

PERÚ | MARZO 2024

No. 9

ROYAL PRESTIGE®

Magazine



**¡Prepara y
comparte
recetas increíbles!**



**Nunca dejas
de sorprenderte**



¡El poder viene en un solo producto!



ROYAL PRESTIGE®
POWER BLENDER

Forma la mejor alianza en la cocina con la Royal Prestige® Power Blender y prepara tus platillos favoritos.

Es tan potente que puedes hacer tus propias harinas triturando tus semillas favoritas.

Practicidad y potencia.

★
¡Ponla a prueba!
Haz clic aquí
y descubre todo lo que puedes preparar con tu Royal Prestige® Power Blender.



Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, contacta a tu Distribuidor Autorizado o haz clic aquí.



¡Bienvenidos!



Chef
Irene González

¡Bienvenidos!

¡Qué honor poder saludarles de nuevo en la primera edición de **Royal Prestige® Magazine** de 2024!

El inicio de año ha estado lleno de sorpresas y, sobre todo, ¡de comidas deliciosas! Seguramente estarás muy emocionado en conocer de una vez todo lo que esta revista tiene preparado para ti. Eso sí, en mi papel como editor culinario, es mi deber prevenirte que realmente te va a sorprender la variedad de recetas que tenemos en esta ocasión.

Si eres fan de los alimentos del mar, te invito a probar los clásicos **ceviche peruano (pág. 12)** y **colonche de camarón (pág. 34)**. Además, tenemos opciones para el desayuno, como el **quiche de tres quesos y espárragos (pág. 22)** que puedes cocinar sin tener que usar tu horno.

En cuanto a postres, puedes elegir desde los más tradicionales como un **pastel de plátano con chocolate (pág. 40)** hasta los más sofisticados

como **la panna cotta con salsa de vino (pág. 42)**.

A propósito de alimentos con productos frescos, ¿qué tanto conoces sobre **la manzana: la fruta más consumida en el mundo (pág. 52)**? No es tan aburrida como muchos piensan, ya que puedes disfrutarla en una gran variedad de platillos. Por cierto, ¿sabías que no puede durar refrigerada más de seis semanas?

Y esto es solo una muestra de lo que te preparamos. Te invito a pasear por esta edición que está llena de contenido creado especialmente para todos nuestros queridos clientes de **Royal Prestige®**.

Te dejo para que saborees cada una de sus páginas. Y sigue disfrutando de comidas deliciosas en compañía de tus seres queridos.

¡Por un año más cocinando con la mejor calidad!



MARZO 2024 | NÚMERO 9
PERÚ

Directorio

Chief Marketing Officer:
Daniela Ortiz

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

Directora de Marketing de Producto y Portafolio:
Cinthia Helena Serra Oliveira

Editor culinario:
Chef Irene González

Jefa de redacción:
Berenice Gutiérrez

Revisión y copywriting:
Lilia Mancilla

Revisión y traducción en portugués:
Heloisa Machado Agostini
Juliana Serralha Fantini

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
Sergio Fuentes

Arte:
Adrián Pacheco

Coordinación de logística México:
Georgina Cea
Rafael Elias Álvarez

Coordinación de logística Colombia:
Jorge Mario Ospina

Nunca dejas de sorprenderte

¡Descubre recetas y mucho más en nuestras redes sociales!



Royal Prestige Perú Oficial



ROYAL PRESTIGE®
MAXTRACTOR

El compañero
perfecto para todas
las mañanas

Prepara tus jugos favoritos con
la tecnología de prensado
en frío de Royal Prestige®
maXtractor™. Y con sus
accesorios adicionales,
puedes hacer todos los
smoothies y helados que
te imagines.



Comienza el día
de una forma más natural.

★
iCrea el helado
perfecto con el
Royal Prestige®
maXtractor™!
[Haz clic aquí](#) para
descubrir cómo.



Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contacta a tu Distribuidor Autorizado** o haz clic aquí.

PERÚ, MARZO 2024

Contenido

Disfruta de los sabores más frescos

16 recetas con una gran variedad de texturas, ideales para compartir en fechas tan especiales como el Día de la Madre.



12 Ceviche peruano

14 Ajiaco dominicano

18 Fondue en zapallo

20 Pulpo enamorado

22 Quiche de tres quesos y espárragos

24 Potaje de garbanzos

26 Risotto con hongos y espárragos

28 Camarones en salsa de coco

30 Pollo almendrado



ADEMÁS:

32 Rib-eye con col rizada y hongos

34 Colonche de camarón

38 Pollo en escabeche

40 Pastel de plátano con chocolate

42 Panna cotta con salsa de vino tinto

44 Helado de piña con coco

46 Crepes Suzette



48 El sabor del mar en América Latina

El pescado es una de las estrellas de la gastronomía de esta región. Desde frito hasta guisado, cada país tiene su propio representante.



50 Mejora tu calidad de vida con alimentos detox

Descubre si tus alimentos favoritos son depurativos y adéntrate a esta tendencia con la receta de un increíble jugo.



52 La manzana: la fruta más consumida en el mundo

¿Quién dijo que las manzanas son aburridas? Conoce datos interesantes sobre esta fruta de temporada.



Te acompañamos en tu experiencia



ROYAL PRESTIGE®

Nuestra prioridad es ofrecerte el mejor contenido, así como la guía y asesoría que necesites para aprovechar al máximo tus productos de Royal Prestige®. Tenemos varios canales disponibles para ti, ¡contáctanos!

Atención al cliente:

Teléfono: (+51)0-800-78028

Horarios de atención

Lunes a jueves:

08:00 a 19:00 horas

Viernes:

08:00 a 18:00 horas

Sábado:

08:00 a 12:00 horas

Correo electrónico:

servicioalcliente.pe@hycite.com

Encuétranos en:



Royal Prestige Perú Oficial

Royal Bot

Asistencia por WhatsApp para clientes de Royal Prestige®

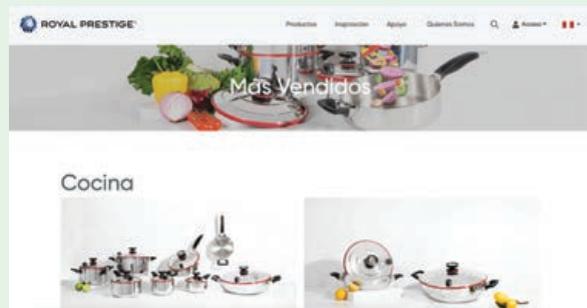


Teléfono: (+51)1-743-6653

- Comunícate a cualquier hora y desde cualquier lugar.
- Envía tu mensaje para que un asesor te contacte.
- Resuelve dudas con el robot de asesoría virtual.

