

ROYAL PRESTIGE



MAGAZINE

PRIMAVERA 2022 | NÚMERO 53



Primavera con sabor

más POSIBILIDADES
más CORAZONES CONTENTOS

Chiquita, pero grandiosa!



ROYAL PRESTIGE®
CACEROLA

La nueva Cacerola de Royal Prestige® está diseñada para cocinar más rápido porciones pequeñas para una o dos personas, y llevar tu comida de la estufa a la mesa. Fabricada en acero inoxidable grado quirúrgico de la más alta calidad, con garantía de 50 años limitada.

La pequeña alegría de tu cocina

Para una demostración de estos y otros productos, contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige® o visita royalprestige.com



¡Descubre recetas y mucho más en nuestras redes sociales!



Chief Marketing Officer:
Miguel A. Tarquis

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

Gerente de Marketing Colombia:
Mayerly Moreno

Editor culinario:
Omar Sandoval

Supervisora de redactores:
Berenice Gutiérrez

Edición, redacción y traducción:
Massiel Beswick
Berenice Gutiérrez

Directora de arte, fotografía y diseño:
Linda Castilleja

Diseño gráfico:
Linda Castilleja
Julie DesJarlais
Johana Insuasty

Chefs Hy Cite y asesores culinarios:
Ana Cáceres
Andrés Roza

Fotografía:
Fernando Cagigas

Producción de video:
Rubén Olvera
Adrián Pacheco

Coordinación de logística México:
Georgina Cea

Coordinación de logística Colombia:
Jorge Mario Ospina

¡Recibe la primavera con tus sabores favoritos!

Cada cambio de estación nos da la oportunidad de disfrutar nuevos ingredientes frescos de temporada. Y lo mejor es que, al cocinarlos con Royal Prestige®, puedes obtener esos sabores que le encantan a tu familia.

Estoy muy contento con las recetas que hemos diseñado para esta edición de Royal Prestige® Magazine y que podrás cocinar fácilmente con las diferentes ollas, sartenes y utensilios de la marca. Vas a encontrar una gran variedad: pescados, pastas, pastel y guisos. Desde la entrada hasta el postre, Royal Prestige® es todo lo que necesitas en tu cocina.

Por otro lado, estamos de manteles largos para recibir nuevos productos que seguramente serán una gran aportación para tu cocina: **la Cacerola de Royal Prestige® y las tapas de vidrio templado de los Sartenes Deluxe Easy Release.** ¡Son espectaculares! Entérate en esta edición de todos los beneficios que te ofrecen.

En nuestros artículos de familia y bienestar, encontrarás uno muy interesante para desconectar a los más pequeños de las pantallas y conectarlos con el mundo real. Sin duda, algo que podrá aportarles de forma positiva para su futuro. Y, hablando del futuro, ¡hay que asegurarnos de que tendrán un mundo en donde vivirlo! En una nueva sección con tips ecológicos, te contamos cómo te ayuda Royal Prestige® a cuidar el planeta.

¡Y esto solo es una probadita! En estas páginas encontrarás más contenido interesante (y delicioso) que puede ser muy útil en tu hogar. Espero que tú y tu familia disfruten todo lo que hemos preparado con mucho cariño para ustedes.

 **MÁS POSIBILIDADES
MÁS CORAZONES CONTENTOS**



Contenido

Royal Prestige® Magazine // PRIMAVERA 2022

07

EL MEJOR SABOR PARA TODA LA FAMILIA

10 recetas sencillas y deliciosas que le encantarán a todos en casa.

16

DE LA VISTA NACE EL AMOR

¡Conoce las nuevas tapas de los Sartenes Deluxe Easy Release!

32

CUIDEMOS JUNTOS AL PLANETA

Entérate cómo Royal Prestige® te puede ayudar a cuidar el medio ambiente.

33

CON CARÍÑO PARA MAMÁ

Encuentra el regalo perfecto para ella que lo merece todo.

36

CONÉCTALOS A LA REALIDAD

Te compartimos consejos para reducir el tiempo de tus hijos con las pantallas.

38

¡BRAZOS DE ACERO!

Tonifica tus brazos con estos sencillos ejercicios, utilizando artículos de tu hogar.

más POSIBILIDADES
más CORAZONES CONTENTOS





Las mejores bebidas calientes para consentirlos

Disfruta todo el sabor del chocolate clásico, el atole, el champurrado, las infusiones y muchas delicias más con la Chocolatera de Royal Prestige®. El sabor tradicional de casa, de forma más práctica.



ROYAL PRESTIGE®
CHOCOLATERA



Regala una taza de amor

Para una demostración de este y otros productos,
contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige® o
visita royalprestige.com

¡Así sabe la primavera con Royal Prestige®!

La frescura y los colores vivos de la primavera han sido la inspiración de nuestro maestro de chefs, Omar Sandoval, y nuestro chef de casa, Andrés Felipe Rozo León, quienes se lucieron en esta ocasión con diez recetas deliciosas y nutritivas para cocinar con tus productos de Royal Prestige®.

