

ARGENTINA | MARZO 2024

No. 9

ROYAL PRESTIGE®

Magazine



¡Prepara y
compartí
recetas increíbles!



Nunca dejas
de *sorprenderte*

★
iCrea el helado perfecto con el Royal Prestige® maXtractor™!
Hacé clic acá para descubrir cómo.





ROYAL PRESTIGE®
MAXTRACTOR

El compañero perfecto para todas las mañanas

Prepará tus jugos favoritos con la tecnología de
prensado en frío del Royal Prestige® maXtractor.™
Y con sus accesorios adicionales, podés hacer
todos los *smoothies* y helados
que te imaginés.

Comenzá el día de una
forma más natural.

Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contactá a tu
Distribuidor Autorizado o visitá royalprestige.com**

¡Bienvenidos!

Chef
*Christian
Petersen*



¡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 de acuerdo conmigo cuando te presente todo lo que esta revista tiene preparado para vos. Eso sí, en mi papel como editor culinario, tengo que prevenirte porque realmente te va a sorprender la variedad de recetas que tenemos en esta ocasión.

Si sos fan de los alimentos del mar, te invito a probar el clásico **colonche de camarón** (pág. 34). Además, tenemos otras opciones para el desayuno, como el **quiche o tarta de tres quesos y espárragos** (pág. 22) que podés cocinar, sin tener que usar tu horno.

En cuanto a postres, podés elegir desde los más frescos como un **helado de ananá con coco** (pág. 44) hasta los más sofisticados como **la panna cotta con salsa de vino** (pág. 42).

Hablando de alimentos frescos, ¿qué tanto conocés sobre **la manzana: la fruta más consumida en el mundo** (pág. 54)? No es tan aburrida como muchos piensan y podés disfrutarla en una gran variedad de platillos. ¿Sabías que no debe durar refrigerada más de seis semanas?

Y esto es solo una muestra. 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 seguí disfrutando de comidas deliciosas en compañía de tus seres queridos.

¡Por un año más cocinando con la más alta calidad!



MARZO 2024 | NÚMERO 9
ARGENTINA

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:
Christian Petersen

Jefa de redacción:
Berenice Gutiérrez

Revisión y copywriting:
Lilía 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:
Erica 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

¡Descubrí recetas y mucho más en nuestras redes sociales!



Royal Prestige Argentina Oficial



ROYAL PRESTIGE®
COOKING SYSTEMS

Un plato delicioso para toda la familia

Las Paelleras de Royal Prestige®
son tan versátiles que podés
preparar en ellas una enorme
variedad de recetas: guisos,
adobos, pastas, pizzas con
vegetales y mariscos...



**Comidas para nutrir y consentir,
cocinadas con la más alta calidad.**

Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contactá a tu
Distribuidor Autorizado o visitá royalprestige.com**

ARGENTINA, MARZO 2024

Contenido

Disfrutá de los sabores más frescos

16 recetas con una gran variedad de texturas, ideales para compartir.



12 Ceviche peruano

14 Ajiaco dominicano

18 Fondue en zapallo

20 Pulpo enamorado

22 Quiche o tarta de tres quesos y espárragos

24 Potaje o guiso de garbanzos

26 Risotto con hongos y espárragos

28 Camarones en salsa de coco

30 Pollo almendrado



ADEMÁS:

32 Rib-eye con kale y hongos

34 Colonche de camarón

38 Pollo en escabeche

40 Torta de banana con chocolate

42 Panna cotta con salsa de vino tinto

44 Helado de ananá y coco

46 Crepas Suzette



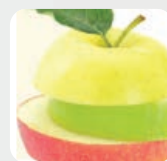
50 El sabor del mar en América Latina

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



52 Mejoró tu calidad de vida con alimentos detox

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



54 La manzana: la fruta más consumida en el mundo

¿Quién dijo que las manzanas son aburridas? Conocé 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 vos, ¡contactanos!