¡Escríbenos! rpm@royalprestige.com

Visita nuestro sitio web:
royalprestige.com



¿Qué más te hace falta EN TU COCINA?



Ollas, sartenes y utensilios



Electrodomésticos



Cuchillos

Utensilios para preparar bebidas



¡Sorpréndete!

Creadas especialmente para ti, las recetas de esta edición están llenas de sabor y color. Explora combinaciones únicas con tus ingredientes favoritos: arroz, pescados, mariscos, quesos y vegetales. Y para este Día de las Madres, elige entre nuestra selección de deliciosos postres el ideal para consentir a mamá. ¡A cocinar!



Ceviche peruano



Beneficios Royal Prestige®

Licúa con potencia en segundos.

Cocina una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

PARA LA LECHE DE TIGRE:

- ½ de taza de jugo de limón
- ½ cebolla
- ¼ de rama de apio
- 1 diente de ajo
- 1 rebanada de kion
- ½ taza de caldo de pescado
- 4 ramas de culantro
- ½ aji limo sin semillas
- Hielos

PARA EL CEVICHE:

Sal y pimienta negra al gusto

1 kilo de pescado blanco en cubos medianos

2 ajíes limo sin semillas y picado

Jugo de 8 limones

1 cebolla morada fileteada

PARA ACOMPAÑAR:

300 ml de agua

1 camote chico, limpio y en rodajas

1 taza de granos de maíz serrano

4 ramas de culantro picado

2 ajíes limo en rodajas

Preparación

- 1 En un tazón, salpimenta el pescado y mezcla con el aji limo, el jugo de limón y la cebolla morada.
- 2 En la Royal Prestige® Power Blender, licúa los ingredientes de la leche de tigre por 2 minutos. Mezcla con el pescado y reserva en refrigeración por 20 minutos.
- 3 **Para los acompañamientos:** agrega agua en la Olla de 7.5 L de Royal Prestige® y coloca las rebanadas de camote y el maíz serrano.
- 4 Tapa con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cocina a fuego medio. Cuando suene, cierra la válvula y deja cocinar por 3 minutos. Reserva.
- 5 Sirve con culantro espolvoreado, camote, maíz y rodajas de aji.



Rinde
12 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®
Royal Prestige®
Power Blender



Tiempo de
preparación
35 minutos





Ajiaco dominicano



**Beneficio
Royal Prestige®**

**Cocina más rápido
con seguridad.**

Ingredientes

250 gramos de costilla de cerdo en trozos medianos

250 gramos de pulpa de res en trozos medianos

1 pierna y 1 muslo de pollo

½ cebolla en cubos pequeños

3 dientes de ajo

2 cucharadas de salsa de tomate

2.5 litros de caldo de verduras

1 pimiento verde

150 gramos de malanga en cubos medianos

1 plátano macho verde en rodajas

1 plátano macho normal en rodajas

50 gramos de yuca en cubos medianos

100 gramos de calabaza de castilla en cubos medianos

½ camote blanco en cubos medianos

1 choclo fresco en rodajas

1 papa en cubos medianos

Sal y pimienta negra al gusto

PARA ACOMPAÑAR:

Arroz al vapor

Preparación

- 1 Precalienta la Olla de Presión de 6 L de Royal Prestige® y sella las carnes hasta que tomen un color dorado.
- 2 Agrega la cebolla y el ajo. Cocina por un par de minutos e incorpora la salsa de tomate.
- 3 Añade el caldo de verduras y el resto de ingredientes. Salpimienta.
- 4 Cierra la olla y gira la válvula al ícono de generación de presión. Cocina a fuego medio-alto hasta que se eleve el pin indicador. Reduce el fuego y cocina 50 minutos más.
- 5 Apaga el fuego, gira la válvula para liberar la presión y espera a que baje el pin indicador. Abre la olla con cuidado, rectifica sazón y sirve con arroz al vapor.



Rinde
6 porciones



**Utensilio destacado
Royal Prestige®**

Olla de Presión
de 6 L de
Royal Prestige®



**Tiempo de
preparación**
50 minutos





★
Haz clic aquí
para descubrir
una deliciosa
receta.



**Calidad superior con 50 años*
de garantía.**



ROYAL PRESTIGE®
GOURMET SKILLETS

Para sentirte como un verdadero experto en la cocina

Al estar diseñados especialmente para cocinar con aceite,
las Sartenes Gourmet de Royal Prestige® son los ideales para cocinar
las mejores comidas.



*Garantía limitada, consulta royalprestige.com para más información sobre las garantías de nuestros productos.



Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contacta a tu Distribuidor Autorizado o haz clic aquí.**

Fondue en zapallo

Beneficios Royal Prestige®

Cocina una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Cocina con menos agua.

Ingredientes

1 zapallo sin semillas y sin tapa

½ taza de agua

Hojas de laurel

Tomillo fresco

Sal y pimienta

Aceite de oliva

1 diente de ajo

300 ml de vino blanco

100 ml de agua

300 gramos de queso gruyer rallado

300 gramos de queso gouda rallado

1 pizca de nuez moscada

50 ml de *kirsch*

3 cucharaditas de fécula de maíz

PARA ACOMPAÑAR:

Crutones de pan o *crudités* de verduras

Preparación

- 1 Coloca el agua y el zapallo en la Olla de 3.7 L de Royal Prestige®. Añade el laurel, el tomillo, sal, pimienta y un poco de aceite de oliva. Tapa la olla con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cocina a fuego medio-alto. Cuando la válvula suene, ciérrala y baja el fuego. Cocina 30 minutos o hasta que el zapallo esté tierno.
- 2 Frota un diente de ajo en el fondo y las paredes de la Olla de 2.8 L de Royal Prestige® y comienza a cocinar a fuego medio.
- 3 Añade el vino, la mitad del agua y espera a que hierva. Agrega los quesos poco a poco y la nuez moscada, moviendo constantemente con una espátula.
- 4 Combina el *kirsch* con el resto del agua y la fécula de maíz. Añade esta mezcla a la olla y revuelve bien.
- 5 Sirve la fondue en el zapallo. Disfruta con crutones de pan o *crudités* de verduras.