Por ejemplo, disfruta un espectacular arroz de tres carnes o un rico pollo agri dulce, con las proteínas como las estrellas principales. Para maximizar los nutrientes y los sabores de estas recetas, las puedes cocinar con la Paellera de 14 pulgadas. ¡Te quedarán realmente deliciosas!

La frescura primaveral se puede degustar en la salsa de cilantro y perejil de nuestro espagueti con pollo. Si quieres preparar algo diferente con toques asiáticos, experimenta la mezcla perfecta de textura y sabor cocinando un fideo de arroz con camarones. ¡Sabemos que te va a encantar!

Cuando tus utensilios de cocina desempeñan su función con excelencia e inspiran tu creatividad culinaria, lo que parece complicado se vuelve simple. Compruébalo preparando una versión más saludable de un clásico italiano: lasaña de verduras con queso ricotta, cocinada sobre la estufa en el Sartén de 10½ pulgadas.

¡Y que no falte el postre! Consuéltete con un esponjoso pastel de chocolate con nuez y duraznos, horneado sobre la estufa. Disfrútalo en tan solo 25 minutos. ¡Es perfecto para compartir!

Esperamos que disfrutes mucho todas las recetas que hemos preparado para ayudarte a crear más sonrisas en esta temporada, cocinando deliciosas posibilidades con Royal Prestige®. ¡Buen provecho!



Nota del Chef:



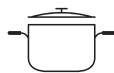
Lava bien la olla después de cocer la pasta para retirar el almidón antes de cocinar el pollo.



Fettuccine con pollo



RINDE
6-8 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
OLLA DE 8 CUARTOS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
30 MINUTOS

Ingredientes

1 libra de pasta fettuccine
1 pechuga de pollo, en cubos medianos
3 dientes de ajo, picado finamente
2 ramas de apio, fileteado
2 piezas de pimiento (*bell pepper*) amarillo, en cubos medianos
10 onzas de champiñones, en cuartos
1 taza de tomate deshidratado, picado
1 taza de alcachofas, en cuartos
Sal y pimienta negra al gusto

PARA ACOMPAÑAR:

2/3 de taza de queso parmesano
2/3 de taza de nueces, troceadas y tostadas

Preparación

- 1 Para la pasta:** vierte agua en la Olla de 8 cuartos, hasta llenar un poco más de la mitad. Agrega sal al gusto y calienta a temperatura media-alta hasta que hierva. Añade la pasta y cocina hasta que quede al dente (alrededor de 12 minutos). Una vez que esté cocida, cuela la pasta con el Colador de Royal Prestige® y reserva.
- 2** Precalienta la misma Olla de 8 cuartos, limpia, a temperatura media-alta alrededor de 3 minutos o hasta que, al rociarle unas gotas de agua, estas rueden sobre la superficie sin evaporarse.
- 3** Agrega el pollo a la olla y cocina un par de minutos con la olla entretapada, hasta sellar. Sazona con sal y pimienta negra.
- 4** Voltea el pollo y agrega ajo, apio, pimiento, champiñones, tomate deshidratado y alcachofas.
- 5** Tapa la olla y cocina 5 minutos más, con la válvula Redi-Temp® cerrada.
- 6** Añade el fettuccine y mezcla los ingredientes para integrar.
- 7** Para servir, añade las nueces y queso parmesano espolvoreado.

VER VIDEO, haz clic:





Nota del Chef:



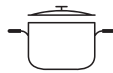
Cuece los fideos 4 minutos en agua hervida, fuera del fuego. Escurre y remoja en agua fría.



Fideo de arroz con camarones



RINDE
5-7 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
OLLA DE 6 CUARTOS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
15 MINUTOS

Ingredientes

7 onzas de fideo de arroz,
previamente cocido

1 zanahoria, en juliana

¼ de puerro, en rodajas finas

1 pimiento rojo (*bell pepper*), en
juliana

1 calabacín (*zucchini*), en juliana

1 taza de germen de soya

½ libra de camarones limpios

½ taza de caldo de verduras

Ajonjolí tostado al gusto

SALSA:

¼ de taza de soya

2 cucharadas de aceite de ajonjolí

1 cucharada de vinagre de arroz

1 diente de ajo picado

Jugo de 1 naranja recién exprimida

3 cucharadas de miel

Preparación

- 1 En el Tazón para Mezclar de 2 cuartos, incorpora los ingredientes de la salsa. Reserva.
- 2 Precalienta la Olla de 6 cuartos a temperatura media-alta por 3 minutos o hasta que, al rociarle algunas gotas de agua, estas rueden sobre la superficie sin evaporarse.
- 3 Agrega las zanahorias, el puerro y ¼ de taza de caldo de verduras. Cocina con la tapa entreabierta por 1 minuto.
- 4 Añade el pimiento, el calabacín y el germen de soya. Tapa la olla con la válvula Redi-Temp® abierta.
- 5 Cuando suene la válvula, incorpora los fideos, la salsa y los camarones. Tapa la olla, reduce la temperatura a baja, cierra la válvula y cocina 5 minutos más o hasta que estén cocidos los camarones.
- 6 Sirve con el ajonjolí tostado espolvoreado.