Atención al cliente:

Teléfono: (+0-800-333-3803)

Horarios de atención

Lunes a jueves:

10:00 a 21:00 horas
(Hora de Buenos Aires)

Viernes:

10:00 a 20:00 horas
(Hora de Buenos Aires)

Sábado:

10:00 a 14:00 horas
(Hora de Buenos Aires)

Correo electrónico:

servicioalclientear@royalprestige.com

Encontranos en:



Royal Prestige Argentina Oficial

Royal Bot

Asistencia por WhatsApp para clientes de Royal Prestige®

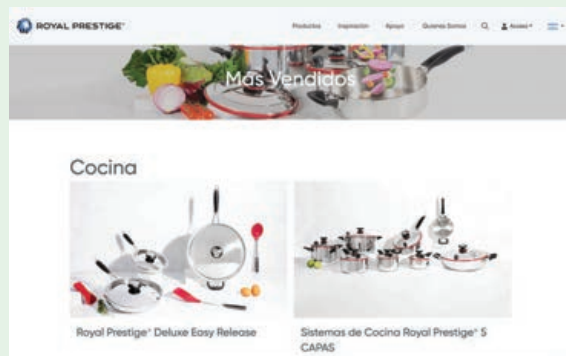
Teléfono: (+54)-911-7700-3249



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

¡Escribinos! rpm@royalprestige.com

Visitá nuestro sitio web:
royalprestige.com



¿Qué más te hace falta EN TU COCINA?



Ollas, sartenes y utensilios



Utensilios para preparar bebidas



Cuchillos



Conocé
nuestro catálogo
completo en
royalprestige.com



Royal Prestige®
maXtractor™

¡Sorprendete!

Creadas especialmente para vos, las recetas de esta edición están llenas de sabor y color. Explorá en esta combinaciones únicas con tus ingredientes favoritos: arroz, pescados, mariscos, quesos y vegetales.

¡A cocinar!



Ceviche peruano



Beneficio Royal Prestige®

Cociná una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

PARA LA LECHE DE TIGRE:

½ taza de jugo de limón

½ cebolla

¼ de rama de apio

1 diente de ajo

1 rodaja de jengibre

½ taza de caldo de pescado

4 ramas de cilantro

½ aji habanero sin semillas

Hielos

PARA EL CEVICHE:

Sal y pimienta negra al gusto

1 kilo de pescado blanco, en cubos medianos

2 ajíes habaneros, sin semillas y picados

Jugo de 8 limones

1 cebolla colorada, fileteada

PARA ACOMPAÑAR:

300 ml de agua

1 boniato chico, limpio y en rodajas

1 taza de granos de maíz cacahuazintle o pozolero

4 ramas de cilantro, picado

2 ajíes cuaresmeños o jalapeños rojos, en rodajas

Preparación

- 1 En un tazón, salpimentá el pescado y mezclá con el chile habanero, el jugo de limón y la cebolla colorada.
- 2 Licuá los ingredientes de la leche de tigre por 2 minutos y vacialos en el tazón del pescado. Reservá en refrigeración por 20 minutos.
- 3 **Para los acompañamientos:** agregá agua en la Olla de 7.5 L de Royal Prestige® y colocá las rodajas de boniato y el maíz cacahuazintle.
- 4 Tapá con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cociná a fuego medio. Cuando suene, cerrá la válvula y dejá cocinar por 3 minutos. Reservá.
- 5 Serví con cilantro espolvoreado, boniato, maíz y rodajas de chile.



Rinde
12 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Olla de
7.5 L de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
35 minutos





Ajiaco dominicano



Cociná más rápido con seguridad.

