

BRASIL | MARÇO 2024

No. 8

ROYAL PRESTIGE®

Magazine



Prepare e
compartilhe
receitas incríveis!



**ROYAL PRESTIGE®
SMART TEMP**

**A temperatura
ideal para uma ótima
preparação.**



Feito com uma alça de silicone que permite retirá-lo e colocá-lo na panela sem riscos de queimadura.

**O novo Royal Prestige®
Smart Temp se tornará
seu mais novo aliado!**

Projetado exclusivamente para suas panelas e frigideiras de aço inoxidável, o novo Royal Prestige® Smart Temp informa quando a superfície de sua panela está pronta para começar a cozinhar os pratos que você tanto gosta.





★
Clique aqui
para saber
como usar o
Royal Prestige®
Smart Temp.



Tenha mais precisão
e praticidade no
preparo de suas
receitas!

Para experimentar este produto no conforto de sua própria casa, entre em **contato**
com seu **Distribuidor Autorizado Independente** ou visite royalprestige.com.br

Bem-vindo!

Chef
*Christian
Petersen*



Bem-vindo!

Que honra poder recebê-lo novamente na primeira edição da **Royal Prestige® Magazine** em 2024!

O início do ano foi cheio de surpresas e, acima de tudo, comidas deliciosas! Tenho certeza de que você vai concordar comigo quando eu te apresentar tudo o que esta revista tem reservado para você. Claro, no meu papel como editor de culinária, tenho que te avisar: você realmente vai se surpreender com a variedade de receitas que temos desta vez!

Se você é fã de frutos do mar, te convido a experimentar o clássico **ceviche peruano (pág. 12)** e **caldo de camarão (pág. 34)**. Além disso, temos outras opções para o café da manhã, como a **quiche de três queijos e aspargos (pág. 22)** que você pode cozinhar no fogão, sem ter que usar o seu forno.

Quanto às sobremesas, você pode escolher entre as mais frescas, como um **sorvete de abacaxi com coco (pág. 44)** às mais sofisticadas

como **panna cotta com molho de vinho (pág. 42)**.

Falando em alimentos frescos, o quanto você sabe sobre a maçã: a fruta mais consumida no mundo? Não é tão sem graça como muitos pensam e você pode apreciá-la em uma grande variedade de pratos. Sabia que ela não pode ficar refrigerada por mais de seis semanas?

E isso é apenas uma amostra. Convido você a dar uma olhada nesta edição que está cheia de conteúdo criado especialmente para todos os nossos queridos clientes **Royal Prestige®**.

Deixo você saborear cada uma das páginas. E continue desfrutando de deliciosas refeições na companhia de seus amigos e familiares.

Vem aí mais um ano cozinhando com a melhor qualidade!



MARÇO 2024 NÚMERO 8
BRASIL

Diretora Executiva de Marketing:
Daniela Ortiz

Diretor de Marketing e Editor-Chefe:
Juan Carlos de la Vega

Diretora de Marketing de Produto e Portfólio:
Cinthia Helena Serra Oliveira

Editor de Culinária:
Christian Petersen

Redatora Chefe:
Berenice Gutiérrez

Revisão para o Brasil:
Heloisa Machado Agostini

Revisão em português:
Heloisa Machado Agostini
Juliana Serralha Fantini

Diretora de arte, fotografia e projeto:
Linda M. Castilleja H.

Desenho gráfico:
Linda M. Castilleja H.
Julie DesJarlais

Chefs e conselheiros culinários:
Iván Ochoa
Andrés Rozo
Christian Castillo

Food Styling:
Éricka Fonseca Cortés

Fotografia:
Mucho Flavor Photo/Luis Sandoval
Sergio Fuentes

Arte:
Adrián Pacheco

Coordenação logística:
Georgina Cea
Rafael Elías Álvarez

Coordenação logística Colômbia:
Jorge Mario Ospina

Descubra receitas e muito mais em nossas redes sociais!



Royal Prestige
Brasil



Royal Prestige Br
OportunidadeRoyal



Royal Prestige Br



ROYAL PRESTIGE®
PAELLERAS

Feitas para você,
que busca a melhor
qualidade para cozinhar
para sua família
nesta Páscoa!



Clique aqui
para encontrar
uma receita
surpresa, criada
especialmente
na Paellera.



As Paelleras Royal Prestige® são tão versáteis que possibilitam a preparação de uma enorme variedade de receitas, desde ensopados e marinadas até massas e pizzas com legumes e frutos do mar.

Cozinhe com praticidade, usando pouca água, e preserve a consistência e o sabor dos alimentos!

Para experimentar este produto no conforto de sua própria casa, entre em **contato com seu Distribuidor Autorizado Independente** ou visite royalprestige.com.br

BRASIL, MARÇO 2024

Conteúdo

Desfrute dos sabores mais frescos

17 receitas com uma diversidade de texturas, perfeitas para compartilhar em ocasiões especiais como o dia das mães.



12 Ceviche peruano

14 Ajiaco dominicano

18 Fondue na moranga

20 Salada de polvo

22 Quiche de três queijos e aspargos

24 Ensopado de grão-de-bico

26 Risoto de cogumelos com aspargos

28 Camarão ao molho de coco

30 Frango com amêndoas

32 Filé mignon com couve e cogumelos



ALÉM DISSO:

- 34** Caldo de camarão
- 38** Escabeche de frango
- 40** Bolo de banana com chocolate

- 42** Panna cota ao molho de vinho tinto
- 44** Sorvete de abacaxi com coco
- 46** Crêpe suzette



50 Um gostinho do mar na América Latina

O peixe é uma das estrelas da gastronomia desta região. Do frito ao cozido, cada país tem seu próprio representante.



52 Melhore sua qualidade de vida com alimentos detox

Saiba se seus alimentos favoritos são detox e entre nessa tendência com a receita de um suco incrível.



54 Maçã: a fruta mais consumida no mundo

Quem disse que as maçãs são sem graça? Aprenda fatos interessantes sobre esta fruta sazonal.