Un platillo con increíbles
sabores asiáticos, en solo
minutos!



Piña mar y tierra



RINDE
2-4 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
PAELLERA DE 10 PULGADAS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
20 MINUTOS

Ingredientes

1 piña partida verticalmente por la mitad (retira la pulpa y córtala en cuadritos; reserva la cáscara)

1 libra de falda de res, en trozos (previamente salpimentada)

1 libra de camarón mediano, limpio, sin cola y desvenado

½ libra de chorizo entero, en rebanadas (previamente salpimentado, si es necesario)

2 tallos de apio, en media luna

½ cebolla blanca, en juliana

2 tazas de queso gouda (o queso para fundir), rallado

2 dientes de ajo, picados finamente

Sal y pimienta negra al gusto

Preparación

- 1 Precalienta la Paellera de 10 pulgadas a temperatura media-alta durante 3 minutos o hasta que, al rociarle unas gotas de agua, estas rueden sobre la superficie sin evaporarse.
- 2 Agrega el chorizo y la falda de res, y cocina durante 4 minutos con la tapa entreabierta, hasta dorar.
- 3 Añade la cebolla, el ajo y el apio. Mezcla bien y cocina un par de minutos con la paellera entretapada.
- 4 Agrega la piña y sazona con sal y pimienta.
- 5 Tapa con la válvula Redi-Temp® abierta y cocina hasta que silbe (en aproximadamente 5 minutos).
- 6 Reduce a temperatura a media-baja, y añade los camarones. Tapa con la válvula cerrada y cocina por 5 minutos más a la misma temperatura.
- 7 Apaga la estufa. Añade el queso, tapa la paellera y deja reposar por 5 minutos más.
- 8 Sirve el relleno en las cáscaras de la piña, tratando de mantener el queso hacia arriba.

Una receta
espectacular que
puedes cocinar sin
añadir aceite



Lasaña de verduras con ricotta



RINDE
8 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
SARTÉN DE 10½ PULGADAS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
20 MINUTOS

Ingredientes

3 calabacines (*zucchini*), cortados verticalmente, en láminas gruesas (¼ de pulgada, aprox.)

5 onzas de queso mozzarella, rallado

PARA EL RELLENO:

2 tazas de champiñones, rebanados

2 pimientos verdes (*bell pepper*), limpios y cortados en juliana

1 taza de semillas de elote (*maíz*) dulce

2 cucharadas de cilantro picado finamente

Sal y pimienta negra al gusto

10.5 onzas de queso ricotta

PARA LA SALSA:

2 tazas de salsa de tomate

½ de taza de crema de leche o nata

Sal y pimienta al gusto

Preparación

- 1 En el Tazón para Mezclar de 3 cuartos, agrega todos los ingredientes del relleno, salpimienta al gusto y mezcla bien. Reserva.
- 2 En el Tazón para Mezclar de 2 cuartos, combina los ingredientes de la salsa con el Batidor de globo.
- 3 Para formar la lasaña, en el Sartén de 10½ pulgadas, incorpora una taza de la salsa como base.
- 4 Coloca una capa de láminas de calabacín, para formar la base de la lasaña. Añade una porción de la mezcla de queso ricotta y baña con media taza de salsa.
- 5 Acomoda otra capa de láminas de calabacín, una porción de la mezcla de queso y vierte más salsa.
- 6 Añade una capa de láminas de calabacín, cubre con salsa y el queso mozzarella.
- 7 Tapa y cocina a temperatura baja de 12 a 15 minutos, con la válvula Redi-Temp® cerrada.
- 8 Sirve y ¡disfruta!

VER VIDEO, haz clic:



Una versión más saludable de un clásico italiano. ¡Delicioso!

Todo es según el cristal con que se mira

Ahora será más fácil saber cuando están listos los huevos, ¡al término que te gusta! Las nuevas tapas de vidrio templado de los Sartenes Deluxe Easy Release de Royal Prestige® te permiten supervisar mejor la cocción de tus alimentos, para obtener los resultados que buscas.



Tamaños disponibles: 8, 10 y 12 pulgadas
Las tapas no se venden por separado



ROYAL PRESTIGE®
DELUXE EASY RELEASE COOKWARE



Cocina más fácil, no necesitas altas temperaturas!

- Con su nueva forma de domo, aumentan la capacidad y te ofrecen más espacio.
- Su aro de resistencia térmica concentra mejor el calor y la humedad dentro del sartén, para una cocción más rápida y uniforme.
- Fabricadas en resistente vidrio templado, que te permite monitorear tus alimentos mientras se cocinan.