Ingredientes

250 gramos de costilla de cerdo, en trozos medianos

250 gramos de pulpa de res, en trozos medianos

1 patamuslo de pollo

½ cebolla, en cubos pequeños

3 dientes de ajo

2 cucharadas de salsa de tomate

1 Morrón verde

2.5 litros de caldo de verduras

150 gramos de taro, en cubos medianos

1 plátano macho verde, en rodajas

1 plátano macho normal, en rodajas

50 gramos de yuca o mandioca, en cubos medianos

100 gramos de zapallo, en cubos medianos

½ boniato 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 Precalentá la Olla de Presión de 6 L de Royal Prestige® y sellá las carnes hasta que tomen un color dorado.
- 2 Agregá la cebolla y el ajo. Cociná por un par de minutos e incorporá la salsa de tomate.
- 3 Añadí el caldo de verduras y el resto de ingredientes. Salpimentá.
- 4 Cerrá la olla y girá la válvula al ícono de generación de presión. Cociná a fuego medio-alto hasta que se eleve el pin indicador. Reducí el fuego y cociná 50 minutos más.
- 5 Apagá el fuego, girá la válvula para liberar la presión y esperá a que baje el pin indicador. Rectificá sazón y serví 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





★
Hacé clic acá
para descubrir
una deliciosa
receta.

You
Tube



**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,
los Sartenes Gourmet de Royal Prestige® son los ideales para cocinar
las mejores comidas.



*Garantía limitada, consultá royalprestige.com para más información sobre las garantías de nuestros productos. Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contactá a tu Distribuidor Autorizado o visitá royalprestige.com**

Fondue en zapallo

Beneficios Royal Prestige®

Cociná una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Cociná con poca agua.

Ingredientes

1 zapallo kabutia, 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 o licor de cerezas

3 cucharaditas de fécula de maíz o maicena

PARA ACOMPAÑAR:

Crutones de pan o crudités (bastones) de verduras

Preparación

- 1 Colocá el agua y el zapallo en la Olla de 3.7 L de Royal Prestige®. Añadí el laurel, el tomillo, sal, pimienta y un poco de aceite de oliva. Tapá la olla con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cociná a fuego medio-alto. Cuando la válvula suene, cerrala y bajá el fuego. Cociná por 30 minutos o hasta que el zapallo esté tierno.
- 2 Frotá un diente de ajo en el fondo y las paredes de la Olla de 2.8 L de Royal Prestige® y comenzá a cocinar a fuego medio.
- 3 Añadí el vino, la mitad del agua y esperá a que hierva. Agregá los quesos poco a poco y la nuez moscada, moviendo constantemente con una espátula.
- 4 En un tazón, combiná el kirsch con el resto del agua y la fécula de maíz. Añadí esta mezcla a la olla y revolvé bien.
- 5 Serví la fondue en la calabaza. Disfrutá 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®

Cociná más rápido con seguridad.

Ingredientes

700 ml de agua

¼ de cebolla

3 hojas de laurel

2 ramas de tomillo

3 pimentas 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 semillas y en cubos

2 ajíes serranos, sin semillas y en cubos

1 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®, colocá agua, cebolla y especias. Dejá hervir con la olla semi tapada a fuego medio-alto.
- 2 Posteriormente, sumergí y sacá el pulpo tres veces para enroskar los tentáculos. Colocalo de nuevo dentro la olla. Cerrá la olla, girá la válvula al ícono de presión y cociná a fuego medio-alto. Cuando se genere presión y se eleve el pin indicador, bajá a fuego medio y cociná por 10 minutos más.
- 3 Apagá el fuego, girá la válvula para liberar la presión y esperá a que baje el pin indicador. Abrió la olla, dejá enfriar el pulpo y cortalo en cubos medianos.
- 4 En un tazón, mezclá el pulpo con el resto de ingredientes y salpimentá.
- 5 Acompañá 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 o tarta de tres quesos y espárragos



Beneficio Royal Prestige®

Cociná la tarta sin horno.