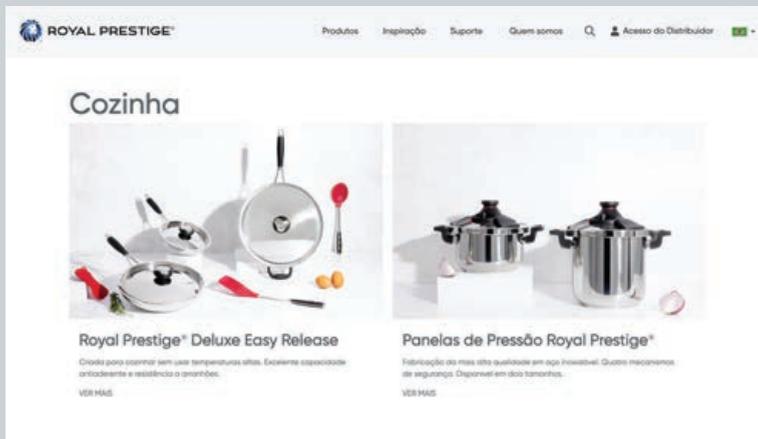


ROYAL PRESTIGE®

Tenha uma ótima experiência com a Royal Prestige®

A nossa prioridade é oferecer o melhor conteúdo, bem como a orientação e aconselhamento necessário para aproveitar ao máximo os seus produtos Royal Prestige®. Temos vários canais disponíveis para você, entre em contato conosco!

Visite o nosso site: royalprestige.com.br



Encontre-nos em:



**Royal Prestige Br
Oportunidade Royal**



Royal Prestige Br



**Royal Prestige
Brasil**

**Atendimento
ao cliente:**

Telefone:

0800-777-2310

**Horário de
atendimento:**

Segunda-feira
a sexta-feira:
08:00 às 20:00

Sábado:

09:00 às 13:00

**Escreva
para nós!**

sac@royalprestige.com.br

O que mais você precisa NA SUA COZINHA?

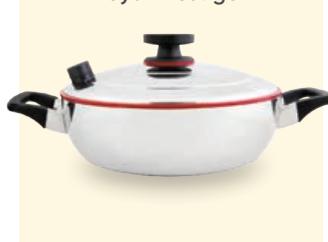


Royal Prestige®
Power Blender

Frigideiras Gourmet
Royal Prestige®



Paelleras
Royal Prestige®



Assadeira Oval
Royal Prestige®



Panelas, frigideiras e utensílios

Panelas de Pressão
Royal Prestige®
Pressure Cooker



Sistemas de Cozinha
Royal Prestige®



Panelas Grandes
Royal Prestige® Stockpot



Frigideiras
Royal Prestige®
Deluxe Easy Release



Utensílios para preparar bebidas

Royal Prestige®
Chocolatera



Royal Prestige®
Royal Espresso



Descubra nosso
catálogo completo em
royalprestige.com.br



Electrodomésticos

Royal Prestige®
Maxtractor™



Utensílios de cozinha

Royal Prestige®
Tábua de Bambu



Facas Royal Prestige®
Precision
Series 3™



Surpreenda-se!

Criadas especialmente para você, as receitas desta edição são cheias de sabor e cor. Explore combinações únicas com os seus ingredientes preferidos: arroz, peixe, marisco, queijos, e vegetais. E para adoçar este dia das mães, escolha uma receita entre a nossa seleção de sobremesas deliciosas!





Ceviche Peruano



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe de forma
mais rápida,
prática e fácil.

Ingredientes

PARA O LEITE DE TIGRE:

- ½ xícara de suco de limão
- ½ xícara de cebola
- ¼ de talo de aipo
- 1 dente de alho
- 1 fatia de gengibre
- ½ xícara de caldo de peixe
- 4 ramos de coentro
- ½ pedaço de pimenta habanero ou malagueta sem sementes

PARA O CEVICHE:

- 1 kg de peixe branco em cubos médios

- 2 pimentas habanero ou malagueta sem sementes picadas

Suco de 8 limões

½ cebola roxa fatiada

PARA SERVIR:

300 ml de água

1 batata doce pequena limpa e fatiada em pequenos pedaços

1 xícara de grãos de milho verde

2 pimentas jalapeño fatiadas

4 ramos de coentro picados

Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo

- 1 Em uma Tigela de 3 litros Royal Prestige®, tempere o peixe com sal e pimenta. Misture com as pimentas habanero ou malagueta, o suco de limão e a cebola roxa.
- 2 No Royal Prestige® Power Blender, bata os ingredientes do leite de tigre por 2 minutos e adicione ao peixe. Reserve na geladeira por 20 minutos.
- 3 Para os acompanhamentos, na Caçarola de 7,6L Royal Prestige®, adicione água e coloque as fatias de batata-doce e o milho verde. Tampe a panela e quando a Válvula Redi-Temp™ apitar, feche-a. Deixe cozinhar por 3 minutos e reserve.
- 4 Sirva com coentro polvilhado, batata doce, milho e fatias de pimentão vermelho.



Rendimento:

12 porções



Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:

Royal Prestige®
Power Blender



Tempo
de preparo:

35 minutos





Ajiaco Dominicano

Benefício Royal Prestige®

Cozinhe mais rápido e com segurança.

Ingredientes

250 g de costelas de porco em pedaços médios

250 g de polpa bovina em pedaços médios

1 coxa e 1 sobrecoxa de frango

½ cebola cortada em cubos pequenos

3 dentes de alho

2 colheres de sopa de molho de tomate

2,5 litros de caldo de legumes

1 pimentão verde

150 g de malanga em cubos médios

1 banana-da-terra verde fatiada

1 banana-da-terra normal fatiada

50 g de mandioca em cubos médios

100 g de abóbora castilla cortada em cubos médios

½ batata-doce branca em cubos médios

1 milho fresco fatiado

1 batata cortada em cubos médios

Sal e pimenta-do-reino a gosto

PARA SERVIR COM:

Arroz

Modo de preparo

- 1 Pré-aqueça a Panela de Pressão de 6 litros Royal Prestige® Pressure Cooker e sele as carnes até que fiquem douradas.
- 2 Acrescente a cebola e o alho. Cozinhe por alguns minutos e acrescente o molho de tomate.
- 3 Acrescente o caldo de legumes e o restante dos ingredientes. Tempere com sal e pimenta.
- 4 Feche a panela e gire a válvula para o ícone de pressão. Cozinhe em fogo médio-alto até que o pino indicador suba. Reduza o fogo e cozinhe por mais 50 minutos.
- 5 Ajuste o tempero e sirva com arroz.



Rendimento:
6 porções



**Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:**

Panela de Pressão de 6 litros Royal Prestige® Pressure Cooker



**Tempo
de preparo:**
50 minutos







ROYAL PRESTIGE®
POWER BLENDER

Poder para fazer mais!

**Colocamos o poder em suas mãos!
Com o Royal Prestige® Power Blender,
você pode bater até os ingredientes
mais consistentes, graças a seus mais de
dois cavalos de potência.**

Ele é tão potente que você pode fazer
sua própria farinha triturando suas
sementes favoritas.

Praticidade e rapidez.


Clique aqui
e descubra tudo
o que você pode
preparar com o seu
Royal Prestige®
Power Blender.



