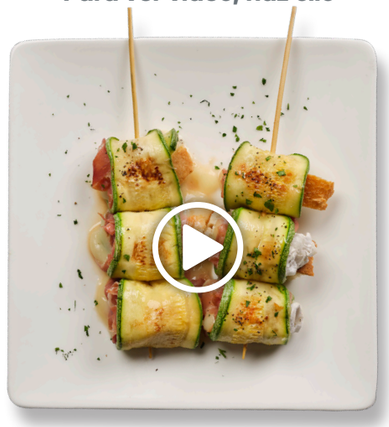
Rinde
10 a 12 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Olla de 6 Cuartos NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
40 minutos

Brochetas
de jamón serrano

Para ver video, haz clic



Ingredientes

- 2 zucchinis grandes
- Agua c/s
- Sal y pimienta al gusto
- 1½ libras de jamón serrano
- 1 libra de queso tipo mozzarella
- Hojitas de orégano fresco, picado finamente
- Palitos para brocheta o pinchos
- Aceite en aerosol

Preparación

1. Cortar los zucchinis en láminas finas de forma vertical. Sumergir las láminas en un poco de agua con sal y pimienta. Reservar.
2. Cortar el queso en tiras del mismo grosor de las láminas de zucchini.
3. Sobre la Tabla de Bambú para Cortar, extender una lámina de zucchini, una rebanada de jamón serrano y una tira de queso. Enrollar e insertar tres rollitos en cada pincho o palito para brocheta.
4. Rociar el Sartén de 10" Deluxe Easy Release de Royal Prestige® con aceite en aerosol y retirar el exceso con una toalla de papel. Precalentar el sartén a temperatura media-baja por 30 segundos.
5. Dorar las brochetas por ambas caras, hasta que el queso se derrita.
6. Decorar con un poco de orégano picado y pimienta fresca.

Rinde
6 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10" Deluxe Easy Release de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
20 minutos

Sumérgete en una gran experiencia de sabor

La nueva Power Blender Go de Royal Prestige® te ayudará a crear salsas, cremas y muchas preparaciones más. Además, podrás picar vegetales de forma práctica y rápida.

ROYAL PRESTIGE®
POWER BLENDER GO

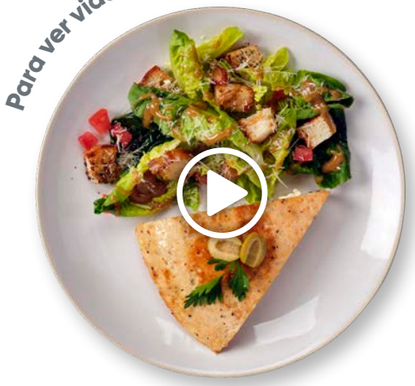
- **Motor poderoso de hasta 13,500 revoluciones por minuto.**
- **Licúa directamente en ollas y tazones, sin ensuciar otros utensilios.**
- **Tecnología inalámbrica que te acompaña a todas partes.**

¡Revoluciona tu cocina!

Para conocer en vivo estos y otros productos, **contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige®** o visita royalprestige.com

Tarta
de pollo

Para ver video, haz clic



Ingredientes

1 pechuga deshuesada sin piel

Sal y pimienta

2 dientes de ajo, picados

1 cucharadita de curry

Aceite en aerosol

½ libra de queso bocconcini

¼ de taza de aceitunas verdes, picadas

¼ de libra de jamón o tocino, en trocitos

ACOMPAÑAMIENTO:

Ensalada al gusto

Preparación

1. En la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, licuar la pechuga de pollo con un poco de sal, pimienta y ajo. Cuando la mezcla quede homogénea, pasar a un Tazón para Mezclar de 3 Cuartos, agregar el curry y mezclar bien para integrar.
2. Rociar el Sartén de 10" Deluxe Easy Release de Royal Prestige® con aceite en aerosol y retirar el exceso con una toalla de papel. Precalentar el sartén a temperatura media-baja por 30 segundos.
3. Agregar la mitad de la pechuga molida al sartén y formar la base de la tortilla. Colocar encima el queso, las aceitunas y los trocitos de jamón. Cubrir con el resto de la mezcla y hacer un poco de presión para unir las dos mitades.
4. Bajar el fuego al mínimo, tapar el sartén y cocinar 10 minutos más. Una vez transcurrido el tiempo, dar vuelta a la tortilla y dejar dorar por el otro lado.
5. Desmoldar y servir con ensalada al gusto.