Rinde
3 a 4
porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Olla de 3.7 L de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
40 minutos





Pulpo enamorado



Beneficio Royal Prestige®

Cocina más rápido con seguridad.

Ingredientes

700 ml de agua
¼ de cebolla
3 hojas de laurel
2 ramas de tomillo
3 pimientas negras enteras

1 pulpo limpio de 1,5 kg

PARA EL PULPO ENAMORADO:

200 gramos de mayonesa
¼ de cebolla finamente picada
2 tomates sin semilla y en cubos
2 ajíes sin semillas y en cubos

1 pimiento morrón rojo sin semillas y en cubos chicos

Jugo de 1 limón

Sal y pimienta al gusto

PARA ACOMPAÑAR:

Hojas de lechuga italiana

1 palta

Tostadas

Preparación

- 1 En la Olla de Presión de 6 L de Royal Prestige®, coloca agua, cebolla y especias. Deja hervir con la olla entretapada a fuego medio-alto.
- 2 Posteriormente, sumerge y saca el pulpo tres veces para enrosca los tentáculos. Colócalo de nuevo dentro la olla. Cierra la olla, gira la válvula al ícono de presión y cocina a fuego medio-alto. Cuando se genere presión y se eleve el pin indicador, baja a fuego medio y cocina por 10 minutos más.
- 3 Apaga el fuego, gira la válvula para liberar la presión y espera a que baje el pin indicador. Abre la olla, deja enfriar el pulpo y córtalo en cubos medianos.
- 4 En un tazón, mezcla el pulpo con el resto de ingredientes y salpimenta.
- 5 Acompaña con lechuga, palta y tostadas.



Rinde
5 a 7
porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Olla de Presión
de 6 L de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
35 minutos



Quiche de tres quesos y espárragos



Beneficios Royal Prestige®

Cocina el quiche sin horno.

Licúa con potencia en segundos.

Ingredientes

PARA LA MASA:

450 gramos de harina de trigo

180 gramos de mantequilla fría en cubos medianos

1½ cucharaditas de sal

2 huevos

3 onzas de agua fría

PARA EL RELLENO:

300 ml de crema dulce

7 huevos

200 gramos de queso manchego

150 gramos de queso parmesano

50 gramos de queso azul

8 espárragos, blanqueados y en rodajas

4 rebanadas de jamón serrano en cubos pequeños

50 gramos de arándanos deshidratados

Sal y pimienta negra al gusto

Preparación

- 1 Para la masa:** en un tazón, coloca la harina, la mantequilla y sal. Con ayuda de una espátula, integra los elementos hasta formar un punto de arena.
- Posteriormente, agrega huevos e integra sin amasar; añade agua poco a poco. Cuando estén incorporados todos los elementos, coloca la masa en un tazón y refrigera por 30 minutos.
- 3 Para el relleno:** en la Royal Prestige® Power Blender, licúa la crema dulce, los huevos y todos los quesos. Colócalo en un tazón y agrega los espárragos, jamón serrano y arándanos. Mezcla bien, salpimienta y reserva.
- Extiende la masa con un rodillo hasta alcanzar ½ cm de grosor. En la Sartén de 26 CM de Royal Prestige®, colócala cubriendo la base y dejando 2 cm de altura. Vacía el relleno.
- Tapa la sartén y cocina a temperatura media baja por 35 minutos.
- Deja enfriar y desmolda.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 26 CM de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
50 minutos

Potaje de garbanzos



Beneficio Royal Prestige®

Cocina más rápido con seguridad.

Ingredientes

200 gramos de tocino en cubos medianos

2 chorizos españoles en rodajas

½ cebolla picada

3 dientes de ajo picados

½ pimiento rojo en cubos pequeños

300 gramos de espinacas en tiras

2 tomates, en cubos pequeños

1 hoja de laurel

1 cucharadita de pimentón dulce

400 gramos de garbanzos limpios, remojados toda la noche y escurridos

Agua, cantidad suficiente

Sal al gusto

Preparación

- 1 Precalienta la Olla de Presión de 6 L de Royal Prestige® por 3 minutos a fuego medio-alto. Dora el tocino y chorizo. Retíralos de la olla y reserva.
- 2 Añade la cebolla, el ajo y el pimiento. Cocina hasta que la cebolla y el pimiento se ablanden. Agrega las espinacas, sal al gusto y cocina un par de minutos más.
- 3 Integra el tomate, el laurel y el pimentón dulce removiendo para esparcir el pimentón.
- 4 Incorpora los garbanzos, el chorizo y cantidad suficiente de agua para cubrir todos los ingredientes sin rebasar los $\frac{2}{3}$ de capacidad de la olla. Añade más sal si es necesario.
- 5 Cierra la olla y gira la válvula al ícono de generación de presión. Cocina a fuego medio-alto hasta que se eleve el pin indicador. Reduce a fuego bajo y cocina 15 minutos más.
- 6 Apaga el fuego, gira la válvula para liberar la presión y espera a que baje el pin indicador.
- 7 Destapa la olla y agrega el tocino dorado. Sirve.



Rinde
6 a 8
porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Olla de Presión de 6 L de Royal Prestige®



Tiempo de preparación
40 minutos



Risotto con hongos y espárragos



Beneficio Royal Prestige®

Cocina una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

200 gramos de mantequilla

¼ de cebolla finamente picada

2 dientes de ajo finamente picados

500 gramos de arroz arborio

300 ml de vino blanco

1 litro de caldo de verduras

150 gramos de champiñones en cubos chicos

7 espárragos en rodajas

Sal y pimienta negra al gusto

200 gramos de queso parmesano rallado

PARA ACOMPAÑAR:

Rebanadas de pan tostado

Preparación

- 1 Funde la mantequilla en la Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release a temperatura media. Acitrona la cebolla y el ajo.
- 2 Humedece el Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release con aceite de oliva. Precalienta por 40 segundos a fuego medio-bajo y sella los camarones.
- 3 Incorpora el caldo poco a poco.
- 4 Después integra los champiñones y los espárragos, salpimienta y mezcla bien.
- 5 Tapa la sartén y deja cocinar por 20 minutos.
- 6 Cuando el arroz esté en su punto, añade el queso parmesano.
- 7 Acompaña con rebanadas de pan.