Para experimentar este produto no conforto de sua
própria casa, entre em **contato com seu Distribuidor**
Autorizado Independente ou visite royalprestige.com.br



Fondue na Moranga

Benefícios Royal Prestige®

Cozinhe de forma mais rápida, prática e fácil.

Ingredientes

1 abóbora kabocha sem sementes
½ xícara de água
Folhas de louro
Tomilho fresco
Sal e pimenta
Azeite de oliva
1 dente de alho
300 ml de vinho branco
100 ml de água
300 g de queijo gruyer ralado
300 g de queijo gouda ralado

1 pitada de noz-moscada
50 ml de aguardente
3 colheres de chá de amido de milho

PARA ACOMPANHAR:

Croutons de pão ou crudités de legumes

Modo de preparo

- 1 Coloque a abóbora na Caçarola de 4 quartos Royal Prestige® com ½ xícara de água. Acrescente a folha de louro, o tomilho, o sal, a pimenta e um pouco de azeite de oliva. Tampe a panela com a Válvula Redi-Temp™ aberta e cozinhe em fogo médio-alto. Quando a válvula soar, feche-a e reduza o fogo para baixo. Cozinhe por 30 minutos ou até que a abóbora esteja macia e reserve.
- 2 Esfregue um dente de alho no fundo e nas laterais da Caçarola de 4 quartos Royal Prestige® e comece a cozinhar em fogo médio.
- 3 Adicione o vinho à panela, acrescente metade da água e deixe ferver. Aos poucos, adicione os queijos e a noz-moscada, mexendo sempre com uma espátula.
- 4 Combine a aguardente com o restante da água e o amido de milho. Adicione essa mistura à panela e mexa bem.
- 5 Sirva o fondue na abóbora, com os croutons de pão e/ou crudités de vegetais.



Rendimento:
4 a 5 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:

Caçarola de 4 quartos Royal Prestige®



Tempo de preparo:
40 minutos





Salada de polvo

Benefício Royal Prestige®

Cozinhe mais rápido e com segurança.

Ingredientes

1 polvo limpo de 1,500 kg

700 ml de água

¼ de cebola

3 folhas de louro

2 ramos de tomilho

3 pimentas pretas inteiras

PARA O POLVO APAIXONADO:

200 g de maionese

2 tomates sem sementes e cortados em cubos

¼ de cebola cortada em pedaços finos

2 pimentas malagueta serrano sem sementes e cortadas em cubos

1 pimentão vermelho sem sementes e cortado em cubos pequenos

Suco de 1 limão

PARA SERVIR:

Folhas de alface italiana

1 abacate

Torradas

Modo de preparo

- 1 Na panela de Pressão de 6 litros Royal Prestige® Pressure Cooker, coloque a água e os temperos, e deixe ferver em fogo médio-alto.
- 2 Depois que a água ferver, mergulhe e retire o polvo três vezes para enrolar os tentáculos; na terceira vez, deixe-o lá dentro, tampe a panela, cozinhe até gerar pressão e o pino indicador subir. Abaixei o fogo para médio e cozinhe por mais 10 minutos.
- 3 Deixe o polvo esfriar e corte-o em cubos de tamanho médio.
- 4 Em uma Tigela de 3 litros Royal Prestige®, misture o polvo, a maionese, a cebola, o pimentão, o suco de limão, o tomate, o sal e a pimenta. Misture bem.
- 5 Sirva com alface, torradas e abacate.



Rendimento:
10 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:

Panela de Pressão de 6 litros Royal Prestige® Pressure Cooker



Tempo de preparo:
35 minutos



Quiche de Três Queijos e Aspargos



Benefícios Royal Prestige®

Cozinhe quiche no fogão, sem forno.

Misture diretamente na tigela, de forma prática e em segundos.

Ingredientes

PARA A MASSA:

450 g de farinha de trigo
180 g de manteiga fria em cubos médios
1½ colher de chá de sal
2 ovos
90 ml de água fria

PARA O RECHEIO:

300 ml de creme de leite
7 ovos
200 g de queijo mussarela

150 g de queijo parmesão
50 g de queijo gorgonzola
8 pedaços de aspargos escaldados e cozidos
4 pedaços de presunto em cubos pequenos
50 g de mirtilos
Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo

- 1 Para a massa:** em uma Tigela de 3 litros Royal Prestige®, coloque a farinha, a manteiga e o sal. Com a ajuda da Espátula de Silicone, mexa todos os ingredientes até que chegue em um ponto arenoso.
- Em seguida, adicione os ovos e misture (sem amassar); adicione a água aos poucos. Quando todos os ingredientes estiverem integrados, coloque a massa em uma tigela e leve à geladeira por 30 minutos.
- 3 Para o recheio:** em outra Tigela de 3 litros Royal Prestige®, coloque o creme de leite, os ovos, o queijo mussarela, o queijo parmesão e o queijo gorgonzola. Processe com o Royal Prestige® Power Blender. Adicione os aspargos, o presunto e os mirtilos a gosto; misture bem, tempere com sal e pimenta e reserve.
- Estique a massa com um rolo de massa até aproximadamente ½ cm de espessura. Na frigideira Gourmet de 20 cm Royal Prestige®, coloque a massa cobrindo a base e deixando 2 cm de altura, e adicione o recheio.
- Tampe a panela e cozinhe em fogo médio-baixo por 35 minutos.
- Desligue o fogo, deixe o bolo esfriar e desenforme-o.



Rendimento:
8 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:
Frigideira Gourmet de 20 cm Royal Prestige®



Tempo de preparo:
50 minutos

Ensopado de Grão-de-bico



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe mais rápido e com segurança.

Ingredientes

200 g de bacon em cubos médios

2 pedaços de linguiça calabresa fatiada

½ cebola picada

3 dentes de alho picados

½ pimentão vermelho em cubos pequenos

300 g de espinafre em tiras

2 tomates em cubos pequenos

1 folha de louro

1 colher de chá de páprica doce

400 g de grão-de-bico, limpos, deixados de molho durante a noite e escorridos

Água

Sal a gosto

Modo de preparo

- 1 Pré-aqueça a Panela de pressão de 6 litros Royal Prestige® Pressure Cooker por três minutos em fogo médio-alto. Depois, doure o bacon e o chouriço; retire da panela e reserve.
- 2 Na mesma panela adicione a cebola, o alho e a pimenta; cozinhe até que a cebola e a pimenta amoleçam. Acrescente o espinafre, sal a gosto e cozinhe por mais alguns minutos.
- 3 Acrescente o tomate, a folha de louro e a páprica, e misture bem.
- 4 Acrescente o grão-de-bico, o chouriço e adicione água até cobrir todos os ingredientes, sem exceder $\frac{2}{3}$ da capacidade da panela. Adicione mais sal, se necessário.
- 5 Feche a panela e gire a válvula para o ícone de aumento de pressão. Cozinhe em fogo médio-alto até que o pino indicador suba. Reduza o fogo e deixe cozinhar por mais 15 minutos.
- 6 Após o término do tempo de cozimento, libere a pressão.
- 7 Destampe a panela, adicione o bacon dourado e sirva.