Rinde
6 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10" Deluxe Easy Release de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
25 minutos

Pechugas rellenas de *verduras en salsa de pimiento*

Para ver video, haz clic

Ingredientes

1 cebolla, picada finamente

2 dientes de ajo, picados

1 zucchini, en medias lunas

2 tazas de champiñones, fileteados

2 tomates, en cubitos

2 pechugas de pollo, sin hueso ni piel

1 cucharada de orégano en polvo

Sal y pimienta al gusto

SALSA DE PIMIENTO:

1 papa, en cubos pequeños

4 pimientos, picados

2 tazas de caldo de pollo

2 dientes de ajo, picados

2 cucharadas de crema ácida

Preparación

1. Precalentar el Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® a temperatura media-alta de dos a tres minutos o hasta que, al rociar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden por la superficie.
2. Cocinar la cebolla y el ajo, hasta acitronar. Agregar el zucchini y los champiñones. Añadir el tomate, tapar con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cocinar cinco minutos más. Salpimentar y agregar orégano; mezclar para integrar los sabores.
3. Hacer un corte lateral en las pechugas, sin cortarlas completamente. Rellenarlas con el guiso anterior.
4. Precalentar nuevamente el sartén, limpio, y sellar las pechugas rellenas a fuego medio-alto, con el sartén entretapado.
5. Voltear las pechugas, tapar el sartén con la válvula abierta y cocinar hasta que suene. Bajar el fuego, cerrar la válvula y cocinar por 10 minutos más.
6. En la Olla de 4 Cuartos NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®, cocinar el ajo, la papa y el pimiento hasta dorar un poco. Salpimentar al gusto. Verter el caldo de pollo, mezclar bien y cocinar a fuego medio hasta que se evapore casi todo el caldo.
7. Pasar el contenido de la olla a la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige® y agregar la crema. Licuar hasta obtener una consistencia untuosa.
8. Servir las pechugas bañadas con la salsa.

Rinde
4 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
35 minutos

Risotto de quinoa *con pollo*

Ingredientes

- 1½ tazas de quinoa
- 1 cebolla, picada finamente
- 1 tallo de puerro, en cubos pequeños
- 2 pechugas de pollo, en cubos
- 2 manzanas verdes, ralladas
- 2 tazas de caldo de pollo
- Sal y pimienta
- ⅔ de taza de queso parmesano, rallado

Preparación

1. Lavar la quinoa en un colador con agua fría. Escurrir y reservar.
2. Precalentar el Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® de dos a tres minutos o hasta que, al agregar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden sobre la superficie.
3. Cocinar la cebolla en el sartén por unos minutos. Agregar el puerro y cocinar cuatro minutos más, cuidando que no se queme.
4. Salpimentar el pollo al gusto y agregar al sartén. Cocinar moviendo constantemente, para dorar de manera uniforme.
5. Añadir las manzanas, mezclar para integrar y cocinar durante 2 minutos.
6. Incorporar la quinoa al sartén y mover para integrar todos los ingredientes.
7. Verter el caldo de pollo caliente y cocinar durante 15 minutos a fuego bajo con el sartén tapado y la Válvula Redi-Temp™ cerrada.
8. Agregar más sal, si es necesario, y retirar del fuego.
9. Servir con el queso parmesano.

Rinde
5 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
25 minutos

Albóndigas *rellenas*

Ingredientes

½ libra de carne molida de cerdo

½ libra de carne molida de res

1 diente de ajo, picado finamente

½ cebolla, picada finamente

Perejil, picado finamente

Sal y pimienta al gusto

Pan rallado

1 yema de huevo

⅓ de libra de queso mozzarella, en cubos pequeños

PARA LA SALSA:

1 cebolla pequeña

4 jitomates en cuartos

½ zanahoria

2 dientes de ajo

1 hoja de laurel

2 cucharadas de vino blanco seco

1 taza de caldo de pollo

1 cucharada de perejil

1 taza de puré de tomate

Sal al gusto

Preparación

1. Mezclar la carne molida con el ajo, cebolla, perejil, sal y pimienta al gusto. Espolvorear con pan rallado e incorporar una yema de huevo. Mezclar bien. Formar bolitas de carne con cubos de queso al centro.
2. Precalentar el Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® a temperatura media-alta de dos a tres minutos o hasta que, al rociar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden por la superficie. Sellar las albóndigas por todas sus caras. Retirar del sartén y reservar.
3. En el mismo sartén, cocinar unos minutos la cebolla, tomate, zanahoria, ajo y la hoja de laurel. Incorporar el vino y caldo de pollo; cocinar un par de minutos más.
4. Dejar enfriar y pasar el guiso a la Power Blender Max de Royal Prestige®. Agregar el perejil, puré de tomate, sal al gusto y licuar.
5. Regresar la salsa al sartén y tapar con la Válvula Redi-Temp™ abierta. Cocinar hasta que suene la válvula. Agregar las albóndigas y cocer por 10 a 15 minutos (según el tamaño), hasta que la salsa se haya reducido un poco y esté bien integrada.
6. Servir las albóndigas bañadas con la salsa.

Rinde
6 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
25 minutos

Atún
a la pecadora

Ingredientes

4 medallones de atún

1 limón (jugo)

Sal y pimienta al gusto

PARA EL MARINADO:

½ taza de aceite de oliva

¼ de taza de alcaparras

3 dientes de ajo, picado finamente

¼ de taza de ramitas de perejil, picado finamente

¼ de taza de anchoas, previamente escurridas y picadas

3 limones, en rodajas

Preparación

1. Salpimentar los medallones de atún, exprimir el jugo de 1 limón y dejar macerar unos minutos.
2. Precalentar la Paellera de 14" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® a temperatura media-alta de dos a tres minutos o hasta que, al rociar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden por la superficie.
3. Sellar los medallones 1 a 2 minutos por cada lado, con la paellera entretapada, hasta obtener un color rojizo. Retirar y reservar.
4. Precalentar el Sartén Gourmet de 10" de Royal Prestige® a temperatura media-alta de dos a tres minutos o hasta que, al rociar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden por la superficie.
5. Agregar el aceite de oliva y cocinar las alcaparras, el ajo y el perejil por dos minutos. Agregar las anchoas y mezclar.
6. Servir las lonjas de atún con la salsa anterior y las rodajas de limón.

Rinde
4 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Paellera de 14" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
25 minutos

Lasaña *criolla*

Ingredientes

6 tiras de tocino, en cubos

1½ libras de carne molida magra

½ cebolla blanca, picada finamente

½ taza de pimiento rojo

1 hoja de laurel

Sal y pimienta al gusto

3 tazas de salsa napolitana

16 láminas de pasta para lasaña

8 cucharadas de queso mozzarella rallado

3 cucharadas de queso parmesano rallado

1 cucharada de albahaca fresca, picada finamente

Preparación

1. Precalentar el Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® a temperatura media-alta de dos a tres minutos o hasta que, al rociar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden por la superficie. Agregar el tocino y cocinar hasta desgrasar y dorar muy bien.
2. Retirar el tocino del sartén y reservar. Con la misma grasa del tocino en el sartén, sofreír la carne, cebolla, pimiento rojo, la hoja de laurel, sal y pimienta. Tapar el sartén con Válvula Redi-Temp™ cerrada y cocinar a temperatura mínima por 3 minutos.
3. Agregar el tocino y mezclar bien. Retirar el guisado del sartén y reservar.
4. Sobre la misma grasa del tocino y la carne, verter una base de salsa napolitana, seguida de una capa de láminas de pasta para lasaña, una capa de carne y otra de queso. Repetir el procedimiento hasta acabar con una capa de queso.
5. Tapar el sartén con la válvula cerrada y cocinar a temperatura baja por 25 minutos.
6. Destapar y dejar reposar por unos minutos antes de cortar. Servir con un poco de queso parmesano y albahaca fresca.

Rinde
6 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
35 minutos

Barbacoa *de res*

Para ver video, haz clic

Ingredientes

2 chiles anchos, asados, desvenados y remojados

2 chiles mulatos, asados, desvenados y remojados

2 chiles pasilla, asados, desvenados y remojados

1 tomate, asado

3 tomates verdes (tomatillos), asados

½ cebolla, asada

4 dientes de ajo, asados

1 cucharada de vinagre

2 tazas de agua

3 libras de carne de res, en trozos

1 hoja de laurel

Sal y pimienta

PARA ACOMPAÑAR:

Cilantro

Cebolla

Limón

Tortillas

Preparación

1. En la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, procesar los chiles, tomate, tomatillos, cebolla, ajos, vinagre y agua.
2. En la Precision Cook de Royal Prestige®, colocar la Olla de 6 Cuartos NOVEL™ o INNOVE™ y elegir la función para precalentar.
3. Cuando la Precision Cook indique que la olla está lista, agregar la carne de res, la salsa licuada, laurel, sal y pimienta. Tapar la olla con la Válvula Redi-Temp™ cerrada.
4. Elegir la función de cocción lenta en *High* y cocinar por 4 horas.
5. Deshebrar la carne y servir en tacos, con cebolla, cilantro y limón.