Ingredientes

PARA LA MASA:

450 gramos de harina de trigo
180 gramos de manteca fría, en cubos medianos
1½ cucharaditas de sal
2 huevos
⅓ de taza 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 rodajas 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, colocá la harina, la manteca y sal. Con ayuda de una espátula, integrá los elementos hasta formar un punto de arena.
- Posteriormente, agregá huevos e integrá sin amasar; añadí agua poco a poco. Una vez que estén incorporados todos los elementos, colocá la masa en un tazón o *bow*l y refrigerá por 30 minutos.
- 3 Para el relleno:** licuá la crema dulce, los huevos y todos los quesos. Colocalo en un tazón. Agregá los espárragos, el jamón serrano y los arándanos. Mezclá bien, salpimentá y reservá.
- Extendé la masa con un rodillo hasta alcanzar ½ cm de grosor. En el Sartén de 26 CM de Royal Prestige®, colocala cubriendo la base y dejando 2 cm de altura. Vaciá el relleno.
- Tapá el sartén y cociná a temperatura media-baja por 35 minutos.
- Dejá enfriar y desmoldá.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de
26 CM de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
50 minutos

Potaje o guiso de garbanzos



Beneficio Royal Prestige®

Cociná más rápido con seguridad.

Ingredientes

200 gramos de panceta, en cubos medianos

2 chorizos españoles, en rodajas

½ cebolla picada

3 dientes de ajo picados

½ morrón 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 Precalentá la Olla de Presión de 6 L de Royal Prestige® por 3 minutos a fuego medio-alto. Dorá la panceta y el chorizo. Retíralos de la olla y reservá.
- 2 Añadí la cebolla, el ajo y el morrón. Cociná hasta que la cebolla y el morrón se ablanden. Agregá las espinacas, sal al gusto y cociná un par de minutos más.
- 3 Integrá el tomate, el laurel y el pimentón dulce, removiendo para esparcir el pimentón.
- 4 Incorporá los garbanzos, el chorizo y cantidad suficiente de agua para cubrir todos los ingredientes, sin rebasar los ¾ de capacidad de la olla. Añadí más sal, si es necesario.
- 5 Cerrá la olla y girá la válvula al ícono de generación de presión. Cociná a fuego medio-alto hasta que se eleve el pin indicador. Reducí a fuego bajo y cociná 15 minutos más.
- 6 Apagá el fuego, girá la válvula para liberar la presión y esperá a que baje el pin indicador.
- 7 Destapá la olla y agregá el tocino dorado. Servi.



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®

Cociná una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

200 gramos de manteca

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 COMPAÑAR:

Rebanadas de pan tostado

Preparación

- 1 Fundí la manteca en el Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release a temperatura media. Acitroná la cebolla y el ajo.
- 2 Posteriormente, añadí el arroz y sofreí. Agregá el vino blanco y dejá reducir a ¾.
- 3 Incorporá el caldo poco a poco.
- 4 Después añadí los champiñones y los espárragos, salpimentá y mezclá bien.
- 5 Tapá el sartén y dejá cocinar por 20 minutos.
- 6 Una vez que el arroz esté en su punto, integrá el queso parmesano.
- 7 Acompañá 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®

Cociná una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

15 camarones grandes, 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 medialunas

1 morrón verde, en cubos medianos

½ taza de habas o chauchas sin vaina

PARA LA SALSA:

3 cucharadas de manteca

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, mezclá los camarones con aceite de oliva, ajo en polvo, cebolla en polvo, paprika, hierbas secas, sal y pimienta. Reservá.
- 2 Humedecé el Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release con aceite de oliva. Precalentá por 40 segundos a fuego medio-bajo y sellá los camarones.
- 3 Agregá las verduras y cociná por 5 minutos. Tapá y reservá.
- 4 **Para la salsa:** en la Olla de 1.8 L de Royal Prestige®, fundí la manteca y acitroná la cebolla con el ajo. Integrá el resto de ingredientes y salpimentá. Dejá hervir.
- 5 Dejá enfriar un poco y licualo.
- 6 Incorporá la salsa a los camarones y dejá hervir 2 minutos más.
- 7 Serví sobre mitades de coco y acompañá 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®

Cociná sin grasa ni aceite añadidos, en solo minutos.