Rendimento:

6 a 8 porções



Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:

Panela de Pressão
de 6 litros
Royal Prestige®
Pressure Cooker



Tempo
de preparo:

40 minutos



Risoto de Cogumelos com Aspargos



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe de forma
mais rápida,
prática e fácil.

Ingredientes

500 g de arroz arbóreo
200 g de manteiga
¼ colher de sopa de cebola
cortada em pedaços finos
2 dentes de alho cortados
em pedaços finos
300 ml de vinho branco
1,100 L de caldo de legumes
200 g de queijo
parmesão ralado

7 aspargos fatiados
150 g de cogumelos
em cubos pequenos
Sal e pimenta do
reino a gosto

PARA ACOMPANHAR:

Fatias de pão
torradas

Modo de preparo

- 1 Na Frigideira de 20 cm Gourmet Royal Prestige®, em fogo médio-alto, derreta a manteiga, refogue a cebola e o alho. Depois, acrescente o arroz e refogue. Adicione o vinho branco e reduza para ¾ de xícara.
- 2 Adicione o caldo aos poucos, seguido dos cogumelos e dos aspargos. Tempere com sal e pimenta, mexa bem, tampe a frigideira e cozinhe por 20 minutos.
- 3 Depois de decorrido o tempo e o arroz estiver pronto, acrescente o queijo parmesão e sirva com fatias de pão.



Rendimento:
Aprox. 8 a 10
porções



**Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:**

Frigideira de
20 cm Gourmet
Royal Prestige®



**Tempo
de preparo:**
40 minutos



Camarão ao Molho de Coco



**Benefício
Royal Prestige®**

Cozinhe de forma
mais rápida,
prática e fácil.

Ingredientes

15 unidades de camarões grandes limpos

Azeite de oliva

½ colher de chá de alho em pó

¼ colher de chá de cebola em pó

½ colher de chá de páprica

½ colher de chá de ervas mistas secas

2 cenouras em meia lua

1 pimentão verde em cubos médios

½ xícara de vagem sem casca

PARA O MOLHO:

3 colheres de sopa de manteiga

¼ xícara de cebola

2 dentes de alho

400 ml de creme de coco

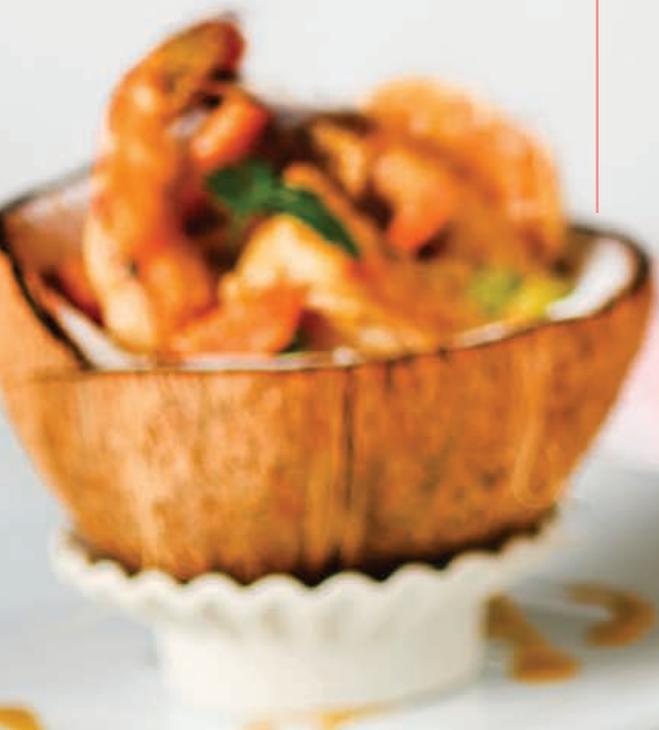
100 g de queijo cremoso

2 colheres de sopa de molho siracha

Sal e pimenta do reino a gosto

PARA SERVIR COM:

Arroz branco



Modo de preparo

- 1 Em uma Tigela de 3 litros Royal Prestige®, coloque o camarão e acrescente o azeite de oliva, o alho em pó, a cebola em pó, a páprica, as ervas secas, o sal e a pimenta. Misture bem e reserve.
- 2 Pré-aqueça a Frigideira de 12 cm Royal Prestige® Deluxe Easy Release em fogo médio, sele os camarões. Acrescente a cenoura, o pimentão, a vagem e cozinhe por 5 minutos. Cubra e reserve.
- 3 Na Panela de 2 Quartos Royal Prestige®, derreta a manteiga e refogue a cebola e o alho. Acrescente o creme de coco, seguido do cream cheese, do molho siracha, do sal e da pimenta. Deixe ferver.
- 4 Desligue, deixe esfriar e processe com o Royal Prestige® Power Blender. Tempere com sal e pimenta.
- 5 Misture o molho com o camarão e ferva por mais dois minutos.
- 6 Sirva e acompanhe com arroz branco.