Para una demostración de estos
y otros productos, contacta a
tu Distribuidor Autorizado Royal
Prestige® o visita royalprestige.com



Pollo agridulce



RINDE
6-8 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
PAELLERA DE 14 PULGADAS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
20 MINUTOS

Ingredientes

1 pechuga grande, cortada en trozos
1 cebolla morada, en juliana
1 pimiento rojo (*bell pepper*), en cuadros
1 pimiento verde (*bell pepper*), en cuadros
3 tallos de apio, en medias lunas
1 brócoli pequeño, en ramilletes
Media piña, en trozos pequeños
2 tazas de champiñones, fileteados
1 diente de ajo, picado
Ajonjolí al gusto
Cebollín seco al gusto
Sal y pimienta al gusto

PARA LA SALSA AGRIDULCE:

Media taza de agua
3 cucharadas de ketchup
2 cucharadas de salsa de soya
1 cucharada de vinagre de arroz
2 cucharadas de azúcar morena o miel de abeja
1 cucharadita de fécula de maíz (*corn starch*)

Preparación

- 1 En el Tazón para Mezclar de 2 cuartos, integra los ingredientes de la salsa agridulce con el Batidor de globo. Reserva.
- 2 Precalienta la Paellera de 14 pulgadas a temperatura media-alta alrededor de 3 minutos o hasta que, al rociarle unas gotas de agua, estas rueden sobre la superficie sin evaporarse.
- 3 Agrega el pollo y séllalo, con la paellera entretapada, hasta que tenga un color dorado y se despegue fácilmente.
- 4 Añade el apio y cocina un par de minutos más, con la paellera entretapada.
- 5 Incorpora el resto de los ingredientes y la salsa. Salpimienta al gusto.
- 6 Tapa la paellera con la válvula Redi-Temp® abierta. Una vez que suene, reduce a fuego bajo y cocina 5 minutos más.
- 7 Sirve sobre una cama de arroz, con ajonjolí y cebollín espolvoreados.

VER VIDEO, haz clic:





Nota del Chef:



Antes de cocinar, lava el arroz y remoja 10 minutos en agua tibia.

Deja secar.



Arroz

3 carnes



RINDE
6-8 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
PAELLERA DE 14 PULGADAS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
30 MINUTOS

Ingredientes

1 libra de carne de cerdo, en cubos
1 libra de carne de res, en cubos
1 pechuga de pollo, en cubos
10 salchichas de cerdo
1 taza de champiñones, fileteados
2 puñados de brote de soja (*soybean sprout*)
4 cucharaditas de salsa de soya
1 zanahoria, en juliana
1 cebolla, en juliana
1 pimiento rojo (*bell pepper*), en juliana
Sal al gusto
1 cucharada de mantequilla
2 tazas de arroz blanco
4 tazas de caldo de pollo, tibio

Preparación

- 1 Precalienta el Sartén Deluxe Easy Release de 10 pulgadas a temperatura media-baja durante 30 segundos. Añade la mantequilla y saltea los champiñones. Retira los champiñones e incorpora la cebolla, el pimiento, la zanahoria y los brotes de soja. Saltea por unos minutos. Agrega 4 cucharaditas de salsa de soya y mezcla bien. Reserva.
- 2 Precalienta la Paellera de 14 pulgadas a temperatura media-alta alrededor de 3 minutos o hasta que, al rociarle unas gotas de agua, estas rueden sobre la superficie sin evaporarse.
- 3 Cocina un par de minutos la carne de cerdo, la carne de res y el pollo, hasta dorar y sellar. Agrega las salchichas y salpimenta.
- 4 Añade el arroz y mezcla bien para incorporar los ingredientes. Vierte poco a poco la mitad del caldo de pollo. Sazona con sal al gusto. Tapa la paellera, con la válvula Redi-Temp® abierta, y cocina a fuego medio.
- 5 Cuando suene la válvula, agrega los champiñones y los vegetales con la salsa de soya. Mezcla bien y vierte el resto del caldo de pollo.
- 6 Tapa la paellera, con la válvula cerrada, y cocina de 10 a 12 minutos más.
- 7 Sirve con una guarnición de papas al gusto.

VER VIDEO, haz clic:





Nota del Chef:



Para un corte más suave, golpea la carne por ambos lados con un mazo o con la base de un sartén.



Bistec a caballo



RINDE
4 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
PARRILLA REDONDA



TIEMPO DE PREPARACIÓN
30 MINUTOS

Ingredientes

3 tomates
½ cebolla morada, picada finamente
½ cebolla blanca, picada finamente
½ cebollín, picado finamente
4 porciones de churrasco
4 huevos
Aceite en aerosol
Sal al gusto