Ingredientes

½ taza de salsa de soja

½ cucharada de fécula de maíz o maicena

1½ pechuga de pollo, limpia y en cubos medianos

½ cebolla, en cubos medianos

1 morrón rojo, en cubos medianos

1 morrón verde, en cubos medianos

2 zanahorias, en julianas

1 taza de jícama, en cubos medianos

¾ de taza de almendras, fileteadas y tostadas

4 mazorcas en conserva, en rodajas

2 cm de raíz de jengibre, finamente picada

Sal y pimienta negra al gusto

Preparación

- 1 En un tazón, disolvé salsa de soja y fécula de maíz. Reservá.
- 2 Precalentá el 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 Sellá la pechuga de pollo con el sartén semi tapado.
- 4 Posteriormente, agregá el resto de los ingredientes. Cociná semi tapado por 3 minutos más.
- 5 Integrá la salsa de soja previamente diluida, bajá a fuego medio y espesá por 2 minutos.
- 6 Rectificá sazón y serví.



Rinde
8 a 10
porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Sartén de
26 CM de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
25 minutos

Rib-eye con kale y hongos



Beneficio Royal Prestige®

Cociná una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

1,5 kilos de rib-eye o bife ancho, en medallones

Aceite de oliva

Romero fresco

200 gramos de kale

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 cilantro picado

6 cucharadas de aceite de maíz o de 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 Salpimentá los medallones de carne y bañalos con un poco de aceite de oliva. Cubrilos con romero fresco. Dejá reposar unos minutos.
- 2 Agregá una cucharada de aceite de oliva en el Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release y precalentá 40 segundos a fuego medio.
- 3 Sellá la carne alrededor de 5 minutos por lado, con el sartén semi tapado. Cociná hasta el término deseado.
- 4 **Para el kale:** frotá aceite de oliva en las hojas. Asá un par de minutos en el sartén de la carne. Retirá y reservá.
- 5 **Para los hongos:** agregá sal al gusto y bañá con aceite de oliva. Cociná los hongos en el sartén con la carne hasta caramelizar.
- 6 **Para el chimichurri:** colocá todos los ingredientes en un tazón y mezclá bien. De preferencia dejá reposar, por lo menos, una noche.
- 7 Serví la carne sobre una base de kale y acompañada de los hongos. Bañá 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

Beneficio Royal Prestige®

Cocinó una comida deliciosa, fácil y en minutos.

Ingredientes

2 plátanos machos verdes, en rodajas de 2 cm aprox.

Aceite

PARA EL CALDO DE CAMARÓN:

1 litro de agua

250 gramos de carcasa y cabeza de camarón

PARA EL SOFRITO:

Aceite

½ cucharadita de achiote, anato u onoto

1 cebolla colorada, en cubos chicos

3 dientes de ajo, finamente picados

2 morrones verdes, en cubos medianos

¼ de cucharadita de comino, en polvo

4 cucharadas de mantequilla de maní

1 kilo de camarones, limpios

4 ramas de cilantro, finamente picado

4 ramas de perejil, finamente picado

PARA ACOMPAÑAR:

Arroz al vapor

Preparación

- 1 En la Olla de 1.8 L de Royal Prestige®, a fuego medio-alto, freí las rodajas de plátano en el aceite. Retirá el plátano de la olla y aplastalo con ayuda de un recipiente plano o una tostonera. Ponelo de nuevo en el aceite por 2 minutos más. Retirá el exceso de aceite, cortá en pedacitos y reservá.
- 2 Licuá el agua con la carcasa y cabeza de los camarones. Colá y reservá.
- 3 Pre calentá la Olla de 5.6 L de Royal Prestige® a fuego medio-alto. Colocá el aceite, el achiote y acitroná la cebolla y el ajo hasta que tengan un color transparente.
- 4 Agregá los morrones verdes, el comino, la crema de cacahuete y el caldo de camarón. Dejá hervir por 2 minutos.
- 5 Posteriormente, agregá los camarones y salpimentá.
- 6 Integrá los plátanos y espesá por 3 minutos más.
- 7 Rectificá sazón, espolvoreá cilantro y perejil.
- 8 Serví 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

Consentite con tus comidas favoritas



Para sacarle todo
el provecho a la línea
Royal Prestige® Deluxe
Easy Release con
los usos y cuidados
adecuados,
[hacé clic acá.](#)





Gracias a la avanzada
tecnología plasma de la línea
Royal Prestige® Deluxe Easy Release, podés
prepararte fácilmente un sinfín de recetas
deliciosas con pescados y mariscos.