Rendimento:
8 a 10
porções

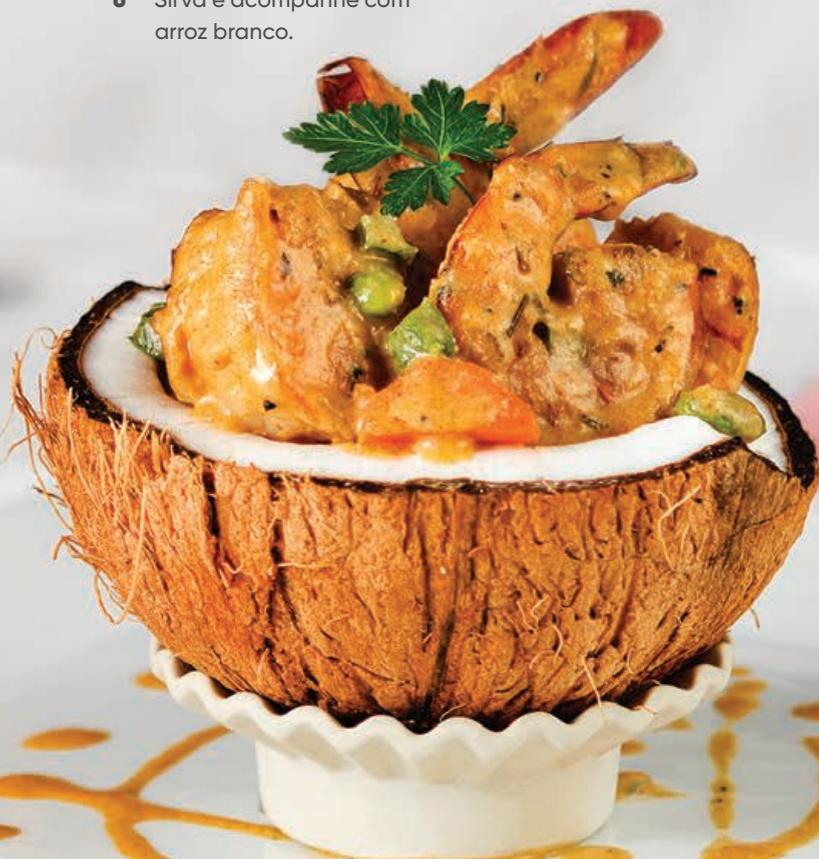


**Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:**

Frigideira de
12 cm Royal Prestige®
Deluxe Easy Release



**Tempo
de preparo:**
45 minutos





Frango com Amêndoas



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe mais rápido
sem adição de óleo
ou gordura.

Ingredientes

1 ½ peito de frango limpo
e em cubos médios

½ cebola em cubos
médios

1 pimentão vermelho em
cubos médios

1 pimentão verde em
cubos médios

2 cenouras cortadas em
julienne

1 xícara de jicama em
cubos médios (caso não
encontre pode substituir
por batatas)

¾ xícara de amêndoas
fatiadas e torradas

4 vagens fatiadas

2 cm de gengibre
picado em pedaços
finos

½ xícara de grãos de
soja

½ colher de sopa de
amido de milho

Sal e pimenta-do-
reino a gosto

Modo de preparo

- 1 Em uma Tigela de 1 litro Royal Prestige®, dissolva o molho de soja e o amido de milho. Reserve.
- 2 Pré-aqueça a Frigideira de 26 cm Royal Prestige® em fogo médio-alto, sele o peito de frango. Em seguida, adicione a cebola, os pimentões, a cenoura, a jicama ou batatas, as amêndoas, a cebolinha e o gengibre. Cubra por 3 minutos.
- 3 Adicione o molho de soja previamente diluído. Abaixar o fogo para médio e deixe engrossar por 2 minutos. Tempere a gosto e sirva.



Rendimento:

Aprox.
8 a 10
porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:

Frigideira
de 26 cm
Royal Prestige®



Tempo de preparo:

25 minutos

Filé Mignon com Couve e Cogumelos



Benefício Royal Prestige®
Cozinhe de forma mais rápida, prática e fácil.

Ingredientes

1,5 kg de filé mignon cortado em medalhões

Azeite de oliva

Alecrim fresco

200 g de couve

200 g de cogumelos shimeji

200 g de cogumelos paris fatiados

Sal e pimenta a gosto

PARA O CHIMICHURRI:

1½ xícara de folhas de salsa fresca picadas

6 folhas de manjeriço picadas ou ½ xícara de coentro picado

6 colheres de sopa de óleo de milho ou azeite de oliva

4 dentes de alho picados

1 colher de chá de páprica doce

1 colher de chá de orégano seco

1 colher de chá de pimenta malagueta

1 colher de chá de cominho em pó

3 Colheres de sopa de vinagre branco

Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo

- 1 Tempere os medalhões de carne com sal e pimenta e pincele com um pouco de azeite de oliva. Cubra com alecrim fresco e deixe descansar por alguns minutos.
- 2 Adicione uma colher de sopa de azeite de oliva à Frigideira de 12 cm Royal Prestige® Deluxe Easy Release e pré-aqueça por 40 segundos em fogo médio.
- 3 Sele a carne por cerca de 5 minutos de cada lado, com a frigideira tampada. Cozinhe até o ponto desejado.
- 4 **Para a couve:** espalhe o azeite de oliva nas folhas e grelhe por alguns minutos na frigideira. Retire e reserve.
- 5 **Para os cogumelos:** adicione sal a gosto e pincele com azeite de oliva. Cozinhe os cogumelos na frigideira até que fiquem caramelizados.
- 6 **Para o chimichurri:** coloque todos os ingredientes em uma tigela e misture bem. De preferência, deixe descansar por pelo menos uma noite.
- 7 Sirva a carne em uma cama de couve com os cogumelos e regue com um pouco de chimichurri.



Rendimento:
4 a 5 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:
Frigideira de 12 cm Royal Prestige® Deluxe Easy Release



Tempo de preparo:
20 minutos





Caldo de Camarão



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe de forma mais rápida, prática e fácil.

Misture com poder em segundos.

Ingredientes

2 bananas da terra verdes cortadas em fatias de aproximadamente 2 cm de espessura

Azeite

PARA O REFOGADO:

Óleo

½ colher de chá de urucum ou ou colorau

2 dentes de alho finamente picados

1 cebola vermelha em cubos pequenos

2 pimentões verdes em cubos médios

¼ colher de chá de

cominho em pó

4 colheres de sopa de manteiga de amendoim

1 litro de água

250 g de carcaça e cabeça de camarão

1 kg de camarões limpos

4 ramos de coentro cortado em pedaços finos

4 ramos de salsa cortado em pedaços finos

PARA O SERVIR:

Arroz

Modo de preparo

- 1 Com a Panela de 1,9L Royal Prestige® em fogo médio-alto, frite as fatias de banana da terra por 2 minutos, escorra e, usando um espremedor, amasse a banana da terra e retorne ao óleo por mais 2 minutos. Escorra o excesso de óleo, corte em pedaços e reserve.
- 2 No Royal Prestige® Power Blender, misture a água com a carcaça e a cabeça do camarão, coe e reserve.
- 3 Na Caçarola de 5,7L Royal Prestige®, pré-aquecida em temperatura média-alta, coloque o óleo, o urucum e refogue a cebola e o alho até ficarem translúcidos.
- 4 Acrescente a pimenta verde, o cominho, a manteiga de amendoim e o caldo de camarão. Ferva por dois minutos, depois adicione o camarão, tempere com sal e pimenta.
- 5 Adicione a banana da terra e engrosse por 3 minutos. Tempere a gosto, polvilhe com coentro e salsinha.
- 6 Sirva com arroz cozido no vapor.