Preparación

- 1 Para escalfar los tomates:** con el Cuchillo para pelar, retira el pedúnculo de los tomates y, en la parte superior, haz un corte en cruz sobre la piel. Vierte agua en la Olla de 2 cuartos y tapa con la válvula Redi-Temp® abierta. Calienta a temperatura media-alta, hasta que suene la válvula. Añade los tomates y cocina por 1 minuto. Retíralos del agua, deja enfriar y remueve la piel. Pártelos a la mitad para quitar las semillas y córtalos en cubos chicos.
- 2** En la misma Olla de 2 cuartos, sin agua, coloca los tomates y las cebollas. Cocina a fuego medio-alto, hasta que la válvula suene. Salpimienta y disminuye la temperatura a baja, cierra la válvula y cocina 5 minutos más, hasta que el tomate se haga puré.
- 3** Barniza la carne con un poco de aceite y salpimienta por ambos lados.
- 4** Precalienta la Parrilla Redonda de Royal Prestige® a temperatura media-alta durante unos 3 minutos o hasta que, al rociarle algunas gotas de agua, estas rueden sobre la superficie sin evaporarse.
- 5** Disminuye la temperatura a media-baja y acomoda los cortes de churrasco sobre la parrilla. Sella y dora por un lado. Da vuelta a los churrascos y cocina hasta el punto de cocción de tu preferencia. Retira del fuego y deja reposar.
- 6** Precalienta el Sartén Deluxe Easy Release de 8 pulgadas durante 30 segundos a temperatura media-baja. Rocía dos disparos de aceite y distribuye con una toalla de papel. Agrega el huevo y cocina hasta obtener el término deseado. Repite el proceso con el resto de los huevos.
- 7** Sirve los churrascos bañados con el puré de tomate y los huevos fritos encima.

VER VIDEO, haz clic:





Salmón con mariscos en salsa de queso azul



RINDE
8 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
PAVERA OVALADA



TIEMPO DE PREPARACIÓN
15 MINUTOS

Ingredientes

Una lonja de salmón de 4 libras, aproximadamente

12 mejillones

1 libra de almejas

16 piezas de camarones

2 cucharadas de perejil, picado

2 cucharadas de cebollín, picado

1 taza de agua

1 taza de vino blanco

1 cebolla, fileteada

1 poro, en rebanadas

2 zanahorias, en rebanadas

2 tallos de apio, en medias lunas

3 ramas de tomillo

2 hojas de laurel

1 taza de aceitunas negras, sin hueso

1½ taza de tomate deshidratado, picado

Sal y pimienta negra al gusto

PARA LA SALSA:

2 tazas de crema ácida

1 taza de leche

¼ de taza de queso azul

1 taza de queso crema

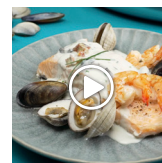
1 cucharadita de nuez moscada

Sal y pimienta negra

Preparación

- 1 En el fondo de la Pavera Ovalada de Royal Prestige®, forma una cama de vegetales con la zanahoria, la cebolla, el apio y el poro. Agrega el tomillo y las hojas de laurel. Vierte el agua y el vino.
- 2 Coloca la rejilla y acomoda el salmón salpimentado encima. Dispón los mariscos alrededor del salmón y salpimenta. Espolvorea el cebollín y perejil sobre los mariscos.
- 3 Tapa la pavera y cocina por 12 minutos, a fuego medio.
- 4 Licúa la crema, la leche, el queso azul, el queso crema, la nuez moscada, el perejil, el cebollín, sal y pimienta al gusto.
- 5 Pasa la mezcla a la Olla de 2 cuartos. Tapa y cocina a fuego medio, hasta que la válvula Redi-Temp® suene.
- 6 Añade el tomate deshidratado y las aceitunas. Mezcla y sazona al gusto. Tapa la olla y apaga el fuego. Reserva la salsa hasta que el salmón termine de cocinarse.
- 7 Sirve el salmón bañado con la salsa y acompañado con los mariscos.

VER VIDEO, haz clic:





Nota del Chef:



Utiliza solo temperatura baja o media-baja al cocinar con el Sartén Deluxe Easy Release.



Espagueti con pollo en salsa de cilantro



RINDE
4-6 PERSONAS



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
SARTÉN DELUXE EASY RELEASE DE 12"



TIEMPO DE PREPARACIÓN
15 MINUTOS

Ingredientes

7 onzas de espagueti

1 pechuga de pollo, en cubos medianos

1 pimiento (*bell pepper*) rojo, en cubos pequeños

1 pimiento (*bell pepper*) verde, en cubos pequeños

¾ de taza de ejotes, en tercios

3 ½ onzas de tomate cherry, en mitades

PARA LA SALSA:

1 taza de cilantro

1 taza de perejil

¼ de cebolla

½ taza de crema ácida

¾ de taza de caldo de verduras

Una pizca de ajo en polvo

Sal y pimienta negra al gusto

PARA ACOMPAÑAR:

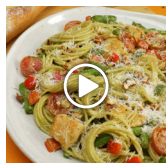
2/3 de taza de nueces tostadas

1 taza de queso parmesano rallado

Preparación

- 1 Para la pasta:** vierte agua en la Olla de 8 cuartos, hasta llenar un poco más de la mitad. Agrega sal al gusto y calienta a temperatura media-alta hasta que hierva. Añade la pasta y cocina hasta que quede al dente (alrededor de 12 minutos). Una vez que esté cocinada, cuela la pasta con el Colador de Royal Prestige® y reserva.
- 2 Para la salsa:** licúa a velocidad media-baja todos los ingredientes, hasta obtener una mezcla homogénea. Reserva.
- 3** Precalienta el Sartén Deluxe Easy Release de 12 pulgadas a temperatura media-baja durante 30 segundos.
- 4** Agrega el pollo y cocina sin tapa alrededor de 2 minutos por cada lado, hasta dorar.
- 5** Incorpora los vegetales y salpimienta al gusto.
- 6** Añade la salsa, tapa el sartén y cocina 5 minutos.
- 7** Agrega la pasta y mezcla bien. Reduce a temperatura baja y cocina por 3 minutos más, con el sartén tapado.
- 8** Sirve con las nueces. Espolvorea queso al gusto y ¡disfruta!