Rinde
8 a 10
porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Sartén de
30 CM de
Royal Prestige®
Deluxe Easy Release



Tiempo de
preparación
40 minutos



Camarones en salsa de coco



Beneficio Royal Prestige®

Cocina una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Licúa con potencia en segundos.

Ingredientes

15 camarones grandes y limpios

Aceite de oliva

½ cucharadita de ajo en polvo

¼ de cucharadita de cebolla en polvo

½ cucharadita de paprika

½ cucharadita de hierbas secas mixtas

Sal y pimienta al gusto

2 zanahorias en medias lunas

1 pimiento verde en cubos medianos

½ taza de edamames sin vaina

PARA LA SALSA:

3 cucharadas de mantequilla

¼ de cebolla

2 dientes de ajo

400 ml de crema de coco

100 gramos de queso crema

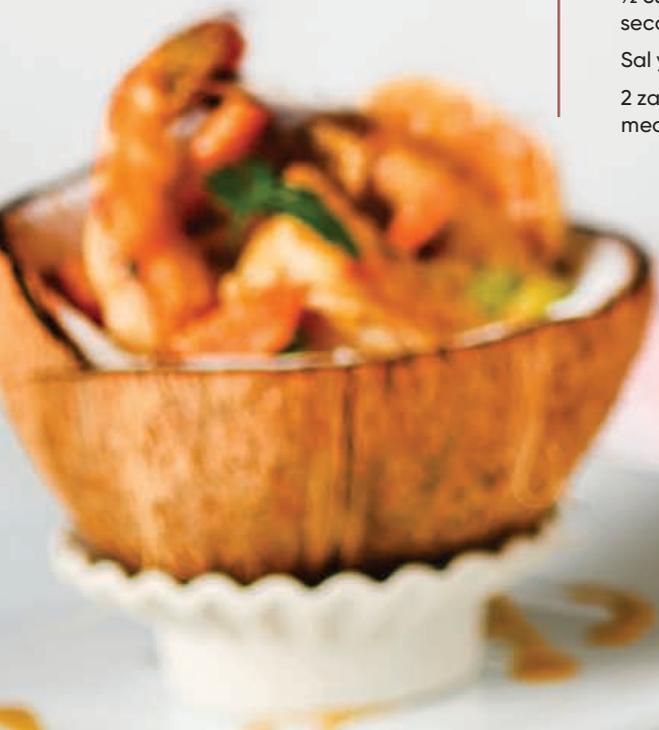
2 cucharadas de salsa sriracha

Sal y pimienta negra al gusto

PARA ACOMPAÑAR:

Cocos en mitades

Arroz blanco



Preparación

- 1 En un tazón, mezcla los camarones con aceite de oliva, ajo en polvo, cebolla en polvo, paprika, hierbas secas, sal y pimienta. Reserva.
- 2 Humedece el Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release con aceite de oliva. Precalienta por 40 segundos a fuego medio-bajo y sella los camarones.
- 3 Agrega las verduras y cocina por 5 minutos. Tapa y reserva.
- 4 **Para la salsa:** en la Olla de 1.8 L de Royal Prestige®, funde la mantequilla y acitrona la cebolla con el ajo. Integra el resto de ingredientes y salpimienta. Deja hervir.
- 5 Deja enfriar un poco y licúalo en la Royal Prestige® Power Blender.
- 6 Incorpora la salsa a los camarones y deja hervir 2 minutos más.
- 7 Sirve sobre mitades de coco y acompaña con arroz blanco.



Rinde
3 a 4
porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 30 CM
de Royal Prestige®
Deluxe Easy Release



Tiempo de
preparación
40 minutos





Pollo almendrado



Beneficio Royal Prestige®

Cocina sin grasa ni aceite añadidos, en solo minutos.

Ingredientes

- ½ taza de salsa de soya
- ½ cucharada de fécula de maíz
- 1½ pechugas de pollo, limpias y en cubos medianos
- ½ cebolla en cubos medianos
- 1 pimiento rojo en cubos medianos
- 1 pimiento verde en cubos medianos
- 2 zanahorias en juliana
- 1 taza de jícama en cubos medianos
- ¾ de taza de almendras fileteadas y tostadas
- 4 choclitos en conserva en rodajas
- 2 cm de raíz de kion finamente picada
- Sal y pimienta negra al gusto

Preparación

- 1 En un tazón, disuelve salsa de soya y fécula de maíz. Reserva.
- 2 Precalienta la Sartén de 26 CM de Royal Prestige® a fuego medio-alto de dos a tres minutos o hasta que al rociar algunas gotas de agua estas no se evaporen y rueden por la superficie.
- 3 Sella la pechuga de pollo con la sartén entretapada.
- 4 Posteriormente, agrega el resto de los ingredientes. Cocina entretapada por 3 minutos más.
- 5 Integra la salsa de soya previamente diluida, baja a fuego medio y espesa por 2 minutos.
- 6 Rectifica la sazón y sirve.



Rinde
8 a 10
porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 26 CM de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
25 minutos

Rib-eye con col rizada y hongos



Beneficio Royal Prestige®

Cocina una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

1.5 kilos de *rib-eye*, en medallones

Aceite de oliva

Romero fresco

200 gramos de col rizada

200 gramos de hongos ostra o gírgola

200 gramos de champiñones rebanados

Sal y pimienta al gusto

PARA EL CHIMICHURRI:

1½ tazas de hojas de perejil fresco picado

6 hojas de albahaca picada o ½ taza de culantro picado

6 cucharadas de aceite de maíz u oliva

4 dientes de ajo picado

1 cucharadita de pimentón dulce

1 cucharadita de orégano seco

1 cucharadita de peperoncino

1 cucharadita de comino en polvo

3 cucharadas de vinagre blanco

Sal y pimienta negra al gusto

Preparación

- 1 Salpimienta los medallones de carne y baña con un poco de aceite de oliva. Cubre con romero fresco. Deja reposar unos minutos.
- 2 Agrega una cucharada de aceite de oliva en la Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release y precalienta 40 segundos a fuego medio.
- 3 Sella la carne alrededor de 5 minutos por lado con la sartén entretapada. Cocina hasta el término deseado.
- 4 **Para la col rizada:** frota aceite de oliva en las hojas. Asa un par de minutos en la sartén de la carne. Retira y reserva.
- 5 **Para los hongos:** agrega sal al gusto y baña con aceite de oliva. Cocina los hongos en la sartén con la carne hasta caramelizar.
- 6 **Para el chimichurri:** coloca todos los ingredientes en un tazón y mezcla bien. De preferencia, deja reposar, por lo menos, una noche.
- 7 Sirve la carne sobre una base de col rizada y acompañada de los hongos. Baña con un poco de chimichurri.