Rinde
6 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Precision Cook de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
4 horas

Salmón *saludable*

Ingredientes

2 limones, en rodajas

2 naranjas, en rodajas

2 zanahorias, peladas y ralladas

1 puerro (solo la sección blanca), en rodajas finas

1 lonja de salmón (3 libras, aprox.)

1 taza de vino blanco

Sal y pimienta al gusto

1 cucharada de ralladura de limón

2 cucharadas de jugo de limón

1 cucharada de alcaparras baby

1 hinojo, picado finamente

PARA SERVIR:

Ensalada de hojas mixtas

Preparación

1. En la Pavera Ovalada de Royal Prestige®, colocar una cama de rodajas de limón y naranja. Cubrir con otra capa de zanahorias y puerro.
2. Colocar la rejilla en la pavera y acomodar encima el salmón. Bañar con el vino blanco y salpimentar al gusto. Cubrir con ralladura de limón, jugo de limón, alcaparras e hinojo.
3. Tapar y cocinar a temperatura media-baja por 25 minutos.
4. Servir el salmón con las rodajas de cítricos y ensalada de hojas mixtas.

Rinde
6 a 8
porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Pavera Ovalada de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
25 minutos

«Esto sí es cocina inteligente, ¡es una maravilla!»

Programa tu experiencia inteligente de cocina con la Precision Cook de Royal Prestige®. Su variedad de funciones elevará tu cocina al nivel de practicidad que necesitas:

- **Selección de tiempo y temperatura exactos.**
- **Práctica cocción por nivel de potencia, del 1 al 10.**
- **Función de cocción lenta, para carnes más suaves y deliciosas.**
- **Báscula integrada, para medir tus ingredientes.**

Precisión en tus recetas para comidas exitosas.

ROYAL PRESTIGE®
PRECISION COOK

Para conocer en vivo este y otros productos, contacta a tu **Distribuidor Autorizado Royal Prestige®** o visita royalprestige.com

Lomito *saltado*

Ingredientes

1 libra de lomo de res en fajitas
3 tomates sin semilla, en cuartos
1 cebolla morada, en cascos
½ libra de champiñones
Sal y pimienta molida al gusto
½ taza de salsa agridulce

Preparación

1. Precalentar el Wok INNOVE™ de Royal Prestige® a temperatura media-alta de dos a tres minutos o hasta que, al rociar algunas gotas de agua, estas no se evaporen y rueden por la superficie.
2. Agregar las fajitas de lomo res y sellar con el wok entretapado.
3. Incorporar los tomates y la cebolla. Saltear por un par de minutos.
4. Salpimentar y agregar los champiñones.
5. Añadir la salsa agridulce y cocinar unos minutos más para integrar los sabores.
6. Acompañar con papas en gajo y arroz blanco.

Rinde
6 a 8 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Wok INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
25 minutos

Cochinita *pibil*

Para ver video, haz clic

Ingredientes

2 hojas de plátano asadas

7 libras de cabeza de lomo de cerdo, en trozos

PARA EL MARINADO:

½ libra de achiote

2½ tazas de jugo de naranja agria

1½ cucharaditas de pimienta negra molida

1 varita de canela

6 tazas de agua

1½ cucharada de comino molido

10 clavos de olor

3 cucharadas de sal

CEBOLLAS ENCURTIDAS:

6 chiles habaneros, fileteados

2 cebollas moradas, fileteadas

1 taza de jugo de naranja

¼ de taza de vinagre de manzana

2 cucharaditas de sal

1 cucharadita de orégano seco molido

ACOMPAÑAMIENTO:

Tortillas de maíz calientes

Preparación

1. En la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, procesar los ingredientes del marinado.
2. En un Tazón para Mezclar de 5 Cuartos, colocar la carne de cerdo y cubrir con la mezcla licuada. Deja marinar un mínimo de 5 horas.
3. En la Olla de 8 Cuartos NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®, colocar una hoja de plátano en el fondo. Agregar la carne con la mitad del marinado y cubrir con otra hoja de plátano. Cerrar la olla con la Válvula Redi-Temp™ cerrada.
4. En la Precision Cook de Royal Prestige®, elegir la función de cocción lenta en *High* y cocinar de 6 a 7 horas.
5. En otro Tazón de para Mezclar de 5 cuartos, mezclar los ingredientes de las cebollas encurtidas.
6. Cuando termine la cocción de la carne, retirar de la olla y deshebrar.
7. Servir la carne en tacos, con las cebollas encurtidas.