Rendimento:
8 a 10 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:
Caçarola de 5,7L Royal Prestige®



Tempo de preparo:
45 minutos



ROYAL PRESTIGE®

DELUXE EASY RELEASE COOKWARE

**Chegaram as novas
tampas de vidro!**





As novas tampas de vidro
Royal Prestige® Deluxe Easy Release
permitem acompanhar o processo de
cozimento sem precisar remover
a tampa. Seu anel de silicone protege
suas frigideiras, reduzindo o atrito
durante o contato.

★
Para obter o
máximo da linha
Deluxe Easy Release
com o uso e os
cuidados adequados,
[Clique aqui](#)



**Porque você merece
cozinhar com a mais alta qualidade.**

Para experimentar este produto no conforto de sua própria casa, entre em **contato com seu Distribuidor Autorizado Independente** ou visite royalprestige.com.br

Escabeche de Frango



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe mais rápido
sem adição de
óleo ou gordura
e em grandes
quantidades.

Ingredientes

12 pedaços de frango (perna
e coxa sem pele)

Sal e pimenta-do-reino
a gosto

1 cebola fatiada

3 dentes de alho picados em
pedaços pequenos e finos

5 cenouras cortadas ao meio

5 pimentas jalapeño fatiadas

7 tomates sem sementes
e cortados em palitos

1 ½ xícara de azeitonas
verdes

½ xícara de alcaparras

1 ½ xícara de
vinagre branco

1 xícara de vinho branco

5 folhas de louro

3 ramos de manjeriço

3 ramos de tomilho

½ colher de chá
de orégano

Sal e pimenta-do-reino
a gosto

Modo de preparo

- 1 Pré-aqueça a Paellera de 25,5 cm Royal Prestige® em fogo médio-alto e sele os pedaços de frango previamente temperados com sal e pimenta.
- 2 Acrescente a cebola e o alho, depois a cenoura, o tomate e os pimentas jalapeño. Cubra por 3 minutos em fogo médio.
- 3 Acrescente o vinho branco, o vinagre branco, as alcaparras, as azeitonas e as ervas aromáticas, os temperos, o sal e a pimenta do reino. Tampe por mais 40 minutos.
- 4 Sirva e acompanhe com arroz vermelho.



Rendimento:
12 porções



**Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:**
Paellera
de 25,5cm
Royal Prestige®



**Tempo
de preparo:**
1 hora





Bolo de Banana com Chocolate



Benefícios Royal Prestige®

Cozinhe o bolo no fogão, sem forno.

Misture diretamente na sua tigela, de forma conveniente e em segundos.

Ingredientes

338 g de manteiga

60 g de açúcar

225 g de farinha

2,5 unidades de ovo

2 bananas médias maduras

150 g de gotas de chocolate

280 g de farinha

¼ de colher de chá de fermento em pó

PARA A GANACHE:

100 g de creme de leite

125 g de chocolate meio amargo 20 g de manteiga

Pedaços de banana

Modo de preparo

- 1 Em uma Tigela de 3 litros Royal Prestige®, com o auxílio de um Batedor de ovos e massa Royal Prestige®, bata os ovos até ficarem em neve e reserve.
- 2 Bata a manteiga com o açúcar até obter um creme e acrescente o purê de banana.
- 3 Misture a farinha e o fermento em pó peneirados.
- 4 Acrescente os ovos.
- 5 Acrescente as gotas de chocolate.
- 6 Unte a Caçarola de 7,6L Royal Prestige® com azeite e despeje a mistura acima.
- 7 Cozinhe em fogo muito baixo, com a Válvula Redi-Temp™ aberta por aproximadamente 25 a 30 minutos.
- 8 Desligue o fogo e deixe coberto por mais 10 minutos, remova a tampa e deixe esfriar.
- 9 Cubra com ganache derretido e chips de banana.

PARA O GANACHE:

- 10 Aqueça o creme de leite no micro-ondas.
- 11 Adicione o chocolate.
- 12 Adicione a manteiga derretida.
- 13 Misture os ingredientes no Royal Prestige® Power Blender.
- 14 Cubra a panqueca de banana com o ganache e decore com pedaços de banana e flores orgânicas.



Rendimento:
8 porções



Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:
Royal Prestige®
Power Blender



Tempo
de preparo:
1 hora e 30
minutos

Panna Cota ao Molho de Vinho Tinto



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe de forma mais rápida, prática e fácil.

Ingredientes

500 ml de leite
250 g de creme de leite
80 g de açúcar
5 ml de extrato de baunilha
15 g de gelatina sem sabor
75 ml de água

PARA O MOLHO:

500 ml de vinho tinto
150 g de açúcar
1 canela em pau
2 anis estrelado
1 casca de laranja ralada

PARA ACOMPANHAR:

Sorvete de baunilha
Flores orgânicas

Modo de preparo

- 1 Para a panna cotta, aqueça o leite com a baunilha e o açúcar na Panela de 2,8L Royal Prestige®. Quando esfriar, transfira para uma Tigela de 2 litros Royal Prestige® e acrescente o creme de leite.
- 2 Hidrate a gelatina em água fria em uma Tigela de 2 litros Royal Prestige® e junte à preparação anterior.
- 3 Coloque em formas individuais e leve à geladeira por 1 hora.
- 4 Para o molho de vinho tinto, utilize a Panela de 1,9L Royal Prestige®, adicionando o vinho, o açúcar e as especiarias.
- 5 Ferva até reduzir e deixe esfriar.
- 6 Sirva a panna cotta com sorvete e molho de vinho tinto. Ela pode ser servida quente ou fria. Para finalizar, decore com flores orgânicas.



Rendimento:
Aprox. 8 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:
Panela de 2,8L Royal Prestige®



Tempo de preparo:
1 hora e 30 minutos



Sorvete de Abacaxi com Coco



Benefício Royal Prestige®

Prepare sorvete em casa de forma prática e fácil.

Ingredientes

1 unidade de abacaxi limpo e em cubos médios
500 ml de leite de coco
500 ml de creme de coco
200 g de coco seco torrado
2 colheres de sopa de baunilha

PARA ACOMPANHAR:

Biscoitos de chocolate
Amêndoas em fatias

Modo de preparo

- 1 Em uma Tigela de 3 litros Royal Prestige®, misture os ingredientes do sorvete e congele por 24 horas antes de utilizar.
- 2 Após 24 horas, o sorvete estará congelado. Com uma casquinha de sorvete em mãos, retire a mistura congelada e adicione-a aos poucos no Royal Prestige® Maxtrator.
- 3 Sirva e polvilhe com coco torrado por cima.