**Porque te merecés cocinar
con la más alta calidad.**

Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contactá a tu
Distribuidor Autorizado o visitá royalprestige.com**

Pollo en escabeche



Beneficio Royal Prestige®

Cociná sin grasa ni aceite añadidos y en grandes cantidades.

Ingredientes

- | | |
|--|-------------------------------|
| 12 piezas de pollo (patamuslo sin piel), salpimentadas | 1½ tazas de aceitunas verdes |
| 1 cebolla, fileteada | 5 hojas de laurel |
| 3 dientes de ajo, finamente picados | 3 ramas de mejorana |
| 5 zanahorias, en medialunas | 3 ramas de tomillo |
| 7 tomates, sin semillas y en bastones | ½ cucharadita de orégano |
| 5 ajíes jalapeños, en rajas | Sal y pimienta negra al gusto |
| 1 taza de vino blanco | |
| 1½ tazas de vinagre blanco | |
| ½ taza de alcaparras | |

Preparación

- 1 Precalentá la Paellera de 35 CM de Royal Prestige® a temperatura media alta y sellá las piezas de pollo.
- 2 Agregá la cebolla y el ajo y dejá cocinar por un minuto. Posteriormente, añadí las zanahorias, los tomates y los ajíes jalapeños. Tapá la paellera y cociná por 3 minutos a fuego medio.
- 3 Incorporá el resto de los ingredientes y salpimentá. Cociná con la paellera tapada por 40 minutos más.
- 4 Serví y acompañá con arroz rojo.



Rinde

12 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Paellera de 35 CM de Royal Prestige®



Tiempo de preparación

1 hora





Torta de banana con chocolate



 **Beneficio Royal Prestige®**

Cociné la torta sin horno.

Ingredientes

- 2½ huevos
- 338 gramos de manteca
- 60 gramos de azúcar
- 2 bananas medianas maduras
- 225 gramos de harina
- ¼ de cucharadita de polvo para hornear
- 150 gramos de chips de chocolate
- Aceite de semilla de uva
- PARA LA GANACHE:**
- 100 gramos de crema dulce
- 125 gramos de chocolate semiamargo
- 20 gramos de manteca suave (calentada unos segundos en el microondas, sin que se llegue a derretir)
- PARA DECORAR:**
- Chips de banana
- ¼ de taza de chips de chocolate
- Láminas de oro comestible

Preparación

- 1 En un tazón, bati los huevos con un batidor de globo hasta esponjar. Reservá.
- 2 En otro tazón, cremá la manteca con azúcar hasta blanquear y agregá las bananas pisadas.
- 3 Integrá la harina y el polvo de hornear previamente tamizados.
- 4 Incorporá los huevos en forma envolvente.
- 5 Añadí los chips de chocolate.
- 6 En el Sartén de 20 CM de Royal Prestige®, previamente engrasado con aceite de semilla de uva, vertí la mezcla anterior. Tapá con la Válvula Redi-Temp™ abierta y cociná a fuego muy bajo por 30 minutos, aproximadamente, o hasta que esté cocido.
- 7 Apagá y dejá reposar en el sartén tapado por 10 minutos más. Dejá enfriar sin tapar.
- 8 **Para la ganache:** calentá la crema en el microondas. En un tazón, mezclá la crema con el chocolate y la manteca.
- 9 Cubrí la torta de banana con la ganache y decorá.