Rinde
15 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Precision Cook de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
12 horas

Helado de crema de avellana *y plátano con palomitas*

Ingredientes

5 plátanos (no muy maduros)
1 taza de crema de avellana
1¾ tazas de almendras trituradas
1½ tazas de azúcar

PARA LAS PALOMITAS:

⅓ de taza de maíz para palomitas
2 cucharadas de aceite vegetal
½ cucharadita de sal (opcional)

PARA DECORAR:

Salsa de chocolate
Fresas rebanadas
Lunetas

Preparación

1. Cortar los plátanos en cuartos y ponerlos en un Tazón para Mezclar de 3 Cuartos. Mezclar con la crema de avellana y congelar.
2. Cocinar las almendras trituradas y el azúcar a fuego bajo en el Sartén de 8" Deluxe Easy Release de Royal Prestige®, hasta que se derrita por completo el azúcar. Dejar enfriar hasta que la mezcla se endurezca por completo.
3. Cuando el crocante esté completamente frío, calentar por 3 minutos a fuego medio para despegarlo del sartén, con ayuda de la Espátula Deluxe Easy Release. Pasarlo a la Tabla para Cortar de Bambú y triturarlo con el Hacha de Cocina. Reservar.
4. Colocar la tapa Perfect Pop de Royal Prestige® en la Olla de 6 Cuartos NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® y ajustar el fuego a medio-alto. Abrir la apertura en la tapa para agregar el aceite y el maíz. Cerrar la apertura.
5. Una vez que el maíz comience a tronar, girar la manija de manera constante por alrededor de 7 minutos o hasta que todo el maíz truene. Apagar el fuego y retirar la olla de la estufa.
6. Pasar las palomitas al Tazón para Mezclar de 5 Cuartos y agregar sal, mezclando bien.
7. Sacar los plátanos del congelador y dejar reposar a temperatura ambiente alrededor de 10 minutos. Romper la mezcla con la Espátula para Helados. Añadir las palomitas y el crocante. Mezclar bien hasta integrar.
8. Poco a poco, pasar la mezcla por el Extractor de Jugos de Royal Prestige®, con el Colador para Helados.
9. Servir con la decoración al gusto.

Rinde
10 a 12 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Extractor de Jugos de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
40 minutos

Comienza las mañanas con energía al máximo.

¡Hasta la última gota!

Con el Extractor de Jugos de Royal Prestige® puedes obtener la mayor cantidad posible de jugo de tus frutas, verduras y hasta las hojas verdes.

ROYAL PRESTIGE®
JUICER

Para conocer en vivo este y otros productos, contacta a tu **Distribuidor Autorizado Royal Prestige®** o visita royalprestige.com

Esponjado *de mango*

Para ver video, haz clic

Ingredientes

1 lata grande de leche condensada

5 huevos, con la yema y la clara separadas

1 cucharada de jugo de limón

2 tazas de pulpa de mango

3 sobres de gelatina sin sabor

½ taza de agua

Preparación

1. En la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, procesar el mango, la leche condensada y el jugo de limón. Agregar las yemas poco a poco y licuar de nuevo. Pasar al Tazón para Mezclar de 5 Cuartos.
2. En el Hervidor de ½ Cuarto, agregar el agua y la gelatina. Calentar a fuego bajo, moviendo constantemente, hasta que se derrita la gelatina.
3. Verter la gelatina poco a poco en la preparación del paso 1, moviendo constantemente con la Espátula de Silicona para integrar.
4. En el Tazón para Mezclar de 3 Cuartos, batir las claras a punto de nieve con el Batidor de Globo. Incorporar a la preparación anterior de forma envolvente.
5. Distribuir la mezcla en Copas para Helado y refrigerar mínimo 3 horas.
6. Para servir, decorar con rebanadas de mango fresco o copitos de crema batida.