Rendimento:
Aprox.
10 porções



**Utensílio
Royal Prestige®
em destaque:**
Royal Prestige®
Maxtractor



**Tempo
de preparo:**
30 minutos
+ 1 dia de
congelamento



Crêpe Suzette



Benefício Royal Prestige®

Cozinhe de forma mais rápida, prática e fácil.

Ingredientes

PARA OS CREPES:

250 ml de leite
120 g de farinha
20 g de manteiga derretida
1 ovo
40 g de açúcar
15 ml de baunilha

PARA O MOLHO:

50 g de manteiga
40 g de açúcar refinado

Suco de duas laranjas

Suco de meio limão

20 ml de brandy ou conhaque

30 ml de licor de laranja

PARA ENFEITAR:

Lascas de laranja

Modo de preparo

- 1 No Royal Prestige® Power Blender, coloque os ingredientes do crepe e bata até ficar homogêneo. Despeje a mistura em uma Tigela de 2 litros Royal Prestige® e leve à geladeira por 20 minutos.
- 2 Pré-aqueça a Frigideira de 10 cm Royal Prestige® Deluxe Easy Release e unte-a com manteiga. Coloque 50 gramas da mistura, distribuindo-a uniformemente na frigideira, e cozinhe até dourar levemente.
- 3 Dobre os crepes em quadrados ou triângulos e reserve em um prato coberto com filme plástico.
- 4 Repita este processo com toda a mistura.
- 5 Na Frigideira de 12 cm Royal Prestige® Deluxe Easy Release, derreta a manteiga e adicione o açúcar, o suco de laranja e o suco de limão, formando uma calda.
- 6 Em seguida, adicione o conhaque e flambe.
- 7 Adicione a calda por cima dos crepes e finalize com lascas de laranja.



Rendimento:

Aprox.
10 porções



Utensílio Royal Prestige® em destaque:

Royal Prestige® Power Blender



Tempo de preparo:

45 minutos



**Qualidade premium com até
50 anos* de garantia limitada.**



ROYAL PRESTIGE®
SARTENES GOURMET

Para se sentir como um verdadeiro especialista na cozinha.

Especialmente projetadas para cozinhar sem óleo, as Frigideiras Gourmet Royal Prestige® são ideais para preparar o melhor camarão.



*Para obter detalhes sobre nossa garantia limitada, visite royalprestige.com e conheça mais sobre as garantias dos nossos produtos. Para experimentar este produto no conforto da sua própria casa, entre em **contato com seu Distribuidor Autorizado Independente** ou acesse royalprestige.com.br.



Um gostinho **DO** **MAR** *na* *América* *Latina*

POR BERENICE GUTIÉRREZ

O peixe é uma ótima fonte de nutrientes, como vitamina D, proteínas e gorduras ômega-3, essenciais para o ótimo funcionamento do corpo e do cérebro. Mas não é apenas um alimento muito saudável, é também um ingrediente importante na culinária latino-americana.

Você já ouviu falar do acebolado equatoriano ou do Huachinango à la Veracruzana? O peixe é o elemento comum de muitos pratos tradicionais em nossa região. Convidamos você a conhecer alguns dos peixes mais comuns da culinária latino-americana.

Huachinango. É um peixe nativo do Golfo do México e do Mar do Caribe. Tem uma coloração avermelhada nas costas, que se acredita vir de sua dieta à base de crustáceos.

Pode ser frito, assado ou grelhado. É a estrela de um dos pratos mais tradicionais do México, o Huachinango à la Veracruzana, no qual é acompanhado por ingredientes como alcaparras, azeitonas e batatas cambray.



Albacora. É um tipo de atum encontrado em águas temperadas e tropicais. É azulado nas costas, com tons prateados e brancos na barriga. É um

peixe tradicional na gastronomia de vários países, incluindo o

Equador, onde é o ingrediente central do clássico acebolado.



Bagre. O bagre listrado é uma espécie que só existe na macrobacia Magdalena-Cauca, na Colômbia. É uma espécie endêmica protegida, por isso foi estabelecida há quase três décadas uma temporada de proibição de pesca que permitiu que ele complete seu ciclo reprodutivo. O consumo de bagre é muito popular na Colômbia, com receitas como bagre ao molho crioulo, bagre frito ou peixe viúvo.



Tilápia.

Este peixe é nativo da África e do Oriente Médio, mas graças à sua facilidade de adaptação a vários tipos de ambientes, posicionou-se como uma variedade muito popular na América Latina. Atualmente, o Brasil é o quarto maior produtor de tilápia e aqui podemos encontrá-la na famosa moqueca, cozida no coco, no ceviche ou em tiras crocantes, entre outras deliciosas preparações.



Merluza.

Você sabia que esse é o peixe mais consumido na Argentina? É um peixe branco com carne macia, ideal para ser consumido em filé e em uma grande variedade de pratos. Sua popularidade se deve à sua versatilidade e bom gosto, além de ser uma alternativa barata. Uma de suas preparações clássicas é o filé de pescada à la romana, que são filés empanados e fritos, geralmente acompanhados de molho de tomate, queijo derretido e ervas aromáticas.

Anchova.

Como o peixe mais emblemático do mar peruano, é o quinto maior produto de exportação do Peru. Este peixe de formato alongado, esguio e de barriga prateada é usado para produzir farinha de peixe e óleo de peixe. Você pode experimentá-lo como parte da espetacular gastronomia peruana em aji, chupe ou anchova seca.



Arenque. Por causa de seu sabor forte, o arenque é o tipo de peixe que ou você odeia ou você ama. No entanto, é um peixe muito popular graças ao seu baixo custo e longa vida útil. Na República Dominicana, o arenque típico é salgado e defumado. Neste país você pode degustá-lo em uma receita de Arroz com Aranque Defumado Tropical ou em um café da manhã energético de arenque com ovo.



Lembre-se!

O peixe deve ser sempre refrigerado. Se não for usado por vários dias, mantenha-o congelado.

E muito importante: não descongele em temperatura ambiente!

É melhor movê-lo do freezer para a geladeira e esperar alguns dias, até que ele descongele.



Fontes:

"11 Benefícios para a Saúde Baseados em Evidências de Comer Peixe", Healthline.
"O peixe mais popular da Argentina: descubra o que é", Pescadores en la red.
"O peixe que domina as águas brasileiras não é brasileiro", bocado.lat.
"Principais Pescarias Marinhas do Peru", Mar del Perú.
cocinadominicana.com

MELHORE sua qualidade de vida com alimentos *detox*

POR LILIA MANCILLA

Os alimentos detox são aqueles ricos em antioxidantes, componentes que podem melhorar a saúde em diferentes níveis, protegendo até mesmo contra doenças crônicas.