Rinde

4 a 5

porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 30 CM de
Royal Prestige®
Deluxe Easy Release



Tiempo de
preparación

20 minutos





Colonche de camarón



Beneficios Royal Prestige®

Cocina una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Licúa con potencia en segundos.

Ingredientes

2 plátanos machos verdes en rodajas de 2 cm aprox.

Aceite

PARA EL CALDO DE CAMARÓN:

1 litro de agua

250 gramos de cáscaras y cabezas de camarón

PARA EL SOFRITO:

Aceite

½ cucharadita de achiote

1 cebolla morada en cubos chicos

3 dientes de ajo finamente picados

2 pimientos verdes en cubos medianos

¼ de cucharadita de comino en polvo

4 cucharadas de crema de maní

1 kilo de camarones limpios

4 ramas de culantro finamente picados

4 ramas de perejil finamente picados

PARA ACOMPAÑAR:

Arroz al vapor

Preparación

- 1 En la Olla de 1.8 L de Royal Prestige®, a fuego medio-alto, fríe las rodajas de plátano en el aceite. Retira el plátano de la olla y aplástalo con ayuda de un recipiente plano o una tostonera. Ponlo de nuevo en el aceite por 2 minutos más. Retira el exceso de aceite, corta en trozos y reserva.
- 2 En la Royal Prestige® Power Blender, licúa el agua con las cáscaras y cabezas de los camarones. Cuela y reserva.
- 3 Precalienta la Olla de 5.6 L de Royal Prestige® a fuego medio-alto. Coloca el aceite, el achiote y acitrona la cebolla y el ajo hasta que tengan un color transparente.
- 4 Agrega los pimientos verdes, el comino, la crema de maní y el caldo de camarón. Deja hervir por 2 minutos.
- 5 Posteriormente, agrega los camarones y salpimenta.
- 6 Integra los plátanos y espesa por 3 minutos más.
- 7 Rectifica sazón, espolvorea culantro y perejil.
- 8 Sirve acompañado de arroz al vapor.



Rinde

8 a 10 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Olla de 5.6 L de Royal Prestige®



Tiempo de preparación

45 minutos



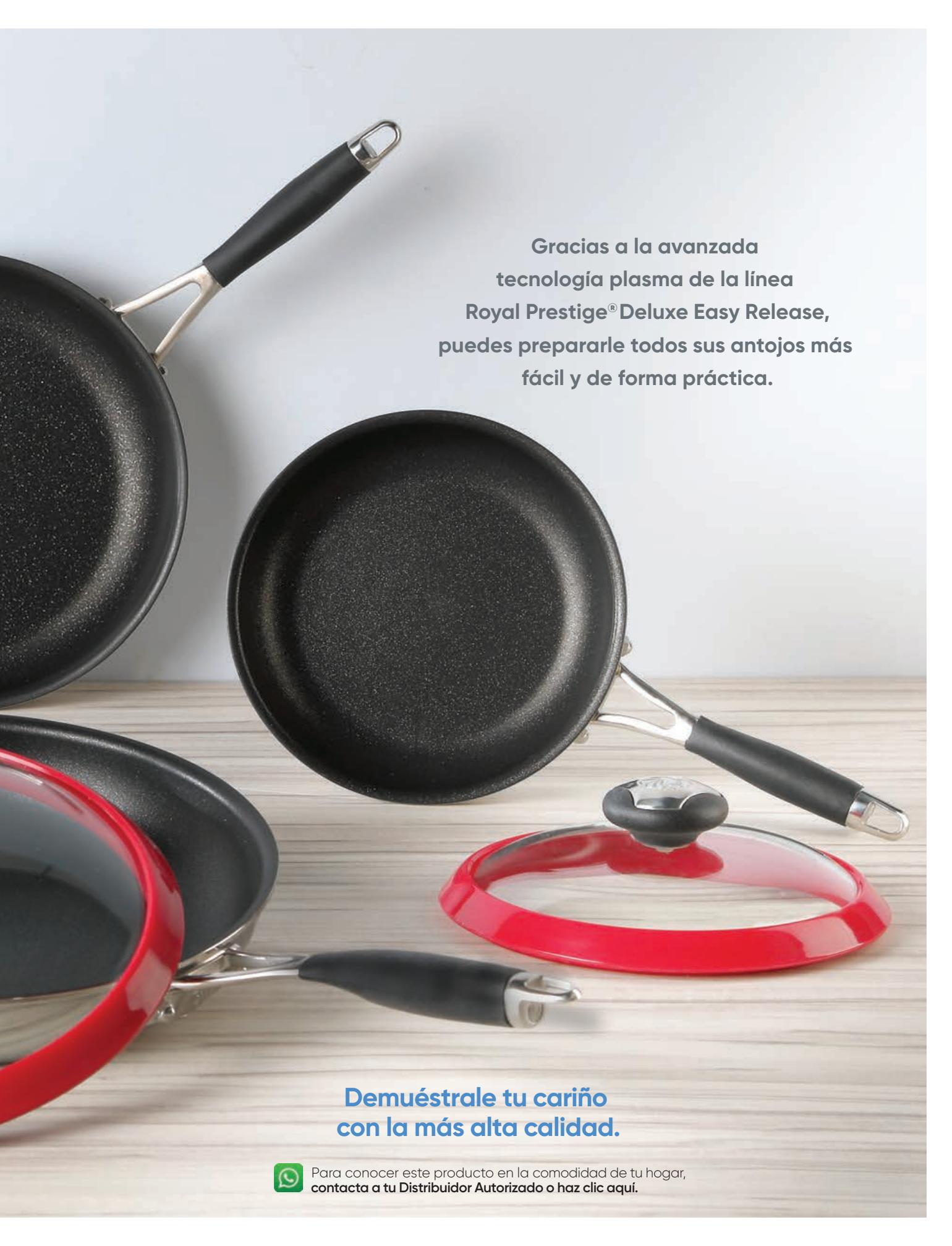
ROYAL PRESTIGE®
DELUXE EASY RELEASE COOKWARE

Consiente a mamá con sus comidas favoritas



★
Haz clic aquí
para enamorarte
de las mejores recetas
con Royal Prestige®
Deluxe Easy Release.