Rinde
10 a 12 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Power Blender Max de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
30 minutos

Galleta *gigante*

Ingredientes

3 tazas de avena

2 cucharadas de aceite de coco

¼ de taza de azúcar glas

1 huevo entero

1 cucharada de esencia de vainilla

¼ de taza de leche

¼ de taza de harina de trigo

1 pizca de sal

1 cucharadita de bicarbonato

1 cucharadita de ralladura de naranja

½ taza de chips de chocolate

PARA ACOMPAÑAR:

Helado de vainilla

Preparación

1. En la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, moler la avena hasta pulverizar. Cernir para obtener 2 tazas de harina fina.
2. En un Tazón para Mezclar de 5 Cuartos, batir el aceite de coco con el azúcar glas, hasta que se incorporen perfectamente. Agregar el huevo, la vainilla y la leche. Continuar mezclando hasta obtener una masa homogénea.
3. Agregar las harinas de avena y de trigo, la sal, el bicarbonato y la ralladura de naranja.
4. Engrasar el Sartén de 8" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige® con un poco del aceite de coco de manera uniforme, vaciar la mezcla y cubrir con las chispas de chocolate.
5. Tapar y cocinar a fuego medio-bajo por aproximadamente 10 minutos, con la Válvula Redi-Temp™ cerrada.

Rinde
10 a 12 porciones

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 8" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
30 minutos

Pastel *de fresa*

Ingredientes

1½ cajas de harina para pastel de vainilla

5 huevos

2 tazas de leche entera

¾ de taza de aceite

4 gotas de colorante rosa intenso

1 cucharada de mantequilla

2 cucharadas de harina

PARA EL BETÚN DE YOGUR:

1½ tazas de yogur natural

Edulcorante al gusto

1 taza de fresas

Preparación

1. En un Tazón para Mezclar de 5 Cuartos, incorporar la harina para pastel, los huevos, la leche y el aceite con el Batidor de Globo.
2. Añadir el colorante poco a poco hasta integrar.
3. Barnizar con mantequilla y enharinar el Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®.
4. Verter la preparación en el sartén, tapar con la Válvula Redi-Temp™ cerrada y cocinar a fuego bajo durante 30 minutos.
5. Destapar y deja enfriar. Desmoldar sobre la Tabla para Cortar de Bambú.
6. En el Tazón para Mezclar de 2 Cuartos, integrar el yogur con endulzante al gusto. Refrigerar por 30 minutos.
7. Decorar el pastel con el betún y fresas.

Rinde
8 rebanadas

Utensilio destacado Royal Prestige®
Sartén de 10.5" NOVEL™ o INNOVE™ de Royal Prestige®

Tiempo de preparación
40 minutos

Todo sobre el arroz

Para más de la mitad de la población en el mundo, el arroz es un alimento básico en su dieta diaria. Descubre un poco más sobre su historia, su importancia cultural y su valor nutricional.

POR BERENICE GUTIÉRREZ

La paella española, el sushi japonés, el risotto italiano, la jambalaya estadounidense, el pilaf indio, el arroz chaufa peruano, el arroz rojo mexicano... Todos son platillos profundamente tradicionales en sus regiones, con un hilo conector muy importante: su ingrediente central es uno de los cereales más ancestrales en el mundo.

Un toque de historia

Muchos historiadores creen que el cultivo del arroz se remonta hasta 5,000 años antes de Cristo (a. de C.). Sin embargo, el primer registro oficial de su papel como alimento data del siglo 2,800 a. de C., cuando el emperador chino Shen Nung creó un ritual anual de ceremonias para celebrar el comienzo de las siembras.

El arroz se originó en Asia y fue llevado a todo el mundo por viajeros aventureros, como exploradores, soldados, comerciantes o peregrinos. Actualmente, China encabeza el ranking de los diez principales productores de arroz en el mundo. Brasil es el único país de esa lista que no se encuentra en Asia.

Fenómeno cultural

El arroz tiene un papel muy importante en el folclor y las tradiciones de muchos países. Por ejemplo, en China lo celebran dedicándole un día de las festividades de Año Nuevo. En Indonesia, el arroz es considerado un regalo de la diosa Dewie Srie y en Japón instalan pequeños altares para honrar a su dios, Inari.

Arroz blanco vs arroz integral

El arroz blanco es un arroz integral que pasó por un procesamiento para pulirlo y retirar la cubierta de salvado. Esto lo hace más durable y fácil de cocinar, pero como consecuencia retiene menos nutrientes que el arroz integral.