VER VIDEO, haz clic:



Nota del Chef:



Para hornear sobre la estufa, recuerda cerrar la válvula y utilizar fuego mínimo.



Pastel de chocolate con nuez y duraznos



RINDE
8 PORCIONES



UTENSILIO DESTACADO ROYAL PRESTIGE®
SARTÉN DE 10½ PULGADAS



TIEMPO DE PREPARACIÓN
35 MINUTOS

Ingredientes

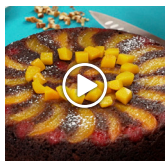
¾ tazas de harina de pastel de chocolate
3 huevos
3 cucharadas de mantequilla
2 cucharadas de azúcar morena
1½ taza de almíbar de duraznos
10 cerezas en almíbar
8 piezas de duraznos en almíbar, en rebanadas
1 taza de nueces, picadas

Preparación

- 1 En el Tazón para Mezclar de 2 cuartos, añade la harina para pastel de chocolate, los huevos, el almíbar de duraznos y la nuez picada. Incorpora con el Batidor de globo hasta obtener una mezcla homogénea.
- 2 Con la mantequilla, barniza las paredes y el fondo del Sartén de 10½ pulgadas. Espolvorea el azúcar en la base del sartén y acomoda las cerezas y los duraznos.
- 3 Incorpora la mezcla de chocolate sobre los duraznos y las cerezas.
- 4 Tapa el sartén con la válvula Redi-Temp® cerrada y cocina a fuego bajo por 30 minutos, aproximadamente.
- 5 Apaga el fuego y deja reposar 10 minutos con el sartén tapado, antes de desmoldar.
- 6 Sirve y disfruta!

**Prepara un postre riquísimo,
¡sin tocar el horno!**

VER VIDEO, haz clic:





ROYAL PRESTIGE®
ESPRESSO

Comienza el día con un verdadero café

Recién infusionado, con los aceites naturales y el balance de sabor que te gusta para despertar todas las mañanas. ¡La Royal Espresso es una pequeña fuente de café! Es exactamente lo que necesitas para comenzar tu día con esa sonrisa.



Sistema de prensa italiana. Fabricada en acero inoxidable grado quirúrgico de la más alta calidad, que no altera el sabor de tu café. Para toda una vida del café más fresco.

**El mejor
café, en la
comodidad
de tu hogar.**

Disponible en tamaños de 4 y 10 tazas de expreso.



Para una demostración de estos y otros productos, contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige® o visita royalprestige.com

Royal Prestige® te ayuda a cuidar el medio ambiente

POR BERENICE GUTIÉRREZ

1 Reducir el uso de aceite.

Un litro de aceite puede contaminar hasta mil litros de agua¹, por lo que desecharlo en el drenaje puede ser muy perjudicial para el medio ambiente. Por ello, es una gran ventaja que los sartenes y ollas de Royal Prestige® te permitan cocinar la mayoría de los tipos de carne, aves y algunos pescados sin agregar grasa o aceite. ¡Menos contaminación al drenaje! de la más alta calidad que te durarán más tiempo, respaldados con una garantía de 50 años limitada.

2 Usar menos agua.

El agua es un recurso no renovable que es esencial para la vida en nuestro planeta. La escasez de este líquido vital afecta a más de 40% de la población mundial y se espera que este porcentaje crezca². Es por esto que es importante ser consciente de cómo usas el agua y que evites desperdiciarla. ¿Cómo te puede ayudar Royal Prestige® a cuidarla? Ayudándote a utilizar muy poca para cocinar, aprovechando al máximo la humedad natural de tus ingredientes.

3 Evitar la comida en desechables.

¿Te has puesto a contar la cantidad de desechables y plásticos que llegan con la comida que pides a domicilio? De acuerdo con datos de la ONU, se utilizan 500,000 millones de bolsas en el mundo al año y cada una de esas bolsas tarda 400 años en degradarse³. ¡Es una excelente razón para cocinar en casa! Y, con Royal Prestige®, puedes cocinar una gran variedad de comidas sabrosas para tu familia, de forma más práctica y en menos tiempo.



Cuida al planeta

Pequeñas acciones que puedes implementar desde casa

Si te interesa reducir tu huella ecológica, pero no sabes por dónde empezar, un buen lugar para dar los primeros pasos es en tu cocina. Te compartimos algunas medidas sencillas que puedes implementar para reducir tus desechos y cuidar al planeta. Recuerda: los grandes cambios se construyen con pequeñas acciones.