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®

Cociná 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 gelatina
sin sabor
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®, calentá la leche con el extracto de vainilla y el azúcar. Dejá enfriar y pasá a un tazón. Agregá la crema dulce y mezclá bien.
- 2 Hidratá la gelatina sin sabor en agua fría. Derretila a baño María o en el microondas en lapsos de 20 segundos, hasta que forme un almibar. Mezclá con la preparación anterior.
- 3 Colocá en moldes individuales y refrigerá por 1 hora.
- 4 **Para la salsa:** en la Olla de 1.8 L de Royal Prestige®, colocá los ingredientes para la salsa. Herví hasta reducir y dejá que se enfríe un poco, hasta que la salsa esté tibia.
- 5 Servi la *panna cotta* con helado y salsa de vino tinto. Decorá.



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 ananá y coco



Beneficio Royal Prestige®

Prepará helados en casa, de forma práctica y fácil.

Ingredientes

1 ananá, 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
Galletitas de chocolate
Almendras fileteadas

Preparación

- 1 En un tazón, mezclá los ingredientes del helado y congelá 24 horas antes de usar.
- 2 Dejá reposar la mezcla congelada alrededor de 5 minutos a temperatura ambiente y cortala en trozos. Procesá en el Royal Prestige® maXtractor™, con el Colador para Helado.
- 3 Serví y espolvoreá coco tostado y almendra fileteada. Acompañá con galletitas de chocolate.





Rinde
10 porciones




Utensilio destacado
Royal Prestige®
Royal Prestige®
maXtractor™



Tiempo de
preparación
30 minutos



Crepas Suzette

 **Beneficio Royal Prestige®**
Cociná fácil y en solo minutos.

Ingredientes

Película plástica

PARA LAS CREPAS:

250 ml de leche

120 gramos de harina

20 gramos de manteca derretida

1 huevo

40 gramos de azúcar

15 ml de esencia de vainilla

PARA LA SALSA:

50 gramos de manteca

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 Licuá los ingredientes para las crepas hasta tener una mezcla homogénea. Vacía a un tazón y refrigerá por 20 minutos.
- 2 Precalentá el Sartén de 30 CM de Royal Prestige® Deluxe Easy Release por 40 segundos a fuego medio-bajo con un poco de manteca. Vertí un poco de la mezcla en el sartén y esparcí de manera uniforme, formando un panqueque muy fino. Cociná alrededor de un minuto por cada lado, hasta dorar ligeramente.
- 3 Doblá las crepas en cuadros o triángulos y reservá en un plato. Terminá toda la mezcla y cubrí las crepas con película plástica.
- 4 **Para la salsa:** en el Sartén Gourmet de 25 CM de Royal Prestige®, fundí la manteca a fuego medio.
- 5 Incorporá azúcar, jugo de naranja y jugo de limón hasta formar un jarabe.
- 6 Agregá brandy, licor de naranja y flameá.
- 7 Bañá las crepas con la salsa y serví 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

Porque te merecés lo mejor en utensilios de cocina

Las Ollas de Presión de Royal Prestige® te permiten cocinar más rápido y con mayor tranquilidad gracias a sus cuatro mecanismos de seguridad.



ROYAL PRESTIGE®
PRESSURE COOKERS



**Velocidad,
confianza y la más
alta calidad con
50 años* de garantía.**

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



Hacé clic acá
para conocer todos
los beneficios de las
Ollas de Presión de
Royal Prestige®



Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar,
contactá a tu Distribuidor Autorizado o visitá royalprestige.com



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

POR BERENICE GUTIÉRREZ

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

¿Escuchaste hablar del encebollado ecuatoriano o del huachinango a la veracruzana? El pescado es el elemento en común de una gran cantidad de platillos tradicionales en nuestra región. 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, en el que va acompañado de ingredientes como alcaparras, aceitunas y papas blancas.