A palavra detox tornou-se muito popular nos últimos anos. Como resultado disso, surgiram todos os tipos de dietas, chás e produtos que prometem purificar ou desintoxicar seu corpo, sem ter uma base científica.

No entanto, vários estudos foram realizados em determinadas frutas e plantas para verificar que tipo de antioxidantes elas possuem e como elas podem beneficiar a nossa saúde, como leguminosas, frutas vermelhas, alecrim, brócolis, entre outras.

Chocolate amargo.

Contém gorduras naturais como o ácido oleico e o ácido esteárico. O ácido oleico está presente no azeite de oliva e pode ser benéfico para a saúde do coração. Já o ácido esteárico parece ter um efeito neutralizante sobre o colesterol no sangue.

De acordo com o site oficial do Departamento de Agricultura dos Estados Unidos, esses alimentos ricos em antioxidantes também contêm os seguintes nutrientes:



Abacate.

Contém uma boa quantidade de potássio, um mineral necessário para regular a pressão arterial e a função do sistema nervoso.

Castanha de noz-pecã.

Entre seus principais componentes está o cobre, mineral essencial para as funções do sistema imunológico, das células cerebrais e da produção de hemácias.

Alcachofra.

De acordo com um estudo publicado na revista científica *Plant Foods for Human Nutrition*, contém um antioxidante conhecido como luteolina, que impede a formação de colesterol no sangue.



Gengibre.

Gingerol é o seu principal componente bioativo e acredita-se ser responsável por muitas das propriedades medicinais desta planta. Pode ajudar a reduzir o estresse oxidativo e a inflamação.



Espinafre.

Rico em vitamina B9, mais conhecida como ácido fólico. É um componente essencial para o funcionamento normal do cérebro, por isso seu consumo é mais recomendado em mulheres grávidas.

Fontes:

"14 Alimentos Saudáveis e Ricos em Antioxidantes", Healthline. "9 Alimentos para Detox Natural", patientfirst.com



Couve.

Pode ser uma ótima fonte de vitamina C, necessária para a síntese de colágeno, a proteína estrutural mais abundante em nosso organismo.



Beterraba.

É rico em ferro, um mineral essencial para o transporte de oxigênio nas células vermelhas do sangue.

Como incorporar esses alimentos no seu dia a dia?

A melhor maneira de começar é dar um passo de cada vez. Você pode começar por incluí-los em lanches ou misturados com seus pratos favoritos.

Mas se você gosta de sucos, pode aproveitá-los pela manhã com esta receita:

Suco detox

INGREDIENTES:

- 1 pepino
- Um pedaço de gengibre
- 1 cacho de espinafre fresco
- 3 maçãs verdes
- 1 beterraba descascada
- Suco de 1 limão

PREPARAÇÃO:

- 1 **Processe os ingredientes com o Royal Prestige® MaXtractor™, exceto o suco de limão. Se desejar, você pode usar o coador de suco com mais polpa.**
- 2 **Adicione o suco de limão e beba na hora.**



Mirtilo. É rico em vitamina C e vitamina K1. Um importante antioxidante para o sistema imunológico e um nutriente envolvido na coagulação adequada do sangue, respectivamente.



MAÇÃ

A FRUTA MAIS CONSUMIDA NO MUNDO

POR LILIA MANCILLA

Conhecida por sua versatilidade culinária e variedade de cores e sabores, a maçã é uma das frutas mais populares em todo o mundo.

As maçãs são nativas da Ásia Central e possuem mais de 7.500 tipos. Entre os mais reconhecidos estão *Red Delicious*, *Granny Smith*, *Golden Delicious*, *Fuji* e *Gala*.

De acordo com várias instituições de saúde e alimentação, recomenda-se consumir 2 xícaras de frutas diariamente como parte de uma dieta diária de 2.000 calorias.

Quais os benefícios atribuídos às maçãs?

Alguns estudos mostram que seu alto teor de flavonoides e antioxidantes está associado à redução do risco de doenças cardíacas e diabetes.

Diz-se que contém pectina, um tipo de fibra que atua como um prebiótico no microbioma intestinal, aumentando a saúde digestiva.

De acordo com uma pesquisa da Royal Chemical Society do Reino Unido, ela pode reduzir a inflamação das vias aéreas.

Quanto tempo dura uma maçã?

De acordo com o Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA:

- Na mesa da cozinha ou bancada: 5 a 7 dias.
- Em uma despensa: 3 semanas.
- Na geladeira: 4 a 6 semanas.
- Cortada: 3 a 5 dias na geladeira, 8 meses no freezer.
- Cozida ou preparada em um prato: 3 a 5 dias na geladeira.



Entre seus nutrientes encontra-se:

- Vitamina K
- Vitamina E
- Vitamina B1
- Vitamina B6
- Cobre
- Potássio
- Fósforo

Informação Nutricional

Uma maçã média (200 gramas) contém:

- 171 gramas de água
- 28 gramas de carboidratos
- 4,8 gramas de fibra
- 0,52 gramas de proteína
- 0,34 gramas de gordura total

Fontes: "10 Impressive Health Benefits of Apples", Healthline. FoodData Central, "How Long Do Apples Last?", Healthline. "What's the Healthiest Apple? 5 of the Best Types", Healthline.



ROYAL PRESTIGE®
MAXTRACTOR

**A forma mais
natural de
começar o seu dia
com energia.**

Prepare seus sucos favoritos com a tecnologia do Royal Prestige® Maxtractor™, que permite extrair a maior quantidade de suco das suas frutas, legumes e até folhas verdes. Com seus acessórios adicionais, você pode fazer todos os smoothies e sorvetes que puder imaginar.



**Comece seu dia de uma
forma mais natural.**

★
Crie o sorvete
perfeito com o
Royal Prestige®
Maxtractor™.
Clique aqui para
saber mais.



Para experimentar este produto no conforto de sua própria casa, entre em **contato** com seu **Distribuidor Autorizado Independente** ou visite royalprestige.com.br



ROYAL PRESTIGE®
CHOCOLATERA

Onde tem cheiro de chocolate, tem cheiro de felicidade!

A Chocolatera Royal Prestige® é fabricada com aço inoxidável de grau cirúrgico, preservando o sabor autêntico de uma ampla variedade de bebidas quentes que você pode preparar com ela.



Qualidade premium com até 50 anos*
de garantia limitada.

★
Clique aqui para
obter informações
sobre o uso e os
cuidados adequados
da Chocolatera
Royal Prestige®



Para experimentar este produto no conforto de sua própria casa, entre em **contato com seu Distribuidor Autorizado Independente** ou visite royalprestige.com.br *Garantia limitada, visite royalprestige.com.br para obter detalhes sobre as garantias dos nossos produtos.