4 Comprar utensilios duraderos.

Otra manera de generar desechos innecesarios es adquiriendo utensilios de mala calidad que necesitas reemplazar constantemente. Al adquirir las ollas y sartenes de Royal Prestige®, inviertes en utensilios de la más alta calidad que te durarán más tiempo, respaldados con una garantía de 50 años limitada.

FUENTES:

1. ¿Por qué verter un litro de aceite usado contamina 1.000 litros de agua potable? Disponible en: <https://agua.org.mx/por-que-verter-un-litro-de-aceite-usado-contamina-1-000-litros-de-agua-potable/>
2. Objetivo 6: Garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos. Disponible en: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/water-and-sanitation/>
3. Compromiso mundial para reducir los plásticos de un solo uso. Disponible en: news.un.org/es/story/2019/03/1452961

¡Un obsequio perfecto para ella que lo merece todo!

POR BERENICE GUTIÉRREZ

Un regalo inolvidable para mamá

Si estás buscando ese regalo perfecto que te ayude a darle las gracias a mamá por todo lo que hace y demostrarle lo mucho que la quieres, te tenemos algunas ideas para que te inspires y elijas algo especial.

1. JOYERÍA CON SU PIEDRA DE NACIMIENTO.

Un presente muy durable, bonito y personalizado. La piedra de su mes le traerá buenas vibras a mamá y puedes encontrar opciones accesibles para todos los gustos y presupuestos.



3. UNA LECTURA CONSTRUCTIVA.

Un libro bien elegido puede ser un regalo muy edificante para mamá. Algunas recomendaciones: "La magia del orden", para la mamá que busca consejos de organización en su casa; "Las mujeres que aman demasiado", para la mamá que quiere trabajar en su relación consigo misma; o "El ruiseñor", para la mamá a la que le gusta perderse en una buena novela de época.



2. UN PORTARRETRATOS CON LOS MEJORES RECUERDOS.

A todas las mamás les encanta tener fotografías de su familia y qué mejor si vienen en un portarretratos lindo que puedan lucir orgullosas en casa.

Algunos portarretratos tipo *collage* te permiten incluir varias fotos y son piezas muy atractivas para una decoración moderna. Otra opción puede ser crearle un archivo en USB o en la nube con fotografías familiares.



4. UNA NUEVA AVENTURA.

¡Llévate a mamá de viaje! Puede ser una escapada cercana de fin de semana o una travesía a un lugar que nunca han visitado. Lo importante es que pasen tiempo juntos, atesorando nuevas experiencias.



5. SU COMIDA FAVORITA.

Para sorprenderla y consentirla como se merece, combina dos lenguajes del amor: actos de servicio y tiempo de calidad. Prepárale algo riquísimo a mamá y compartan una larga conversación. ¡Será el día perfecto!





ROYAL PRESTIGE®

ADVANCED PRESSURE COOKER

Cocina a toda velocidad, con 4 sistemas de seguridad. Las Ollas de Presión de Royal Prestige® te ayudan a ahorrar tiempo en la cocina, con la tranquilidad de utilizar un producto 100% seguro.



**¡Menos tiempo
en la cocina, más
tiempo para ti!**

Para una demostración de estos y otros productos, contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige® o visita royalprestige.com







Desconéctalos del mundo virtual y Conéctalos con la Realidad

Hoy en día, el internet es parte integral en nuestras vidas. Sin embargo, puede ser motivo de preocupación la cantidad de horas que los pequeños pasan frente a una pantalla. Si estás buscando tips para comenzar a conectarlos más con el mundo real, te compartimos algunas sugerencias.

POR MASSIEL BESWICK Y BERENICE GUTIÉRREZ

1

Predica con el ejemplo.

Tu hijo no aprenderá por lo que dices, sino por lo que te ve hacer y eso es lo que replicará. Los padres son los primeros maestros de sus hijos, así que, si pasas todo tu tiempo libre en el celular, les estarás indicando que ese es el comportamiento correcto y, por más que les recomiendes no hacerlo, lo más probable es que seguirán tu ejemplo.

2

Involúcrate.

Aprende las plataformas, *softwares*, aplicaciones y páginas web que visitan tus hijos y qué hacen cuando se encuentran en línea. Navega junto con ellos, pon atención a lo que les atrae y guíalos a contenidos más constructivos que capten su interés.

3

Filtra.

Utiliza las herramientas a tu alcance, como el control parental. De esta forma, evitarás que tus hijos sean expuestos a contenido para el que no están listos o que no sea apto para ellos.

7 Consejos para lograrlo exitosamente

4

Dedica tiempo a orientarlos.

Pon atención a la música, videos y otro contenido al que están expuestos tus hijos y, si consideras que es necesario compartirles tu opinión, hazlo de manera amable y sin juzgarlos por sus gustos. Si hay algo que consideras que no es adecuado para ellos, explícales por qué, así como las posibles consecuencias por consumir y repetir las conductas que expone el contenido.

5

Establece un horario para otras actividades en familia.