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

vientre. Es un pescado tradicional en la gastronomía de varios países, entre ellos Ecuador, donde es 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, por lo que fue establecida una temporada de veda desde hace casi tres décadas para permitir que cumpla su ciclo de reproducción. El consumo de bagre es muy popular en Colombia, con 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 se ha posicionado como una variedad muy popular en América Latina. Actualmente, Brasil es el cuarto mayor productor de tilapia y acá lo podemos encontrar en la famosa moqueca, cocinada al coco, en ceviche o en tiras crocantes, entre 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 la milanesa de merluza a la romana, en el que el pescado es rebozado y frito para 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 y delgado, de vientre plateado, es utilizado para producir harina y aceite de pescado. Podés probarlo como parte de la espectacular gastronomía peruana en ají, chupe o seco de anchoveta.



Arenque. Por su sabor fuerte, el arenque es el tipo de pescado que odiás o amás. Sin embargo, es un ingrediente muy popular gracias a su larga duración. En República Dominicana, el arenque típico es salado y ahumado. En este país lo podés degustar en un tropical locrio de arenque o en un desayuno energético de arenque con huevo.



¡Recordá!

El pescado debe estar siempre en refrigeración hasta el momento en el que se vaya a cocinar. Si no se usará en varios días, mantenelo frizado. Y muy importante: ¡no lo descongeles a temperatura ambiente! Lo ideal es pasarlo del freezer a la heladera 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

MEJORÁ tu calidad de vida con alimentos *detox*

POR LILIA MANCILLA

Los alimentos depurativos son aquellos que tienen un alto contenido en antioxidantes, componentes que pueden mejorar la salud a diferentes niveles, incluso proteger 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, sin tener bases científicas.

Sin embargo, se han realizado múltiples estudios en ciertas frutas y plantas para comprobar qué clase de antioxidantes tienen y cómo pueden beneficiar nuestra salud como 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.

Nueces pecanas.

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

Alcaucil.

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.



Jengibre.

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. 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



Kale.

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.



Remolacha.

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

¿Cómo incorporar estos alimentos a tu vida diaria?

La mejor forma de empezar es hacerlo de poco a poco. Podés comenzar con incluirlos en colaciones o mezclados con tus platillos favoritos.

Pero si lo tuyo son los jugos, podés aprovecharlos por las mañanas con esta receta:

Jugo detox

INGREDIENTES:

- 1 rama de apio
- 1 pepino
- Un pedazo de jengibre
- 1 manojo de espinacas frescas
- 3 manzanas verdes
- 1 remolacha, sin piel
- Jugo de 1 limón

PREPARACIÓN:

- 1 Procesá los ingredientes con el Royal Prestige® maxTractor, excepto el jugo de limón. Si lo deseás, podés utilizar el Colador para Pulpa.
- 2 Agregá el jugo de limón y bebelo 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 los más reconocidos están *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 está asociado con la reducción del riesgo de padecer enfermedades cardíacas y diabetes.

Se dice que contiene pectina, un tipo de fibra que actúa como probiótico 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 mesada de la cocina: 5 a 7 días.
- En una despensa o alacena: 3 semanas.
- En la heladera: 4 a 6 semanas.
- Cortada: 3 a 5 días en la heladera, 8 meses en el freezer.
- Cocinada o preparada en algún platillo: 3 a 5 días en la heladera.



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
- 0.34 gramos de grasas totales
- 4.8 gramos de fibra
- 0.52 gramos de proteína

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.

Consentí 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.

★
Descubrí
cómo disfrutar
de una deliciosa
infusión *haciendo*
click acá.

You
Tube



**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
cono antiderrames de acero
inoxidable.

La más alta calidad con 50 años* de garantía.

Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar, **contactá a tu Distribuidor Autorizado o visitá royalprestige.com**

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



ROYAL PRESTIGE®
PRECISION SERIES 3™ CUTLERY

Calidad gourmet en la palma de tu mano

Con los Cuchillos Royal Prestige® Precision Series 3™, lucite como todo un profesional culinario creando cortes más precisos y seguros.



Elegancia y calidad premium
en cada corte.

Para conocer este producto en la comodidad de tu hogar,
contacta a tu Distribuidor Autorizado o visita royalprestige.com