The image shows a variety of cookware from the Royal Prestige® Deluxe Easy Release line. In the foreground, there is a red frying pan with a black handle and a red lid with a black knob. Behind it, a black frying pan with a black handle is shown. To the left, another black frying pan is partially visible. The items are arranged on a light-colored wooden surface against a plain white background.

Gracias a la avanzada
tecnología plasma de la línea
Royal Prestige® Deluxe Easy Release,
puedes prepararle todos sus antojos más
fácil y de forma práctica.

**Demuéstrale tu cariño
con la más alta calidad.**



Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar,
contacta a tu Distribuidor Autorizado o haz clic aquí.

Pollo en escabeche



Beneficio Royal Prestige®

Cocina sin grasa ni aceite añadidos y en grandes cantidades.

Ingredientes

12 piezas de pollo (pierna y muslo sin piel) salpimentadas
1 cebolla fileteada
3 dientes de ajo finamente picados
5 zanahorias en medias lunas
7 tomates sin semillas y en bastones
5 ajíes en rajadas
1 taza de vino blanco
1½ tazas de vinagre blanco
½ taza de alcaparras

1½ tazas de aceitunas verdes
5 hojas de laurel
3 ramas de mejorana
3 ramas de tomillo
½ cucharadita de orégano
Sal y pimienta negra al gusto

Preparación

- 1 Precalienta la Paellera de 35 CM de Royal Prestige® a temperatura media alta y sella las piezas de pollo.
- 2 Agrega la cebolla y el ajo y deja cocinar por un minuto. Posteriormente, añade las zanahorias, los tomates y los ajíes. Tapa la paellera y cocina por 3 minutos a fuego medio.
- 3 Incorpora el resto de los ingredientes y salpimenta. Cocina con la paellera tapada por 40 minutos más.
- 4 Sirve y acompaña con arroz rojo.



Rinde
12 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®
Paellera de 35 CM de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
1 hora





Pastel de plátano con chocolate



 **Beneficio Royal Prestige®**

Cocina el pastel sin horno.

Ingredientes

2½ huevos
338 gramos de mantequilla
60 gramos de azúcar
2 plátanos medianos maduros
225 gramos de harina
¼ de cucharadita de polvo para hornear
150 gramos de chispas de chocolate
Aceite de semilla de uva

PARA EL GANACHE:

100 gramos de crema dulce
125 gramos de chocolate semiamargo
20 gramos de mantequilla suavizada

PARA DECORAR:

Chips de plátano
¼ de taza de chispas de chocolate
Láminas de oro comestible

Preparación

- 1 En un tazón, bate los huevos con un batidor de globo hasta esponjar. Reserva.
- 2 En otro tazón, a crema mantequilla con azúcar hasta blanquear y agrega el plátano machacado.
- 3 Integra la harina y el polvo de hornear previamente cernidos.
- 4 Incorpora los huevos en forma envolvente.
- 5 Añade las chispas de chocolate.
- 6 En la Sartén de 20 CM de Royal Prestige®, previamente engrasada con aceite de semilla de uva, vierte la mezcla anterior. Tapa con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cocina a fuego muy bajo por 30 minutos, aproximadamente, o hasta que esté cocido.
- 7 Apaga y deja reposar en la sartén tapada por 10 minutos más. Deja enfriar sin tapar.
- 8 **Para el ganache:** calienta la crema en el microondas. En un tazón, mezcla la crema con el chocolate y la mantequilla.
- 9 Cubre el pan de plátano con el ganache y decora.



Rinde
6 a 8
porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 20 CM de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación

1 hora y 30
minutos

Panna cotta con salsa de vino tinto



Beneficio Royal Prestige®

Cocina fácilmente
un postre delicioso.

Ingredientes

500 ml de leche
5 ml de extracto de vainilla
80 gramos de azúcar
250 gramos de crema dulce
15 gramos de colapiz
75 ml de agua fría

PARA LA SALSA DE VINO TINTO:

500 ml de vino tinto
150 gramos de azúcar
1 vara de canela mediana
2 anises estrella
Ralladura de 1 naranja

PARA ACOMPAÑAR:

Helado de vainilla
Frambuesas
Flores orgánicas
Láminas de oro
comestibles

Preparación

- 1 En la Olla de 2.8 L de Royal Prestige®, calienta la leche con el extracto de vainilla y el azúcar. Deja enfriar y pasa a un tazón. Agrega la crema dulce y mezcla bien.
- 2 Hidrata la colapiz en agua fría. Derrítela a baño maría o en el microondas en lapsos de 20 segundos hasta que forme un almibar. Mezcla con la preparación anterior.
- 3 Coloca en moldes individuales y refrigera por 1 hora.
- 4 **Para la salsa:** en la Olla de 1.8 L de Royal Prestige®, coloca los ingredientes para la salsa. Hierva hasta reducir y deja que se enfríe un poco hasta que la salsa esté tibia.
- 5 Sirve la *panna cotta* con helado y salsa de vino tinto. Decora.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Olla de 2.8 L de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
1 hora y
30 minutos



Helado de piña y coco



Beneficio Royal Prestige®

Prepara helados en casa, de forma práctica y fácil.

Ingredientes

1 piña limpia y en cubos medianos
500 ml de leche de coco
500 ml de crema de coco
2 cucharadas de extracto de vainilla

PARA ACOMPAÑAR:

200 gramos de coco seco tostado
Galletas de chocolate
Almendras fileteadas

Preparación

- 1 En un tazón, mezcla los ingredientes del helado y congela 24 horas antes de usar.
- 2 Deja reposar la mezcla congelada alrededor de 5 minutos a temperatura ambiente y córtala en trozos. Procesa en el Royal Prestige® maXtractor™ con el Colador para Helado.
- 3 Sirve y espolvorea coco tostado y almendra fileteada. Acompaña con galletas de chocolate.