Investiga, elige y prepara actividades que les ayuden a activarse y quemar energía. Recuerda que tú eres la guía para tus hijos, ya que ellos están formando su juicio y preferirán hacer solo lo que conocen. Esto los limita a nuevas experiencias y a vivir el mundo real lleno de aventuras más allá de las pantallas. Algunas buenas opciones son clases de natación, baile o algún instrumento musical que les guste.

6

Fomenta sus intereses.

Probablemente no te has dado cuenta de que hay otras cosas que le gustan o les interesan a tus hijos y que tal vez les gustaría explorar, pero no han tenido la oportunidad. Es posible que por ese aburrimiento se refugien mucho tiempo en las pantallas. ¡Nunca es demasiado pronto para comenzar a fomentar su verdadera pasión!

7

¡Ojo con los videojuegos!

Reflexiona: ¿tu hijo realmente necesita esa consola de juegos de costo elevado? ¿Cuáles son las razones reales por las que quieren tenerla? ¿Porque sus amigos la tienen? ¿A ti te parece buena idea porque tendrás algo con qué distraerlos? Considera que perder demasiado tiempo con videojuegos puede tener un impacto a largo plazo, por ejemplo, para desarrollar sus habilidades sociales o educativas.

Por otro lado, la violencia gráfica de algunos videojuegos puede insensibilizarlos o mostrarles una realidad distorsionada que afecte su juicio en el mundo real. Si, después de analizarlo detenidamente, sigues pensando en comprarles una consola, sé muy consciente en vigilar el tiempo que le dedican y el tipo de videojuegos que consumen.

Recuerda: una vida virtual excesiva puede impedir que los niños descubran todas las posibilidades que el mundo exterior les ofrece para explorar sus intereses y desarrollar otras habilidades. Tal vez allá afuera se encuentre su verdadera pasión, ¡regálales la oportunidad de descubrirla!

4 ejercicios fáciles para lucir brazos más tonificados

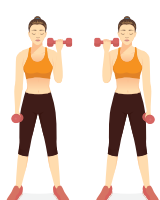
Rutina exprés con artículos de uso diario

POR MASSIEL BESWICK

La clave para ejercitar y tonificar el músculo del brazo es hacer suficiente trabajo para fortalecerlo. Empieza con esta rutina exprés en la que puedes utilizar artículos de uso común, como alternativa a los equipos que encontrarías en un gimnasio. ¡Empecemos!

RUTINA EXPRÉS* DE BRAZOS:

Realiza cada ejercicio por 30 segundos, descansa otros 30 segundos y continúa al siguiente ejercicio. Repite el circuito 2 a 3 veces, al menos 3 veces a la semana.



1. Flexiones de bíceps alternadas | Artículo:

Galón de leche | **Peso:** 8 libras por brazo

Tip: Puedes utilizar un recipiente lleno de arena, sal o agua. Si lo prefieres, puedes hacer el ejercicio sin peso para empezar a familiarizarte con el movimiento.



3. Flexiones de tríceps |

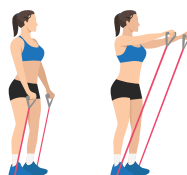
Artículo: Una silla o superficie estable

Tip: Los dedos de tus manos deben apuntar a los pies, asegurándote que los talones estén tocando el suelo.



2. Flexiones de muñeca con barra | Artículo: Palo de escoba o de cortina

Tip: Toma asiento, sujeta el palo con las muñecas sobre las rodillas y mantén tu antebrazo presionado contra el muslo durante todo el ejercicio.



4. Levantamiento frontal con banda | Artículo:

pantimedias (*pantyhose*) de nylon o tirantes elásticos de ropa

Tip: Asegúrate de mantener la espalda recta y los pies separados al ancho de los hombros; levanta tus brazos al frente.

***Importante:** Esta rutina es una alternativa. Asegúrate de hablar con tu preparador físico y/o tu médico de cabecera antes de empezar o hacer cualquier cambio a tu estilo de vida.

FUENTES:

1. <https://www.nia.nih.gov/espanol/como-incluir-ejercicio-su-vida-diaria> <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/weight-training-art-20047116>

Los asistentes perfectos

Desayuno, comida o cena, las Planchas y Parrilla Redonda de Royal Prestige® son prácticas y versátiles, para preparar todo lo que se te antoje. Fabricadas en acero inoxidable grado quirúrgico de la más alta calidad.

El complemento ideal para tus recetas.



ROYAL
PRESTIGE®

Para una demostración de estos y otros productos, contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige® o visita royalprestige.com

¡Ahora sí podrás hacer tus propias harinas!

Con más de dos caballos de potencia, la licuadora Royal Prestige® Power Blender puede triturar cualquier tipo de granos y semillas, para que puedas hacer harinas más saludables y libres de gluten.



ROYAL PRESTIGE®
POWER BLENDER

El poder que necesitas en tu cocina.

Para una demostración de este y otros productos, contacta a tu Distribuidor Autorizado Royal Prestige® o visita royalprestige.com