Al ser menos procesado, el arroz integral contiene una mayor cantidad de fibra dietética, vitaminas, minerales y antioxidantes. No obstante, los productores de arroz blanco comúnmente compensan la pérdida nutrimental al enriquecer el grano con vitaminas después de su procesamiento.

Ambos tipos de arroz contienen altos niveles de carbohidratos (principalmente almidón) y algo de proteína, con niveles casi nulos de azúcar y grasas. El arroz cocido se compone principalmente de agua, esto es, 70% de su peso total.

De forma natural, el arroz en todas sus variedades es un alimento libre de gluten, por lo que es una gran alternativa para evitar el trigo y sus derivados. Para quienes buscan controlar sus niveles de azúcar, el arroz integral es mejor opción que el blanco, ya que contiene un índice glucémico más bajo. Sin embargo, es importante cuidar las porciones para evitar el exceso de carbohidratos.

Un consejo importante: recuerda revisar y comparar las etiquetas al comprar arroz para tus recetas. De esta manera, puedes asegurarte de que adquieres un alimento con los niveles de nutrición adecuados. Siempre sigue las indicaciones dietéticas de tu médico.

Datos curiosos:

1. El arroz mantiene unida la Gran Muralla de China. ¡Literalmente! Mientras era construida durante la Dinastía Ming, los trabajadores usaron una mezcla con arroz para unir las piedras de la muralla.

2. Dependiendo de cómo sea almacenado, el arroz blanco crudo puede ser comestible hasta por ¡30 años! En cambio, el arroz integral dura de tres a seis meses.

Fuente:
"History of Rice", The Rice Association.
"7 Things You Never Knew About Rice", Food & Wine
"What to Know About Rice", Medical News Today

Cuando la naturaleza *se manifiesta*

El crecimiento acelerado de las ciudades y de la población consume cada vez más los recursos naturales del planeta, reduciendo los espacios de la fauna y poniendo en riesgo especies a nivel global. Sin embargo, de vez en cuando, la naturaleza se hace escuchar con algunos incidentes curiosos que nos llevan reflexionar sobre la responsabilidad que tenemos para reducir el impacto negativo de la humanidad en el hogar que compartimos todos.

POR BERENICE GUTIÉRREZ

La pandilla de ballenas asesinas

Una orca conocida como "Gladis" ha encabezado una serie de ataques contra embarcaciones pequeñas en la costa de la Península Ibérica. Solo durante mayo de 2023 se registraron 20 agresiones por parte de los mamíferos, que en algunos casos ocasionaron daños considerables e incluso provocaron el hundimiento de un yate.

Alfredo López Fernández, un biólogo de la Universidad de Aveiro en Portugal, ha sugerido la teoría de que "Gladis" fue golpeada por un bote y esta experiencia traumática puede ser la causa de su movilización contra las embarcaciones. Sin embargo, estos incidentes no son un fenómeno nuevo y han ido en incremento desde 2020 en los mares ibéricos.

Los hipopótamos de Escobar

En los años ochenta, el famoso capo Pablo Escobar importó ilegalmente cuatro hipopótamos para su zoológico particular en la Hacienda Nápoles, en Colombia. Tras la muerte de Escobar, en 1994, la mayoría de los animales fueron reubicados.

Con una habilidad que sería la envidia de cualquier capo, los hipopótamos lograron evadir la captura y se escaparon de la finca abandonada para instalarse a placer a lo largo del río Magdalena. Desde entonces, se han reproducido hasta alcanzar alrededor de 130 ejemplares en la actualidad, poniendo en riesgo el ecosistema local.

Especialistas han advertido que la población de hipopótamos en Colombia debe ser controlada, ya que estos enormes mamíferos son considerados una especie altamente agresiva e invasiva. Entre otros problemas, la plaga de hipopótamos ha impactado la calidad del agua para humanos y otras especies en la región.

Los sobrevivientes de Chernóbil

En abril de 1986, un accidente nuclear provocó la evacuación permanente del poblado de Chernóbil, en Ucrania. A 37 años de la tragedia, alrededor de 300 perros son los únicos habitantes de la zona de exclusión, donde se las han ingeniado para encontrar comida y continuar reproduciéndose.

Un grupo de científicos que estudia a estos animales cree que son descendientes de las mascotas abandonadas por los habitantes que fueron obligados a evacuar la ciudad. Actualmente, los investigadores esperan que el estudio de estos héroes caninos pueda dejar varias lecciones a la humanidad, entre ellas cómo sobrevivir en los ambientes más difíciles y degradados.