Rinde
10 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®
Royal Prestige®
maXtractor™



Tiempo de
preparación
30 minutos



Crepes Suzette



Beneficios Royal Prestige®

Cocina fácil y en solo minutos.

Licúa con potencia en segundos.

Ingredientes

Película plástica

PARA LOS CREPES:

250 ml de leche

120 gramos de harina

20 gramos de mantequilla fundida

1 huevo

40 gramos de azúcar

15 ml de vainilla

PARA LA SALSA:

50 gramos de mantequilla

40 gramos de azúcar refinada

Jugo de 2 naranjas

Jugo de ½ limón

20 ml de brandy

30 ml de licor de naranja

PARA DECORAR:

Supremas de naranja

Preparación

- 1 En la Royal Prestige® Power Blender, licúa los ingredientes para los crepes hasta tener una mezcla homogénea. Vacía en un tazón y refrigera por 20 minutos.
- 2 Precalienta la Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release por 40 segundos a fuego medio-bajo con un poco de mantequilla. Vierte un poco de la mezcla en la sartén y esparce de manera uniforme hasta formar una tortilla delgada. Cocina alrededor de un minuto por cada lado hasta dorar ligeramente.
- 3 Dobla los crepes en cuadros o triángulos y reserva en un plato. Termina toda la mezcla y cubre los crepes con película plástica.
- 4 **Para la salsa:** en la Sartén Gourmet de 25 CM de Royal Prestige®, funde la mantequilla a fuego medio.
- 5 Incorpora azúcar, jugo de naranja y jugo de limón hasta formar un jarabe.
- 6 Agrega brandy, licor de naranja y flamea.
- 7 Baña los crepes con la salsa y sirve con supremas de naranja.



Rinde
10 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release



Tiempo de preparación
45 minutos



El sabor **DEL** **MAR** *en* *América* *Latina*

POR BERENICE GUTIÉRREZ

El pescado es una gran fuente de nutrientes, como la vitamina D, proteínas y grasas omega-3, esenciales para el óptimo funcionamiento del cuerpo y el cerebro. Pero no es solo un alimento muy saludable, es también un ingrediente importante en la cocina latinoamericana.

¿Has escuchado hablar del encebollado ecuatoriano o el huachinango a la veracruzana? El pescado es un ingrediente frecuente en una gran cantidad de platillos tradicionales de nuestra región. A continuación, te invitamos a conocer algunos de los pescados más comunes en la gastronomía de América Latina.

Huachinango. Es un pez nativo del Golfo de México y el Mar del Caribe. Tiene una coloración rojiza en el dorso, la cual se cree que proviene de su alimentación a base de crustáceos.

Se puede freír, asar, hornear o cocinar a la plancha. Es la estrella de uno de los platillos más tradicionales de México, el huachinango a la veracruzana. Este va acompañado de ingredientes como alcaparras, aceitunas y papas cambray.



Albacora. Es un tipo de atún que se encuentra en aguas templadas y tropicales. Es de color azulado en el dorso, y tonos plateados y blancos en el

vientre. Es un pescado tradicional en la gastronomía de varios países, entre ellos Ecuador, siendo el ingrediente central del clásico encebollado.



Bagre. El bagre rayado es una especie que solo existe en la macrocuenca Magdalena-Cauca en Colombia. Es una especie endémica protegida, a la cual se le estableció una temporada de veda casi tres décadas atrás para permitir que cumpla su ciclo de reproducción. El consumo de bagre es muy popular en Colombia, siendo incluido en recetas como bagre en salsa criolla, bagre frito o viudo de pescado.



Tilapia. Este pescado es originario de África y Medio Oriente, pero gracias a su facilidad para adaptarse a varios tipos de ambientes es que se ha posicionado como una variedad muy popular en América Latina. Actualmente, Brasil es el cuarto mayor productor de tilapia. La podemos encontrar en la famosa moqueca, cocinada al coco, en ceviche o en tiras crocantes y otras preparaciones deliciosas.

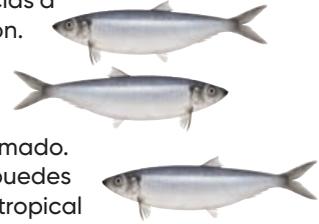


Merluza. ¿Sabías que este es el pescado que más se consume en Argentina? Es un pescado blanco de carne suave, ideal para comerse en filete y en una gran variedad de platillos. Su popularidad se debe a su versatilidad y gran sabor, además de ser una alternativa económica. Una de sus preparaciones clásicas es el filete de merluza a la romana, en el que el pescado es rebozado y frito hasta lograr un dorado delicioso.

Anchoveta. Como el pez más emblemático del mar peruano, es el quinto producto de mayor exportación de Perú. Este pescado alargado, delgado y vientre plateado es utilizado para producir harina y aceite de pescado. Puedes probarlo como parte de la espectacular gastronomía peruana en aji, chupe o seco de anchoveta.



Arenque. A causa de su sabor fuerte, el arenque es el tipo de pescado que odias o amas. Sin embargo, es un ingrediente muy consumido gracias a su larga duración. En República Dominicana, el arenque típico es salado y ahumado. En este país lo puedes degustar en un tropical locrio de arenque o en un desayuno energético de arenque con huevo.



¡Recuerda!

El pescado debe estar siempre en refrigeración hasta el momento en el que se vaya a cocinar. Si no se usará en varios días, manténlo congelado. Y muy importante: ¡no lo descongeles a temperatura ambiente! Lo ideal es pasarlo del congelador al refrigerador y esperar un par de días hasta que se descongele.



Fuentes:

"11 Evidence-Based Health Benefits of Eating Fish", Healthline.
"El pescado más popular en Argentina: descubre cuál es", Pescadores en la red.
"No es brasileño el pez que domina las aguas brasileñas", bocado.lat.
"Principales pesquerías marinas en el Perú", Mar del Perú.
cocinadominicana.com

MEJORA tu calidad de vida con alimentos *detox*

POR LILIA MANCILLA

Los alimentos depurativos son aquellos que tienen un alto contenido en antioxidantes. Estos poseen componentes que pueden mejorar nuestra salud a diferentes niveles, incluso protegernos contra enfermedades crónicas.

La palabra *detox* se ha hecho muy popular en los últimos años. A raíz de esto, han surgido todo tipo de dietas, tés o productos que prometen depurar o desintoxicar tu cuerpo, aunque sin bases científicas.

Al margen de ello, sí se han realizado múltiples estudios en ciertas frutas y plantas para comprobar qué clase de antioxidantes tienen y cómo pueden beneficiar nuestra salud. Son el caso de las legumbres, los frutos rojos, el romero, el brócoli, entre otros.

Chocolate oscuro.

Contiene grasas naturales como el ácido oleico y el ácido esteárico. El primero también se encuentra presente en el aceite de oliva y puede ser beneficioso para la salud del corazón. El segundo parece tener efecto neutralizador del colesterol en sangre.

De acuerdo con el sitio oficial del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos de América, estos alimentos ricos en antioxidantes también contienen los siguientes nutrientes:



Palta.
Contiene una buena cantidad de potasio, mineral necesario para regulación de la presión arterial y la función del sistema nervioso.

Nuez de pecán.

Entre sus principales componentes se encuentra el cobre, un mineral fundamental para las funciones del sistema inmune, las células cerebrales y la producción de células rojas en la sangre.



Alcachofa.

Según un estudio publicado en la revista científica *Plant Foods for Human Nutrition*, contiene un antioxidante conocido como luteolina, que previene la formación de colesterol en la sangre.



Kion

El gingerol es su principal componente bioactivo y se cree que es responsable de muchas de las propiedades medicinales de esta planta. Puede ayudar a reducir el estrés oxidativo y la inflamación.



Espinaca.

Rico en vitamina B9, mejor conocida como ácido fólico. Este es un componente esencial para el funcionamiento normal del cerebro, por lo que su consumo es más recomendable en mujeres embarazadas.



Fuentes:

"14 Healthy Foods High in Antioxidants", Healthline.
"9 Foods to Naturally Detox", patientfirst.com

Col rizada.

Puede ser una gran fuente de vitamina C, la cual es necesaria para la síntesis de colágeno, la proteína estructural más abundante en nuestro cuerpo.



Betarraga.

Tiene un alto contenido en hierro, mineral fundamental para el transporte de oxígeno en los glóbulos rojos.

¿Cómo incorporar estos alimentos a tu vida diaria?

La mejor forma es incorporarlos poco a poco en nuestra dieta. Puedes comenzar con incluirlos en colaciones o mezclados con tus platillos favoritos.

Ahora, si lo tuyo son los jugos, puedes aprovecharlos por las mañanas con esta receta:

Jugo detox

INGREDIENTES:

- 1 rama de apio
- 1 pepino
- Un pedazo de kion
- 1 manojo de espinacas frescas
- 3 manzanas verdes
- 1 betarraga sin piel
- Jugo de 1 limón

PREPARACIÓN:

- 1 Procesa los ingredientes con el Royal Prestige® maXtractor™, excepto el jugo de limón. Si lo deseas, puedes utilizar el Colador para Pulpa.
- 2 Agrega el jugo de limón y bebe recién hecho.



Arándano. Es rico en vitamina C y vitamina K1. Un antioxidante importante para el sistema inmune y un nutriente involucrado en la correcta coagulación de la sangre, respectivamente.



LA MANZANA:

LA FRUTA MÁS CONSUMIDA DEL MUNDO

POR LILIA MANCILLA

Conocida por su versatilidad culinaria y variedad de colores y sabores, la manzana es una de las frutas más populares a nivel mundial.

Las manzanas son nativas de Asia Central y existen más de 7500 tipos. Entre las más reconocidas están la *Red Delicious*, *Granny Smith*, *Golden Delicious*, *Fuji* y *Gala*.

De acuerdo con varias instituciones de salud y alimentación, se recomienda consumir 2 tazas de fruta como parte de una dieta diaria de 2 mil calorías.

¿Qué beneficios se le atribuyen a la manzana?

Algunos estudios demuestran que su alto contenido en flavonoides y antioxidantes reducen el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y diabetes.

Se dice que contiene **pectina**, un tipo de fibra que actúa como prebiótico en el microbioma del intestino, estimulando la salud digestiva.

Según investigaciones de la Sociedad Real de Química del Reino Unido, puede reducir la inflamación de las vías respiratorias.

¿Cuánto dura una manzana?

De acuerdo con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos de América:

- En la mesa o encimera de la cocina: 5 a 7 días.
- En una despensa o alacena: 3 semanas.
- En el refrigerador: 4 a 6 semanas.
- Cortada: 3 a 5 días en el refrigerador, 8 meses en el congelador.
- Cocinada o preparada en algún platillo: 3 a 5 días en el refrigerador.



Entre sus nutrientes se encuentran:

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

Información nutricional

Una manzana mediana (200 gramos) contiene:

- 171 gramos de agua
- 28 gramos de carbohidratos
- 4.8 gramos de fibra
- 0.52 gramos de proteína
- 0.34 gramos de grasas totales

Fuentes: "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.

Consiente tu paladar con tus bebidas preferidas

Elaboradas con acero inoxidable grado quirúrgico que no altera el sabor de tus bebidas, este par se convertirá en tu favorito.



Descubre cómo disfrutar de una deliciosa infusión *haciendo clic aquí.*



**ROYAL PRESTIGE®
EXPERTEA**

Ideal para preparar cualquier té o infusión, sin bolsitas y de forma natural con hojas sueltas.



**ROYAL PRESTIGE®
CHOCOLATERA**

Equipada con un innovador como antiderrames de acero inoxidable.



La más alta calidad con 50 años* de garantía.

Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contacta a tu Distribuidor Autorizado o haz clic aquí.**

*Garantía limitada, consulta royalprestige.com para más información sobre las garantías de nuestros productos.

Calidad gourmet en la palma de tu mano

De mamá aprendiste que la seguridad es primero y un cuchillo bien afilado es el más seguro. Ten siempre listos tus Cuchillos de Royal Prestige® gracias a su bloque con afilador integrado.



ROYAL PRESTIGE®
CUTLERY

Lúcete como un profesional
culinario en cada corte.



Haz clic aquí
para saber
cómo mantener
tus cuchillos listos
para la acción.



Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar,
contacta a tu Distribuidor Autorizado o haz clic aquí.