Larga vida a Stewie

En marzo pasado, un ternero de apenas cuatro meses se escapó de un matadero, causando caos en Canarsie, en Brooklyn, Nueva York. Un video que se hizo viral en redes sociales muestra a la cría corriendo entre vehículos y una multitud de personas que trataban de capturarlo.

Después de varios minutos de persecución intensa, "Stewie" fue recapturado y llevado de nuevo a la granja. Fue entonces cuando intervino la organización Skylands Animal Sanctuary and Rescue, en Nueva Jersey, que desde Facebook lanzó una petición para permitir que el ternero fuera llevado a su santuario.

Al verse inundados con llamadas y mensajes de seguidores, los dueños de Stewie aceptaron entregarlo al santuario, donde vivirá felizmente con varios animales como otra prófuga del carnicero, la vaca Freddie, que también hizo un famoso escape en 2016.

Fuente:
"Gladis, la orca 'vengativa' que enseña a otras a atacar barcos y revoluciona las redes", ABC.
"Los 'hipopótamos de la coca' de Pablo Escobar son un problema para Colombia", The Conversation

Los alimentos son vida: ¡aprovéchalos al máximo!

POR BERENICE GUTIÉRREZ

Si en estos momentos limpiaras tu refrigerador, ¿cuántos alimentos terminarían en la basura? Desperdiciar la comida no solo tiene un impacto en tu bolsillo, también suma a un grave problema mundial que aumenta las emisiones de gases de efecto invernadero y contribuye al cambio climático. Te invitamos a tomar en cuenta algunas recomendaciones para aprovechar mejor tus alimentos.

1. **Planea tus comidas.** Crear una planificación semanal de comidas te ayudará a ser más eficiente en las compras de tu despensa. Puedes comenzar con pasos pequeños, como planear solo tus desayunos o algunas comidas de la semana.

2. **Compra sabiamente.** Adquiere solo las frutas y verduras que planeas consumir en la semana. Lávalas y desinféctalas de inmediato. Guárdalas de manera organizada, siempre a la vista.

3. **Dale oportunidad a las "feas".** Los supermercados suelen tirar grandes cantidades de frutas y verduras que no cumplen sus estándares estéticos. Siempre y cuando no estén magulladas o pasadas, es seguro y recomendable comprar frutas o verduras "imperfectas".

4. **¡Cocina!** Los restaurantes y otros establecimientos que venden comida hecha generan un alto desperdicio de alimentos. Cocinar en casa evitará que contribuyas a este ciclo negativo.

5. **Mantén tu refrigerador en orden.** Organizar tu refrigerador y alacena evitará que la comida se "pierda" y termine guardada por demasiado tiempo.

6. **Guarda las sobras en el congelador.** Si la comida sobrante no será consumida en los próximos tres días, guárdala en el congelador, etiquetada y organizada.

7. **¡Sácale provecho a tu congelador!** ¿Sabías que mientras más comida guardes en el congelador, consumirá menos energía? Esto es porque se reduce la circulación del aire frío, así que ¡a llenar el congelador!

FUENTES: "7 ways to reduce food waste in your kitchen", Mayo Clinic Health System "How to reduce food waste", BBC Good Food

¡Que todo se te resbale!
Hechos en Italia, los Sartenes Deluxe Easy Release de Royal Prestige® cuentan con la mejor tecnología antiadherente, con la calidad a la altura de nuestra marca.
ROYAL PRESTIGE®
DELUXE EASY RELEASE COOKWARE
Cocina tus comidas favoritas de forma práctica y rápida.
Para conocer en vivo este y otros productos, contacta a tu **Distribuidor Autorizado Royal Prestige®** o visita royalprestige.com

Licuados más frescos y nutritivos en casa

Aprovecha al máximo los nutrientes de tus preparaciones con el sistema de licuado al vacío Fresh Max de Royal Prestige®

- Sabores frescos y colores intensos por más tiempo.
- Menor oxidación de tus ingredientes.
- Preparaciones más homogéneas.
- Reduce o elimina la espuma.

ROYAL PRESTIGE®
FRESH MAX

Adquiérelo con tu licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®

Para conocer en vivo este y otros productos, contacta a tu **Distribuidor Autorizado Royal Prestige®** o visita royalprestige.com